

Inhaltsverzeichnis

Prolog	7
Geburt – vom Atmen des Lebens	21
Erste Lebensjahre – der emotionale Speicher	25
Kindheit – wenn Spucke heilt	29
Laternenkinder – vom göttlichen Licht	33
Erste Liebe – in Liebe ertrinken	37
Enttäuschungen – einen Deich bauen	41
Heiratsantrag – der Sieg über die Arthrose	45
Hochzeit – auf dem Liebesstern leben	49
Orgasmus – die andere Welt fühlen	53
Das Kind im Inneren – sich anrühren lassen	57
Kino – fliegen in der Gefühlskapsel	61
Friedensgruß – wie eine Geste uns verwandelt	65
Engel – über Steine tanzen?.....	69
Erde – den Urgrund spüren	73
Bäume – immer tiefer wurzeln	77
Wasser – rein werden und fließen	81
Wind – vom behutsamen Streicheln	85
Berge – wenn die Seele frei wird	89
Schnee – das Unendliche sehen	93
Urlaub – das Fremde schmecken	97
Lesen – was uns unbedingt angeht	101
Strand – Sand in deiner Hand	105
Sehnsucht – wenn es im Herzen zieht	109
Beruf – brennen, ohne auszubrennen	113
Jobwechsel – Herz oder Kopf?	117
Kunst – wie Gemälde das Herz ergreifen	121

Musik – der Soundtrack deines Lebens	125
Die Fünfzig – rasten, feiern, genießen	129
Freundschaft – High Five für die Seele	133
Krankheit – wenn uns Gefühle aufsaugen	137
Weihnachten – Dornen tragen Rosen	141
Ruhestand – die Hände öffnen.....	145
Noch einmal Krankheit – wie Salben hilft	149
Erinnern – wenn die Stimme versagt	153
Enkel – von gemeinsamen Geheimnissen	157
Lebensrückblick – der Weg zum Sein	161
Versöhnung – das Leben umarmen	165
Segen – das Göttliche berührt dich	169
Loslassen – von der Kunst des Abschiednehmens	173
Sterben – das Ewige erahnen	177
Friedhof – wo Trauer heilt	181
Kirche – wo Emotionen leben (sollten)	185
Epilog	189
 Literatur und Quellen	 195
Dank	203
Über den Autor	205