

# INHALT

## Einleitung 7

### Erstes Kapitel: Gott als Geist in allen Dingen 15

- In der Bibel ist Gottes Geist weiblich 19
- „Die Weisheit“ und Gottes weibliche Aspekte 20
- Gott in der Materie und in jedem Atemzug 24
- Gottes Geist ist überall: innen wie außen 26
- Praktisch: Wie Gottes Geist in uns gegenwärtig ist 28
- Christliche Atemmeditation 30

### Zweites Kapitel: Gott als Liebe über allem 35

- Gottes Liebe: zugunsten des Lebens 41
- Weil es der Welt an Liebe mangelt ... 45
- Wird in Wahrheit doch alles immer besser? 47
- Kosmischer Christus und Punkt Omega 51
- Gott verlockt und überzeugt durch Liebe 54
- Meditativ: Die wahrnehmbare Liebe 57
- Die Liebe schafft man nicht, sie ist schon 61
- Annehmen, was man nicht verändern kann 64
- Perspektivwechsel: Wünsche statt Vorwürfe 69
- Der Liebe mehr Raum geben 73

## **Drittes Kapitel: Gott ist Licht und keine Finsternis 75**

- Gott schafft Licht – und Gott ist Licht 80
- Ein Gott ohne Finsternis 82
- Schöpfung aus dem Nichts? 86
- Auf die Anfangsbedingungen kommt es an 88
- „Mehr Licht“ 93
- Nahtoderfahrungen „beweisen“ nichts, aber ... 98
- Nahtoderfahrungen geben Hoffnung 99
- Licht im Leben 103
- Leichte Übungen mit dem „Licht“ 105
- Die Natur ist nicht Gott 107
- Meditationen mit Kerze und Fantasie 109
- „Zweckfreie“ Übungen mit dem Ziel in sich selbst 115

## **Resümee: Über sich selbst hinaus 117**

- Anhang 123
- Zum Autor 124
- Anmerkungen 125