

# 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