

Inhaltsverzeichnis

Wie dieses Buch zustande kam	7
Anregungen zur Lektüre	11
Kapitel 1	
Anker für's Menschsein	
Arbeitszeit und Freizeit	13
Verantwortung, Pflicht	18
Gelassenheit	21
Achtsamkeit	24
Lachen	29
Der freie Wille	32
Vorstellung, Verstrickung, Eigenliebe	39
Frei sein	42

Kapitel 2

Beziehungen, Familie und Emotionen

Familie	45
Beziehung	52
Sexualität	57
Verlassen werden	63
Diskussion – Streitgespräch	66
Einsamkeit	69
Lob	71
Vertrauen	77
Last und Lust	81
Tragen	87
Empfangen – Geben	91
Vergeben – Verzeihen	95
Entschuldigen	99
Lügen	101

Kapitel 3

Die Einheit – Gott – Universelle Energie

(oder wie Sie es nennen wollen)

Leben	103
Gleichgültigkeit – Gleiche Gültigkeit	106
Gleichwertig	109
Glaube an sich selbst – Herzenswünsche	111
Erschaffen	115
Selbstverwirklichung	121
Göttliche Offenbarung	125

Kapitel 4

... und hätte ich die Liebe nicht

Was ist Liebe?	129
Eigenliebe – Egoismus	136
Dankbarkeit	144
Frieden	152
Erlieben	156
Lebe die bedingungslose Liebe!	158
Ein Leben in bedingungsloser Liebe	161
... und hätte ich die Liebe nicht (1. Korintherbrief 13)	164
Wie Sie Begriffe aus der christlichen Tradition in Ihre eigene Sprache „übersetzen“ können	166
Danksagung	169