

# INHALT

<b>VORWORT .....</b>	<b>8</b>
<b>TEIL 1:</b>	
<b>WAS IST SPIRITUALITÄT?</b>	
<b>UND WAS IST RATIO? .....</b>	<b>12</b>
Der Unterschied zwischen Religion und	
Spiritualität .....	13
Ein Leben ohne Glauben? .....	18
Wollte Nietzsche »Gott« wirklich	
für tot erklären? .....	21
Kapitalismus – die neue Religion? .....	24
Verdrängte Spiritualität – Körper und Seele	
rebellieren .....	28
Säkularisierte Vernunft versus spirituelle	
Vernunft .....	33
Die verschiedenen Formen der Ratio .....	35
Ist eine atheistische Wissenschaft tatsächlich	
besser? .....	40

<b>TEIL 2:</b>	
<b>DIE BESONDEREN PHÄNOMENE –</b>	
<b>BEWUSSTSEIN UND SPIRITUALITÄT .....</b>	<b>48</b>
Nahtoderfahrungen und was sie uns sagen	
können .....	50
Präkognition – Wissen über zukünftige	
Ereignisse .....	59
Die terminale Geistesklarheit .....	61
Gibt es ein Gedächtnis außerhalb des Gehirns? .....	65
Hypothesen über das Bewusstsein .....	66
Fehlt uns der freie Wille? .....	72
<b>TEIL 3:</b>	
<b>DIE PRAKTIKEN DES BUDDHISMUS</b>	
<b>UND DIE SPIRITUELLE VERNUNFT .....</b>	<b>75</b>
Mindfulness-Meditation als Treiber der rationalen	
Entwicklung .....	78
Mindfulness-Meditation und Gesundheit .....	80
Stundenlang meditieren? .....	82
Mindfulness to go .....	83
Mindfulness und Wirtschaft .....	85
Mindfulness als Treiber positiver	
Gehirnveränderungen .....	88
Meditation in die Schulen bringen! .....	91
Hirnzellentraining, persönliche Weiterentwicklung	
und Glückseligkeit .....	100
<b>SCHLUSSWORT .....</b>	<b>108</b>
<b>ANMERKUNGEN .....</b>	<b>112</b>