

Vorwort	5
Gebrauchsanweisung	7
Juli	9
< Fürchte dich nicht, ich bin bei dir	10
< Spiegel-Bild	13
< Selig, die nicht sehen und doch glauben	15
< Das Fahrrad Gottes	17
< Unter einen Hut	19
⊥ Wie Tau auf einer Wiese ...	20
⊥ Thema: Licht und Dunkelheit	24
⊥ Herr, wie ein Baum sei vor dir mein Leben	29
⊥ Abreise	33
⊥ Alles hat seine Zeit	35
August	39
< Das Sieb	40
< Eis-Zeit	41
< Ganzkörpersegen	42
< Sonnenaufgang	44
< Angeschwärzt	46
⊥ Dornbusch	47
⊥ Gott wohnt bei uns im Zelt	51
⊥ Maria Himmelfahrt	54
⊥ Outdoor-Meditation	56
⊥ Wie ein Kind	58
September	61
< Herbsteinstieg	62
< Terminkalendermeditation	64
< Nach Gottes Abbild	66
< Geh!	67
< Vater Unser	68
⊥ Zwischen Zorn und Zärtlichkeit	68
⊥ Stark und Schwach	71
⊥ Der Wegweiser	75
⊥ Lebensspuren	77
⊥ Nikolaus von der Flüe	80

Oktober	83
< Let it be - ein etwas anderes Marienlob	84
< „Danke, Gott“ - ein Erntedankgebet	86
< Dekalog der Gelassenheit	87
< Ja, Gott, du bist da	89
< Mein Leben nochmals leben	91
_ Etwas andere Erntekronen	92
_ Werkzeug des Friedens	93
_ Magnifikat	99
_ Zeig mir dein Gesicht	104
_ Der WHO-IS-WHO-Fragebogen	108
November	109
< Lebensringe-Totengedenken	110
< Martinsmantel	112
< Herbst	113
< Lichtmeditation	115
< Christkönig	116
_ Die Kirche ist tot - Die Kirche lebt	118
_ Abschied und Aufbruch	121
_ Stars und Sternchen	125
_ Ein kleiner Tag ...	126
_ Der Faden nach oben	132
Dezember	137
< Im Laden des Lebens	138
< Was wäre wenn, ...	140
< Das Leuchten des Mandalas	142
< Worauf es ankommt	143
< Gott an meiner Seite	145
_ Farbtupfer gegen den grauen Alltag	148
_ Staade Zeit	151
_ Macht euch bereit	154
_ Engel wie du und ich	158
_ Weihnachtskrippe	160
Anhang	164