

<b>Vorwort</b>	5
<b>Gebrauchsanweisung</b>	7
<b>Juli</b>	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
<b>August</b>	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
<b>September</b>	61
<  Herbstestieg	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

<b>Oktober</b>	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
<b>November</b>	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
<b>Dezember</b>	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
<b>Anhang</b>	164