

# Inhalt

Geschenk der Dankbarkeit? .....	7
1. Dankbarkeit erfahren .....	10
Beschenkt sein .....	10
Staunen .....	14
Zustimmen .....	20
2. Dankend glauben lernen .....	26
Das große Du .....	26
Vertrauen und Hingabe .....	29
Universale Verbundenheit .....	36
Zurückgeben .....	40
Kontemplation .....	44
3. Dankbarkeit leben .....	51
Großzügig teilen .....	51
Kultur des Genug .....	53
Genießen können .....	55
Engagement für Mensch und Schöpfung .....	57
4. In der Dankbarkeit wachsen .....	60
Sich erinnern .....	61
Achtsamkeit einüben .....	68
Beziehungsreich leben .....	71
5. Dankbarkeit feiern .....	73
Spiritualität der leeren Hände .....	78

Anmerkungen .....	82
Abkürzungsverzeichnis .....	84
Zum Weiterlesen .....	86