

# INHALT

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| Vorwort                                                   | 7  |
| I Kraft zum Leben                                         | 9  |
| 1. Aus Angst hin zu Aufbruch und Aufgabe                  | 10 |
| 2. Aus Bösem hin zu Berufung und Bund                     | 12 |
| 3. Aus Enttäuschung hin zu Erfahrung und<br>Ermunterung   | 14 |
| 4. Aus Furcht hin zu Freude, Frieden und<br>Freiheit      | 16 |
| 5. Aus Geld hin zu Gunst und Gabe                         | 24 |
| 6. Aus Genuss hin zu Geduld und<br>Geschenk               | 26 |
| 7. Aus Herrschen hin zu Hirt und Herde                    | 28 |
| 8. Aus Hohn hin zu Heil in Heiligkeit und<br>Herrlichkeit | 30 |
| 9. Aus Horten hin zu Helfen und Heilen                    | 32 |
| 10. Aus Last hin zu Lust und Lob                          | 34 |
| 11. Aus Licht hin zu Leben und Liebe                      | 36 |
| 12. Aus Neid hin zu Neigung und Neubeginn                 | 38 |
| 13. Aus Roheit hin zu Reinheit und Recht                  | 40 |
| 14. Aus Sanftmut hin zu Langmut und<br>Großmut            | 42 |
| 15. Aus Stille hin zu Stärke und<br>Standhaftigkeit       | 44 |

|                                                    |        |
|----------------------------------------------------|--------|
| 16. Aus Sünde hin zu Sehnsucht und Seligkeit       | 46     |
| 17. Aus Tod hin zu Taufe und Testament             | 48     |
| 18. Aus Trauer hin zu Trost und Treue              | 50     |
| 19. Aus Ursprung hin zu Umkehr und Übergabe        | 52     |
| 20. Aus Versuchung hin zu Verstehen und Versöhnen  | 54     |
| 21. Aus Verzagen hin zu Verzeihen und Verhelfen    | 56     |
| 22. Aus Wehmut hin zu Wort und Wahrheit            | 58     |
| 23. Aus Zaun hin zu Zone und Ziel                  | 60     |
| 24. Aus Zorn hin zu Zeugnis und Zukunft            | 62     |
| 25. Aus Zweifel hin zu Zutrauen und Zuneigung      | 64     |
| 26. Aus Leiden hin zu Lernen und Lieben            | 66     |
| 27. Aus Geiz hin zu Güte und Glück                 | 68     |
| <br>II Mut zum Leben                               | <br>71 |
| 28. Leben in Freude, Frieden, Liebe                | 72     |
| 29. Leben in Geschenk, Miteinander, Neuerschaffung | 74     |
| 30. Leben in Taufe, Eucharistie, Firmung           | 76     |
| 31. Leben in Glaube, Hoffnung, Liebe               | 78     |
| 32. Leben in Sehen, Urteilen, Handeln              | 80     |

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 33. Leben in Meditation, Oration,<br>Kontemplation            | 82 |
| 34. Leben in Reinigung, Erleuchtung,<br>Vereinigung           | 84 |
| 35. Leben in Heiligkeit, Reich, Wille                         | 86 |
| 36. Leben durch Christus, mit Christus, in<br>Christus        | 88 |
| 37. Leben in Vergebung, Verheißung,<br>Versöhnung in Christus | 90 |
| 38. Leben in Bereitung, Bejahung,<br>Beschenkung              | 92 |
| 39. Leben mit Herz zu Heilung und Heiligkeit                  | 94 |