

# Inhalt

<b>Vorwort zur Neuauflage . . . . .</b>	<b>9</b>
<b>Lebendigsein und Wachsein . . . . .</b>	<b>11</b>
Daß du noch nicht gestorben bist, reicht nicht aus als Beweis, daß du wirklich lebst. Lebendigkeit bemißt sich am Grad deines Wachseins.	
<b>Staunen und Dankbarkeit. . . . .</b>	<b>13</b>
Voll Staunen darüber aufwachen, daß wir in einer »gegebenen« Welt leben, bedeutet lebendig werden. Das Bewußtsein dieser Überraschung ist der Anfang der Dankbarkeit.	
<b>Herz und Sinn. . . . .</b>	<b>29</b>
Mit unserem Intellekt können wir, was uns geschenkt ist, als Geschenk erkennen. Aber nur unser Herz kann sich zur Dankbarkeit aufschwingen und so Sinn finden.	
<b>Gebet und Gebete . . . . .</b>	<b>39</b>
Es kommt nicht auf Gebete an, sondern aufs Beten – auf das Gebet, das in seiner letzten Fülle dankbares Leben bedeutet.	
<b>Kontemplation und Muße. . . . .</b>	<b>57</b>
Für uns alle (nicht nur für sogenannte »Kontemplative«) ist Kontemplation die Erfüllung dankbaren Lebens. Kontemplation aber ist die Kunst, in Muße zu leben.	

<b>Glaube: <i>Vertrauen auf den Geber</i></b> . . . . .	77
Dankbarkeit setzt voraus, daß wir uns auf das Leben, das sich uns schenkt, verlassen. Jenseits all unserer Überzeugungen ist das Gebet des Glaubens das »Vom Worte Gottes leben.«	
<b>Hoffnung: <i>Offenheit für Überraschung</i></b> . . . . .	109
Dankbarkeit setzt voraus, daß wir uns offen halten für das Leben als Überraschung. Jenseits all unserer Hoffnungen ist das Gebet der Hoffnung, Sammlung in Stille.	
<b>Liebe: <i>Ein »Ja« zur Zugehörigkeit</i></b> . . . . .	143
Dankbarkeit setzt voraus, daß wir zum Geben-und-Nehmen des Lebens ein bedingungsloses »Ja« sagen. Jenseits all unseres Angezogen- und Abgestoßenseins ist das Gebet der Liebe <i>contemplatio in actione</i> – kontemplative Schau mitten im Handeln.	
<b>Fülle und Leere</b> . . . . .	165
Ein ABC dankbaren Lebens: Schlüsselwörter als Gedächtnisstütze.	