

INHALT

EINLEITUNG: Schon wieder eine To-do-Liste für müde Kämpfer?	7
1. LIEBE: »All you need is love«	15
2. FREUDE: Weg mit dem Essig und der Schnute – das Lachen neu entdecken	32
3. FRIEDE: Die Ruhe im Sturm	54
4. GEDULD: Die Qual des Wartens	76
5. FREUNDLICHKEIT: Müssen Christen nett sein?	98
6. GÜTE: Streugut mit Wirksamkeit	119
7. TREUE: Gerne eingefordert, ungern geschenkt	143
8. SANFTMUT: Kraft unter Kontrolle	164
9. ENTHALTSAMKEIT: Die vergessene Kunst der Selbstbeherrschung	184
NACHWORT: Von Bäumen und Flüssen	202
ANMERKUNGEN	205