

Inhalt

Vorwort von John Mark Comer	9
Einführung	11
Schritt 1: Das Problem: Ich kann's nicht	23
1A: Schließ dich der Gemeinschaft der Verdorrtten Hand an	25
1B: Bitte Gott um einen Moment der Klarheit	35
1C: Feiere deine Unzulänglichkeiten	47
Schritt 2: Die Lösung: Er kann.	57
2A: Richte den Blick auf etwas, das größer ist als du	59
2B: Übe dich im „Gut genug“-Glauben	70
2C: Mach die längste Reise	80
Schritt 3: Die Entscheidung: Ich glaube, ich überlasse es ihm	91
3A: Werde willens	93
3B: Übe dich in Gelassenheit	105
3C: Gib alles an Gott ab. Nimm es wieder an dich. Fang noch mal von vorn an.	119
Schritt 4: Die Selbstprüfung: eine unerschrockene Lebensbilanz	129
4A: Begreife, warum du Ordnung schaffen solltest	131
4B: Stell dich deinem Groll	143
4C: Stell dich deinen Ängsten	150

Schritt 5: Das Eingeständnis: der Schritt ins Licht	163
5A: Sei bereit, wirklich alles offenzulegen	165
5B: Worauf du achten solltest, wenn du jemanden suchst, dem du dein ganzes Leben offenlegen kannst	176
5C: Nutze die Kraft der Rechenschaft	187
 Schritt 6: Die Vorbereitung: ganz bereit sein	199
6A: Mach den Schritt von „fast bereit“ zu „ganz bereit“	201
6B: Lege dir neue konstruktive Gewohnheiten zu	210
6C: Nimm deine Identität als geliebter Mensch an	219
 Schritt 7: Die Bitte: in Demut bitten	231
7A: Sei der Käfer	233
7B: Steh zu deinen Gefühlen, aber lass dich nicht von ihnen beherrschen	240
7C: Befreie dich von dem Stein	250
 Schritt 8: Der Schaden: Wem haben wir Schaden zugefügt? ...	259
8A: Erstelle eine Liste	261
8B: Sei bereit, Wiedergutmachung zu leisten	271
8C: Lerne zu vergeben	283
 Schritt 9: Die Wiedergutmachung: den Schaden beheben	295
9A: Verstehe, was es bedeutet, Wiedergutmachung zu leisten	297
9B: Lerne, das direkte Gespräch zu suchen	307
9C: Lerne, Fehler einzugestehen	317
 Schritt 10: Die Wiederholung: kontinuierliche Lebensbilanz ...	325
10A: Lebe einen Tag nach dem anderen	327

Schritt 11: Die Verbindung: das Leben mit Gott	341
11A: Vertiefe deine Verbindung zu Gott	343
11B: Übe dich in Gebet und Meditation	353
11C: Tu das Nächstrichtige	364
 Schritt 12: Die Berufung: anderen helfen	 373
12A: Gib es weiter, wenn du es behalten willst	375
12B: Komm wieder	386
12C: Halte dich an der Hoffnung fest	395
 Epilog: Der 13. Schritt	 400
 Danksagung	 403
 Anmerkungen	 405