

Einleitung	7
Sich absichern	15
Die Antwort Jesu	27
Der Mangel an Sinn	35
Die Antwort Jesu	45
Falsch verstandene Kontemplation	53
Die Antwort Jesu	65
Kreisen um sich selbst	69
Die Antwort Jesu	76
Sich einrichten in der Lebensmitte	81
Die Antwort Jesu	88
Alte Menschen, die nicht gelebt haben	93
Die Antwort Jesu	99
Ich habe etwas versäumt	105
Die Antwort Jesu	111

Psychopharmaka als Ausweichen	117
Die Antwort Jesu	129
Die Liebe nicht versäumen	133
Die Antwort Jesu	138
Die christliche Tugend der Hoffnung	141
Erster Schritt:	
Das Leben wagen	151
Zweiter Schritt:	
Sich auf den Wettkampf des Lebens einlassen	153
Dritter Schritt:	
Sich von konkreten Bildern befreien	155
Vierter Schritt:	
Hoffen auf das wahre Wesen	156
Fünfter Schritt:	
Hoffen angesichts des Kreuzes	157
Sechster Schritt:	
Vom Ich zum Du	159
Siebter Schritt:	
Übersteigen der konkreten Wirklichkeit	161
Weiterfahren auf dem Meer des Lebens	165
Quellen und Hinweise zum Weiterlesen	171