

# Der Wunsch, spontan und aufrecht zu lieben

## Inhalt:

### 1. Kapitel Spontan lieben - eine Reife, die nicht von selbst kommt

- 1 Spontan lieben - zwei Bilder
- 2 Die Liebe als Urtrieb
- 3 Die Voreinstellung: Ich bin geliebt und lebe, um zu lieben
- 4 Die kleinen Schritte zu spontanem Lieben
- 4.1 Ehrlichkeit mir selbst gegenüber
- 4.2 Bereitschaft, in der Erziehung der Natur immer neu anzufangen
- 4.3 Den Wildbach schonend regulieren

### 2. Kapitel Aufrecht lieben - von der Liebe als Rückgrat der Persönlichkeit

- 1 Die Liebe zur Grundkraft des Tages werden lassen
- 1.1 Der Stimmungsgehalt am Abend und beim Wachwerden:  
Ich will erwachen, um zu lieben
- 1.2 "Leerlaufzeiten" als Übungszeiten: "Positiv direkt lieben" (J.K.)
- 2 Die Liebe zur Grundkraft des Handelns werden lassen

### 3. Kapitel Aufrecht lieben - von der "ersten" Liebe und dem Mut, ganz neu anzufangen

- 1 Erste Liebe
- 2 Wenn sich Staub darüber legt
- 3 Enttäuschung und die "zweite Chance"
- 3.1 Enttäuschungen an Verhältnissen
- 3.2 Enttäuschungen an Menschen
- 3.3 Enttäuschungen an Gott
- 3.4 Enttäuschungen an sich selbst
- 4 Der erloschene Vulkan oder:  
Von der Liebe, die wieder erwachen kann
- 4.1 Enttäuschungen gehören dazu
- 4.2 Neu anfangen - jetzt und jeden Tag wieder
- 4.3 Der Alltagsweg:  
"Kehre zurück zu deinen früheren Werken" (Off 2,5)
- 5 Eine Front muss sicher sein

### 4. Kapitel Die Kraft einer Frau, die liebt

- 1 Wo Maria die Welt berührt
- 2 Der schöne Ort in mir und anderen