

Inhalt

Einführung	11
1 Das unabhängige Selbst	23
2 Es geht bergab	39
3 Abhängigkeit	75
4 Unterstützung	103
5 Ein besseres Leben	139
6 Loslassen	184
7 Schwierige Gespräche	235
8 Tapferkeit	282
Epilog	315
Anmerkungen	321
Danksagung	333