

## INHALT

Kursbuch .....	9
Die Allegorie von der Kutsche IV .....	13
Ein paar Worte zum Beginn .....	17
Die drei bisherigen Wege: Selbstabhängigkeit, Liebe und Trauer .....	23
1 <i>Was ist Glück?</i> .....	45
Sich auf die Suche nach dem Glück machen .....	47
Niemals aufgeben .....	54
2 <i>Umwege</i> .....	81
Unglück und Erwartungen .....	83
Vom Irrweg zur Konformität .....	91
3 <i>Sich wieder auf den Weg machen</i> .....	123
Die Sinnsuche .....	125
Die vier Glückstypen .....	146
4 <i>Wohlergehen, Psychologie und Glück</i> .....	167
Das Leben genießen .....	169
Therapie und ihre Grenzen .....	173
Glück und Spiritualität .....	195
Der Weg zum Glück .....	197
5 <i>Und dann?</i> .....	201
Die Theorie von den sich überlagernden Ebenen ...	203
Epilog .....	219
Bibliographie .....	221