

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 Was ist Glück?	45
Sich auf die Suche nach dem Glück machen	47
Niemals aufgeben	54
2 Umwege	81
Unglück und Erwartungen	83
Vom Irrweg zur Konformität	91
3 Sich wieder auf den Weg machen	123
Die Sinnsuche	125
Die vier Glückstypen	146
4 Wohlergehen, Psychologie und Glück	167
Das Leben genießen	169
Therapie und ihre Grenzen	173
Glück und Spiritualität	195
Der Weg zum Glück	197
5 Und dann?	201
Die Theorie von den sich überlagernden Ebenen ...	203
Epilog	219
Bibliographie	221