

Inhalt

Einleitung 7

1 Was uns glücklich macht 15

2 Warum Gefühle im Gehirn entstehen 45

3 Belohnung ist alles 73

4 Das ganz persönliche Glück 99

5 Sucht – die verzweifelte Suche nach dem Hoch 131

6 Wenn das Glücksnetz erkrankt 161

7 Happy Pills – der kurze Weg
zum Wohlbefinden? 179

8 Das Glück kann man lernen 195

Epilog 225