

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	2
Das Mysterium Selbstliebe.....	6
Die Ursachen und Folgen ausbleibender Selbstliebe.....	10
Ursachen für fehlende Eigenliebe.....	11
Folgen fehlender Selbstliebe.....	29
Sich selbst lieben lernen	43
Sich selbst kennenlernen	44
Schritt für Schritt zur Selbstliebe.....	61
Selbstliebe in zwischenmenschlichen Beziehungen.....	95
Wichtige Abgrenzungen zur Selbstliebe	107
Schlusswort	110
Quellenverzeichnis	112