

# Inhalt

Vorwort .....	7
<b>Teil 1: Das Leben lieben .....</b>	<b>13</b>
Das Gehirn ist das Organ der Liebe .....	15
Für das Leben sein .....	22
Sich vom Gehirn nicht alles bestimmen lassen .....	30
Schmerz gehört dazu, Leid nicht. ....	40
Das Kopfspiel gewinnen.....	46
Sie sind der Guru Ihrer Stimmung .....	56
Die Natur beseelt .....	67
<b>Teil 2: Sich selbst lieben .....</b>	<b>79</b>
Mit sich befreundet sein .....	81
Die Suche nach der eigenen Identität .....	91
Ihr unveräußerlicher Wert .....	99
Wie verlässlich sind Sie?.....	107
Der Partner als Spiegel .....	113
Der Mensch ist ein dynamisches Wesen .....	122
Die Unlust überwinden.....	133

<b>Teil 3: Den anderen lieben . . . . .</b>	141
Die Andersartigkeit respektieren. . . . .	143
Das Seelenband stärken . . . . .	151
Nähe und Distanz . . . . .	160
Wollen Sie recht haben oder lieben? . . . .	172
Begriffe engen den Raum für Gefühle ein . . .	180
Eine neue Herzlichkeit . . . . .	193
Die Freude des anderen mehren . . . . .	202
<b>Zum Abschluss. . . . .</b>	211
<b>Anmerkungen. . . . .</b>	213
<b>Literaturverzeichnis . . . . .</b>	216
<b>Sachregister . . . . .</b>	217