

MIRIAM MECKEL

# **BRIEF AN MEIN LEBEN**

Erfahrungen mit einem Burnout

Rowohlt

## INHALT

Ein Fenster zu mir	9
Medizinischer Stubenarrest	12
Meine Sinne	24
Lebensentgrenzung	34
Schlaflos im Allgäu	47
Außenwelt und Innenwelt	62
Trennkost und mehr Verbindendes	75
1 Mein Kategorienfehler	84
Die Leben der anderen	97
Inseln in mir	115
Die Sucht bedankt sich und geht	148
Pflegeleicht	160
Funktionieren und Leben	168
Inneneinsichten	181
Wer ist mein Freund?	195
Texturen	206
Liebes Leben	215
Anmerkungen	221