

Elisabeth Kübler-Ross
David Kessler

Geborgen im Leben

Wege zu einem erfüllten Dasein

Aus dem Amerikanischen von Susanne Schaup

HERDER

FREIBURG • BASEL WIEN

Inhalt

Eine Botschaft von Elisabeth	9
Eine Botschaft von David	11
Eine Vorbemerkung an die Leserinnen und Leser	14
Lektion 1 - Authentizität	15
Lektion 2 - Liebe	35
Lektion 3 - Beziehungen	56
Lektion 4 - Trauer	74
Lektion 5 - Macht	97
Lektion 6 - Schuldgefühle	108
Lektion 7 - Zeit	121
Lektion 8 - Angst	134
Lektion 9 - Zorn	151
Lektion 10 - Spielen	164
Lektion 11 - Geduld	179
Lektion 12 - Anheimgeben	191
Lektion 13 - Vergebung	207
Lektion 14-Glück	217
Die letzte Lektion	231