

Cheryl Strayed

Der große Trip zu dir selbst

Ungeschminkter Rat für die Liebe,
das Leben und andere Katastrophen

Aus dem amerikanischen Englisch von
Maria Zettner



kailash

Inhalt

<i>Vorwort zur deutschen Ausgabe</i>	11
--	----

Teil eins

Es waren immer nur wir selbst

Wie ein Gongschlag	17
Wie man sich befreit	24
Die hemmungslos ausgelassene Parade	37
Ein Motorrad ohne Fahrer	43
Bilanz ziehen	45
Da ist ein Bündel auf deinem Kopf	55
Schreib wie ein Arschloch	60
In einem neuen, differenzierteren Licht	69
Kumpel im Wald	72
Abstoßende Gedanken machen mich an	81
Hilfe annehmen	86

Teil zwei

Der geheimnisvolle Stern, der euch hierhergeführt hat

Der kleine Vogel	97
Geh! Geh! Geh!	101
Die schwarze Rundung	103

Die Hölle, das sind die Freunde der anderen	109
Klatsch, klatsch, klatsch!	113
Die Frau in der Sackgasse	119
Sperma ist kein Hexenwerk	125
Die irren Sexbeichten	134
Die Zukunft hat ein altes Herz	138
Scheinheilige Herumdruckerei	145
Was den Menschen zum Menschen macht	149

Teil drei

Das Gießen musst du schon selbst übernehmen

Die Schöne und das Biest	161
Ich habe mich für van Gogh entschieden	171
Die andere Seite des Beckens	173
Die Wahrheit, die dort wohnt	179
Zu viel Farbe	189
Kleine Revolutionen	193
Nicht genug	200
Nein ist Gold wert	203
Liebe ist kein Wettkampfsport	209
Ein großartiges Leben	215
Die bekannten Unbekannten	225
Auf deiner Insel	228

Teil vier

Meinetwegen musst du nicht lädiert sein

Der Zauber des Sein-Wollens	233
Etwas wunderbar Neues	240
Ein dunkler Tunnel, der dich aufweckt	248
Wie die echte Arbeit getan wird	250
Das Schwesterschiff, das uns nicht an Bord hatte	258

Dein unsichtbarer innerer Dämon	266
Neben dem Telefon	271
In uns allen steckt ein Barbar	275
Das quirlige Weibsbild	283
Die schlimmen Dinge	288
Geschmeidig	295
Die ausgelöschte Stelle	298

Teil fünf

Steck es in eine Kiste und warte ab

Ein kleiner Fleck auf deinem Schatz	309
Wir sind hier, um unser Haus zu bauen	319
Die leere Schüssel	324
Wachse über dich hinaus	333
Ein schillerndes Stück deiner geheimnisvollen Bestimmung	339
Das Wunderbare im Alltag	342
Wir nennen es eine Riesenscheiße	347
Bist du meine Mutter?	359
Zehn zornige Jungs	363
Kleine Freuden	376
<i>Dank</i>	381