

Das Leben kann so leicht sein



Manfred Lütz
→ **Das Leben kann so leicht sein**
Lustvoll genießen
statt zwanghaft gesund
139 Seiten, Kt, 3. Aufl. 2011
€ (D) 12,95/€ (A) 13,40
ISBN 978-3-89670-605-8

Über das Buch

Wer heute glücklich und gesund sein will, nimmt einiges auf sich. Man isst kalorien- und cholesterinbewusst, quält sich im Fitness-Studio und geht zum Psychotherapeuten. Glück und Gesundheit sind zur Ersatzreligion geworden, zum Heil, das es hier und heute uneingeschränkt zu erreichen gilt.

Manfred Lütz deckt die Vergeblichkeit dieses Strebens auf. Pointiert, humorvoll und bisweilen ketzerisch geht er ins Gericht mit Gesundheitsaposteln und Fitnesspäpsten, Talkshowtherapeuten und Hobbyanalytikern. Utopischen Glückserwartungen stellt der Autor ein realistisches und umso befriedigenderes Motto gegenüber: Gesund ist, wer mit seinen Einschränkungen glücklich leben kann. Lütz lenkt den Blick auf die Wegbereiter für Lebenslust: Genuss ohne Reue, zwecklose Muße und bewusste Hingabe an den unwiederholbaren Augenblick.

Das Buch zielt auf eine Haltung der gelassenen Zustimmung zur Welt, eine „Lebenskunst“, die auch unter widrigen Umständen die Lust am Leben erhält.

„Manfred Lütz ist ein Phänomen! Ein Seelenkenner vor dem Herrn, Theologe und Psychiater, ein Prediger, gefangen im Körper eines Chefarztes. Gefangen? Befreiend ist sein Blick auf die verrückte Welt, seine Diagnosen zum Gesundheitswahn sind humorvoll, originell und tiefgründig zugleich. Er hat mich sehr inspiriert! Mögen sich noch viele Menschen mit diesem Buch gesund lachen!“

Dr. Eckart v. Hirschhausen, Arzt, Kabarettist und Autor des Buches „Arzt-Deutsch/Deutsch-Arzt“

**Ich bestelle bei
meiner Buchhandlung:**

Ex. Titel	ISBN
— Das Leben kann so leicht sein — € (D) 12,95/€ (A) 13,40	978-3-89670-605-8
Preis zzgl. Porto u. Verpackung	

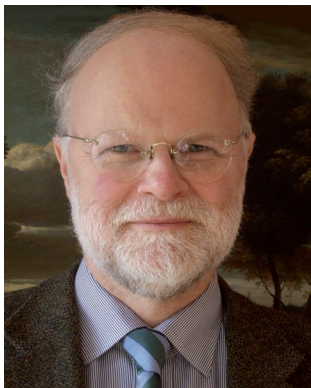
Name _____
Straße _____
Ort/Land _____
E-Mail _____

☐ Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine Adresse für den Newsletter in den E-Mailverteiler auf.

Unterschrift/Datum _____

Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Die Autor



Dr. Manfred Lütz

Dr. Manfred Lütz, Studium der Medizin, Philosophie und katholischen Theologie in Bonn und Rom. Facharzt für Nervenheilkunde, Psychiatrie und Psychotherapie, Chefarzt eines psychiatrischen Krankenhauses in Köln-Porz. Dozententätigkeit an mehreren Akademien und Instituten. Verteter eines lösungsorientierten Therapieansatzes.

Bestseller-Autor von Büchern, in denen er sich mitunter satirisch und humorvoll von der Warte des Psychotherapeuten mit dem „Diät-Sadismus, dem Gesundheitswahn und dem Fitness-Irrsinn“, aber auch mit der katholischen Kirche („Der blockierte Riese“) beschäftigt. Bekannt durch viele Interviews in Zeitschriften, Magazinen und in Talkshows.

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung

Eine Gebrauchsanweisung

Lustfeindlicher Gesundheitswahn:

Auch wer gesund stirbt, ist definitiv tot

Eine neue Religion

Gesund in den Himmel

Normal ist ... leichter Schwachsinn

Wer früher stirbt, lebt länger ewig

Von der katholischen Prozessionstradition

zur Chefarztvisite

Gesundheitspolitik und Wege zum

unglücklichen Leben

Wie man sich am Zahnersatz festbeißt

Staatlich geförderte Korruption

Vorbeugend leben, um gesund zu sterben

Eine Religion frisst ihre Kinder

Der Fundamentalismus der Gesundheitsreligion:

»Mein Mann stirbt übrigens nächsten

Mittwoch ...«

Die Galle von Zimmer 5 ist auf der Flucht

Halbgötter in der Sackgasse

Unvermeidlich glücklich werden

Lösungen an den Grenzen der Existenz

Die Lust zu altern und die Kunst zu sterben

Der Sturz der Götter und die Weisheit

Lebenslust und Psychofrust

Ungebremst in die Sackgasse

Bischofsringe und Exkommunikationen

Ein großer Auftritt

Das Ende einer Illusion

Lukrative Utopien

Sie lächeln so, was verdrängen Sie?

Warum wir Zuwanderung brauchen

Menschenopfer

Vorschriftsgemäß leben

Professionell verzweifeln

Gekonnt sterben

Über Risiken und Nebenwirkungen

der Psychotherapie

Existenzielle Zuhälterei

Der psychische Apparat und die

Gretchenfrage

Psychotherapie oder Seelsorge

Lust am Leben und die Quellen des Glücks

Das Geheimnis der Zeit

Nieder mit der Freizeit!

Loriot und der Lobpreis des Nichts

Feste feiern

Die Unwiederholbarkeit jedes Moments

Zwei alte Männer und die Ewigkeit

»Warum liebst du mich eigentlich?«

»Wenn das die himmlische Liebe ist,

dann kenne ich sie auch!«

Die Sinnlichkeit der Ewigkeit

Wer hat Lust zu leben?

Wie wirklich ist die Wirklichkeit?

Das Staunen, die Wahrheit und das Glück

Nachbemerkung

Über den Autor