

**DEPRESSION**  
oder  
*Erleuchtung?*



**Der Atem des Lebens**

Sandra Mularczyk

# Depression oder Erleuchtung?

1. [Titel Seite](#)
2. [Impressum](#)
3. [Tiefe Traurigkeit](#)
4. [Angst vor dem Leben](#)
5. [Verlernt zu leben](#)
6. [Es gibt keine "Sicherheit"](#)
7. [Immer kann etwas "passieren"](#)
8. [Kontrolle über mein Leben?](#)
9. [Es gibt keine Wahrheit](#)
10. [Nicht-Wissen](#)
11. [Ich weiß NICHTS](#)
12. [Wir wissen alle NICHTS](#)
13. [Angst vor dem Tod](#)
14. [Totes Leben](#)
15. [Wahnsinnig und klar zugleich](#)
16. [Blinde, schlafende Menschen](#)
17. [Lebensmüde](#)
18. [Ich liebe das Leben](#)
19. [Das Leben ist so schön, dass es weh tut](#)
20. [Depression bedeutet Nicht-Können](#)
21. [Ohne Atem geht "nix"](#)
22. [Es fließt nicht mehr](#)
23. [Ohne Atmen kein Leben](#)
24. [Luft anhalten](#)
25. [Atmen bedeutet LEBEN](#)
26. [Depression= nicht atmen](#)
27. [Gedanken sind nicht "schlimm"](#)
28. [Gedanken kommen und gehen wie Wolken am Himmel](#)
29. [Sich an Gedanken "festkrallen"](#)
30. [Wahr und gleichzeitig falsch](#)
31. [Loslassen und vertrauen](#)
32. [Wissend trotz Ungewissheit](#)

33. Nicht wissen und doch erkennen
34. Wo es atmet, LEBT es
35. Atme und alles verwandelt sich in "Liebe"