



# Dr. Rolf Merkle

## *Wenn das Leben zur Last wird*



*»Sie können in kleinen Schritten ins Leben zurückkehren,  
wieder mehr Freude empfinden. Versprochen.«*

ROLF MERKLE

### INHALT

1–2 Einleitung

3–10 Teil I

Kräfte sammeln – Hoffnung schöpfen

11–14 Teil II

Informationen zu Depressionen

15–25 Teil III

Die Depression überwinden

26–34 Teil IV

Probleme bewältigen

35 Schlusswort

