

Inhalt

Vorrede	9
Zum Start: Die Ambivalenzen im Guten, Richtigen und Wahren ..	11
1 Für wen ist das Gute gut?	15
2 Angenehme Gefühle können trügen	19
3 Ist das, was man will, auch gut?	23
4 Der Schaden von Selbstverbesserung	26
5 Soll das innere Kind »Heimat finden«?	29
6 Die seelische Selbstverbesserungsanstalt	32
7 Bedürfnis – was ist das?	36
8 Die Sache mit der seelischen Gesundheit	40
9 Wenn die Person nicht zur guten Rolle passt	43
10 Veränderung aus Absicht(slosigkeit)	46
11 Woran kann man Gutes erkennen?	49
12 Ist »positives Denken« positiv?	52
13 Flucht in die Gesundheit	56
14 Wenn Empathie in die Symbiose führt	60
15 Lohnt es sich, sich zu verwöhnen?	63
16 Ist Frieden friedlich?	66

17 Vorsätze: Segen oder Fluch?	69
18 Zur Tragik und Unerlässlichkeit von Ambition	72
19 Vom Zwang der Freiheit	76
20 Balance als Scheinlösung	79
21 Das Gute hat immer Konkurrenz	84
22 Sollte man eins werden mit sich selbst?	87
23 Selbstbestätigung oder Verunsicherung?	92
24 Selbstbewusstsein oder Selbst-Bewusstsein?	96
25 Das falsche »wahre Selbst«	100
26 Ist Wahrheit gewiss?	104
27 Trügerischer Erfolg	108
28 Über Scheinheiligkeit von Konsens	111
29 Lösungen machen bisweilen blind	114
30 Funktionalisierte Achtsamkeit	118
31 Einfach machen! Ernsthaft?	121
32 Kann Denken wahr sein?	125
33 Gleichheit der Ungleichen?	128
34 Grenzen setzen? Geht nicht!	132
35 Warum autonome Menschen nicht autark sind	135
36 Führung kann nie gut sein	139

37 Planen mit Überraschungen?	143
38 Ohnmächtige Allmacht	146
39 Vom Schaden idealer Beziehungen	150
40 Über Loch-rauskrabbel-Probleme	153
41 Authentisch sein in sozialen Rollen	156
42 Das Merkmal von Scharlatanen.....	158
43 Fehler machen dürfen? Nein!.....	161
44 Vertrauen braucht Misstrauen	164
45 Stärken stärken?	167
46 Das Recht auf Unglück	170
47 Ein Appell, die Appelle bleiben zu lassen	173
48 Recht haben führt ins Unrecht	176
49 Über nicht ehrliche Ehrlichkeit und heilsame Intransparenz ..	182
50 Böse und gut	186
Zum Schluss: Sicher werden im Umgang mit Unsicherheit	190
Danksagung	195
Literaturverzeichnis	196
Über den Autor	204