

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Was Sie erwartet</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Obenrum viel los</b>	<b>11</b>
	2.1 Ich sehe was, was Du nicht siehst	12
	2.2 Was denken Sie, denken Sie?	26
	2.3 Denkmuster	34
	2.4 Wie wir unsere Welt konstruieren	48
	Literatur zur Vertiefung	78
<b>3</b>	<b>Obenrum frei machen</b>	<b>79</b>
	3.1 Die neue Sicht	80
	3.2 Dämonen und der Ruhepol	99
	3.3 Ziele und Lebensentwurf	117
	3.4 Die neue Welt	138
	Literatur	158
<b>4</b>	<b>... und so bleiben!</b>	<b>159</b>
	4.1 Umgewöhnung	160
	4.2 Training	170
	4.3 Philosophien	180
	4.4 Leitlinien	188
	Literatur zur Vertiefung	196
	<b>Index</b>	<b>199</b>