

# 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>