

INHALT

EINLEITUNG	7
1. KAPITEL	
Die Unzufriedenheit verwandeln – sich auf grundlegende menschliche Werte beziehen	17
2. KAPITEL	
Der menschliche Faktor – Aufmerksamkeit für zwischenmenschliche Beziehungen	43
3. KAPITEL	
Geld verdienen – das Verhältnis zwischen Reichtum und Glück	57
4. KAPITEL	
Die richtige Balance finden – zwischen Langeweile und Herausforderung	73
5. KAPITEL	
Job, Karriere und Berufung – die Frage nach dem tieferen Sinn	103

6. KAPITEL

Selbstbewusstheit und Selbsterkenntnis – in der Realität wurzeln	125
-------------------------------------------------------------------------------	-----

7. KAPITEL

Arbeit und Identität – zu größerer Freiheit finden	147
--------------------------------------------------------------	-----

8. KAPITEL

Die richtige Art des Lebensunterhalts – anderen nicht schaden	165
----------------------------------------------------------------------------	-----

9. KAPITEL

Happiness at work – Arbeit, in der man Glück findet . . .	183
-----------------------------------------------------------	-----

ANHANG

Meditationsübungen, die zum inneren Gleichgewicht beitragen	217
Editorische Notiz	221