

# INHALT

---

ANMERKUNG DER AUTOREN · 9

EINLEITUNG · 11

KAPITEL 1 · 21

DIE WELT VERSTEHEN

KAPITEL 2 · 51

DAS INNERE GLEICHGEWICHT FINDEN

KAPITEL 3 · 81

WIE WIR GELIEBT WURDEN

KAPITEL 4 · 111

DAS TRAUMASPEKTRUM

KAPITEL 5 · 141

ZUSAMMENHÄNGE HERSTELLEN

KAPITEL 6 · 179

VON DER TRAUMABEWÄLTIGUNG ZUR TRAUMAHEILUNG

KAPITEL 7 · 217

POSTTRAUMATISCHE WEISHEIT

KAPITEL 8 · 247

UNSER GEHIRN, UNSERE VORURTEILE, UNSERE SYSTEME

KAPITEL 9 · 287

BEZIEHUNGSHUNGER IN DER MODERNEN WELT

KAPITEL 10 · 319

WAS WIR JETZT BRAUCHEN

EPILOG · 337

QUELLEN · 349

DANK · 353

REGISTER · 354