

INHALT

Ein Wort vorweg	7
-----------------------	---

ICH UND ICH

Betreten der Baustelle auf eigene Gefahr	9
Chaos und Ordnung	19
Diese verfluchte Motivation	29
Entscheidung getroffen!	37
Die perfekte Niederlage	45
Stress, lass nach!	53

ICH UND DIE ANDEREN

Es gibt viel zu fühlen	61
Endgegnerin Kommunikation	69
Wer wäre ich ohne meine Freunde?	77
Liebe im Getriebe	85
Die liebe Verwandtschaft	93

ICH UND DER ALLTAG

Das bisschen Haushalt	101
In der Kürze liegt die Würze	109
Das beste Investment	117
Tatort Fitnessstudio	125
Hilfe, ich habe frei!	133