

# INHALT

<b>Einleitung .....</b>	11
»Glücklich« (Erfüllung) .....	14
»Attraktiv« (Liebe) .....	14
»Millionär« (Erfolg) .....	14
 <b>Kapitel 1: Bringt den Prügelnden nicht gegen euch auf</b>	
Geschafft .....	17
 <b>Kapitel 2: Glücklich ist man jetzt oder nie .....</b>	
Es beginnt mit dem Selbstwert .....	27
 <b>Kapitel 3: Vergleiche: Prima zum Überleben,</b>	
<b>mies für das Glück .....</b>	34
Wenn du alle anderen ermordet hättest, ja, dann vielleicht ... .	36
 <b>Kapitel 4: Im Wettstreit mit den Kardashians .....</b>	
Fake it to make it .....	43
 <b>Kapitel 5: Schmeißt euren Verstand raus .....</b>	
Das Dilemma des Milliardärs .....	56
Eine Theorie der menschlichen Motivation .....	59
Eine neue gesunde Angewohnheit .....	62
Religiöse Dankbarkeit .....	66

<b>Kapitel 6: Ein glücklicher Jongleur .....</b>	73
Die Wahl der Waffeln .....	77
<b>Kapitel 7: Binäre Schubladen machen uns fertig .....</b>	82
<b>Kapitel 8: Mama, hör auf, mich nach Liebe zu fragen ..</b>	90
Bis dass der Tod uns scheidet .....	93
<b>Kapitel 9: Erschaffe deine Leidenschaft .....</b>	97
Leicht verdientes Geld .....	99
Das Einfache ist beliebt, das Komplexe nicht .....	100
1. Angenehme Arbeit .....	102
2. Arbeit, die anderen hilft .....	104
3. Mach nicht nur, was du gern tust, mach das, worin du gut bist	110
4. Nicht mit Arschlöchern arbeiten .....	113
5. Work-Life-Balance .....	114
<b>Kapitel 10: Die Reise zurück zum Menschen .....</b>	117
Allein, wütend und sterbend .....	120
Drei beste Freunde und ihre Erfolgsguru-Abhängigkeit .....	128
<b>Kapitel 11: Ich habe gerade meinen Job hingeschmissen</b>	134
Ein System für den Ausstieg .....	135
Die Klammeraffen und eine Lektion in Sachen Ungewissheit ...	140
Barack Obama hat mir erzählt, wie er wichtige Entscheidungen trifft .....	144
<b>Kapitel 12: Den Flieger in der Luft halten .....</b>	150
<b>Kapitel 13: Das Flugzeug durch einen Tornado lenken</b>	159
<b>Kapitel 14: Das achte Weltwunder .....</b>	177
Das achte Weltwunder .....	179
Die Macht der Verzinsung .....	181

Die Macht der Zeit .....	182
Unsichtbare PR .....	186
Mein Zahnarzt war ein Philosoph .....	189
<b>Kapitel 15: Montags darf meine Assistentin nicht mit mir reden .....</b>	<b>195</b>
Die Forschung sagt, du schränkst dich selbst ein .....	198
Du entscheidest, wer du bist .....	200
Du willst es nicht, du willst es nur wollen .....	205
Ich floh vor den Mädchen, die ich liebte .....	211
Warum ich pleitegehen werde .....	216
<b>Kapitel 16: Wie man Verantwortung übernimmt wie ein glücklicher, attraktiver Millionär, wenn man unglücklich, hässlich und pleite ist .....</b>	<b>221</b>
Ich hatte nicht damit gerechnet, über Politik zu reden, aber ... .	230
<b>Kapitel 17: Ich bin genauso unmotiviert wie du – mit einem Unterschied .....</b>	<b>232</b>
Deine Ziele, dein Glück, dein Bedauern .....	233
Ausgebrannt und motivationslos .....	239
Du bist der einzige großartige Mensch, der du werden kannst ..	242
Wenn sie dich dafür bezahlen, könnte es schwerer sein .....	244
Wie ich ein unmotivierter Instagram-Partner wurde .....	248
<b>Kapitel 18: Wie man der Weltbeste in etwas wird, ohne der Weltbeste in irgendetwas zu sein .....</b>	<b>254</b>
Die Kunst der Kompetenzbündelung .....	256
Wie du ein branchenführendes Kompetenzenbündel aufbauen kannst .....	262
<b>Kapitel 19: Zocken wie ein glücklicher, attraktiver Millionär .....</b>	<b>266</b>
Sanduhren und Opfer .....	268

Wie würden wir unser Leben führen, wenn wir unsere Sanduhren sehen könnten? .....	271
Wie man zum Nein-Meister wird .....	274
<b>Kapitel 20: Frieden schließen mit meinem Tagebuch ..</b>	<b>284</b>
Wie kann ich genug sein, wenn ich doch so viel mehr sein will?	287
<b>Buchtipps .....</b>	<b>293</b>
<b>Hier kannst du mich finden .....</b>	<b>294</b>
<b>Quellenverzeichnis .....</b>	<b>295</b>
<b>Danksagung .....</b>	<b>303</b>