

# INHALT

Vorwort .....	7
Mehr Wissen?.....	9
<b>TEIL 1. Lesen im Zeitalter von Social Media .....</b>	<b>13</b>
Die Gefahren von Social Media .....	15
Warum wir immer mehr Informationen, aber immer weniger Wissen haben .....	17
Fokus in einer Zeit voller Ablenkung .....	21
Warum die Gewinner der Zukunft diejenigen sind, die Bücher lesen.....	22
Warum soziale Medien ein Segen sind, wenn man sie richtig nutzt.....	24
Die Verbindung zwischen digital und analog .....	26
<b>TEIL 2. Der Wert von Büchern.....</b>	<b>29</b>
Das gebündelte Wissen der Welt für wenig Geld.....	30
Von den größten Dichtern, Denkern und Machern der Geschichte lernen .....	33
Wir stehen auf den Schultern von Giganten.....	36
Aufgearbeitetes und ansprechend verpacktes Wissen.....	38
Auszeit von der digitalen Manipulation .....	41
Wissen, das nicht gelöscht oder gestrichen werden kann .....	43
Bücher haben keine Einstiegshürden oder Gatekeeper.....	47
Warum Bücher wertvoller sind als Internetquellen.....	50
Warum Bücher dich weiter bringen als KI.....	53
Wissen aneignen, statt nur Informationen aufzunehmen .....	56
<b>TEIL 3. Warum Lesen wichtig ist: Lesen verbessert die Gesundheit .....</b>	<b>59</b>
Wer liest, ist gesünder .....	61
Besser gelaunt und ausgeglichener durch Lesen.....	65
Lesen fördert die mentale Gesundheit .....	66
Durchs Bücherlesen mehr erreichen .....	69
Beispiele erfolgreicher Leser.....	77
<b>TEIL 4. Die Überwindung zum Lesen .....</b>	<b>89</b>
Lesegewohnheiten etablieren.....	91
Lesen ist ein Spiel .....	97
Spaß beim Lesen haben .....	101
Lesen als Erholung.....	104

Lesen schenkt dir verlorene Zeit zurück.....	106
Belohne dich mit Lesen .....	108
Mehrere Bücher gleichzeitig lesen.....	110
Dünne Bücher statt dicke Bücher.....	112
Einfach mal reinlesen .....	114
Bücher nicht zu Ende lesen .....	116
Bilderbücher sind auch Bücher.....	118
Bücherlisten erstellen.....	120
Lesen sozial machen.....	123
<b>TEIL 5. Besser und schneller lesen .....</b>	<b>127</b>
Wir lesen wie Grundschüler .....	129
Effizienter lesen.....	131
Nicht zurückspringen .....	133
Querlesen .....	135
Überfliegen .....	137
Diagonales Lesen.....	139
Skimming .....	141
Speed-Reading.....	143
Hybridlesen.....	149
Schneller lesen lernen.....	151
Die richtige Leseumgebung finden .....	153
Die Auswirkung der Tageszeit beachten.....	156
Binaurale Beats nutzen.....	158
Fokussieren lernen .....	160
<b>TEIL 6. Das Leseverständnis .....</b>	<b>165</b>
Wissen kombinieren .....	167
Bestimmte Bereiche lesen.....	171
Nischenlesen .....	174
Autorenlesen .....	177
Klassiker lesen.....	179
<b>TEIL 7. Das Wissen zu 100 Prozent behalten.....</b>	<b>183</b>
Haftmarker ins Buch kleben .....	185
Markieren von Textstellen .....	187
Notizen machen.....	189
Das Gelesene wiedergeben .....	192

Essays schreiben .....	194
<b>TEIL 8. Das richtige Medium finden.....</b>	<b>197</b>
Das physische Buch .....	199
Der E-Reader.....	201
Das Hörbuch .....	203
Buchzusammenfassungen .....	205
<b>TEIL 9. Die richtigen Bücher finden.....</b>	<b>209</b>
Amazon nutzen .....	211
Im Buchladen stöbern.....	213
Gebrauchte Bücher .....	214
Die Bibliothek als Ressource nutzen .....	217
Buchclubs und Empfehlungen.....	219
<b>TEIL 10. Ein Leben lang lesen .....</b>	<b>223</b>
Lebenslanges Lesen mit Leichtigkeit .....	224
Es gibt viel mehr Bücher, als du lesen kannst .....	227
Das richtige Buch zur richtigen Zeit finden .....	229
Ein Leben voller Bücher und Inspiration .....	231
Über die Autoren .....	234
Endnoten.....	235