

Inhalt

Einleitung

*Wie dieses Buch funktioniert
und Sie daraus den größten Nutzen ziehen* 11

1. Entscheide bewusst

*Lerne, allen notwendigen Entscheidungen
mit der gleichen Achtsamkeit zu begegnen* 21

2. Ignoriere Beeinflussung

*Lerne, dass niemand anderer dich zu einer
falschen Entscheidung führen kann als du selbst* 51

3. Lerne zu scheitern

*Lerne, dass du die Möglichkeit des Scheiterns
nicht aus der Welt schaffen, aber bewusst
in deine Entscheidungen einbeziehen kannst* 91

4. Nutze die Intuition

Lerne, dass nicht alles mit dem Verstand erfassbar ist 115

5. Schaue niemals zurück

*Lerne, dass Zurückschauen dir Zeit
und Energie raubt für gegenwärtige Entscheidungen* 145

6. Erlange Durchsetzungskraft

*Lerne, dass du Entscheidungen entweder treffen
oder ertragen musst* 163

7. Lebe Veränderung

*Lerne, dass eine Entscheidung alleine
noch keine Veränderung bewirkt*

189

Epilog

209

Dank

211