

# INHALT

**Eine Ode an die Faulheit** **7**

*Kapitel 1*

**Faulheit neu gedacht** **19**

*Kapitel 2*

**Die Faulen sind effizient** **41**

*Kapitel 3*

**Templates: Das Werkzeug  
der effizienten Faulen** **63**

*Kapitel 4*

**Schritt für Schritt zum  
eigenen Template** **97**

*Kapitel 5*

**Die Faulen optimieren  
sich selbst ohne Stress** **119**

*Kapitel 6*

**Die Faulen sind kreativ** **139**

*Kapitel 7*

**Die Faulen sagen nein** **163**

*Kapitel 8*

**Die Faulen sind produktiv** **189**

*Kapitel 9*

**Die Faulen sind reflektiert** **207**

*Kapitel 10*

**Die Faulen sind zufrieden** **227**

*Kapitel 11*

**Die Zukunft gehört den Faulen** **237**

**Die Faulen verpassen nichts** **247**