

Danksagung	6
Vorwort	7
Einleitung	11

TEIL 1: DIE WELT DES DRACHEN 16

Klage nicht darüber, dass Gott den Tiger geschaffen hat, sondern danke ihm, dass er ihm keine Flügel gegeben hat. (Amhara)

1. Die Strategie der eigenen Wirklichkeit
Erkenne, dass du selbst deine Wirklichkeit aus dem schaffst, was du für Tatsachen hältst. 20
2. Die Strategie der Selbstverantwortung
Erkenne, dass du in der Welt deiner Gedanken alleine bist und dir dort niemand helfen kann. 36
3. Die Strategie der Bedingungslosigkeit
Erkenne, dass du manches einfach nicht ändern kannst. 52
4. Die Strategie der Wachsamkeit
Erkenne, dass nicht alles so ist, wie es dir scheint. 70

TEIL 2: DAS ZÄHMEN DES DRACHEN 86

Die Hummel: Sie hat 0,7 cm² Flügelfläche bei 1,2 g Gewicht. Nach den bekannten Gesetzen der Aerodynamik ist es unmöglich, bei diesem Verhältnis zu fliegen. Die Hummel weiß das aber nicht und fliegt einfach. (Christian Niederberger)

5. Die Strategie der Wechselwirkung
Erkenne, dass nie andere etwas mit dir tun, sondern immer du selbst es geschehen lässt. 90

6. Die Strategie der Enthaltbarkeit	
Erkenne, dass nur du selbst entscheidest, was du in dein Denken hineinlässt und wie lange es dort verweilt.	110

7. Die Strategie der Anziehung	
Erkenne, dass du Glück, Erfolg und Reichtum ganz bewusst in dein Leben ziehen kannst.	128

8. Die Strategie der Veränderung	
Erkenne, dass jede Möglichkeit zur Veränderung ausschließlich aus deinem Denken kommt.	146

TEIL 3: DAS REITEN DES DRACHEN	166
<i>Habe den Mut, deine Erkenntnisse in deinem eigenen Leben anzuwenden, und du bekommst Flügel. (Jeremy A. White)</i>	

9. Die Strategie der Macht	
Erkenne, dass du wahre Macht nie mit Gewalt, sondern nur mit Zuwendung bekommen kannst.	170

10. Die Strategie der Furchtlosigkeit	
Erkenne, dass Respekt vor einer Situation sinnvoll, Angst in einer Situation aber gefährlich ist.	186

11. Die Strategie der inneren Ruhe	
Erkenne, dass deine Ruhe und Gelassenheit nur in dir selbst liegen.	200

12. Die Strategie des selbstbestimmten Handelns	
Erkenne, dass du deine Gedanken niemals von Emotionen kontrollieren lassen darfst.	212

Epilog	223
Impressum	224