

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	
<i>Lerne, dass eine Entscheidung alleine noch keine Veränderung bewirkt</i>	189
Epilog	209
Dank	211