

# **INHALT**

Einleitung	7
Sport muss sein	19
Tiere machen glücklich	31
Der buddhistische Weg zum Glück	48
Psychotricks	74
Ich bin dann mal wallfahren	97
Die Zufriedenheit und ich	111
Bestellung beim Universum	134
Geld macht nicht glücklich – oder?	139
Das Lachyoga-Seminar	157
Freunde und andere Herausforderungen	170
Die Suche nach dem Sinn	193
Der Trick mit dem Kleiderschrank	204
Nachtrag	211
Freizeit	213
Liebe	225
Mehr Glück in der Arbeit	239
Ein neues Ziel	249
Nachwort	250