

# *Inhalt*

Vorwort .....	7
1 Akzeptiere dich selbst! .....	9
2 Akzeptiere andere! .....	13
3 Lebe in der Gegenwart! .....	19
4 Mache dich nicht von materiellem Besitz abhängig! .....	25
5 Höre genau zu, und drücke dich präzise aus! .....	32
6 Habe keine Angst, deine Meinung zu äußern! .....	40
7 Habe keine Angst zu scheitern! .....	49
8 Erkenne deinen Wert! .....	55
9 Mache dich nicht von anderen abhängig! .....	63
10 Sei offen! .....	70
11 Vergleiche dich mit niemandem – außer mit dir selbst! .....	79
12 Erweitere deinen Horizont! .....	87
13 Gib etwas zurück! .....	96
14 Achte auf deine Gesundheit! .....	103
15 Gib dich nicht mit weniger zufrieden, als du eigentlich willst! .....	112
16 Investiere in das, was dich langfristig weiterbringt! .....	121

17	Umgib dich mit den richtigen Menschen! . . . . .	130
18	Glaube an dich, auch wenn es sonst niemand tut! . . . . .	141
19	Finde deine Mitte! . . . . .	150
20	Höre auf dein Herz! . . . . .	161
21	Mach dir die Endlichkeit deines Lebens bewusst! . . . . .	171
22	Tue das, was du liebst! . . . . .	181
23	Denke positiv! . . . . .	192
24	Lebe! . . . . .	202
	Dank . . . . .	209