

INHALT

10	Was bedeutet Glücklichein überhaupt, und warum sollten wir danach streben?
16	Machen Geld, Kinder und Partner uns glücklich?
28	Das Glück wohnt im Kopf
36	Glück-Quickies
46	Denk doch mal positiv!
60	Fokussier dich auf deinen Fokus!
70	Heute schon gedankt?
80	Don't worry, be happy!
90	Alles Ommm, oder was?
100	Guten Freunden gibt man ein Küsschen!
108	Wer andere glücklich macht, wird glücklich
116	Ich hoffe, du verzeihst ...
126	Setz den Fokus auf dich selbst!
136	Die Sache mit den Äpfeln und den Birnen
146	Leg einfach los: Einen perfekten Zeitpunkt gibt es nicht
154	Setz dir große Ziele
166	Epilog
170	Dankeschön!
172	Literatur
175	Dankbarkeitstagebuch