

- 7 Danksagung
- 13** Prolog
- 19** Der Weg nach Shangri-La
- 29** Alles fängt im Kopf an
- 41** Die Einfachheit des Glücks
- 49** Die Sache mit der Verantwortung
- 59** Lass deinen Groll los
- 69** Ein gesunder Körper  
ist ein glücklicher Körper
- 79** Kann man Glück kaufen?
- 93** Nach Hause kommen:  
Die Geschichte des Mönchs
- 101** Such dir deinen Weg:  
Die Geschichte des Milliardärs
- 109** Abschied
- 115** Epilog
- 121** Erkenntnisse
- 125** Ein Wort des Autors