

INHALT

AUSZEIT

Warum die Reise vom Kopf zum Herzen
die längste unseres Lebens ist 7

MEHR KLARHEIT OHNE VERSTAND

Warum wir zwar tun, aber nicht wollen können,
was wir wollen 19

WENN DER PROBLEMLÖSER DAS PROBLEM IST

Warum Lebenskrisen letztlich immer
Wahrnehmungskrisen sind 43

GESTERN? VORBEI! MORGEN? KOMMT NIE! – LEBEN IM HIER UND JETZT

Warum Zeit eine Illusion und Akzeptanz
der Schlüssel zum Glück ist 67

ES GIBT KEINE RICHTIGEN ENTSCHEIDUNGEN

Warum wir keine Fehler machen können
und alles seinen Preis hat 95

IMMER NUR SONNE MACHT DIE WÜSTE

Warum Erfolg und Niederlage gleichgültig sind 121

NACH DEM SPIEL IST VOR DEM SPIEL

Warum wir die Spiele des Lebens nur spielen,
aber nicht gewinnen können

145

ERFOLG MACHT TRAUIG

Warum noch nie jemand angekommen ist

161

SELBST VERWIRKLICHEN

Warum wir eigentlich arbeiten

183

SIEGER ERKENNT MAN AM START – VERLIERER AUCH

Warum es allein auf unsere Einstellung ankommt –
und alles schon da ist

209