

Inhalt

Vorwort: An meine Leserinnen und Leser	9
1. Wie ein Apfel mein Leben veränderte	13
2. Gut Ding will Weile haben	31
3. Es läuft nicht immer alles glatt	53
4. Prioritäten setzen	71
5. Beziehungs-Weise	85
6. Über Zeit, Zeitgestaltung und Ziele	107
7. Krisen und ihre Chancen	121
8. Time to say Goodbye – Abschiede	131
9. Neues wagen – in jeder Lebensphase	145
10. Unsere Träume, unser Erbe	151