

INHALT

Einleitung	9
Das Ziel ins Auge fassen	11
Kapitel 1: Das Leben ist wie ein Selbstbedienungsrestaurant	13
Persönliches Wachstum	17
Gründe, die Zielen im Wege stehen	18
Ein Buch schreiben	28
Aktivität oder Leistung	31
Fürs Leben planen	34
Das Ziel ins Auge fassen	35
Kapitel 2: Ziele setzen – in neun Schritten	37
1. Schreiben Sie es auf	39
2. Fragen Sie sich, warum	40
3. Eliminieren	41
4. Balance	42
5. Unter die Lupe nehmen	43
6. Anstrengen	44
7. Negativitäts-Check	47
8. Stellen Sie fünf Fragen	49
9. Wählen Sie die Top Vier	52
Das Ziel ins Auge fassen	58

Kapitel 3: Eine Formel für jeden Tag.....	65
Schritt 1: Engagement	67
Schritt 2: Verantwortung	71
Schritt 3: Ein solides Fundament.....	73
Schritt 4: Wortschatz	74
Schritt 5: Kleine Happen	76
Schritt 6: Bringen Sie sich in Form	79
Schritt 7: Mit Enttäuschungen umgehen.....	80
Schritt 8: Disziplin.....	82
Schritt 9: Richtung	82
Schritt 10: Teilen Sie anderen Ihre Ziele mit	83
Schritt 11: Ein Teamplayer sein.....	84
Schritt 12: Barrieren durchbrechen	86
Schritt 13: Blicken Sie in die Zukunft.....	89
Das Ziel ins Auge fassen	91
Kapitel 4: Was Sie im Leben begehren	93
Mission.....	96
Fähigkeit	97
Gewinner und Verlierer.....	99
Verlangen und Entschlusskraft.....	100
Verfeinerter Enthusiasmus	102
Intelligent ignorieren	103
Ich kann es	105
Das Ziel ins Auge fassen	107

Kapitel 5: Eine Zitrone kombiniert mit Verlangen	113
Nutzen Sie Widerstände	116
Eine Geschichte, die man nicht vergessen sollte	118
Was immer es erfordert.....	122
Lebensprinzipien.....	124
Andere anrühren	126
Das Ziel ins Auge fassen	128
Kapitel 6: Es gibt nichts umsonst	131
Arbeit und Integrität	134
Mehr Arbeit, mehr Bezahlung	137
Geben Sie Ihr Bestes	141
Enorme Befriedigung	142
Arbeit und Leben	145
Das Ziel ins Auge fassen	147
Kapitel 7: Der beste Job der Welt	151
Machst du Witze?	154
Verlangen Sie mehr von sich selbst	155
Harte Arbeit ist der entscheidende Faktor.....	158
Durchhaltevermögen und Entschlossenheit.....	160
Eine alte verchromte Pumpe	163
Das Ziel ins Auge fassen	168
Meine Ziele.....	171
Über den Autor	175