

# INHALT

Über dieses Buch	9
Danke	11
Einleitung: Eine persönliche Geschichte	17
Erste Lektion: Wenn uns alles über den Kopf zu wachsen scheint ... wie wir das Steuer herumreißen können	27
Zweite Lektion: Versagen gibt es nicht	35
Dritte Lektion: Der Entscheidungsstarke: Nichts kann ihn stoppen	39
Vierte Lektion: Einen starken Glauben aufbauen und ... loslegen!	53
Fünfte Lektion: Man bekommt, was man sieht	61
Sechste Lektion: Fragen sind die Antwort	67

**Siebte Lektion: Ihr Körper kann Ihnen helfen,  
glücklich zu sein**

77

**Achte Lektion: Das Vokabular des Erfolgs**

85

**Neunte Lektion: Stehen Sie »Mit dem Rücken  
zur Wand«? Schaffen Sie den Durchbruch  
mit einer neuen Metapher!**

93

**Zehnte Lektion: Die richtigen Ziele –  
Fundament für eine glückliche Zukunft**

99

**Elfte Lektion: Die mentale Herausforderung –  
ein Zehn-Tage-Programm**

113

**Willkommen in einer Welt des Mitgefühls**

117

**Epilog**

121

**Über den Autor**

123

**Über die Anthony Robbins Stiftung**

125