

INHALT

STURMFEST IN DIE ZUKUNFT

Vorwort zur Neuauflage 7

AUSZEIT

Warum die Reise vom Kopf zum Herzen
die längste unseres Lebens ist 13

MEHR KLARHEIT OHNE VERSTAND

Warum wir zwar tun, was wir wollen,
aber nicht wollen können, was wir wollen 25

WENN DER PROBLEMLÖSER DAS PROBLEM IST

Warum Lebenskrisen letztlich immer
Wahrnehmungskrisen sind 49

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

Warum Zeit eine Illusion und Akzeptanz
der Schlüssel zum Glück ist 73

ES GIBT KEINE RICHTIGEN ENTSCHEIDUNGEN

Warum wir keine Fehler machen können
und alles seinen Preis hat 101

IMMER NUR SONNE MACHT DIE WÜSTE

Warum Erfolg und Niederlage gleichgültig sind 127

NACH DEM SPIEL IST VOR DEM SPIEL

Warum wir die Spiele des Lebens nur spielen,
aber nicht gewinnen können 151

ERFOLG MACHT TRAUIG

Warum noch nie jemand angekommen ist 167

SELBST VERWIRKLICHEN

Warum wir eigentlich arbeiten 189

SIEGER ERKENNT MAN AM START – VERLIERER AUCH

Warum es allein auf unsere Einstellung ankommt –
und alles schon da ist 215

VON LEBENSSTANDARD ZU LEBENSQUALITÄT

Die Lebensschule 241