

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

151

ERFOLG MACHT TRAURIG

Warum noch nie jemand angekommen ist

167

SELBST VERWIRKLICHEN

Warum wir eigentlich arbeiten

189

SIEGER ERKENNT MAN AM START – VERLIERER AUCHWarum es allein auf unsere Einstellung ankommt –
und alles schon da ist

215

VON LEBENSSTANDARD ZU LEBENSQUALITÄT

Die Lebensschule

241