

# Inhaltsverzeichnis

## Einleitung

13

### PRINZIP 1:

Priorisiere und kultiviere  
inneres Glück

35

### PRINZIP 2:

Triff deine Entscheidungen  
mit dem Herzen

63

PRINZIP 3:

*Es gibt keine unwichtigen Momente*

93

PRINZIP 4:

*Gib, was du gern selbst hättest*

115

PRINZIP 5:

*Geh deiner Neugier nach*

135

PRINZIP 6:

*Lerne Unangenehmes anzunehmen*

157

PRINZIP 7:

*Freiheit von der Wahlfreiheit*

183

Schluss

207

Dank

215

Über den Autor

219