

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
Ziele und Visionen	13
1. Was ist dein Warum?	15
2. Dein Deadline-Experiment	19
3. »5 aus 100« anstelle von »6 aus 49«	23
4. Finde dein Ikigai	27
5. Angst hilft dir zu wachsen	33
6. Werf einen Blick in meinen Kleiderschrank!	39
7. Was wir von Aktiengesellschaften lernen können	43
8. Think BIG	47
9. Schweigen ist Silber, Reden ist Gold?	53
Selbstmanagement	57
10. Wunder geschehen morgens um fünf	59
11. Die Macht der Disziplin	63
12. Was Prioritäten mit Präsidenten und Fröschen zu tun haben	67
13. 80:20 ist kein Basketballergebnis	71
14. »Deep Work« – Die richtigen Dinge tun	77
15. Mensch vs. E-Mails: 1:0	81
16. Die Eine, die Eine oder Keine	85
Finanzen	89
17. Reichtum ist eine Frage des Mindsets! Wirklich?	91
18. Die dümsten Schulden der Welt	95
19. Geld verdienen im Schlaf	99

20. An der richtigen Stelle verhandeln	103
21. 20 Prozent auf alles – außer Tiernahrung-	107
22. Heute sparen und morgen genießen	113
23. Sei ausnahmsweise passiv statt aktiv!	117
24. Erfolg mit Wohnimmobilien	121
25. Investition in Bildung bringt die besten Zinsen	127
Körper, Psychologie und Mindset	133
26. Mit »Power Posing« den Körper auf Erfolg einstimmen	135
27. Malcolms 10 000-Stunden-Übung	139
28. Nie wieder schlechte Nächte	143
29. Die Macht der positiven Suggestionen	147
30. Nudges – Kleine Schubser zum Erfolg	153
31. Es war einmal in einem Kloster in Kyoto	157
32. Das Leben ist ein Marathon und kein Sprint-	161
33. Überprüfe deinen Wortschatz	165
34. Wenn du nie gescheitert bist, kennst du deine Grenzen nicht	169
35. Das Tagebuch der guten Momente	175
36. Der Roger-Bannister-Effekt	179
37. Stärken stärken, Schwächen schwächen	183
Beziehungen und Netzwerk	187
38. Die fünf Menschen, die dich umgeben-	189
39. Eine E-Mail, die dein Leben verändern wird	195
40. Das Leben der Anderen	199
41. So gewinnst du Ambassadors	205
42. So geht Storytelling	211
43. M&M – Mentoren und Mastermind	217

44. Win-win-Denken	223
45. Es heißt Bestseller und nicht Bestwriter	227
46. Findet Mnemo? Namen merken leicht gemacht!	231
Struktur und Fokus.	235
47. Marie Kondos magische Frage	237
48. Die News-Diät.	241
49. Das Gegenteil von Ja	245
50. Dein persönlicher Planer	249
51. Wofür stehst du?	253
52. Feedback: Nein danke!	257
BONUS: Machen, machen, machen!	261
 Geschenk für Rezensenten	267
Danke!	269
Über den Autor.	271
Literaturverzeichnis	273