

Interessiert daran,

endlich Nägel mit
Köpfen zu machen?

*Erfolg ist eine Reise
- kein Ziel!*

Dr. Ben Sweetland



Inhaltsübersicht

| | |
|-----------------------------------------------|----|
| Erfolg ist eine Reise | 17 |
| Erschaffen heißt leben | 19 |
| Eine abwegige Bitte? | 20 |
| „Kann ich“ oder „werde ich“? | 22 |
| Wieso klappt es nicht? | 25 |
| Anatomie des Erfolgs | 26 |
| Zufrieden mit Ihrem jetzigen Leben? | 27 |
| | |
| Die Reiseplanung | 33 |
| So planen Sie Ihre Reise | 34 |
| Zielsetzung | 38 |
| Sie haben geerbt! | 38 |
| Achten Sie auf Ihre Gefühle | 40 |
| Eile mit Weile | 43 |
| | |
| Bevor es losgeht | 46 |
| Welche Art von Reisegepäck? | 47 |
| Festlegung der Reisstrecke | 55 |
| | |
| Wir sind startklar - es kann losgehen! | 60 |
| | |
| Station 1: | |
| Glücklich sein | 79 |
| Glücklich sein ist eine Voraussetzung | 83 |
| Das Unglücklichsein verstehen | 84 |
| | |
| Station 2: | |
| Begeisterung | 94 |
| Lässt sich Begeisterung entwickeln? | 95 |
| Anatomie der Begeisterung | 97 |

| | |
|-----------------------------------------------------|-----|
| Station 3: | |
| Konstruktive Unzufriedenheit | 109 |
| Dinge als gegeben hinnehmen | 111 |
| Konstruktive Unzufriedenheit entwickeln | 116 |
| Und das Lebensalter? | 117 |
| | |
| Station 4: | |
| Aktion! | 121 |
| Das Gesetz von Ursache und Wirkung | 123 |
| Ein Gefühl der Unzulänglichkeit | 124 |
| Zeitplanung | 128 |
| Die Zeit hat einen Wert | 131 |
| Schöpferisches Träumen | 134 |
| | |
| Station 5: | |
| Kontinuität | 137 |
| Für alles gibt es einen Grund | 139 |
| Planmäßig vorgehen | 141 |
| Widerstände beachten | 145 |
| Probleme erwarten | 148 |
| Stück für Stück zum Lebensglück | 150 |
| Wunschlisten erstellen | 152 |
| | |
| Station 6: | |
| Bestandteile | 154 |
| Ziele analysieren | 157 |
| Alles eine Sache der geistigen Einstellung! | 158 |
| Vorstellungsbilder als Verwirklichungsvoraussetzung | 161 |
| Einzelschritte erfassen | 162 |
| Die Bestandteile zusammenfügen | 166 |
| | |
| Station 7: | |
| Synthese - Analyse | 169 |
| Beobachtung | 171 |
| Konzentration | 173 |
| Konzentrationsübungen | 177 |
| Geistige Zerstreuung durch Assoziation | 179 |

Station 8:

| | |
|--------------------------------|-----|
| End- und Zwischenziele | 187 |
| Auf Ideen achten | 191 |
| Ihr zweites Zwischenziel | 192 |
| Ihr drittes Zwischenziel | 193 |
| Untergeordnete Endziele | 194 |
| Über die Unsinnigkeit von Neid | 196 |
| Unser erstes Plateau | 198 |

Station 9:

| | |
|----------------------------------------------|-----|
| Ein neuer Lebensstandard | 201 |
| Werde ich meinen neuen Besitzstand genießen? | 204 |
| Arbeit - Ruhe - Vergnügen | 205 |
| Fünf-Stunden-Zeitabschnitte | 208 |
| Gewohnheiten sind wie Kabel | 210 |

Station 10:

| | |
|------------------------------------|-----|
| Ein neues Lebenskonzept | 215 |
| Die Gussform ändern | 218 |
| Der Wendepunkt | 218 |
| Gewohnheiten in den Griff bekommen | 221 |
| Die meisten Menschen sind Lügner | 222 |
| Sind Sie eine Spielernatur? | 226 |

Station 11:

| | |
|-----------------------------------------------|-----|
| Gekonnt reicher werden | 230 |
| Glücklich ist der Mensch, der glücklich macht | 231 |
| Fühlen Sie sich zu alt? | 238 |

* * *

Ihr erstes Plateau

| | |
|-----------------------------------------|-----|
| Sie sind der, für den Sie sich halten | 244 |
| Dieses Prinzip ist keine Schwarze Magie | 246 |
| Ich kann, ich werde, ich bin | 249 |
| Zaudern und Zögern abstellen | 252 |
| Rückblende | 253 |
| | 254 |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Kapitel 17: Auf zu neuen Ufern | 258 |
| Seelenfrieden | 268 |
| In Harmonie leben | 270 |
| | |
| Kapitel 18: Rückschau | 272 |
| Die Vergangenheit | 272 |
| | |
| Kapitel 19: Beschau | |
| Die Gegenwart | 277 |
| | |
| Kapitel 20: Vorausschau | |
| Die Zukunft | 282 |
| Jetzt den ersten Schritt tun | 284 |
| | |
| Kapitel 21: Modus Operandi | |
| Wieso funktionieren diese Prinzipien? | 287 |
| Hypnose | 288 |
| Posthypnose | 291 |
| Selbsthypnose | 291 |
| | |
| Kapitel 22: Spezifische Ziele | |
| Auto | 298 |
| Bessere Arbeitsstelle | 299 |
| Eigenheim | 300 |
| Gesünder werden | 301 |
| Glück | 302 |
| Häusliche Harmonie | 303 |
| Problemlösungen | 304 |
| Reden halten | 305 |
| Schüchternheit | 305 |
| Selbstständig machen | 306 |
| Selbstdisziplin | 307 |
| Sorgen überwinden | 308 |
| Verkaufserfolg | 309 |
| | |
| Finale | 309 |