

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	2
Anmerkung der Autoren	4
Vorwort.....	5
1 Was will ich wirklich?.....	7
1.1 <i>Michaels Weg zum Weltmeister</i>	7
1.2 <i>Das Streben nach Glück</i>	13
2 Was bin ich bereit zu geben?	16
2.1 <i>Der schwierige Weg zum Erfolg</i>	16
2.2 <i>Nichts ist gewöhnlicher als der Wunsch außergewöhnlich zu sein</i>	25
3 Motivation	30
3.1 <i>Die Motivation zum täglichen Training</i>	30
3.2 <i>Das Missverständnis der Motivation</i>	40
4 Anderen Menschen Wert geben	44
4.1 <i>Die Macht der Kooperation</i>	44
4.2 <i>Die drei Phasen der Persönlichkeitsentwicklung</i>	56
5 Das persönliche Umfeld	62
5.1 <i>Die Bedeutung des richtigen Umfelds</i>	62
5.2 <i>Zeig' mir deine Freunde und ich sag dir, wer du bist</i>	75

6	Demut.....	80
6.1	<i>Wie kann ich mich jeden Tag verbessern?</i>	<i>80</i>
6.2	<i>Jeder will etwas sein, aber keiner will etwas werden</i>	<i>90</i>
7	Durchhaltevermögen	94
7.1	<i>Wie halte ich auch in schwierigen Situationen durch?</i>	<i>94</i>
7.2	<i>Alles ist schwer, bevor es leicht wird</i>	<i>105</i>
8	Mentale Stärke	109
8.1	<i>Was bedeutet mentale Stärke wirklich?</i>	<i>109</i>
8.2	<i>Von innen nach außen</i>	<i>120</i>