

Auf den Spuren der Entdecker	71
In die Stressfalle getappt?	76
Traumwelten	78
Intrinsische Ziele.....	86
Was wäre, wenn?	88
Drei schöne Dinge II	93
Die eigene Passion finden – ein Mythos?	95
Das Feuer der Lebendigkeit.....	98
Sokrates lässt grüßen.....	102
Stärken und Werte erkennen.....	104
Die Liste der Stärken.....	111
Die Kunst des Nexting.....	113
Der innere Film	115
Beste Entscheidungen	117
Glücksbarometer.....	119
Die magischen Kreise	121
Die gemeinsame Schnittmenge	130
Und was nun? Lebenshürden überwinden.....	134
Praxis des Ikigais in der Nusschale	139
Anhang	145
Quellenverzeichnis	147
Weitere Leseempfehlungen.....	151
Dank	154
Notizen.....	157