

CHRISTIANE TRAMITZ

Ich mach das jetzt einfach!

Warum nur
erfüllte Wünsche
gute Wünsche sind

KNAUR

INHALT

INTRO 7

Die berühmten drei Wünsche ... 14

ÜBER DAS WÜNSCHEN 19

Wie Wünsche entsteht 19

Warum wünschen wir eigentlich? 27

Wenn wir Wünsche versäumen 44

WUNSCHTYPEN 57

Der Keinezeitwünscher 58

Was tun? 70

Der Wunschträumer 74

Der Sichselbstwünscher 85

Was tun? 91

Der Geheimwünscher 94

Was tun? 101

Der Zauderwünscher 103

Was tun? 123

Der Normwünscher 127

Was tun? 131

Der Gefühlswünscher 134

Was tun? 139

Der Prestigewünscher 140

Was tun? 147

Der Gierwünscher 150

Was tun? 161

Der Neidwünscher 171

Was tun? 176

Der Jammerwünscher 177

Was tun? 181

Der Schwarzsehewünscher 184

Was tun? 187

Der Wunschloswünscher 189

Was tun? 210

Der Meisterwünscher 212

WÜNSCHEN LERNEN 223

An der Lebenskunst arbeiten 224

Wünsche weder ein- noch ausreden 226

Richtig wünschen 230

Kleine Flächen nutzen 233

VOM WÜNSCHEN ZUM HANDELN 237

Abwägen 238

Planen 244

Handeln 252

Bewerten 254

DIE RÜCKSCHLÄGE AUF DEM WEG

ZUR WUNSCHERFÜLLUNG 257

ICH MACH DAS JETZT EINFACH 261

LITERATURANGABEN 265