

THOMAS HOHENSEE

GANZ
EINFACH
ZEIT
HABEN

Wie Sie sich von allem
Überflüssigen befreien

dtv

INHALT

Alle Zeit der Welt	7
Die Vorteile	9
Lösungen finden	10
Coach dich selbst	12
Die Uhr tickt	13
Der Weg	15
Der Ausgangspunkt	21
Zu viel, zu wenig	22
Die Umkehrsignale	24
Land in Sicht	27
Eine Million Stunden	29
Warten oder handeln	31
Lösungen	37
Was ist wesentlich?	38
Die gute Fee	42
Wunder	44
Ausnahmen	47
Deine glücklichste Zeit	49
Eine einfache Rechnung	52
Die Not-to-do-Liste	54
Kreativität	56
Vorbilder	59
Kopfkino	63
Zusammenarbeit	66
Strategien für das Unwesentliche	69

Hindernisse	73
Das Zauberwort	74
Das neue ABC	79
Die Ohnmacht der Umstände	84
Die Tradition	88
Lernen	89
Die wahren Zeiträuber	92
Die anderen	95
Innere Antreiber	99
Muss?	101
Ja, aber	104
Prophezeiungen	105
Gier	107
Versuchungen	110
Trotzdem	112
Schritte	115
Trippeln oder rennen?	116
Die Ohnmacht der Gewohnheit	118
Optimierung	121
Lizenz zum Glücklichein	125
Alles ist möglich	127
Oder lieber so?	131
Literatur	137