

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Was ist Sinn und Zweck des Lebens?	6
Welchen Auftrag haben wir?	8
Wollen Sie Spuren hinterlassen?.....	10
Oder einfach in der Versenkung verschwinden?.....	12
Wie kommt man zum Spaß-Faktor?	15
Inneren Schweinehund überwinden.....	17
Sie brauchen eine starke Psyche.....	18
Sie brauchen Motivation.....	19
Werfen Sie falsche Glaubenssätze über Bord	21
Dreizehn Tipps, um in die Spaß-Spur zu kommen	22
Ich will Spaß, ich will Spaß	32
Schlusswort	61