

# Die Kunst des guten Lebens

52 überraschende Wege zum Glück

Bearbeitet von

Von: Rolf Dobelli, Illustriert/fotografiert von: El Bocho

1. Auflage 2017. Buch. 384 S. Gebunden

ISBN 978 3 492 05873 5

Format (B x L): 12,3 x 18 cm

Gewicht: 424 g

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](#) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# INHALT

Vorwort 11

- 1 Mentale Buchhaltung 15
- 2 Die hohe Fertigkeit des Korrigierens 21
- 3 Das Gelübde 27
- 4 Black-Box-Denken 33
- 5 Antiproduktivität 39
- 6 Die negative Kunst des guten Lebens 45
- 7 Die Eizellen-Lotterie 51
- 8 Die Selbsterforschungsillusion 57
- 9 Die Authentizitätsfalle 63
- 10 Das Fünf-Sekunden-Nein 69
- 11 Die Fokussierungsillusion 75
- 12 Wie Anschaffungen sich in Luft auflösen 81
- 13 Fuck-You-Money 87
- 14 Der Kompetenzkreis 93
- 15 Das Geheimnis der Beständigkeit 99
- 16 Die Tyrannei der Berufung 105

<b>17</b>	<b>Das Gefängnis des guten Rufs</b>	<b>111</b>
<b>18</b>	<b>Die »Ende der Geschichte«-Illusion</b>	<b>117</b>
<b>19</b>	<b>Der kleine Sinn des Lebens</b>	<b>123</b>
<b>20</b>	<b>Ihre zwei Ichs</b>	<b>129</b>
<b>21</b>	<b>Das Erinnerungskonto</b>	<b>135</b>
<b>22</b>	<b>Lebensgeschichten sind Lügengeschichten</b>	<b>141</b>
<b>23</b>	<b>Lieber ein gutes Leben als einen schönen Tod</b>	<b>147</b>
<b>24</b>	<b>Der Selbstmitleid-Strudel</b>	<b>153</b>
<b>25</b>	<b>Hedonismus und Eudämonie</b>	<b>159</b>
<b>26</b>	<b>Der Kreis der Würde – Teil 1</b>	<b>165</b>
<b>27</b>	<b>Der Kreis der Würde – Teil 2</b>	<b>171</b>
<b>28</b>	<b>Der Kreis der Würde – Teil 3</b>	<b>177</b>
<b>29</b>	<b>Das Sorgenbuch</b>	<b>183</b>
<b>30</b>	<b>Der Meinungsvulkan</b>	<b>189</b>
<b>31</b>	<b>Die mentale Festung</b>	<b>195</b>
<b>32</b>	<b>Der Neid</b>	<b>201</b>
<b>33</b>	<b>Die Prävention</b>	<b>207</b>
<b>34</b>	<b>Mentale Katastrophenarbeit</b>	<b>213</b>
<b>35</b>	<b>Die Aufmerksamkeitsfalle</b>	<b>219</b>
<b>36</b>	<b>Weniger lesen, aber aus Prinzip doppelt</b>	<b>225</b>
<b>37</b>	<b>Die Dogma-Falle</b>	<b>231</b>
<b>38</b>	<b>Mentale Subtraktion</b>	<b>237</b>
<b>39</b>	<b>Der Punkt des maximalen Grübelns</b>	<b>243</b>
<b>40</b>	<b>Die Schuhe der anderen</b>	<b>249</b>
<b>41</b>	<b>Die Weltveränderungsillusion – Teil 1</b>	<b>255</b>

<b>42</b>	<b>Die Weltveränderungsillusion – Teil 2</b>	<b>261</b>
<b>43</b>	<b>Der »Gerechte Welt«-Glaube</b>	<b>267</b>
<b>44</b>	<b>Der Cargo-Kult</b>	<b>273</b>
<b>45</b>	<b>Wer sein eigenes Rennen fährt, gewinnt</b>	<b>279</b>
<b>46</b>	<b>Das Wettrüsten</b>	<b>285</b>
<b>47</b>	<b>Nehmen Sie sich einen Freak zum Freund</b>	<b>291</b>
<b>48</b>	<b>Das Sekretärinnen-Problem</b>	<b>297</b>
<b>49</b>	<b>Erwartungsmanagement</b>	<b>303</b>
<b>50</b>	<b>Sturgeons Gesetz</b>	<b>309</b>
<b>51</b>	<b>Lob der Bescheidenheit</b>	<b>315</b>
<b>52</b>	<b>Innerer Erfolg</b>	<b>321</b>
	<b>Nachwort</b>	<b>327</b>
	<b>Dank</b>	<b>333</b>
	<b>Der Illustrator</b>	<b>337</b>
	<b>Stimmen zu Rolf Dobelli</b>	<b>339</b>
	<b>Anhang</b>	<b>343</b>