

Inhalt

Zum Einstieg: Was war noch mal der Plan?	7
Erster Teil: Habe Mut!	21
Zweiter Teil: Finde Sinn!	71
Weg 1: Ja zum Leben. Trotz alledem	72
Weg 2: Sinn. Und Eigensinn. Finde dein Metier	84
Weg 3: Leichtigkeit. Sprezzatura als Lebenshaltung	97
Dritter Teil: Baue Brücken! Verwandle Energien!	113
Weg 4: Energien verwandeln. Nachhaltig zirkulär	114
Weg 5: Brücken bauen. Zuhörend und kooperativ	129
Weg 6: Gestalten. Schön einfach	141
Vierter Teil: Fange an!	161
Weg 7: Mit Freundlichkeit und kleinen Dingen	162
Literaturhinweise	198
Über den Autor	203
Register	204