

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Einleitung	10
Der Erfolgstrainer Nikolaus B. Enkelmann	10
„Durch Deutschland muß ein Ruck gehen“	14
Was ist Erfolg?	17
Test: Wie optimistisch sind Sie?	23
Was ist Optimismus?	27
Die Grundgesetze der Lebensentfaltung	36
Wünschen – Planen – Wagen – Siegen	38
Kapitel 1: Wünschen	41
Aller Anfang ist ... ein Gedanke	41
Aus Wünschen werden Ziele	47
Große Persönlichkeiten haben große Träume	53
Grundlagen des erfolgreichen Wünschens	57
Die Bedeutung der Konzentration	62
Test: Was für ein Selbstbild haben Sie?	68
Kapitel 2: Planen	71
Optimismus gehört dazu!	71
Ihr wichtigster Helfer: Das Unterbewußtsein	79
Die erfolgreiche Selbstmotivation	89
Die Balance: Yin und Yang	97
Zeit ist Erfolg – Die richtige Planung	101
Test: Wie stark sind Sie belastet?	112
Kapitel 3: Wagen	115
Haben Sie Mut?	115
Die Macht der Begeisterung	124
Bleiben Sie am Ball – Mit Ausdauer zum Erfolg	129
Ein Mißerfolg ist keine Katastrophe	136
Test: Wie mutig sind Sie?	143

Kapitel 4: Siegen	147
Die Nummer 1 werden – und bleiben!	147
Die Eigenschaften des Siegers	153
Die Erfolgsformel	159
Erfolgsrezepte kurz und bündig	164
Test: Sind Sie ein Optimist?	169
Nachwort	172
Literaturverzeichnis	174