



**Steh dir nicht selbst im Weg**

**RUSS**

## Intro 7

# Teil 1 Unerschütterliche Überzeugung – dein Traum ist die Wirklichkeit

1. **MANIFEST** Sprich deine Ziele aus, damit sie wahr werden 19
2. **WEIL ICH PLEITE WAR** Sei besessen 31
3. **DIE FORMEL** Du gegen dich 39
4. **BOOMERANG** Was du in die Welt hineinwirfst, wirst du zurückerhalten 45
5. **DAS SPIEL** Scheiß auf den Punktestand 51
6. **DIE ANDERE SEITE** Jenseits deiner Angst liegt deine Wahrheit 57

# Teil 2 Beharrlichkeit

7. **IMMER SCHON GEWUSST** Harte Arbeit > Talent 69
8. **PULL THE TRIGGER** Zögere nicht! 81
9. **NACKT** Errichte keine Mauern um dich 93
10. **WARTE, BEOBACHTE, LERNE** Pläne schmieden und geduldig bleiben 103
11. **DO IT MYSELF** Wie man in der Wildnis überlebt 115
12. **FALL NICHT DRAUF REIN** Dogmen auf den Prüfstand 127
13. **ERNSTFALL** Komm in die Gänge 139

# Teil 3 Dankbarkeit

14. **NIMM ALLES IN DICH AUF** Der Tornado-Effekt 149
15. **POTENZIAL** Schau zu dir selbst auf 155
16. **DIE REISE** Erfolg ist nicht das Endziel 161
17. **ZURÜCK INS LEBEN** Steh immer wieder auf 167
18. **MACH WEITER** Konzentriere dich darauf, am Ball zu bleiben 173