

Inhalt

Einleitung	
Was ich mit 20 gern gewusst hätte, mir aber niemand gesagt hat	7
Sie erwerben den Lebensführerschein in der Schule des Lebens	9
Hinweis zum Gebrauch dieser Anleitung zum »Lebensführerschein«	11

Teil 1

Was es heißt, das Leben wirklich zu führen 13

Sie haben die Wahl:	
Nehmen Sie das Steuer Ihres Lebens in die Hand.	18
Alles beginnt genau JETZT:	
Machen Sie es sich ab JETZT leicht	29
Polen Sie sich um:	
Machen Sie Ihr Leben zu einem Gewinn für sich und andere	34
Quantensprung-Bewusstsein:	
So bauen Sie Ihr »geistiges Vermögen« auf	45
Quantensprung-Energie:	
So optimieren Sie Ihre »energetische Signatur«	63
Höhere Führung:	
So lassen Sie sich von Ihrer inneren Stimme führen	74
Das Leben ist ein Spiel und Sie sind am Zug:	
Verspielen Sie es nicht	82

Teil 2

Werkzeuge und Schritte zur Lebens-Führung 89

1. Schritt und erstes Werkzeug:	
die Lebensinventur	98
2. Schritt und zweites Werkzeug:	
die Sprache des Lebens verstehen	108

3. Schritt und drittes Werkzeug: loslassen, was nicht mehr zu Ihrem Leben gehört . . .	119
4. Schritt und viertes Werkzeug: Selbstständigkeit durch die Geburt zu sich selbst . . .	132
5. Schritt und fünftes Werkzeug: Lebens-Qualität in allen Bereichen des Lebens	144
6. Schritt und sechstes Werkzeug: Wie Sie Ihr Leben steuern und ihm die richtigen Anweisungen erteilen	154
7. Schritt und siebtes Werkzeug: Erschaffen Sie sich einen gesunden und vitalen Körper	164
8. Schritt und achttes Werkzeug: Erschaffen Sie sich Ihren Traumberuf	174
9. Schritt und neuntes Werkzeug: Erschaffen Sie sich eine liebevolle Partnerschaft . . .	182
10. Schritt und zehntes Werkzeug: Erschaffen Sie sich finanzielle Fülle und einen ganzheitlichen Wohlstand	192

Teil 3

Prüfung bestanden: Ihr Lebens-Führerschein 203

Das CHARISMA der Selbst-Prüfung:
Woran Sie erkennen, dass Sie die Prüfung für den
Lebensführerschein bestanden haben 217

Der WEG der Selbst-Erfahrung:
Ihre künftigen Fahrlehrer in der Schule des Lebens . . . 234

Die VISION von der Selbst-Verwirklichung:
Das Ziel ist Lebens-Meisterschaft 243

Die PRAXIS der Selbst-Integration in der Schule des Lebens 254

Danksagungen 263

Stichwortverzeichnis 265

Der Leser-Service 273