

# 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