

## VOM LEBEN MIT DEM TIROLER ZAHLENRAD

- 10 Eine Kindheit mit dem Zahlenrad**  
(Johanna Paungger-Poppe)
- 18 Das vergessene Geburtstagsgeschenk**  
(Thomas Poppe)
- 24 Wie bestimme ich mein persönliches Zahlenrad?**
- 28 Ein wenig Grundwissen**
  - 30 Die Himmelsrichtungen**
  - 31 Die Zahlenfarbe**
  - 32 Die Stationen**
  - 32 Die Signaturen**
  - 33 Das Gewicht der Einheiten**
  - 34 Die Spiralbewegung im Zahlenrad**

## DIE BAUSTEINE DES ZAHLENRADS

- 42 Sechs und Eins – Charisma, Weitblick**  
**und Entschlossenheit des Nordens**
- 49 Wenn sich der Norden versteckt**  
Der nicht erlebte und gelebte Norden
- 53 Wenn der Norden gezähmt werden muss**  
Entwicklung ins Extrem
- 55 Wenn der Norden fehlt**  
Das Geburtsdatum ohne ⑥ und ①
- 59 Medizin für die Seele**
- 62 Acht und Drei – Die mitfühlende Klarsicht**  
**im Osten**
- 69 Wenn sich der Osten versteckt**  
Der nicht erlebte und gelebte Osten
- 72 Wenn der Osten gezähmt werden muss**  
Entwicklung ins Extrem

- 74 Wenn der Osten fehlt  
Das Geburtsdatum ohne ⑧ und ③
- 76 Medizin für die Seele
- 
- 80 Sieben und Zwei – Das Feuer und die Leidenschaft des Südens**
- 84 Wenn sich der Süden versteckt  
Der nicht erlebte und gelebte Süden
- 86 Wenn der Süden gezähmt werden muss  
Entwicklung ins Extrem
- 89 Wenn der Süden fehlt  
Das Geburtsdatum ohne ⑦ und ②
- 91 Medizin für die Seele
- 
- 94 Neun und Vier – Geschick und Scharfsinn im Westen**
- 99 Wenn sich der Westen versteckt  
Der nicht erlebte und gelebte Westen
- 100 Wenn der Westen gezähmt werden muss  
Entwicklung ins Extrem
- 103 Wenn der Westen fehlt  
Das Geburtsdatum ohne ⑨ und ④
- 105 Medizin für die Seele
- 
- 108 Null und Fünf – Die naturgeborene, ausstrahlende Kraft der Mitte**
- 113 Wenn sich die Mitte versteckt  
Die nicht erlebte und gelebte Mitte
- 115 Wenn die Mitte gezähmt werden muss  
Entwicklung ins Extrem
- 116 Wenn die Mitte fehlt  
Das Geburtsdatum ohne ① und ⑤
- 119 Medizin für die Seele

## DIE 31 SIGNATUREN

<b>126</b>	<b>Die fünf Singles</b>	<b>186</b>	<b>Die zehn Dreier</b>
126	Der Norden	186	Nord-Ost-Süd
130	Der Osten	190	Ost-Süd-West
134	Der Süden	194	Nord-Süd-West
138	Der Westen	198	Nord-Ost-West
142	Die Mitte	202	Nord-Ost-Mitte
<b>146</b>	<b>Die zehn Zweier</b>	206	Ost-Süd-Mitte
146	Nord-Ost	210	Süd-West-Mitte
150	Ost-Süd	214	Nord-West-Mitte
154	Süd-West	218	Nord-Mitte-Süd
158	Nord-West	222	Ost-Mitte-West
162	Nord-Mitte	<b>226</b>	<b>Die fünf Vierer</b>
166	Ost-Mitte	226	Nord-Ost-Süd-Mitte
170	Süd-Mitte	230	Ost-Süd-West-Mitte
174	West-Mitte	234	Nord-Süd-West-Mitte
178	Nord-Süd	238	Nord-Ost-West-Mitte
182	Ost-West	242	Nord-Ost-Süd-West
		<b>246</b>	<b>Alle Stationen im Zahlenrad</b>

## AUS DER PRAXIS DES ZAHLENRADS

<b>252</b>	<b>Vom Umgang mit den Signaturen im Alltag</b>
<b>268</b>	<b>Die Jahrhundert- und Jahrtausendzahlen</b>
<b>270</b>	<b>Zahlenrad und Geografie</b>
<b>273</b>	<b>Gesund bleiben und gesund werden</b>
<b>286</b>	<b>Wundversorgung und Wundheilung</b>
<b>294</b>	<b>Die Kraft im aktuellen Datum</b>
<b>296</b>	<b>Die Farben-Kraftsuppe</b>
<b>300</b>	<b>Die Stationen des Zahlenrads im Überblick</b>
<b>302</b>	<b>Register</b>