

Inhalt

Vorwort von Urs Meier	5
I. Das alte Denken über Geld	11
1. Wenn Geld dein Problem ist, ist Geld nicht dein Problem	11
2. Ich hab' doch alles, aber ... – Konsum allein macht nicht glücklich	22
3. Ich hab doch nichts – und so wird es auch bleiben	35
4. Nicht ganz schlecht – aber auch nicht wirklich gut	49
5. Wenn gestörte Beziehungen unfrei machen	60
6. Betäubt und unerfüllt – wie fast schon tot	72
II. Der Wandel beginnt im Kopf	87
1. Gedanken neu einstellen – das eigene Leben neu schreiben	87
2. Gefühle ordnen – der Chef im Kopf bin ich	101
3. Wertekoffer packen – und danach leben	116
4. Ohne Sinn geht gar nichts – das »Warum« ist die Antwort	129
III. Ein wertvolles Konzept für Kopf und Konto	137
1. Überblick schaffen – endlich Durchblick	137
2. Das erprobte Geldrezept anwenden – und der Kuchen schmeckt immer	145
3. Wissen sammeln – es ist die teuerste Entscheidung, keine Ahnung zu haben	155
4. Den Schalter umlegen – Achtung, fertig, los!	167
IV. Das neue Denken über Geld	175
1. Wenn das Grundgesetz der freien Entfaltung zur Pflicht wird	175
2. More than Money – mehr Geld <i>und</i> mehr Leben	182
3. Neues Wachstum – von der Saat bis zur Ernte	193
4. Mehr Energie – Geben ist Leben	203
5. Wenn geklärte Beziehungen frei machen	211
6. Die neue Einstellung – von jetzt an nur noch entspannt	222
Der Weg ist Ihrer	233
Dank	237
Hinweise zur Vertiefung	239
Literatur und Quellennachweis	241
Über den Autor	243