

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>VORWORT .....</b>	<b>7</b>
<b>KAPITEL I: DIE GRUNDLAGEN UNSERES GELDSYSTEMS.....</b>	<b>15</b>
<b>Von Krösus zu Kryptos: Geschichte,</b>	
<b>Gegenwart &amp; Zukunft des Geldes .....</b>	<b>15</b>
<b>Die Sicherheit unseres Geldes –</b>	
<b>Aktuelle Entwicklungen in Deutschland und Europa .....</b>	<b>20</b>
<b>Grundsätze des systematischen Vermögensaufbaus.....</b>	<b>23</b>
<b>Unsere (falschen) Glaubenssätze zu Geld .....</b>	<b>24</b>
<b>KAPITEL II: FINANZFITNESS – DAS BASISWISSEN.....</b>	<b>32</b>
<b>Finanzielle Bedürfnispyramide .....</b>	<b>32</b>
<b>Je öller desto toller? Das Lebens- und Geldphasenmodell .....</b>	<b>35</b>
<b>Fehlende FinanzFitness .....</b>	<b>38</b>
<b>Ausgabenarmut - Unkontrollierter Konsum.....</b>	<b>39</b>
<i>Das Gesetz der Verschwendung – Zweites Parkinson'sches Gesetz.....</i>	<i>44</i>
<b>Finanzschock.....</b>	<b>48</b>
<i>Geld als Beziehungskiller?.....</i>	<i>49</i>
<b>Einkommensarmut .....</b>	<b>50</b>
<b>Die Armutsformel.....</b>	<b>52</b>
<b>Einnahmearten.....</b>	<b>53</b>
<b>Sparen, Investieren und Diversifizieren .....</b>	<b>59</b>
<b>Schuldenarten .....</b>	<b>64</b>
<i>Verschuldung &amp; Überschuldung.....</i>	<i>70</i>
<b>KAPITEL III: FINANZFITNESS -</b>	
<b>ERFAHRUNGEN DER ERFOLGREICHEN .....</b>	<b>76</b>
<b>Von den Reichen lernen .....</b>	<b>77</b>
<b>Die Wohlstandsformel .....</b>	<b>89</b>
<b>Vermögen erhalten.....</b>	<b>91</b>
<b>Dagobert &amp; Methusalem – Geldvermögen, Zeitvermögen &amp;</b>	
<b>Zinseszinsseffekt.....</b>	<b>92</b>
<b>KAPITEL IV: FINANZFITNESSCHECK -</b>	
<b>DIE BESTANDSAUFNAHME .....</b>	<b>96</b>
<b>Der FinanzFitnessCheck .....</b>	<b>96</b>

<i>FinanzFitnessSchritt 1: Budget mit Einnahmen und Ausgaben erstellen .....</i>	<i>102</i>
<i>FinanzFitnessSchritt 2: Optimierung des Cashflows .....</i>	<i>107</i>
<i>FinanzFitnessSchritt 3: Die Bilanz - Vermögen und Schulden.....</i>	<i>113</i>
<b>KAPITEL V: FINANZFITNESSCHECK - DIE ZUKUNFT PLANEN .....</b>	<b>121</b>
<b>Die Bedeutung von Planung &amp; Zielfestlegung .....</b>	<b>121</b>
<i>FinanzFitnessSchritt 4: Lebensziele festlegen.....</i>	<i>127</i>
<i>FinanzFitnessSchritt 5: Finanzielle Ziele durch systematischen Vermögensaufbau erreichen.....</i>	<i>131</i>
<i>FinanzFitnessSchritt 6: FinanzFitnessPlan erstellen .....</i>	<i>138</i>
<b>Die sechs wichtigsten FinanzFitnessZahlen des Lebens.....</b>	<b>143</b>
<b>KAPITEL VI: FINANZFITNESSCHECK -</b>	
<b>DIE DAUERHAFTHE UMSETZUNG.....</b>	<b>148</b>
<b>Disziplin und Focus .....</b>	<b>148</b>
<b>FinanzFitnessSchritt 7: Umsetzungstipps systematischer Vermögensaufbau .....</b>	<b>150</b>
<i>Finanzsoftware .....</i>	<i>150</i>
<i>Elektronischer FinanzFitness-Kalender .....</i>	<i>151</i>
<i>App zur Optimierung der Barausgaben .....</i>	<i>151</i>
<i>Aufbau eines Dividendenaktiendepots .....</i>	<i>152</i>
<i>Investition in Edelmetalle.....</i>	<i>156</i>
<b>KAPITEL VII: DIE DREI SÄULEN DER ALTERSVORSORGE –</b>	
<b>SCHEIN ODER SEIN? .....</b>	<b>160</b>
<b>KAPITEL VIII: “I HAVE A DREAM...” .....</b>	<b>173</b>
<b>Der Geldbaum .....</b>	<b>173</b>
<b>Vom Spielbein zum zweiten Standbein .....</b>	<b>177</b>
<b>KAPITEL IX: FINANZFITNESSTIPPS -</b>	
<b>DIE ZUSAMMENFASSUNG.....</b>	<b>179</b>
<b>NACHWORT .....</b>	<b>184</b>
<b>DANKSAGUNG .....</b>	<b>186</b>
<b>ÜBER DEN AUTOR .....</b>	<b>187</b>
<b>RECHTLICHE HINWEISE .....</b>	<b>188</b>