

# INHALT

Vorwort für die deutsche Ausgabe .....	9
Willkommen! .....	12
Das 5-Tage-Wochenende-Manifest .....	16
Jetzt gehen wir das 5-Tage-Wochenende an! .....	19

## TEIL I: DIE GRUNDIDEE

### **DREI FREIE TAGE MEHR!**

1	Ihr 5-Tage-Wochenende .....	23
2	Neue Einstellung, mehr Freiheit .....	30
3	Der 5-Tage-Wochenende-Plan .....	38
4	Der Unterschied zwischen aktivem und passivem Einkommen .....	45
	<i>Call to Action: Ihr Plan für ein 5-Tage-Wochenende</i> .....	56

## TEIL II: DIE GRUNDLAGE

### **MEHR GELD BEHALTEN**

5	Weg mit den Schulden! .....	61
6	Wie Sie Ihre Ausgaben in den Griff bekommen .....	68
7	Wie Sie Löcher im Cashflow stopfen .....	74
8	Und so geht die Vermögensbildung .....	86
9	Die Rockefeller-Formel .....	91
10	Eine grundsolide finanzielle Ausgangsbasis .....	100
	<i>Call to Action: Raus aus der Schuldenfalle</i> .....	106

---

## TEIL III: EINKOMMENSWACHSTUM

---

### MEHR GELD VERDIENEN

11	Das aktive Einkommen erhöhen .....	111
12	Dafür braucht es kein Geld .....	121
13	Ideen für die Selbstständigkeit für sich entdecken .....	131
14	Lässt sich damit etwas verdienen? .....	156
15	Bevor Sie Ihren Job kündigen .....	162
	<i>Call to Action: Ihre Einkommensplanung in der Selbstständigkeit</i> ...	167

---

## TEIL IV: VERMÖGENSBILDUNG

---

### MEHR AUS GELD MACHEN

16	Passiven Cashflow generieren .....	171
17	Cashflow aus Immobilien .....	183
18	Wachstumsorientierte Investitionen .....	213
19	Groß rauskommen mit trendorientierten Investitionen .....	230
20	Weshalb konventionelle Kapitalanlagen scheitern .....	242
21	Jahreszeitlich investieren .....	251
	<i>Call to Action: Ihr Investitionsplan</i> .....	263

---

## TEIL V: DIE REISE

---

### LOS GEHT'S!

22	Tun Sie etwas für Ihre innere Haltung! .....	267
23	Der innere Kreis zählt .....	271
24	Die Macht der Gewohnheit .....	277
25	Wie Sie Energie tanken können .....	283
	<i>Call to Action: Die Vorbereitung Ihrer Reise</i> .....	289

---

## TEIL VI: LEBENSGESTALTUNG

---

### NACH DER EIGENEN FASSON LEBEN

26	Schluss mit dem ewig Gleichen – ein sinnvolles Leben führen ....	295
27	Schluss mit der ewigen Ja-Sagerei – schaffen Sie Auswahlmöglichkeiten .....	301
28	Schluss mit dem Anspruch, perfekt zu sein – Produktivität ist, was zählt .....	307
29	Schluss mit den ganzen Besitztümern – es geht auch einfach ....	311
30	Schluss mit Langeweile – auf ins Abenteuer .....	319
31	Schluss mit Reue – Seelenfrieden ist das Stichwort .....	325
32	Schluss mit dem Ego-Trip – für andere da sein .....	332
	<i>Call to Action: Ihr Plan für ein unabhängiges Leben .....</i>	<i>336</i>

---

## TEIL VII: WEG VOM SCHUBLADENDENKEN

---

### DIE GRENZEN VERSCHIEBEN

33	Brechen Sie aus! .....	341
34	Machen Sie sich an Ihr eigenes 5-Tage-Wochenende .....	348
	<i>Call to Action: Ihre Absichtserklärung .....</i>	<i>355</i>
	Arbeitsblätter für Ihr 5-Tage-Wochenende .....	357
	Endnoten .....	358
	Danksagung .....	360
	Über die Autoren .....	366