

# Inhalt

<b>Vorwort von Urs Meier</b> . . . . .	<b>5</b>
<b>I. Das alte Denken über Geld</b> . . . . .	<b>11</b>
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
<b>II. Der Wandel beginnt im Kopf</b> . . . . .	<b>87</b>
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
<b>III. Ein wertvolles Konzept für Kopf und Konto</b> . . . . .	<b>137</b>
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
<b>IV. Das neue Denken über Geld</b> . . . . .	<b>175</b>
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
<b>Der Weg ist Ihrer</b> . . . . .	<b>233</b>
<b>Dank</b> . . . . .	<b>237</b>
<b>Hinweise zur Vertiefung</b> . . . . .	<b>239</b>
<b>Literatur und Quellennachweis</b> . . . . .	<b>241</b>
<b>Über den Autor</b> . . . . .	<b>243</b>

