



Das Wichtigste, das ein Mensch in seinem Leben finden kann, ist sein gesundes Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln.

Der erste Schritt dazu ist die Erkenntnis, dass es kein allgemeingültiges Gleichgewicht für alle Menschen gleichermaßen gibt. Jeder Mensch hat sein ganz individuelles Gleichgewicht, kann sich dabei aber an seinem Persönlichkeitstyp orientieren. Eine Persönlichkeit findet ihren Persönlichkeitstyp und orientiert sich dann an dessen Weg zum Gleichgewicht aus Denken, Fühlen und Handeln. Persönlichkeitstypen und deren Wege zum Gleichgewicht sind im Buch „Eigenantrieb“ gut dokumentiert und beschrieben.

Das Gleichgewicht wird auch Life-Balance genannt. Mit dem Life-Balance-Test als Orientierungshilfe kann jeder Mensch selbst in Eigenregie feststellen, wie weit er in seinem Gleichgewicht aus Denken, Fühlen und Handeln bereits fortgeschritten ist. Der Test ist diskret und kostenlos und dauert 20 bis 30 Minuten.

Unmittelbar nach Testende erhält die Testperson eine zweiseitige Auswertung über Email. Auf der ersten Seite findet sie ihren Persönlichkeitstyp. Die zweite Seite zeigt ihr ihre ganz persönliche Gleichgewichts-Bilanz. In dem Buch „Eigenantrieb“ kann sie die beiden Schritte ausführlich nachvollziehen und auch ihren persönlichen Entwicklungsweg zur Life-Balance entdecken.

Das Gleichgewicht aus Denken, Fühlen und Handeln ist eine Definition für psychische (mentale, seelische) Gesundheit. Menschen, die ihr Gleichgewicht gefunden haben, werden auch entwickelte Persönlichkeit genannt. Ein Menschenleben erfüllt sich, wenn der Mensch sein Gleichgewicht aus Denken, Fühlen und Handeln findet.

