

Inhaltsverzeichnis

Gebrauchsanweisung	5
Wie man uraltes Wissen nutzt	8
Übungen	10
Wie man bei einem Gespräch den Ton angibt	11
Übungen	13
Wie man die wildesten Burschen zähmt	14
Übungen	16
Wie man kreative Blockaden löst	17
Übungen	21
Wie man seinen „roten Faden“ im Leben findet	22
Übungen	26
Wie man Stimmungstiefs beseitigt	27
Übungen	28
Wie man chronische Krankheiten besiegt	29
Übungen	34
Wie man leichte Beschwerden in einer Nacht heilen kann	35
Übungen	38
Wie man aus schädlichen Mustern ausbricht	39
Übungen	42
Wie man ein Super-Gedächtnis erlangt	43
Übungen	47
Wie man Schlafstörungen beseitigt	48
Übungen	51
Wie man seinen Lebenscomputer richtig programmiert	52
Übungen	55
Wie man Langeweile bekämpft	56
Übungen	59
Wie man Realitäten erschafft	60
Übungen	62
Wie man seinen Traumpartner findet	63
Übungen	66
Wie man Nervensägen abwimmelt	67
Übungen:	70
Wie man mit 78 bunten Bildern Probleme löst	71
Übungen	74
Wie man Ängste und Aggressionen beseitigt	75
Übungen	77

Wie man zerbrochene Beziehungen repariert.....	78
Übungen	80
Wie man ein kluger Zauberer wird.....	81
Übungen	83
Wie man seine Probleme dem „Universum“ übergibt.....	85
Übungen	87
Wie man Alpha-Wellen im Gehirn erzeugt.....	88
Übungen	91
Wie man sein Leben mit Sinn erfüllt.....	92
Übungen	96
Wie man Schmerzen lindert	98
Übungen	100
Wie man täglich ein Wunder erleben kann.....	101
Übungen	104
Wie man innere Unruhe bekämpft.....	105
Übungen	107
Wie man zum Meister des (eigenen) Universums wird	108
Übungen	111
Wie man Stress bekämpft.....	112
Übungen	113
Wie man optimal lernt.....	115
Übungen	120
Wie man sich für null Euro einen Lügendetektor baut	121
Übungen	124
Wie man sich vor Angriffen schützt	125
Übungen	129
Wie man zum Tier wird.....	130
Literatur	134
Kurse	134