

# **Inhaltsverzeichnis**

<b>Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>Einleitung</b>	<b>8</b>
<b>Geschichtsentstehung vom Dim Mak (Dian Xue)</b>	<b>10</b>
<b>Ableitungen vom Dim Mak</b>	<b>12</b>
<b>Akupunktur und Dim Mak</b>	<b>14</b>
<b>Dim Mak Nervenpunkte</b>	<b>15</b>
<b>Richtungsverlauf der Schläge und Stiche</b>	<b>16</b>
<b>Stichtechnik mit den Fingerspitzen</b>	<b>16</b>
<b>Schlag- und Stoßtechnik</b>	<b>17</b>
<b>Greiftechnik mit Daumen und Zeigefinger:</b>	<b>17</b>
<b>Kopfstoßtechnik</b>	<b>17</b>
<b>Würgetechnik mit dem Arm:</b>	<b>17</b>
<b>Tritttechnik</b>	<b>17</b>
<b>Hebeltechnik gegen die Gelenke</b>	<b>17</b>
<b>Selbstverteidigung und Nervenpunkttechniken</b>	<b>18</b>
<b>Die Macht der Details</b>	<b>20</b>
<b>Die Wahrnehmung ist getrübt</b>	<b>20</b>
<b>Konzentration</b>	<b>21</b>
<b>Anwendungsbereiche von Nervenpunkttechniken</b>	<b>22</b>
<b>Lage der Nervenpunkte</b>	<b>24</b>
<b>Handnervenpunkte</b>	<b>25</b>
<b>Kopfnervenpunkte</b>	<b>33</b>
<b>Körpennervenpunkte vorne</b>	<b>36</b>
<b>Körpennervenpunkte seitlich</b>	<b>44</b>
<b>Körpennervenpunkte hinten</b>	<b>49</b>
<b>Tödliche Nervenpunkte</b>	<b>54</b>
<b>Notwehrgesetz</b>	<b>64</b>
<b>Abschlusswort</b>	<b>69</b>
<b>Zitate von Kampfsportlern und trainierenden</b>	<b>69</b>
<b>Literatur</b>	<b>70</b>