

Inhalt

EINLEITUNG	13
DIE MAGIE DER WORTE	21
Du bist die Worte, die du verwendest, und du wirst die Worte, die du wählst	21
Wörter sind wichtig (und machen Leute)	30
Die drei Gehirne	36
Vertraust du deinem Gehirn?	45
Die richtigen Wörter für die richtigen Hormone	60
Empathie	71
DIE VORRATSKAMMER DER WÖRTER	77
Welche Wörter man sagen sollte und welche lieber nicht	77
7 Sätze, die ausdrücken, dass dein Leben aus den Fugen geraten könnte	79
7 Sätze, die dich daran hindern, die Ergebnisse zu erzielen, die du dir wünschst	83
9 Sätze, die dein Leben in weniger als drei Sekunden ruinieren	88
5 Sätze, die dein Selbstvertrauen zerstören und dein Leben ruinieren	101
7 Sätze, die ausdrücken, dass du gerade einen kognitiven Fehler begehst	108
5 gefährliche Sätze, die deinen Erfolg beeinträchtigen können	115

Die 5 schlimmsten Sprichwörter, auf die du nicht hören solltest, wenn du nach einem reichen, erfüllten und glücklichen Leben strebst	120
9 starke Sätze, die dir in jeder Situation Charisma und Autorität verleihen	127
5 Sätze, die dafür sorgen, dass es dir noch schlechter geht, wenn du dich sowieso schon mies fühlst	133
7 Sätze, die dir Tränen in die Augen treiben	137
5 völlig überbewertete Vorstellungen, von denen du dich auf der Stelle befreien kannst	141
9 sprachliche Strategien für echtes Wohlbefinden	149
ANATHEMATA UND ZAUBERSPRÜCHE	157
Die Anathemata	159
Die Zaubersprüche	171
ANHANG	189
Die inneren Dialoge der drei Gehirne	189
DANKSAGUNG	201
QUELLEN	203
ÜBER DEN AUTOR	207