

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	10
------------	----

Teil I

Die 36 Universellen Lebensregeln	15
---	-----------

1. Regel: Du kannst im Leben alles haben, was du willst	16
2. Regel: Du darfst im Leben alles haben, was du willst	20
3. Regel: Beherrsche das 21-Tage-Phänomen	24
4. Regel: Es kann immer nur einen Ersten geben	28
5. Regel: Es gibt immer eine Lösung	32
6. Regel: Das, worauf du deine Aufmerksamkeit richtest, wächst	36
7. Regel: Alles in der Natur ist sinnvoll geordnet	40
8. Regel: Alles, was du tust, machst du aus einem einzigen Grund	44
9. Regel: Sprich immer nur gut über andere	48
10. Regel: Wähle sorgfältig aus, was andere dir erzählen	53
11. Regel: Nutze das Gesetz der großen Zahl	58
12. Regel: Sei immer ein Verwerter	62
13. Regel: Sei offenen Geistes	66
14. Regel: Sei wachsam	70
15. Regel: Alles Geniale ist einfach	74

16. Regel: Alle Entwicklungen verlaufen kreisförmig	78
17. Regel: Aktion ist immer gleich Reaktion	82
18. Regel: Schreibe deine Ziele auf	86
19. Regel: Das, was du erwartest, tritt ein	91
20. Regel: Du kannst dein Schicksal selbst verändern	95
21. Regel: Das, was du am meisten magst, ist das, was du am besten vermagst	99
22. Regel: Folge deiner Intuition	103
23. Regel: Du bist, was du ißt	108
24. Regel: Tu was du willst	112
25. Regel: Wenn du zuwenig Zeit hast, überprüfe deinen Raum	116
26. Regel: Wenn du bedrückt bist, tue etwas anderes	121
27. Regel: Du kannst kein Ziel erreichen, wenn du es erreichen mußt	126
28. Regel: Du kannst ein Ziel nur erreichen, wenn du bereits dort bist, bevor du losgehst	130
29. Regel: Es gibt keinen Zufall	134
30. Regel: Wende die Realisierungsformel an	139
31. Regel: Mache deinen ersten Schritt innerhalb von 72 Stunden	146
32. Regel: Bewege deinen Körper	151
33. Regel: Sei du selbst	155
34. Regel: Lerne zu akzeptieren: Sage ja	159
35. Regel: Achte auf die Schönheit	163
36. Regel: Alles ist eins	167

Teil II

Die Sonderregeln

173

Die Anwendungs-Regel:	So machst du mehr daraus	174
Die Geld-Regel I:	Geld fließt dorthin, wo es am besten fließen kann	178
Die Notfall-Regel:	Glaube an dich selbst	182
Die Geld-Regel II:	Geld drückt den Wert deines Nutzens für andere aus	186
Die Eifersuchts-Regel:	Wenn du eifersüchtig bist, emp- findest du immer einen Mangel	190
Die Geld-Regel III:	Geld drückt den Wert deiner Wertschätzung für andere aus	194
Die Schmerz-Regel:	Höre auf mit dem, was du gerade tust	198
Anstelle eine Nachwortes	– die Meta Regel: Wenn, dann richtig	203

Teil III

Anhänge

207

Anhang I: Die neun Grundbefehle deines Unterbewußtseins	208
Anhang II: Der Leitfaden für deine Ernährung	212
Hinweise zum Abnehmen	215
Über den Autor	217
Literaturverzeichnis	219
Buchempfehlungen	222