

Inhalt

Vorwort 7

- 1. Endlich ein besseres Gedächtnis! 11**
- 2. Spürbar mehr Erfolg mit einem guten Gedächtnis! 25**
- 3. Den Kopf aufräumen 33**
- 4. Zahlen sind böse 55**
- 5. Wie war nochmal Ihr Name? 69**
- 6. Das unendliche Gedächtnis 89**
- 7. Die Alternative zum Auswendiglernen 101**
- 8. Eine Methode, viele Sprachen, korrekte Rechtschreibung 109**
- 9. Vom Kurz- ins Langzeitgedächtnis 121**

Die letzte Challenge: Gloria Mariae – oder wie war das!? 126