

Inhalt

Der Armlängentest	13
Ja oder Nein – aber kein Vielleicht	15
Verstand oder Unbewusstes – wer entscheidet?	16
Der Körper antwortet	18
Der 6. Sinn – die Intuition	20
Kinesiologie, Pendel und Co.	22
Wie der Armlängentest mich fand	36
Der Armlängentest – ein neurologischer Reflex	38
Wer antwortet uns beim Armlängentest?	39
Schritt für Schritt – den Armlängentest erlernen	41
Die Ausgangssituationen beim Testen	54
Anfangsstress und Starre – die Selbstbehandlung	59
Wie antwortet der Armlängentest?	61
Was man nicht testen darf oder sollte	67
Teste, wo auch immer du bist	68
Wichtige Testfragen	69
Das Leben ist ein Kuchenteig	71
Was ist Gesundheit?	72
Die Zeitreise	73
100 Prozent Lebensenergie – hol sie dir!	76
Ich bin ich	81
Ich bin gesund	83
Ich bin glücklich	83
Ich bin ehrlich zu mir und zu anderen	84

Ich bin bereit zur Veränderung 84

Ich ernähre mich gesund 84

Ich Sorge gut für mich 85

Ich liebe mich 86

Ich bin es wert 87

Ich bin eigenverantwortlich 87

Die Checkliste vor jedem Test 88

Mit dem Armlängentest durch den Tag 89

Was ziehe ich heute an? 91

Welches Essen macht mich heute fit? 93

Einkaufen gehen 96

Effizient zu Hause und im Büro 100

Kochen in der Mikrowelle? 102

Essen zu Hause oder im Restaurant 103

Lecker ohne Kochbuch 106

Die Wohnung einräumen 106

Körperpflege mit dem Lügendetektor 107

Vitaminpillen & Co. 109

Teste die Verhüterli 110

Der Stress in deinen Zähnen 112

Schlafen – aber ohne Spannung 113

Der Armlängentest in allen Lebenslagen 121

Von der Zeugung bis zur Geburt 124

Impfen – Ja oder Nein 125

Kreativ denken 127

Im Teamflow 128

Vom Gesundheitscheck zur Selbstheilung 129

Auch Ärzte lassen sich überzeugen 135

Ich bin zu dick	139
Den Weg bestimmen	142
Lernen kann so einfach sein	144
Freundschaft, Liebe, Partnerschaft	147
Den richtigen Partner finden	148
Ich bin schwanger!	149
Der Beziehungsscheck	149
Teste deine soziale Reife	150
Eltern-Kind-Dynamiken	154
Ehrlich währt am längsten	156
Hier bin ich zu Hause	156
Wer ist kompetent?	158
Glück – das Glas ist halb voll	159
Lebe deine Berufung	160
Bin ich reich?	164
Produktentwicklung ohne Tierversuche	165
Mit Tieren kommunizieren	167
Tiere behandeln	169
Besser sehen – besser aussehen	170
Gönn dir was Gutes – Wellness	173
Suchen und Finden	173
Endlich Urlaub ...	175
Spiritualität	179
Bevor du deine Stimme in eine Urne ...	181
Wer war der Mörder?	184
Wer lügt am meisten?	186
 Der Armlängentest im Überblick	 189
Informationen und Kontakt	200