

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
Vitaminpills & 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 Beziehungscheck	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