

GAME CHANGERS

© des Titels »Game Changers« von Dave Asprey (ISBN 978-3-95972-202-5)
2019 by FinanzBuch Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter <http://www.finanzbuchverlag.de>

**Klüger, schneller und glücklicher –
die besten Lifehacks der 450
außergewöhnlichsten Leader,
Querdenker und Gurus**

DAVE ASPREY

**VOM New York Times-BESTSELLERAUTOR
VON DIE BULLETPROOF-DIÄT UND HIRNTUNING**

INHALT

Einführung.....	9
Teil 1: Klüger	19
1 Sich auf Schwächen zu konzentrieren, macht noch schwächer.....	21
2 Wie Sie sich angewöhnen, klüger zu werden	47
3 Wie Sie sich Ihrer selbst bewusst werden	71
4 Wie Sie die Angst besiegen	107
5 Selbst Batman hat eine Höhle.....	131
Teil 2: Schneller	149
6 Sex – ein ganz besonderer Bewusstseinszustand	151
7 Wie Sie in der Nacht Kraft schöpfen.....	175
8 Wie Sie gesund Sport treiben.....	197
9 Sie ernten, was Sie säen.....	215
10 Die Zukunft, in der Sie sich selbst hacken, beginnt jetzt	245
Teil 3: Glücklicher	267
11 Reich zu sein, macht Sie nicht glücklich, aber glücklich zu sein, könnte Sie reich machen	269
12 Nutzen Sie die Kraft der Gemeinschaft.....	287
13 Programmieren Sie sich neu.....	305
14 Verbringen Sie mehr Zeit in der Natur	323
15 Nutzen Sie Dankbarkeit, um Ihr Gehirn neu zu programmieren	341
Nachwort	363
Danksagungen	367
Anmerkungen.....	371
Register.....	385