

Thomas Sonnberger



Das geheime
Leben der
Gamechanger
Das Spiel des Lebens

*Ihre Arbeit
ist Gold wert*

www.thomassonnberger.at

Literaturliste

A. Einstein: Wikipedia
B. Mandelbrot, E. Schrödinger: Wikipedia
D. Kahnemann: Spiegel.de, Wikipedia
E. Kandel: Biologie des Geistes, Suhrkamp
J. Habermas: Theorie des kommunikativen Handelns
Melatonin, M. Planck, R. Clausius, Vimana: Wikipedia

Thomas Sonnberger Das geheime Leben der Gelenke
Thomas Sonnberger Das Geheimnis der Klarheit, Die Kunst
eine Frau zu sein
Thomas Sonnberger Das geheime Leben des Herzens
Thomas Sonnberger: Das geheime Leben der Pferde,
Geheimnis der Energie
Thomas Sonnberger Das Geheimnis des Marketing-Finders
Thomas Sonnberger: Mathe in einer Stunde verstehen,
Konzentrieren wie ein Weltmeister, BoD
Thomas Sonnberger: Der Magische Garten, Supertraum
Gartenraum, BoD
Thomas Sonnberger: Jus in einer Stunde verstehen, Jus
Coaching
Thomas Sonnberger: Supertraum Wohnraum - Die Magische
Wohnung, BoD
Thomas Sonnberger Die geheimen Emotionen des
Datenfinders

Inhaltsverzeichnis

Selbstwerttheorie

Vorbild

Kalender

Kunst.Macht.Wesentlich!

Die Kunst, eine Wildkatze zu sein

Wie ich mich steigern, wenn es b(l)ockt?

Was steckt hinter schlechtem Gewissen, Kritik etc?

Sehen, spüren wir richtig?

Selbstwerttheorie der Musiker und Sportprofis

Smart Living Entdecke die Gefühle

Mehr Kraftwerke. Mehr Kraft

Die Atmung durch das Zwerchfell

Die Energie ist da, aber nicht physisch

Kennst du das Leben der Götter?

Freiheit und Kontraste schaffen es

Mehr Energie durch Geist, Urimpuls

Die Formel für Erfolg

Ursache statt Symptom behandeln!

Power

Erleuchtung, Erwachen, „inspiring“

Mut für alle Zeiten

Die Verspannungen

Das geheime Leben der Faszien

Wer die Natur versteht: versteht
Ameisen sind Meister

Neuronenkraftwerk

Das Gehirn

Emotionen wirken supraneuronal, ohne Reibung

Es gibt 2 Welten

Stärke den Geist mit Verstand

Selbstorganisierende Bewegung

Wunderzellen

Auf die Plätze, fertig, Ziel

Antwort des Gehirngärtners

Nur die Erwartung kann enttäuschen

Das 1 x 1 der Ernährung

Das geheime Leben des Sattseins

Natur, Poesie, Musik

Fit (=) schön mehr

Schlafschule

Was fördert, erfrischt und energetisiert?

Der höhere Geist

Emotionen

Piloten: startklar

Checke dein Persönlichkeitsprofil

Was muss ein Manager können?

Sprache fördert Brücken, zieht Grenzen, ändert den
Bezugspunkt

Finde deine Seele, Ewigkeit

Geist: Was zählt

Wie wir unser Potenzial erkennen

Löcher in der Abwehr
Kommunikationsübung

Kapitel 3

Physik

Fasten

Wenn die Wahrnehmung, die Energie abnehmen

Natur u.Poesie

Die Formel für Vorüberzeugung

Auf einander zugehen ist einfach der Weg!

Kapitel 4: 3 Knackpunkte

Ordnung ist ebenfalls eine Vorüberzeugung

Krafttest: ja nein

Emotionen schaffen Leistung

Seal the deal: Akkus aufladen

Selbstwerttheorie

Am Anfang war der Logos oder der Geist oder das Bewusstsein.

Wir sind geistige Analphabeten geworden. Obwohl wir auf der Gefühlsebene mit der Welt verbunden sind.

Materie ist heute wichtiger geworden. Obwohl sie laut Schrödinger nur eine als-ob Materie, also geistig, ist, vorausgesetzt wir beobachten es. Das heißt, ich bin mal dabei.

Dadurch schützen wir die Telomere, die Schutzschilder der Zellen.

Jetzt kommen die Emotionen ins Spiel, denn sie aktivieren Entscheidungen.

Eine Verstimmung meldet sich als Schatten unseres Unterbewusstseins.

Die linke Gehirnhälfte verbindet uns mit dem was war, die rechte Gehirnhälfte, hilft uns, gegenwärtig und kreativ, zu sein.

Nützen wir das Gehirn ..?

Sind wir uns im Klarem, dass wir im Schatten über unendliche Energie verfügen, Helden und Champions sind?

Die Addition aller Schwingungen im Körper machen 700 Trillionen Volt aus ...

Was tun?

3 K - Selbstwerttheorie

- **knipsen**: Fotografier dich ins Ziel
- **knistern**: „Frotzel dich ins Ziel
- **kooperieren**: Jetzt zusammenarbeiten, das Ziel erreichen

Vorbild

Leonardo da Vinci beschäftigte sich Zeit seines Lebens mit Ideen und einem energiereichen Körper.

Was sind unsere Fehler?

- Probier es selber aus. Brauchst du „man Sätze“?
- Bestreike dich nicht selbst.
- Wir könnten unsere Leistung locker vervielfältigen, wenn wir fühlen, an das Bewusstsein oder an die Seele, glauben
- Durch eine „Überdosis“ an Nahrung teilen sich die schadhafte Zellen.
- Fettreiche Nahrung nährt Bakterien und verstärkt das Serotonin, so das Deutsche Institut für Ernährungsforschung.
Das täuscht kurzfristig eine Art Glück vor. Deshalb ist es gar nicht so leicht besser zu werden.