

# Inhalt

Mikromeisterschaft	9
Was ist Mikromeisterschaft?	11
Das Innenleben einer Mikromeisterschaft	25
Dynamisches Lernen	38
Verborgene Mikromeisterschaften erkennen (sie sind überall)	43
Helfen Sie sich selbst	52
Multiple Mikromeisterschaft und Synergie	79
Im Schlaraffenland des Wissens	91
Explosionen der Kreativität	98
Das Einmaleins der Mikromeisterschaften	107
<b>1 Eine Skizze anfertigen, die nach etwas aussieht</b>	109
<b>2 Eine Eskimorolle machen</b>	112
<b>3 Die Tiefe eines Brunnens oder Erdlochs ermitteln</b>	117
<b>4 Einen Holzblock (oder gar einen         ganzen Baumstamm) in Stücke hacken</b>	120
<b>5 Seilklettern lernen</b>	124
<b>6 Wellenreiten</b>	128
<b>7 Eine Viertelstunde lang über         ein beliebiges Thema reden</b>	132
<b>8 Eine Ziegelwand mauern</b>	135
<b>9 Dialoge schreiben</b>	139
<b>10 Einen Schädel modellieren</b>	143
<b>11 Köstliches Brot backen</b>	146
<b>12 Ein Schwert durch die Luft sausen lassen</b>	150
<b>13 Eine Schnur aus Nesseln drehen</b>	153
<b>14 Solo singen, selbst wenn man unmusikalisch ist</b>	157
<b>15 Das Bankdrücken meistern</b>	160
<b>16 Die <i>Marseillaise</i> auswendig lernen</b>	163
<b>17 Den Fußballtrick Elastico erlernen</b>	165

18 Den perfekten Brennholzstapel errichten	169
19 Filme mittels Kaffee und Salz entwickeln	173
20 Einen J-Turn hinlegen	176
21 Sushi machen ... das tatsächlich wie Sushi aussieht und auch so schmeckt	179
22 Eine Geschichte erzählen, die jedes Kind fesselt	182
23 Jemanden mit einem Aikido-Griff außer Gefecht setzen	185
24 Mit vier Bällen jonglieren	189
25 Den Trick mit den drei Karten meistern	192
26 Einen Bonsai heranziehen	196
27 Soufflés so zubereiten, dass sie jedes Mal gelingen	199
28 Einen absolut gleichmäßigen Holzwürfel herstellen	202
29 Einen köstlichen Daiquiri mixen	207
30 Den Tangoschritt gehen	210
31 Feuer machen, indem man zwei Holzstücke aneinander reibt	213
32 Sich eine schöne Handschrift zulegen	217
33 Das Feilschen mikromeistern	220
34 Ein Küchenmesser rasiermesserscharf schleifen	224
35 Eine kleine Gruppe durch die Wildnis führen	227
36 Japanisch lesen lernen in drei Stunden	231
37 Straßenfotograf werden	234
38 Köstliches Craft Beer brauen	237
39 Selbst ein Hemd nähen	240
 So mikromeistern Sie Ihr Leben	 245
Interesse erlaubt	247
Ihre vielen Ichs	251
Punk-Mikromeisterschaft	259
Mikromeisterschaft kontra globaler Pessimismus	262
Das große, größere und ganz große Ganze	267