



Folge	Titel
<b>2023</b>	
1	Gleichgewicht
2	SpiRitualität
<b>2024</b>	
3	Geistreich
4	Niemals aufgeben!
5	Erdung
6	Die Eiche
7	Steinzeit
8	Verblüffend ehrlich
9	Die Nibelungen
10	Momo, Rumo & co.
11	Stark und Sanft
12	Alles Schafe?
13	Schlachte das Lamm
14	Gorillas und Kraft
15	Der Wald und der Mann
16	Klang
17	Vernunftbegabt
18	Erhaben
19	Zukunft?
20	Hoffnung
21	Konsequenzen
22	Darf Mann weinen?
23	Verletzte Menschen
24	Grenzen
25	Faulenzen
26	Alle Gleich?
27	Das Kind im Mann
28	Trau dich (einfach?)!
29	Lass und lachen.
30	Mahlzeit
31	Ernährung
32	Lass mich Mann sein!
33	Starke Frauen?
34	Die Gier und die FLut
35	Pitoresque
36	Schlapp
37	Mach mich platt!
38	Überschwänglichkeit
39	Rauchen?
40	Innerer Frieden
41	Meinung behalten?
42	Alles bejahen?
43	Ich schweige, du gehst!
44	Leicht
45	Fasten
46	Altlasten
47	Verantwortung
48	Schulranzen
49	Spontan
50	Freiheit mit Grenzen
51	Impf dich doch...
52	Verlassen
53	der Kampf
54	Standhaft sein
55	die Wahrheit die DU fühlst
<b>2025</b>	
56	unGLAUBwürdig
57	Stets vertieft?
58	du wirst zu Teer
59	ein Produkt
60	So wandert der Geist
61	der Mensch als Litfaßsäule
62	Fingernägel zum Frühstück
63	ständig Einsam?
64	natürlich froh
65	riechst du das?
66	so ist es eben
67	immer nüchtern?
68	Es ist ein schwarzes Loch
69	Harry Potter's Realität
70	Ents
71	Modus Operandi: Selbsterhaltung
72	neuGIER aus Langeweile
73	es Lästert die Eifersucht
74	Stopf mich VOLL, dann kann ich Schlafen
75	Der ungenaue Sprachgebrauch
76	Mit Schlangen tanzen
77	Die Schlange und das Dritte Auge
78	der Mensch als Wort
79	spontane Erleuchtungssymptome
80	potenziell gefährlich
81	die Zahnfee der Moderne
82	Ich will deine Mandeln
83	Zucker und Geist - Spirit
84	spirituelle Realität
85	das Geheimnis deiner Augen
86	Hör auf dein Kind auszusaugen
87	Im Spiegel meines Selbst
88	der Hund als Projektionsfläche
89	ein böser Geist
90	Bin ich gestreßt?
91	Noch ein Kaffee?
92	der Wahnsinn der Industrie
93	Gesichter
94	Ich schlage mein Kind um es in den Arm zu nehmen
95	der Mittelstand
96	Durststrecke?
97	Technik
98	Tüddelü
99	Mundraub
100	Muffensausen
101	Termindruck
102	entRümpeln
103	Keto-Genesung
104	Freude innehalten?
105	die Kunst zu verbittern
106	Studentenfalle?
107	ZEN weg?
<b>2026</b>	
108	Gleichmäßigkeit
109	das Schlaraffenland
110	losgelöst
111	ein freier Geist
112	Die soziale Einöde des Content-Creators
113	Ich pack ma' eben...
114	Was geht eigentlich ab?
115	die Folge, die ich vergessen hatte
116	Die Position der Frau
117	magische Melancholie
118	der Alltags-Wikinger
119	die Folge vor dem Kino
120	mit dem Joker klarkommen...
121	süßes Rührei und goldene Milsch
122	Abwasch-Jeplänkel
123	Ich dichte mich/dich ins Glück (Poesie)
124	Wie dem auch sei...
125	im Netz der Spinne (Fallensteller)
126	Thema: Vorbilder
127	von Pilzen und Sauerkraut
128	Was ist Masturbation?
129	das natürliche Selbst
130	außerhalb der Norm
131	unter der Oberfläche
132	
133	
134	
135	
136	
137	
138	
139	
140	
141	
142	
143	
144	
145	
146	
147	
148	
149	
150	
151	
152	
153	
154	
155	
156	
157	
158	
159	