

Inhalt

Vorwort	9
Lebensmeister-Impulsfragen	11
A. Theorieteil	13
1. Stein und Wasser.....	13
Lebensmeister-Impulsfragen	17
2. In Stein gemeißelt	17
Lebensmeister-Impulsfragen	24
3. Der Stein kommt ins Rollen.....	24
Lebensmeister-Impulsfragen	26
4. Neuland entdecken	27
Lebensmeister-Impulsfragen	29
5. Reise ins Bedürfnis-Land	30
Lebensmeister-Impulsfragen	34
6. Rollen und Bedürfnisse	34
Lebensmeister-Impulsfragen	42
7. Transzendenz – Bedürfnis unserer Zeit.....	42
B. Entwicklungsstufen.....	55
1. Von der Teilpersönlichkeit zur Persönlichkeit (Schattenarbeit).....	55
2. Verbindung von Körper und Geist (Gesamtorganismus)	58
3. Verbundenheit mit allem (Überpersönlicher Bereich)	62

4. Universales Bewusstsein	64
C. Praxisteil	73
Persönlichkeitsentwicklung in der Praxis	73
Der Baum als Symbol	77
Überblick Entwicklungsstufen und Übungen	80
1. Von der Teilpersönlichkeit zur Persönlichkeit.....	82
Teilpersönlichkeit	82
Persönlichkeit.....	91
Praxis-Tools mit Begleitung.....	92
Innerer Dialog	93
Klärung von Rollen und Bedürfnissen	95
Werte-Check.....	98
Selbstreflexion über Fragen	99
Systemische Arbeit.....	101
Lebensmeisterei-Mentoring.....	103
ToGo-Übungen	105
Schatten ToGo	105
Inneres Management ToGo	107
Bedürfnis-Check ToGo	110
2. Verbindung von Körper und Geist	112
Praxis-Tools mit Begleitung.....	114
Bewegung für Körper und Geist.....	114
Praktiken zur Verbindung von Körper und Geist	117
Bewusste Ernährung.....	118
Die Rhythmen des Lebens.....	119
Verbundenheit erfahren	121
Holistische Rhetorik.....	123
Lebensmeisterei-Workshops	132

ToGo-Übungen	133
Entschleunigtes Atmen ToGo.....	133
Achtsamkeit ToGo	134
3-Körper-Krafttraining ToGo	136
3. Verbundenheit mit allem (Überpersönlicher Bereich)	142
Praxis-Tools mit Begleitung	142
Meditation	142
Religion	144
Lebensmeisterei-Seminare.....	146
Transzendenz in der Praxis	146
ToBe Übungen	148
Meditation ToBe.....	148
Geführte Reise ToBe.....	149
4. Universales Bewusstsein	150
Schenke deiner Weisheit Raum.....	151
Schlusswort.....	153

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung	7
Einleitung.....	11
I. Ganzheitlichkeit und Holismus	19
1 Die Teile und das Ganze.....	19
2 Die Form und die Leere	21
3 Paradoxe Logik.....	26
4 All-Liebe.....	33
5 Das Mehr als die Summe der Teile	41
6 Plausibilitätsorientierte Zusammenfassung	43
II. Rhetorik als evolutionärer Prozess	47
1 <i>Vir bonus</i>	49
2 Vom Ursprung zur Gegenwart	50
2.1 Archaische Sprache	52
2.2 Magische Sprache	53
2.3 Mythische Sprache.....	55
2.4 Rhetorik der dritten Dimension.....	57
3 Der Zukunft entgegen.....	65
3.1 Ganzheitliche Rhetorik.....	66
3.2 Rhetorik der fünften Art	75
III. Holistische Rhetorik.....	79
1 Holistisches Prinzip	80
2 Holismus in Sprache und Text	85
3 Rhetorik der offenen Perspektive.....	88
4 <i>Sinn</i> des Ganzen.....	95

5	»Wertschätzung«.....	104
6	Quintessenz	110
IV.	Lebensmeisterei.....	123
1	Anathese	127
2	Armut und Reichtum.....	132
3	Geld.....	138
4	Krise gleich Chance.....	144
5	Künstliche Intelligenz	147
6	Leben und Tod	151
7	Wille.....	163
8	Wissenheit	169
9	Weisheitsorientierte Zusammenfassung	173
V.	Sinnthese.....	181
1	Holistische Rhetorik.....	181
2	Sinnmanagement.....	184
3	Weisheitswesen.....	190
	Literaturverzeichnis.....	196