

Dawna Markova

Die Entdeckung des Möglichen

**Wie unterschiedlich wir denken, lernen
und kommunizieren**

**VAK Verlag für Angewandte Kinesiologie GmbH
Freiburg im Breisgau**

Inhalt

Dank für Unterstützung	8
Dank an meine Lehrer	9
Einführung	13
„Die Entdeckung des Möglichen“ hat die Aufgabe, Ihnen zu helfen, die schlummern- den Fähigkeiten Ihres Geistes beim Namen zu nennen, neu in Anspruch zu nehmen, zu entfesseln und neu auszurichten.	
Wie Sie dieses Buches benutzen können	20
Hier werden der Aufbau des Buches und einige Grundsätze beschrieben, damit Sie aus dem Studium desselben größtmöglichen Nutzen ziehen.	
1 Die natürliche Beschaffenheit Ihres Geistes	30
Ein Überblick über den gesamten Ansatz soll Ihnen helfen, einen stützenden Rah- men zum Erlernen der einzelnen Fertigkeiten zu schaffen.	
2 Ihren Geist organisieren: Das Dreieck	59
Hier werden die ersten Teilfertigkeiten eingeführt: Sie lernen verstehen, wie Ihr be- wußter Geist funktioniert, und Sie entdecken, welche Symbolik er benutzt, um Ihre Erfahrung zu organisieren und mitzuteilen.	
3 Mit Ihrem Geist kreativ sein: Der Kreis	78
Sie lernen Ihre kreativen und intuitiven Fähigkeiten wiederzuentdecken, während das Funktionieren Ihres unbewußten Geistes und seine Sprache der Wahrnehmung enthüllt werden.	
4 Ihren Geist durchsortieren: Das Viereck	94
Dieses Kapitel erschließt eine Funktion Ihres Geistes, die gewöhnlich ignoriert wird: die Fähigkeit zu unterscheiden, was zu Ihnen gehört und was nicht. Indem Sie mit dieser symbolischen Sprache vertraut werden, eröffnet sich Ihnen ein neuer Weg, Mauern der Abwehr in schützende Grenzlinien umzuwandeln.	
5 Wenn verschiedenartige Denkweisen zusammentreffen	108
Dieses Kapitel bringt das bisher Gelernte, die einzelnen Teilfertigkeiten, zusam- men. Hier haben Sie die Gelegenheit, zu wachsen, indem Sie sie alle integrieren, und sie mit Ihrem Verständnis zu überprüfen, während Sie mit ihrem Funktionieren vertraut werden.	
6 Die sechs Muster: Wie Sie die natürlichen Kräfte Ihres Geistes nutzen	129
Hier können Sie das Muster herausfinden, das Ihr Geist nutzt, um aufzunehmen, zu integrieren, kreativ umzusetzen und darzustellen, was immer sie erleben. Jeder Abschnitt bringt Sie zu einer tieferen Ebene des Verständnisses für die Wirkung, die ein bestimmtes Muster auf verschiedene Lebensbereiche hat.	
7 Über das Mitgefühl den Weg zu sich selbst finden	163
Dieses Kapitel beantwortet die Frage: „Was jetzt?“ Es zeigt, wie Sie das Wissen über Ihr Wahrnehmungsmuster umsetzen können, um Ihre Bedürfnisse und Res- ourcen herauszufinden, um Blockaden in Ihrem Denken aufzulösen und mit sich selbst in Verbindung zu bleiben, während Sie mit anderen in Verbindung treten.	

Inhalt	7
8 Das Mögliche zusammenbringen - sich mit anderen verbinden186
<p>Eine größere Nähe zu sich selbst öffnet Sie ganz natürlich für engere Beziehungen zu anderen. Dieses Kapitel weckt Ihre Fähigkeit, Kommunikationslücken zu den Menschen in Ihrer Umgebung zu überbrücken, indem es die Beweglichkeit Ihres Geistes erhöht, die ihm ermöglicht, auf andere geistige Muster als seine eigenen einzugehen.</p>	
Stellen Sie Ihre Wichtigkeit in Frage!213
<p>„Wenn ich nur für mich bin, wozu das?“ Dieses Kapitel fordert dazu auf, das Gelernte nur „mit reinen Händen“ anzuwenden. Außerdem wird besprochen, welche Anregungen jedem von uns geboten werden.</p>	
Anhang:	
Verzeichnis der Abbildungen und Tabellen229
Literaturverzeichnis230
Quellenangaben zu den Zitaten232
Stichwortverzeichnis234
Über die Autorin237