

Ursula Seghezzi

Kompass des Lebens

Eine Reise durch die menschliche Natur

van Eck Verlag



FL 159.31

Inhalt

Vorwort	7
Krise und Orientierung	11
Kultur und Natur	17
Ein Blick in unsere europäische Kulturgeschichte	17
Beobachtung der Natur	24
Der eigene Blick in den Spiegel der Natur	35
Der Lebenskompass als Grundmatrix in Raum und Zeit	39
Lebensalter und Reifeschritte	44
Der erste Übergang – die Geburt	49
Der Frühling des Lebens – die Phase der Kindheit	58
Der zweite Übergang – die Pubertät	69
Der Sommer des Lebens – die Erwachsenen	92
Der dritte Übergang – die Jahre des Wechsels	107
Der Herbst des Lebens – die Ältesten	118
Der vierte Übergang – der Tod	130
Der Winter des Lebens – die Ahnenwelt	137
Lebensqualität und erwachsenes Spiel	141
Das Leben ist ein Spiel	142
Den Drachen zähmen	144
Erwachsene Luftqualität – das Improvisationsspiel	145
Erwachsene Feuerqualität – das Rollenspiel	166
Erwachsene Wasserqualität – sich ins große Spiel einfügen	185
Erwachsene Erdqualität – gespielt werden	210
Die großen Entfaltungsthemen moderner Erwachsener	235
Kraft und Ruf	241
Das Rad der Kraft	243
Das Rad der Entgleisungen	251
Die vier Dimensionen der menschlichen Natur	262
Krankheit als Ruf	271

Alltag und Balance	274
Lebensqualität im Alltag	276
Heilung und Rat	292
Kollektive Orientierung am Lebensrad – was wäre wenn ...?	320
 Aufbruch und Vision	 325
 Bibliographie	 332
 Dank	 335