

Kurt Tepperwein

Der große Tepperwein

Perlen der Weisheit

GOLDMANN
ARKANA

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Die erste Perle: Sinn	
Was ist der Sinn meines Lebens?	19
Die Bilanz meines Lebens	23
Vom Beruf zur Berufung	36
Sinn und Selbsterkenntnis	43
Das Vorbild als Leitstern für die eigene Sinnstiftung	55
Fügungen des Lebens erkennen	62
Die zweite Perle: Fülle	
Wirkliche Fülle	81
Vier Schritte, um Ihre innere Goldkiste zu öffnen ..	87
Fülle hat mit Loslassen zu tun	90
»Energievampire«, falsches Mitleid und die Vergangenheit loslassen	96
Neid und Habgier loslassen	107
Selbstakzeptanz	117
Genügsamkeit und Gunst gegenüber anderen und sich selbst	125
Glück empfinden	128

Die dritte Perle: Manifestation

Vom Opfer zum Mitgestalter	137
Bewusstheit darüber, was Sie nicht erleben wollen – und was Sie wollen	141
Bewusstheit und Konzentration	151
Die richtige Schwingung	158
Den Widerstand loslassen gegen »das, was ist«	172
Manifestation für Meister: »Wu-wei«	177

Die vierte Perle: Glaube

Religiöser Glaube und Vernunft	181
Der Glaube schafft Tatsachen	184
Glauben und Glaubenssätze	191
Glaubenssätze über die Partnerschaft und das Mann- bzw. Frausein	199
Eigene Bedürfnisse erfüllen durch sinnvolles »Umglauben«	210
»Umglauben« und fünf hilfreiche Schritte, um zu den eigenen Ressourcen zu finden	220

Die fünfte Perle: Heil sein

Heil sein – eine Herausforderung an uns selbst	223
Eine andere Form von Diagnose	230
Die Identifikation verändern	241
Jung bleiben bis ins hohe Alter	248

Die sechste Perle: Liebe

Das Wesen der Liebe	255
Unterschiedliche »Strategien«, Liebe auszudrücken	259
Liebe und die vier Elemente	268

Ehrlichkeit sich selbst und dem anderen gegenüber – Liebe und die Kunst des angemessenen Neinsagens	271
Die Kunst des Liebens	291
»Objekte« unserer Liebe	298
Mütterliche und väterliche Liebe	303
Selbstliebe	312
Die Liebe zum Schicksal	317
Die Liebe zur Verantwortung	323
Verantwortung für das Ganze – aus Liebe zur Schöpfung	331
Fünf Voraussetzungen der Kunst des Liebens	342
Reine, unbedingte Liebe	346

Die siebte Perle: Synergie

Das ganze Leben besteht aus Beziehungen	355
Synergie in der Partnerschaft	359
Gesunde und ungesunde Symbiose	365
Co-Abhängigkeit – fast jeder ist betroffen	370
Grenzen setzen	383
Die einander zugewandten Facetten genießen	399
Das Märchen vom »idealen« Partner	406
Spielregeln für eine gelungene Synergie bei Paaren	415

Die achte Perle: Verwirklichung

Was ist Verwirklichung?	419
Das Märchen vom Spiel des Lebens	421
Als wer lebe ich und wer bin ich wirklich?	424
Erleuchtung – die Lichterfahrung	434
Zum Weiterlesen	441