

Inhalt

WILLKOMMEN.....	7
HOLIVERSAL KOMPENDIUM	35
——	40
I. VITALSYSTEM.....	42
V1 natURfairBUNDen.....	46
V1.1 Elementelehre.....	48
V1.2 Wildnis.....	50
VI.3 Kraftorte	52
V1.4 Heilpflanzen	54
V1.5 Permakultur	56
V1.6 Erdung	58
V1.7 Naturhandwerk	60
V2 GESUNDHEIT.....	62
V2.1 Symptome als Wegweiser	64
V2.2 Viren & Co	66
V2.3 Husten	68
V2.4 Eigenurin	70
V2.5 Impfungen	72
V2.6 Zittern	74

V2.7 Massage	76
V3 HYGIENE	78
V3.1 Körperpflege	80
V3.2 Stuhlgang	82
V3.3 Pupsen.....	84
V3.4 Mundraum	86
V3.5 Klopapier	88
V3.6 Kleidung	90
V3.7 Reinigung	92
V4 STUDIO-SELFCARE	94
V4.1 atmen.....	96
V4.2 sich bewegen	98
V4.3 tanzen.....	100
V4.4 Yoga	102
V4.5 einfach SEIN	104
V4.6 waldbaden	106
V4.7 kreisen	108
V5 ERNÄHRUNG	110
V5.1 echte Lebensmittel	112
V5.2 Lebensmittelgruppen.....	114
V5.3 Ernährungstheorien	116

V5.4 Demeter & bio	118
V5.5 ph-Werte.....	120
V5.6 Unverträglichkeiten.....	122
V5.7 vegane Ernährung.....	124
V6 ROHKOST	126
V6.1 Aromen.....	128
V6.2 Salze.....	130
V6.3 Gemüse	132
V6.4 Früchte.....	134
V6.5 Gewürze	136
V6.6 Nüsse.....	138
V6.7 Kombinationen	140
V7 STOFFWECHSEL.....	142
V7.1 Verdauungssystem	144
V7.2 Hohlorgane	146
V7.3 Bauchhirn	148
V7.4 BioRhythmus	150
V7.5 Enzyme	152
V7.6 Nährstoffe	154
V7.7 Ausscheidungen	156
V8 ENTGIFTEN	158

V8.1 Essen & Fasten	160
V8.2 Heilfasten	162
V8.3 Prana-Ernährung	164
V8.4 Intervall-Fasten.....	166
V8.5 Zweifel-Fasten.....	168
V8.6 religiöses Fasten.....	170
V8.7 PureFood	172
V9 LEBENSFREUDE	174
V9.1 lachen	176
V9.2 spielen (Leichtigkeit)	178
V9.3 zaubern.....	180
V9.4 fair*rückt SEIN	182
V9.5 Hormonsystem	184
V9.6 Schlafen.....	186
V9.7 Dankbarkeit	188
——	190
II. SEELENREISE.....	192
S1 GEBURTSBEGLEITUNG.....	196
S1.1 Neue Generationen.....	198
2. BINDUNGSTHEORIEN	200
3. kosmische Zeugung	202

4. friedvolle Schwangerschaft.....	204
5. LOTUSGEBURT	206
6. NAMEN.....	208
7. Wochenbett.....	210
II.2 Freilernen.....	212
1. LERNEN GESCHIEHT EINFACH	214
2. Bildungsbegleiter	216
3. LernkultUR	218
4. Ortsgruppen	220
5. Reifeprozesse.....	222
6. Projektstruktur	224
7. Netzwerke	226
II.3 Wissensmanagement.....	228
1. Weisheitsfelder	230
2. BEGEISTERUNG.....	232
3. Information vs Erkenntnis	234
4. INTELLIGENZ.....	236
5. LANGEWEILE.....	238
6. SCHREIBEN	240
7. Berufung	242
II.4 Bewusstsein	244

1. TRANSPERSONELLE PSYCHOLOGIE.....	246
2. AUFSTELLUNGEN	248
3. UNTERBEWUSSTSEIN	250
4. HARA	252
5. FÜHLEN	254
6. Leuchtturm	256
7. TIME-LINE	258
II.5 Sterben & Übergänge	260
1. NAHTODERFAHRUNG	262
2. ewiger Frieden	264
3. gesund gehen	266
4. loslassen	268
5. Trauerprozess	270
6. Erbe & Sühne.....	272
7. Ahnenkult	274
II.6 Energiesysteme	276
1. CHAKREN	278
2. REIKI	280
3. Farben.....	282
4. Meridiane.....	284
5. kosmische Atmung	286

6. Lichtkörper	288
7. Schwingungen	290
II.7 Mystik	292
1. Hermetische Gesetze.....	294
2. AKASHA	296
3. ALCHEMIE	298
4. OMER COUNT	300
5. ORAKEL & PENDEL	302
6. TAROT	304
7. KERZENMAGIE.....	306
II.8 Holofraktale Wahrnehmung	308
1. SYNCHRONIZITÄTEN	310
2. PORTALE	312
3. GEOMANTIE	314
4. PROTYPOSIS.....	316
5. PUTZEN (als Raumklärung)	318
6. Zeichen deuten	320
7. Weiheächte	322
II.9 Selbsterkenntnis.....	324
1. LEBENSSINN.....	326
2. Inkarnation	328

3. INTUITION	330
4. TRÄUME.....	332
5. STILLE	334
6. MEDITIEREN.....	336
7. Ego	338
——	340
III. MITEINANDER.....	342
III.1 feine Sinne	346
1. spüren	348
2. fühlen	350
3. denken	352
4. sehen	354
5. hören	356
6. riechen.....	358
7. schmecken	360
8. tasten.....	362
III.2 Emotionen.....	364
1. FRUST	366
2. WEINEN.....	368
3. SCHULD & SCHAM.....	370
4. Aggression.....	372

5. WERTSCHÄTZUNG.....	374
6. emotionale Intelligenz	376
7. Selbst-Regulation.....	378
III.3 Weiblichkeit.....	380
1. ewige Dunkelheit.....	382
2. Eva & Lilith.....	384
3. BLUTMALEREI	386
4. Yoni-Massage.....	388
5. Zykluswissen.....	390
6. Kleider & Co	392
7. Mutter SEIN	394
III.4 Männlichkeit.....	396
1. das Licht.....	398
2. Adam Cadman	400
3. Phalus Symbole	402
4. Lingam-Massage.....	404
5. Wann ist Mann ein Mann	406
6. Sonnenkult	408
7. Vater SEIN.....	410
III.5 Beziehung	412
1. JA	414

2. NEIN.....	416
3. WAHRHAFTIGKEIT	418
4. SEXUALITÄT	420
5. TANTRA	422
6. PaarkultUR.....	424
7. Co-Regulation	426
III.6 Gemeinschaft	428
1. FRIEDVOLL ist GEWALTFREI	430
2. PROVOKATIONEN	432
3. Spirale des Lebens.....	434
4. Konsens-Entscheidungen.....	436
5. Prozess-Fokus.....	438
6. gesellschaftliche Symptome.....	440
7. Werte als Rahmen	442
III.7 Generationen	444
1. Das Ende der Demokratie	446
2. Schwarmintelligenz	448
3. StammeskultUR.....	450
4. Elternführerschein	452
5. Telegonie	454
6. Die Jüngsten im Zentrum	456

7. unser Dorf	458
III.8 Gesellschaft	460
1. BELOHNUNGSSYSTEM.....	462
2. Politik	464
3. Umwelt	466
4. Recht	468
5. Handwerk	470
6. Bauern	472
7. Dienstleistungen	474
III.9 WechselWirkung	476
1. MEDIEN & SPIELE	478
2. Nähe & Distanz.....	480
3. Die 13 Formen der Liebe	482
4. Kugelmenschen.....	484
5. Interferenzmuster	486
6. Spezies auf GAIA	488
7. Sternenvölker	490
——	492
IV. GESTALTUNGSKRAFT	494
IV.1 Wirtschaft.....	498
1. FINANZEN.....	500

2. GELD	502
3. FAIRDIENEN	504
4. fairHandeln	506
5. Autarkie	508
6. Schenkökonomie	510
7. Hüter-Bewusstsein	512
IV.2 Organisationsentwicklung	514
1. CHAOS & ORDNUNG	516
2. Systemtheorie	518
3. Unternehmensziele	520
4. selbstlernende Strukturen.....	522
5. Morphogenetische Felder	524
6. SitzungskultUR	526
7. strategisches Denken.....	528
IV.3 Projektmanagement	530
1. DRAGONDREAMING.....	532
2. visualisieren	534
3. planen.....	536
4. umsetzen	538
5. lautieren	540
6. reflektieren	542

7. Erfolg meistern	544
IV.4 Führungskultur	546
1. Der innere Meister	548
2. Höhlenforscher	550
3. Perlentaucher	552
4. Feuerläufer	554
5. Überflieger	556
6. Torusgestalter	558
7. Akashaführer.....	560
IV.5 Nachhaltigkeit	562
1. Wiederbeschaffbarkeit	564
2. Fülle vs. Einschränkung.....	566
3. Aus der Quelle schöpfen	568
4. Seelenwohl.....	570
5. Freude der Mitwirkenden	572
6. Übersetzung	574
7. GAIA sorgt für sich	576
IV.6 Kreativität.....	578
1. MALEN.....	580
2. MÄRCHEN & SAGEN	582
3. IRONIE.....	584

4. Reimgedichte	586
5. Tönen.....	588
6. TanzTheater	590
7. SPIELEN (2. audio)	592
IV.7 Lebenskünstler	594
1. im HIER & JETZT einfach SEIN	596
2. leichtes Gepäck	598
3. Was ist dran?	600
4. Achtsamkeit	602
5. Synchronizitäten	604
6. Pilgerreise	606
7. die weiße Sonne	608
IV.8 Innovation.....	610
1. DARKROOM.....	612
2. SUCHTMITTEL.....	614
3. Paradigmenwechsel	616
4. Rückbindung an den Ursprung.....	618
5. HOLIVERSAL® aktiviert Mut	620
6. Multidimensional Netze	622
7. Experimente.....	624
IV.9 Manifestation	626

1. Schöpfer S*EIN	628
2. Anker im Kosmos	630
3. Aus der Quelle sprudeln.....	632
4. Trans*Form*100.....	634
5. Herzbeutel	636
6. Mikroorganismen	638
——	640
V. RESONANZRAUM	642
V.1 Souveränität	646
1. eigene Weltsicht bilden	648
2. innerer Halt	650
3. Klarheit im Handeln.....	652
4. Konsequenzen tragen	654
5. Antwortfähigkeit	656
6. RESILIENZ	658
7. König(in) im eigenen Reich	660
V.2 Ordnungssysteme	662
1. ZAHLEN	664
2. Buchstaben	666
3. Gesetzestexte	668
4. geografische Gitternetze	670

5. Zeitzonen	672
6. Staaten	674
7. Ressourcen	676
V.3 Zeitweisheit / KOMPASO	678
1. ZYKLEN.....	680
2. KALENDER.....	682
3. irdische Zeugen (SKP)	684
4. Neujahr der Kulturen	686
5. Kosmische Einflüsse	688
6. Religiöse Feiertage	690
7. Gesellschaftliche Anker	692
V.4 RITUALE	694
1. erwachen	696
2. atmen	698
3. leuchten	700
4. PRÄSENZ.....	702
5. RÄUCHERN	704
6. Essen	706
7. Gesprächskultur	708
V.5 Forschergeist	710
1. WOZU BIN ICH.....	712

2. Woher komme ich?	714
3. Wohin gehe ich?	716
4. Welches sind meine Talente?	718
5. Wer bin ich ohne Konzepte?	720
6. Worauf basiert mein Weltbild?	722
7. Wie zeigt sich mein Leuchten?	724
V.6 Resonanzphänomene	726
1. Impuls	728
2. Welle	730
3. Schwingungen	732
4. Resonanz & Frequenzen	734
5. Elektromagnetisches Spektrum	736
6. Strömungswirbel	738
7. Interferenzmuster	740
V.7 KOMMUNIKATION	742
1. SPRACHE	744
2. Stille	746
3. Mimik & Gestik	748
4. Tönen	750
5. Feedback-loop	752
6. Bewusstes hören	754

7. channeln.....	756
V.8 Tabuthemen	758
1. Süchte & Drogen	760
2. Gewalt & Missbrauch	762
3. Tod & Sterben.....	764
4. Sexualität & Erotik.....	766
5. Geld & Finanzen	768
6. Suizid & Seelenwohl	770
7. Religion & Spiritualität.....	772
V.9 Narrative.....	774
1. ARBEIT MACHT FREI	776
2. Normierung & individuelle Entfaltung	778
3. Trennung vs Ganzheit.....	780
4. Rationalität vs Intuition.....	782
5. Individualismus vs Gemeinschaft	784
6. Materialismus vs Energetik	786
7. Linearität vs Holofraktalität	788
——	790
AUSBLICK	793