

Inhaltsverzeichnis

Prolog – Einleitung	8
Zum Anliegen des Buches	8
Bewusstsein als In- <i>forma</i> -tion	9
Grundlegende Wandlungen in den Wissenschaften	10
Von der Information zur In- <i>forma</i> -tion	13
Rote Fäden	15
Danksagung	17
Teil 1 In-<i>forma</i>-tion als Naturgesetz	18
Physikalisches Dasein in Kosmos, Evolution und Leben	
Kapitel 1: „Im Anfang war ...“	18
Von der Entstehung der Welt	18
Big Bang and more ...	20
Erde: Anomalie und ungeschliffener Rohdiamant der Forschung	22
Freiheit: Entwicklung von gesamt-menschheitlichem Bewusstsein	23
Bewusstseins-Übung: „ <i>Handbremse</i> “ (zu-schön-um-wahr-zu-sein?!)	26
Kapitel 2: Materie – Bewusstsein – Leben	28
Materie als Illusion. – Begriffsbildungen der Gegenwartsphysik	28
„ <i>wertfrei – nicht Sinn behaftet</i> “	33
In- <i>forma</i> -tion – Materie – Leben	36
Zusammenfassung	41
Kapitel 3: Das Primat der Information	42
Warum gibt es dieses Universum überhaupt und nicht nichts?!	42
In- <i>forma</i> -tion. – Neues Paradigma der Phänomene <i>Materie & Leben</i>	48
In- <i>forma</i> -tions-Felder. – Morphogenetische Felder	54
Die Illusion der Gravitation. – In- <i>forma</i> -tion als kosmischer Urstoff	56
Bewusstseins-Übung: „ <i>Dankbar sein</i> “ (... einfach-in-den-Schoß-gefallen)	61
Kapitel 4: In-<i>forma</i>-tion – und andere Felder	62
Interdisziplinäre Forschung	62
Felder. – Fernwirkung von Kräften	62
Paradigmenwechsel	66
Materie und die Spielregeln der Evolution. – „ <i>Selbstorganisation</i> “?!	67
5. Feld: In- <i>forma</i> -tion. – Seinsgrund des evolvierenden Universums	69
Bewusstsein. – Ein Feld-Phänomen ...?	72
Schlussbemerkung	77

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 5: Zeit	78
<i>Chronos und Kairos</i>	78
Auseinandersetzung zum Thema Zeit	79
Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft	82
Der Augenblick. – Die Dauer des <i>JETZT</i> (Psychische Präsenz-Zeit)	83
Vom freien Umgang mit Zeit: Emanzipation bzgl. „ <i>Institution Uhr</i> “	88
Jenseits der Zeit. – Von wo kosmische Kräfte das Leben bestimmen	90
Meditation: kompromisslos gegenwärtig. – Die Macht der Präsenz	93
Bewusstseins-Übung: „ <i>Zeit-Kontemplation</i> “	95
Kapitel 6: Chaos und Strukturen der Ordnung	96
Chaosforschung. – Systemische Ordnung im Bereich Nichtlinearität	96
Informationstheorie: Vom Unterschied, der den Unterschied macht	100
Das vielleicht größte Missverständnis der Welt ...?!	104
Bewusstseins-Übung: „ <i>Vertrocknen versus Ertränken</i> “	107
Teil 2 In-forma-tion als Träger des Lebens	108
Botenstoffe. – Vom Bewusstsein als Körper, Seele und Geist	
Kapitel 7: Epigenetik: In-forma-tion fürs Genom	108
Epigenetische Vererbung	108
Unter Kontrolle der Epigenetik	110
Bewusstseins-Übung: „ <i>Entäuschungen</i> “ (Unbedanktes mal anders)	117
Kapitel 8: Immunsystem	118
Das menschliche Immunsystem	118
<i>Psychoneuroimmunologie</i> . – Von In-forma-tionen aus der Psyche	124
Eudaimonisches Wohlbefinden. – Psychom mentale Faktoren	125
Bewusstseins-Übung: „ <i>Hänsl & Gretl im Glück</i> “ (Geben seliger als Nehmen?)	129
<i>Core-Values</i>	130
Kapitel 9: Placebos und Überzeugungen	132
Heilung durch „ <i>Einbildung</i> “ ...?!	132
Neue Erklärungsmodelle für Krankheit und Gesundheit	136
Selbstheilung	138
Placebo – Nocebo	143
Bewusstseins-Übung: „ <i>Königs-Liste / Königinnen-Liste</i> “	146
Kapitel 10: Überzeugung und Gesundheit	148
Neues Bewusstsein – für eine neue Welt	148
<i>Intelligent Zellen</i> . – Wie Bewusstsein / In-forma-tion Gene steuert	149
<i>Selbstbewusster Geist</i> . – Der Pianist und sein Klavier	157
<i>Moleküle der Gefühle</i> . – Bewusstsein und Gesundheit	161
Bewusstseins-Übung: „ <i>Trojanische Gaul</i> “ (ungebetenes Geschenk)	169

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 11: Kreative Feldaspekte des Bewusstseins	170
Paradigmenwechsel	170
<i>Etwas Großes</i> spielt(e) immer für uns	170
Einschub: Dankbarkeit und Freude. – Oder: <i>Doppelmühle mit Herz</i>	172
<i>Freier Geist.</i> – Vom Umgang mit sich selbst und der Welt	173
Spiritualität. – Von der Vollkommenheit der Unvollkommenheit	174
Idee der Freiheit	177
Bewusstseins-Übung: „ <i>Wohlwollen</i> “ (Best of all possible worlds)	178
Kapitel 12: Visionen und Ziele	180
Beharrlichkeit	180
Mut zur Ganzheit. – Komplementarität: 2 Seiten derselben Münze	181
Moralität der Liebe. – Von Bedürfnissen, Mut und (Selbst-)Achtung	182
<i>Ehrlichkeit</i> und <i>Integrität</i> . – Klarheit im Fühlen, Denken und Tun	185
Die eigene Vision finden – und leben	190
Über die Kunst sein Tun zu lieben. – Anfänger-Geist als Meisterschaft	191
ZukunftsMusik	193
Epilog – Nachwort	194
Gegenwärtigkeit leben	194
Wunsch an die Leser von „ <i>Wissenschaft trifft Spiritualität ...</i> “	198
<i>ohne viel federlesens</i>	199
... über den Autor: Klaus Podirsky	200