

# Inhalt

1	Willkommen	11
2	Was ist der Geist?	47
3	Wie funktioniert der Geist im entspannten und im angespannten Zustand?	97
4	Ist die subjektive Realität des Geistes real?	151
5	Wer sind wir?	185
6	Wo ist der Geist?	215
7	Ein Warum des Geistes?	275
8	Wann ist der Geist?	309
9	Ein Kontinuum, das Bewusstsein, Kognition und Gemeinschaft verbindet?	371
10	Menschheit – engl. <i>Humankind</i> („Menschengütigkeit“): Können wir beides sein?	432
	Danksagungen	473
	Über den Autor	477
	Literaturverzeichnis	479

# Erweitertes Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Willkommen</b>	<b>11</b>
	Die Neugier des Geistes auf sich selbst	16
	Eine verbreitete Sichtweise:	
	Der Geist ist das, was das Gehirn macht	19
	Unsere Identität und der interne und relationale	
	Ursprung des Geistes	26
	Warum dieses Buch über den Geist?	28
	Eine Einladung	32
	Die Vorgehensweise unserer Reise	34
	Reflektierende Worte über reflektierende Worte	38
<b>2</b>	<b>Was ist der Geist?</b>	<b>47</b>
	An einer Arbeitsdefinition des Geistes arbeiten	
	(1990–1995)	47
	Das System des Geistes: Komplexe Systeme,	
	Emergenz und Kausalität	69
	Überlegungen und Einladungen: Selbstorganisation	
	des Energie- und Informationsflusses	83
<b>3</b>	<b>Wie funktioniert der Geist im entspannten</b>	
	<b>und im angespannten Zustand?</b>	<b>97</b>
	Selbstorganisation, verloren und gefunden (1995–2000)	98
	Differenzierung und Verknüpfung: Die Integration	
	des gesunden Geistes	117

<b>4</b>	<b>Ist die subjektive Realität des Geistes real?</b>	<b>151</b>
	Sich an eine Welt der Medizin anpassen, die ihren Geist verloren hat (1980–1985)	152
	<i>Mindsight</i> in Gesundheit und Heilung	166
	Überlegungen und Einladungen: Die zentrale Bedeutung der Subjektivität	173
<b>5</b>	<b>Wer sind wir?</b>	<b>185</b>
	Die Erfahrungsschichten unterhalb der Identität erforschen (1975–1980)	186
	Top-down und Bottom-up	191
	Überlegungen und Einladungen: Identität, Selbst und Geist	209
<b>6</b>	<b>Wo ist der Geist?</b>	<b>215</b>
	Könnte es eine Verbreitung des Geistes jenseits des Individuums geben? (1985–1990)	216
	Neuroplastizität und kulturelle Systeme	260
	Überlegungen und Einladungen: Innerhalb und dazwischen	267
<b>7</b>	<b>Ein Warum des Geistes?</b>	<b>275</b>
	Bedeutung und Geist, Wissenschaft und Spiritualität (2000–2005)	276
	Integration als „Sinn des Lebens“?	292
	Überlegungen und Einladungen: Sinn und Zweck	300

<b>8</b>	<b>Wann ist der Geist?</b>	<b>309</b>
	Die Präsenz im Geist und im Augenblick erforschen (2005–2010)	310
	Einstimmung, Integration und Zeit	330
	Überlegungen und Einladungen: Gewahrsein und Zeit	341
<b>9</b>	<b>Ein Kontinuum, das Bewusstsein, Kognition und Gemeinschaft verbindet?</b>	<b>371</b>
	Das Bewusstsein integrieren, den Geist erleuchten (2010–2015)	372
	Bewusstsein, Nicht-Bewusstsein und Präsenz	399
	Überlegungen und Einladungen: Präsenz kultivieren	413
<b>10</b>	<b>Menschheit – engl. <i>Humankind</i> („Menschengütigkeit“): Können wir beides sein?</b>	<b>432</b>
	Sein, Tun und den Geist integrieren (2015 - immerwährende Präsenz)	433
	Überlegungen und Einladungen; MWe, ein integrierendes Selbst und eine Geistesart	464
	Danksagungen	473
	Über den Autor	477
	Literaturverzeichnis	479