

1

Inneres Wachstum

Vom Baum des Lebens und der
menschlichen Entwicklung



Der Mensch wächst, ähnlich wie ein Baum:
Er verwurzelt sich im Leben, verästelt sich
in Beziehungen, strebt nach dem Himmel.
Er kann sein Bewusstsein entwickeln,
seine Persönlichkeit zur Reife zu bringen.
Haben Sie das Bedürfnis zu wachsen und
Ihr persönliches Potenzial zur Reife zu bringen –
wie ein Baum seine Früchte?

Im Kontakt mit der inneren Stimme

Eine Ausstellung zum autodidaktischen Lehrgang
»Im Kontakt mit der inneren Stimme« (Stufen 1 bis 3).

Basierend auf der Trilogos®Methode für Persönlichkeits-
und Bewusstseinsbildung von Linda Vera Roethlisberger.

Ein Projekt der Trilogos Stiftung zur Förderung
sozialer menschlicher Kompetenz –
ein Beitrag an die Gesellschaft.

2

Das menschliche Potenzial

Von der Urkraft und den drei Q

Ob Eichel, Ei oder Eizelle – sie alle tragen in sich das Potenzial zur Schenkung des Lebens und somit zum größeren Leben.

Was ist das Potenzial des Menschen?

Jeder Mensch hat die Fähigkeit ...

... zu denken (IQ – mentale Intelligenz)

... zu fühlen (EQ – emotionale Intelligenz)

... zu glauben und zu vertrauen

(SQ – spirituelle Intelligenz)

Die Verbindung der drei menschlichen Fähigkeiten wird als Ressource genutzt, um das persönliche Potential zu entfalten – seine menschliche Intelligenz (PsyQ) nach

der Trilogos Formel:

IQ+EQ+SQ=PsyQ®

Empfinden Sie das Bedürfnis zu erfahren, wie Sie Ihr menschliches Potenzial (PsyQ) optimal entwickeln können?



3

Wahrnehmungsschulung

Intuition: Imagination oder Inspiration?

Um Ihre inneren Ressourcen kennenzulernen, hier ein kleines Experiment:

Schließen Sie die Augen und stellen Sie sich eine Rose vor ...

Ist es Ihnen gelungen? Ja, dann haben Sie drei wichtige Werkzeuge kennengelernt:

Ihre Imagination:

Sie stellten sich eine Rose vor.

Ihre Intuition:

Sie haben eine Rose in einer bestimmten Farbe, vielleicht in ihrem Duft, Größe, Form wahrgenommen.

Ihre Inspiration:

Fragen Sie sich: Was könnte diese Rose, ihr Duft, ihre Farbe, ihre Form, symbolisch mit Ihnen zu tun haben? Mit welchen Impulsen möchten Sie Ihre Rose inspirieren?



4 Symbolsprache

Die wichtigste Fremdsprache
der Welt

Was will Ihnen Ihre Rose deuten –
machen Sie zu ihr Assoziationen, wie
etwa: rote Blüte = Liebe; Dornen =
Schutz, Abwehr; noch verschlossene
Knospe = etwas ist noch nicht aufge-
gangen. Welche Ideen kommen
Ihnen spontan zu Ihrer Rose in
den Sinn?

Was könnten diese Assoziationen mit Ihnen,
Ihrer Lebenssituation, Ihrem Verhalten oder
Charakter zu tun haben? Wird Ihnen etwas
bewusst?

**Die Rose ist wie ein Traumsymbol –
»ein Sprachrohr« Ihrer inneren Stimme.**

Möchten Sie wissen, wie Sie die
Symbolsprache Ihrer inneren Stimme –
die wichtigste Fremdsprache der Welt
(vgl. E. Fromm) erlernen können?



5

Das Unbewusste und die geistige Welt

Traumdeutung und Bewusstseinschulung

Traumdeutung gab es seit jeher in allen Kulturen.

Doch wie Sie vielleicht schon selbst erlebt haben, sind Träume nicht nur Ausdruck verdrängter Wünsche und Gefühle im Unbewussten. Sie können auch telepathische Botschaften, spirituelle Erlebnisse, Kontakte mit Erinnerungen an Verstorbene und vieles mehr beinhalten.

Es wird deshalb nicht nur von einem individuellen, sondern auch kollektiven (vgl. C.G. Jung) und spirituellen Unbewussten (vgl. V. Frankl) gesprochen.

Woher Ihre Traumsymbole auch stammen mögen,
die leitende Frage bei der Trilogos Methode ist,
was diese mit Ihnen und Ihrem Alltag zu tun
haben könnten.

Sind Sie daran interessiert zu erfahren,
auf was sie symbolisch hinweisen?

Spiegelbilder

So wie innen – so auch aussen



Träume sind wie Spiegelbilder der Seele – Sie können sich darin selbst erkennen.

Doch was, wenn auch Ihr Außen – Ihr Alltag – ein symbolisches Spiegelbild ist? Was erkennen Sie daraus?

Welche »Kurskorrekturen« werden Ihnen dadurch evt. bewusst?

Werden Sie sich hier vielleicht Ihrer Verantwortung bewusst – d.h. der Art und Weise, wie Sie auf bestimmte Situationen antworten (sollten)?

Was haben die von Ihnen erlebten Alltagssituationen auf einer tieferen Ebene auch mit Ihnen zu tun?

Was tragen Sie zur jeweiligen beruflichen, gesundheitlichen oder zwischenmenschlichen Situation bei?

Verantwortungsbewusstsein bilden, leben und erleben ist das Ziel der angewandten Trilogos® Methode.



Hilfe zur Selbsthilfe

Dank menschlicher Intelligenz (PsyQ)
zur Kompetenz im Menschsein (PsyK)

Der Mensch ist ein nach Sinn strebendes Wesen.
Doch was für den einen »Sinn macht«, erscheint
dem anderen als sinnlos. Denn jeder Mensch ist individuell.

Aber was ist für die individuelle Sinnfindung entscheidend?

Dazu folgende Hypothese:

Erst wenn etwas für Sie nicht nur vernünftig wirkt (IQ),
sondern sich für Sie auch »richtig« anspürt (EQ) und Sie
von seiner Relevanz überzeugt sind (SQ), erscheint es für Sie
sinnvoll und erstrebenswert.

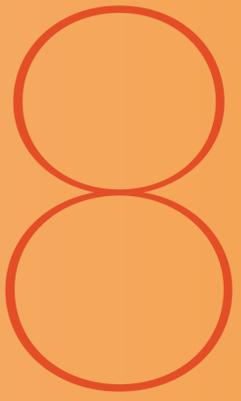
Stimmen Sie dem zu?

Wenn ja, dann ist die Suche nach Sinn auf *tri-logische* Art essentiell
und eine Frage menschlicher Intelligenz (PsyQ). Kompetenz im
Menschsein (PsyK) entwickeln Sie, je mehr Sie sich auf diese
Sinnsuche einlassen und sich fragen:

»Was haben meine inneren wie äußeren Wahrnehmungen der
jeweiligen Situation mit mir zu tun – welcher Sinn offenbart
sich mir darin? Was kann ich dadurch über mich sowie über
die Situation als solche lernen?«

Auf diese Weise wird Ihre Sinnsuche zu einer be-sinnlichen
Hilfe zur Selbsthilfe.





Persönlichkeits- und Bewusst- seinsbildung

Unbewusstes – Bewusstsein –
Bewusstheit



Gefühle sind wie Nährstoffe aus dem Unbewussten. Setzt ein Mensch sich bewusst mit ihnen auseinander, kann er daran wachsen: Durch Erkenntnis um Erkenntnis – und deren Umsetzung – formt sich sein Bewusstsein, wie die Jahresringe eines Baumes.

Wenn des Menschen Erkenntnisse »Früchte tragen« bildet sich Bewusstheit aus. Und seine Persönlichkeit reift zu dem was sie – ihrem Potenzial nach – schon immer war: ein einzigartiger Mensch, der in erfüllender Gemeinschaft mit anderen leben möchte.

Doch auch wenn der Mensch dem »Licht der Erkenntnis« entgegenstrebt, auch wenn er versucht Wurzeln zu schlagen, so können die Stürme des Lebens Spuren hinterlassen.

Eines Menschen Potenzial aber ist unverwüsthlich,
geduldig wartend entfaltet zu werden.

Welche Ihrer Potenziale möchten zu (neuem) Leben erweckt werden?



Lebensschule – unsere Erde als Lernplanet

Gewissensbildung:
Bestimmung und Individuation

Möchten Sie auch über sich hinauswachsen, wie eine Raupe, aus der ein Schmetterling hervorgeht? Eine Raupe tut dies instinktiv. Ein Mensch muss sich bewusst für diesen Transformationsprozess entscheiden, in dem er sich wahrhaftig auf sich selbst einlässt.

Dieser Wachstumsprozess kann mit Niederlagen verbunden sein. Diese zu überwinden, durch Ängste hindurchzugehen und tiefe, überholte Glaubenssätze, Gewohnheiten, und Muster zu wandeln, ist letztlich der Weg um zu dem zu werden was man seinem Potenzial nach ist.

Lernen Sie Ihr wahres Potenzial zu erkennen und zu entfalten, d.h. lernen Sie authentisch zu handeln: dann wird wahre Kooperation – gelebte Ethik im Alltag – möglich.

»Individuation – Integration – Kooperation« sind deshalb Ziele der Trilogos® Methode.

Doch was können Sie erwarten, wenn Sie Ethik im Alltag leben?



10

Glück

Friede, Freude und Wohlergehen –
in voller Verantwortung des Einzelnen
für das Ganze

Wussten Sie, dass Sie nicht nur
einen Überlebens- sondern auch
einen »Glückstrieb« haben?

Alle Menschen streben nach
Glück, meinte schon der
Philosoph Aristoteles.

Doch wie wird man wahrhaft
glücklich?

Der »Geber-Index« belegt,
dass Menschen die sich
wahrhaftig für andere Menschen
oder eine Sache einsetzen, darin
nicht nur Sinn finden, sondern sich
auch glücklicher fühlen.

Der Schmetterlingseffekt besagt, dass
ein Flügelschlag eines Schmetterlings in
Brasilien einen Tornado in Texas auslösen kann



(vgl. E. Lorenz). Kleine »gute Taten« können humanistische
Quantensprünge bewirken. **Im Kleinen liegt das Große.**

Und dies will mit dem autodidaktischen Lehrgang
»Im Kontakt mit der inneren Stimme« sukzessive erlernt werden.

Haben Sie den Schmetterlingseffekt schon einmal erlebt?
Was haben Sie dabei empfunden?

11

Sinn- und Werterfüllung im Alltag

Vom Mit-Schöpfer zum Mit-Gestalter
zum Mit-Menschen

Mit-Schöpfer sind Sie, ob Sie wollen oder nicht – mit Ihrem Tun und Lassen prägen Sie die Welt mit.

Mit-Gestalter sind Sie, wenn Sie etwas bewusst und willentlich gestalten und aufbauen – ein Haus, eine Familie, eine Firma oder auch eine Verbrecherbande. Mit-Mensch sind Sie, wenn Sie bei allem Ihrem Tun und lassen auch menschlich sind und bleiben.

Was möchten Sie sein:

Mit-Schöpfer, Mit-Gestalter, Mit-Mensch – oder alle drei?



Sind Sie neugierig auf die Persönlichkeits-
und Bewusstseinschulung
mit der Trilogos Methode geworden?

12

Trilogos

Methode – Wirkung – Stiftung

Die Trilogos® Methode ist ...

- ein Bildungsansatz für Persönlichkeits- und Bewusstseinschulung.
- ein autodidaktischer Lehrgang mit Theorie und Praxis.
- ein Beitrag an die Gesellschaft für gelebte soziale Verantwortung.

Die Trilogos Methode bewirkt laut empirischen Studien ...

- verbesserte subjektive Lebensqualität (gem. WHOQOL 100).
- reduziertes Stresserleben und gesteigerte Kompetenzen zur Stressbewältigung.
- verbessertes Selbstkonzept der eigenen Fähigkeiten.

Die Trilogos Stiftung ...

- bietet ein breitgefächertes Fort- und Weiterbildungsangebot (siehe www.trilogos.ch).
- dient als Plattform für Menschen, die ihr menschliches Potenzial entfalten wollen.
- fördert Forschungs-, Kunst- und Bildungsprojekte über die Trilogos® Methode.



Kontakt

Trilogos Stiftung · Kreuzplatz 2 · 8032 Zürich · Schweiz
info@trilogos.ch · www.trilogos.ch