

Integral-Tetraedrische-Alltags-Praxis

GEIST

ITAP - VORSÄTZE

wie oft ?

meditieren, beten, kontemplieren		
-------------------------------------	--	--

SEELEN-ICH

Perspektiven bedenken		
-----------------------	--	--

SOZIAL-ICH

Gleich-Gültigkeit praktizieren (Reaktion)		
--	--	--

KÖRPER-ICH

Bewusstsein der Willensakte (Aktion)		
---	--	--

der KÖRPER

Atmung, Bewegung, Sexualität, Ernährung		
--	--	--

die NATUR

Beziehung zu Tieren und Umwelt		
-----------------------------------	--	--

"KÜNSTLER"

Bildung und Zeitmanagement		
-------------------------------	--	--

BÜRGER

Partner, Familie, Freunde, Mitmenschen		
---	--	--

KONSUMENT

Ich arbeite für ...		
---------------------	--	--

DATUM:

--

Integral-Tetraedrische-Alltags-Praxis

GEIST

ITAP - UMSETZUNG

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

SEELEN-ICH

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

SOZIAL-ICH

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

KÖRPER-ICH

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

der KÖRPER

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

die NATUR

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

"KÜNSTLER"

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

BÜRGER

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

KONSUMENT

Vorsätze (Abk./Hfkt.)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	Total

DATUM:

--