

## Integrale Weltbilder sind praxisorientiert



Abendflug über Bodensee, Foto RK

*Niemand hat heute ein so vollkommenes Weltbild, dass er alles verstehen und würdigen kann: hab den Mut, zu sagen, dass du von einer Sache nichts verstehst.*

Kurt Tucholsky (1890-1935)

Ein integrales Weltbild muss offen bleiben für eine stete Weiterentwicklung, wenn es der Wirklichkeit gerecht werden soll, ähnlich einer «Open Source» Software. Um den weiten Raum der Ganzheit zu erfahren, ist auch ein Überschreiten der intellektuellen Ebene notwendig.

Dies bedingt ein konkretes Praktizieren irgendeiner Form von Meditation. Der Einzelne entwickelt sich mit konkreten Übungen weiter, unter Einbezug von Körper, Bewusstsein und Geist.

In diesem Kapitel werden drei Beispiele von integral orientierten und offenen Weltbildern vorgestellt:

1. Ken Wilber und seine Integral Life Practice
2. Zen
3. Aikido