



---

## **2.3 Die Betrachtung einiger Herangehensweisen**

Bevor wir auf die uns mit dem Veränderungsprozess im Detail auseinandersetzen, möchte ich in diesem Kapitel einige vorwiegend aus den christlichen Kontext bekannte Methoden und Phänomene aufgreifen und mit den vertieften Verständnis der erklärten Modellen betrachten.

Vielfach werden in der Praxis Methoden und Herangehensweise übernommen, ohne die inneren Prozesse zu verstehen. Das führt zum einen dazu, dass diese Methoden ungezielt oder mit unrealistischen Erwartungen eingesetzt werden und die erwünschte Wirkung ausbleibt. Zum anderen werden Methoden aus mangelnden Verständnis über ihre Bedeutung vernachlässigt.

- [2.3.1 Selbstdisziplin und Geist-Körper-Einheit](#)
- [2.3.2 Die Bedeutung der Askese](#)
- [2.3.3 Der Stellenwert von Wissen](#)
- [2.3.4 Christliche Neugeburt und das Erwachen des Geistigen Gemüts](#)

### **Book traversal links for 2.3 Die Betrachtung einiger Herangehensweisen**

- [< 2.2.2 Interaktions- und Reaktionsmuster können nicht lieben](#)
- [Nach oben](#)
- [2.3.1 Selbstdisziplin und Geist-Körper-Einheit >](#)

---

**Source URL:** <https://baum-des-lebens.org/geist-koerper/betrachtung-herangehensweisen>