

Inhaltsverzeichnis vom Buch:

Wer bin ich?

Wie will ich leben?

Was sind meine

Lebensziele?

Link zum Bestellformular: <https://www.we-progress.at/verlag/buch-wer-bin-ich-meine-lebensziele/>

Vorwort

BenutzerInnenhinweis

Menschenbild

Bewusstsein

*Das Menschenbild der Bewegung für systemischen Fortschritt
in Thesen zum Wesen des Menschen*

Haltung des Autors

Kapitel 1: Meine Wurzeln

**Kapitel 2: Wichtige Menschen und Erkenntnisse in Kindheit,
Jugend und aktuell**

Kapitel 3: Meine Schul- Ausbildungs- bzw. Studienbildungszeit

Kapitel 4: Meine ersten beruflichen Schritte bis jetzt

Kapitel 5: Mein beruflicher Weg in der Zukunft

Kapitel 6: Sport, Bewegung, Ernährung bzw. Gesundheit

Kapitel 7: Freizeit, Erholung bzw. Reproduktion

Kapitel 8: Was ich an mir mag und meine Stärken

Kapitel 9: Psychosoziales Leben (von Freundschaften, Sexualität bis Beziehungen)

Kapitel 10: Meine Ziele im Leben, wer ich sein will

Kapitel 11: Was ich tun will um mein Lebensziel zu erreichen

Kapitel 12 Wie ich meinen sog. Lebensabend verbringen will

Humanismus

Danksagung

Literaturverzeichnis

Internetquellen

Abbildungsverzeichnis

Vorankündigung vom Verlag we-progress

Weitere Bücher des Autors bzw. des Verlages we-progress e.U.

Buchempfehlung: „Krieg und Gesellschaftssystem“

Kontakt zum Autor

Vorwort

Sie halten ein Buch voller Fragen an sich selbst in den Händen. Sie haben somit die Möglichkeit Ihr eigenes Buch durch die Beantwortung der Fragen zu vervollständigen. Jede erwachsene Person kann das Buch bearbeiten, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die Idee des Buches ist ein paar Jahre gereift und fußt auf der Erkenntnis, dass wir uns immer wieder im Leben Fragen stellen. Einige Fragen können wir selbst oder mit Menschen, die uns wichtig sind, beantworten. Wenn Sie mögen, können Sie sich ein ganzes Jahr damit bzw. mit sich selbst und dem eigenen Leben und den eigenen Zielen beschäftigen.

Das Buch ist in zwölf Teile aufgeteilt. Man kann z.B. jeden Monat einen Teil bearbeiten. Jeder Teil umfasst 31 Seiten mit einer bzw. mehreren Fragen. Somit sind es sogar mehr als die auf dem Titel erwähnten 365 Fragen. Es ist nicht nötig am 1. Jänner/ Januar zu starten, Sie können jederzeit beginnen.

Das Buch erscheint möglicherweise oberflächlicher oder weniger arbeitsaufwändig für den Autor als es ist. Die Fragen sind jedoch durchdacht und die Abfolge sowie die Kapitelwahl etc. sind grundlegend überlegt. Und es gibt eine Verbindung von Kapiteln, die Ihnen ggf. bei der Beantwortung der Fragen auffallen wird. Der Autor ist davon überzeugt, dass das Gehirn nicht

einzelne Lebensbereiche, wie Arbeit und Freizeit, trennt, sondern alles auf uns wirkt und somit auch Einfluss auf die anderen Bereiche besteht.

Was sie mit dem Buch machen ist Ihre Entscheidung. Das Buch kann man für sich selbst ausfüllen und den Inhalt geheim halten, man kann aber auch mit anderen Menschen über die Beantwortung sprechen oder es gar einer wichtigen Person im Leben schenken um ihr viel von Ihnen zu erzählen bzw. zu offenbaren. Das Buch hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit. D.h. es gäbe noch zahlreiche weitere spannende Fragen zum Leben. In jedem Fall lesen Sie bitte vor der Beantwortung der ersten Frage den BenutzerInnenhinweis.

Der Autor ist davon überzeugt, dass Fragen nicht per se neutral oder wertungsfrei sind. Diesbezüglich ist er sich seiner Verantwortung bewusst. Dass der Autor selbst Lebensziele hat und er auch gesellschaftspolitisch und philosophisch interessiert ist, wird nach dem Lesen der Fragen die Leserschaft nicht wundern.

Dieses Buch widmet der Autor allen Menschen in der Geschichte mit Lebenszielen, die in ihren theoretischen und praktischen Tätigkeiten einen Beitrag zur Befreiung der Menschheit bzw. zum systemischen (gesellschaftlichen) Fortschritt leisten wollten und beitrugen. Und er widmet es im Speziellen allen Teilen davon, die theoretisch und wissenschaftlich arbeiteten und hier zu einem höheren Erkenntnisstand beitrugen, trotzdem sie erheblichen Gegenwind zu spüren hatten. Der Autor dankt allen Menschen, die zur Entwicklung seines Kenntnisstandes beigetragen haben. U.a. sind dies neben Karl Marx, Lion Wagner, Iwan Petrowitsch Pawlow und Sergei Leonidowitsch Rubinstein.

Der Autor dankt ferner seiner, mit ihm zusammenlebenden, Familie für die mentale Unterstützung und die Schaffung von Möglichkeiten, in relativer Ruhe an diesem Buch arbeiten zu können und natürlich auch entsprechende Zeit auf den Autor zu verzichten. Neben seiner Frau Karine sind dies die Kinder Arman, Arina, Albert und Arthur sowie die Schwiegereltern Roon und Violetta.

Der Autor arbeitet in leitender Funktion in einer Wohneinrichtung für Menschen mit Behinderung¹ und ist nebenberuflich im Bereich Supervision² und Coaching etc. tätig. Zudem ist er Thaiboxtrainer, Obmann eines Nachbarschaftsvereins und Leiter bzw. Initiator von Lesekreisen zum Buch „Krieg und Gesellschaftssystem“ und weiterführenden Werken. Durch viele Aktivitäten des Autors wurde dieses (sein drittes) Buch zu frühen Morgenstunden, in der Nacht, zu Schlafzeiten seiner Babys, an Wochenenden und an Urlaubstagen geschrieben.

Das Buch ist auch ein geeignetes Geschenk. Also empfehlen Sie es weiter, sollte Ihnen die Beantwortung der Fragen etwas bringen. Der Autor wünscht Ihnen mit dem Buch viel Freude und spannende Denkprozesse. Das Buch dient Ihrem Selbstcoaching (Sie als ExpertIn von sich selbst), zur Selbsterkenntnis und Selbstvorstellung. Wenn das Buch dazu beitragen sollte, dass Sie sich selbst bewusster über sich selbst werden und sich mit Ihren Lebenszielen beschäftigen, so wäre dies eine große Freude für den Autor.

¹ Der Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH

² Unter anderem ist er inzwischen auch Lehrsupervisor für StudentInnen die Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung studieren.

Mark Staskiewicz, Graz

BenutzerInnenhinweis

Vor der Beantwortung der ersten Frage, empfiehlt der Autor, die folgenden Hinweise aufmerksam zu lesen.

Am sinnvollsten ist es jeden Tag eine Seite mit einer beziehungsweise mehreren Fragen zu beantworten. Sie brauchen dann etwas über ein Jahr. Sie können natürlich auch schneller vorgehen oder auch deutlich langsamer. Jedoch ist es sinnvoll nicht über Jahre daran zu arbeiten, da sich ggf. schon zu viel in der Zeit verändert. Da Sie in Eigenverantwortung arbeiten, können Sie natürlich auch Fragen auslassen. Der Autor empfiehlt aber darüber nachzudenken, warum Sie eine Frage nicht beantworten wollen.

Nehmen Sie sich Zeit zur Beantwortung. Es geht nicht darum die Ihnen spontan einfallende Antwort zu fixieren, sondern die Antwort, von der Sie glauben, vermuten oder wissen, dass sie die beste eigene Antwort ist. Tun Sie sich selbst den Gefallen, das Buch sehr ehrlich zu sich selbst zu beantworten.

Der Autor hält es für lohnend, nachdem Sie alle Fragen beantwortet haben, sich noch mal alle Antworten durchzulesen. Dies möglichst in wenigen Tagen.

Sie können auch die ersten Antworten nur mit Bleistift beantworten und wenn Sie das Buch nochmal durchlesen korrigieren bzw. die Reinschrift machen.

Sie können sich das Buch nochmal erwerben und nach fünf Jahren neu beantworten und dann z.B. mit Ihrer ersten Fassung vergleichen.

Da das Buch für alle erwachsenen Menschen ist, kann der Autor nicht auf alle Eventualitäten eingehen, um die Fragen noch lesbar zu machen. Wenn Sie z.B. keine Eltern oder Großeltern mehr haben, so denken Sie bitte bei den entsprechenden Fragen an Ersatzeltern bzw. Personen, die z.B. eine ähnliche Rolle wie Eltern eingenommen haben. Wenn Sie nicht im Kindergarten waren, so denken Sie an den Zeitraum Ihres Lebens, zu welchem andere Kinder einen Kindergarten besuchen. Wenn Sie aktuell keine Arbeit haben, gilt es die Fragen zur aktuellen Arbeit aus der Perspektive Ihres letzten Arbeitsverhältnisses zu beantworten. Sollte eine Frage einmal gar nicht zutreffen, so gehen Sie zur nächsten Frage über.

Sollten Sie eine Frage nicht verstehen, so können Sie dem Autor unter mail@we-progress.at mailen. Der Autor bemüht sich Fragen zu beantworten, soweit es seine Zeit zulässt.

Das Buch ist kein „Therapiebuch“. Wer ein „Therapiebuch“ sucht, ist bei diesem Buch somit falsch. Der Autor kennt keinen Menschen, der keine „Baustellen“ im Leben hatte oder hat. Das bedeutet jedoch keinesfalls, dass jeder Mensch eine Therapie benötigt. Vielmehr sind

Widersprüche³ auch mögliche Triebkräfte⁴ zur Veränderung, dies ist eine Erkenntnis der materialistischen Philosophie sowie des Verständnisses von Karl Marx (und von Lion Wagner erweitertem) zur Entwicklungsgeschichte von polit-ökonomischen Gesellschaftsformationen.

Störungen und Widersprüche machen den Menschen auch anpassungsfähig und damit stark fürs Leben und Überleben.

Sollten Sie jedoch bei der Beantwortung merken, dass Sie auf Themen stoßen, bei denen Sie Hilfe benötigen, so scheuen Sie sich nicht diese in Anspruch zu nehmen. Hausärzte, Krankenhäuser, Beratungsstellen und TherapeutInnen findet man über das Internet oder im Krisenfall auch über die Notrufnummern.

³ Ein Widerspruch ist nach dem dialektischen Materialismus die „Wechselwirkung zweier koexistierender Gegensätze, die einander bedingen, zugleich aber als Gegensätze einander ausschließen, die sich also untereinander im Verhältnis der Einheit und des Widerstreits, des „Kampfes“ befinden: Widerspruch ist Einheit und „Kampf“ von Gegensätzen. [...]

Die Entwicklung der wissenschaftlichen, dialektisch-materialistischen Theorie vom Widerspruch als der Quelle der Triebkraft der Bewegung und Entwicklung in Natur und Gesellschaft, als der Triebkraft auch der wissenschaftlichen Erkenntnis und als methodisches Hilfsmittel der praktischen umgestaltenden bewussten Tätigkeit der Menschen wurde erst auf dem Boden der einzigen konsequent revolutionären Klasse der bürgerlichen Gesellschaft – des Proletariats möglich.“ [Georg Klaus/ Manfred Buhr u.a.: Philosophisches Wörterbuch. VEB Bibliographisches Institut, Leipzig 1975 (11.Auflage) Bd. 2; S. 1302 + 1304.]

„Der Kampf der Gegensätze schließt ab mit dem Sieg des einen Gegensatzes über den anderen, was ebenfalls eine Negation des einen und die Durchsetzung des anderen bedeutet. Die Negation ist folglich kein dem Entwicklungsprozess fremdes, von außen aufgezwungenes Moment. Sie ist gesetzmäßig durch das Wesen der Entwicklung selbst bedingt. Die Negation ergibt sich aus der Entwicklung durch Spaltung des Einheitlichen in einander ausschließende Teile, Tendenzen oder Kräfte in den Dingen und Erscheinungen. Engels bemerkte, dass die wirkliche dialektische Negation die „Spaltung in Gegensätze, deren Kampf und Lösung“ darstelle. [...] Die Negation ist ein immanentes, das heißt innerlich notwendiges Moment der Entwicklung. Der Kampf der Gegensätze entfaltet sich als Kampf des Moments der Negation gegen jene Seite, die das Bestehende bejaht und verteidigt“ [Grundlagen der marxistischen Philosophie. Dietz Verlag Berlin 1959; S. 309]

Engels setzte übrigens die Negation der Negation mit der „Entwicklung durch den Widerspruch“ gleich [Friedrich Engels: *Dialektik der Natur*. Marx-Engels-Werke Bd. 20; S. 307].

Die Theorie und Wissenschaft auf der einen und die Praxis auf der anderen Seite sind zwei Pole. Wie verhalten sich zwei gegensätzliche Pole, die dennoch in einer Einheit verbunden sind?

Engels schrieb darüber Folgendes: „Auch finden wir bei genauerer Betrachtung, daß die beiden Pole eines Gegensatzes, wie positiv und negativ, ebenso untrennbar voneinander wie entgegengesetzt sind, und daß sie trotz aller Gegensätzlichkeit sich gegenseitig durchdringen; ebenso, daß Ursache und Wirkung Vorstellungen sind, die nur in der Anwendung auf den einzelnen Fall als solche Gültigkeit haben, daß sie aber, sowie wir den einzelnen Fall in seinem allgemeinen Zusammenhang mit dem Weltganzen betrachten, Zusammengehn, sich auflösen in der Anschauung der universellen Wechselwirkung, wo Ursachen und Wirkungen fortwährend ihre Stelle wechseln, das was jetzt oder hier Wirkung, dort oder dann Ursache wird und umgekehrt. Alle diese Vorgänge und Denkmethode passen nicht in den Rahmen des metaphysischen Denkens hinein. Für die Dialektik dagegen, die die Dinge und ihre begrifflichen Abbilder wesentlich in ihrem Zusammenhang, ihrer Verkettung, ihrer Bewegung, ihrem Entstehn und Vergehn auffaßt, sind Vorgänge wie die obigen, ebensoviel Bestätigungen ihrer eignen Verfahrensweise. Die Natur ist die Probe auf die Dialektik [...].“ [Friedrich Engels: *Herrn Eugen Dührings Umwälzung der Wissenschaft („Anti-Dühring“)*. Marx-Engels-Werke Bd. 20; S. 21f.]³.

⁴ „Triebkraft nennen wir jene Faktoren, die auf die Entwicklung einen fördernden Einfluss haben. Nicht alle Triebkräfte sind zugleich Quelle der Entwicklung; die Quelle der Entwicklung beruht in den objektiven Widersprüchen des gesellschaftlichen Systems [...]. Die Widersprüche sind zugleich die treibende Kraft der Entwicklung.“ [Gottfried Stiehler: *System und Widerspruch*. Akademie-Verlag Berlin 1971; S. 108].

**Supervision / Lehrsupervision / Coaching /
Verlag / Prozessbegleitung Inklusion bzw. SRO /
Organisationsentwicklung / Unternehmensberatung**

© Mark Staskiewicz, MSc

Liebenauer Hauptstr. 166g/8

A-8041 Graz

Telefon: 0043 699 129 680 20

E-Mail: mail@we-progress.at

www.we-progress.at