



1 生活的源泉和力量

你現在很好

你的貢獻可以一直有所提升
你覺得自己那些方面很活躍：
哪些感受，哪些需求，哪些夢想？

2 結構設計

選擇或創立一個系統，
並設計它的結構

找一個適合自己的位置
不要只關注功能，
注意覺察，
尋找適合自己的生活方式

系統診斷抑或系統控制？

4 結果

跟隨那些通過和諧的整體而產生的知識和衝動。

注意何時應該停下，
並開始新的一輪。

3 投入

在自己和他人的關係中體會那些人

在自己和整體的關係中體驗自我

在喜歡和不喜歡之上還有一個領域：我們希望在那裡見面