

Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe 7

Danksagung 9

Einführung 11

Erster Teil:

Gesetzmäßigkeiten der menschlichen Biografie 17

1. Allgemeiner Überblick 19

Biografie 1 26 / Biografie 2 35

2. Die Entwicklung bis zum 21. Lebensjahr:

«Das Menschwerden» – Vorbereitung für das Leben 42

Das 21. Lebensjahr 63

3. Die Phase von 21 bis 42 Jahren:

«Das Menschsein» – die seelische Entwicklung 65

Brief eines zweiundzwanzigjährigen Medizinstudenten 69 /

Die Entwicklungsphase vom 21. zum 28. Jahr 71 / Das 28. Lebensjahr:

Krise der sterbenden Begabungen 76 / Vom 28. bis zum 35. Lebensjahr:

«Sterben und neu auferstehen» 83 / Biografie 3 – Erlebnisse zwischen

dem 30. und 33. Lebensjahr 89 / Biografie 4 98 / Das 35. Lebensjahr

und die Phase von 35 bis 42 Jahren 106 / Biografie 5 111 /

Die Krise um das 42. Lebensjahr 118 / Biografie 6 121

4. Vom 42. bis zum 63. Lebensjahr:

«Die menschliche Erfüllung» – geistige Entwicklung 129

Vom 42. zum 49. Lebensjahr: Neue Kreativität und neues Schauen 131 /

Vom 49. bis zum 56. Lebensjahr: Neues Hinhören 137 / Biografie 7 140 /

Vom 56. zum 63. Lebensjahr: Die «intuitive Seite» 148 /

Biografie 8 – Lebensbericht in Form eines Märchens 154

5. Die letzten Abschnitte im menschlichen Lebenslauf 163

6. Rhythmen und Spiegelungen in der Biografie 169

Zweiter Teil:

Arbeit an der eigenen Biografie 185

7. Methodik 187
8. Die Lebensmotivation – das Geheimnis der Zielsetzungen 210
9. Schematische Anleitung für persönliche Zielsetzungen 217
10. Einige Fragen zur Arbeit an der eigenen Biografie 220
11. Autobiografie der Autorin 224
Wie es weiterging. Zusatz zur 10. Auflage 253
12. Drucknachweise 263
13. Literaturhinweise 264

Für Ihre Notizen 267