

Inhalt

Zu diesem Buch	8
Kultur als Ausdruck (unblockierter) menschlicher Geistigkeit	9
Logotherapie, Verhaltenstherapie und Körperbewusstsein	30
Sinnsuche in Lebenskrisen, Sinnfindung als Hilfe zur Lebensgestaltung	52
Von der Trotzmacht des Geistes	73
Die Bedeutung der Logotherapie für die Arbeit mit behinderten Menschen	96
Der Leidensweg der Angehörigen seelisch kranker Menschen	121
Glaube und Gesundheit in der Logotherapie	136
Die Sonne über den Depressionswolken	158
Grenzen des Positiven Denkens – und was über diese Grenzen hinaus hilft	170
Neun „Miniaturen“ von Gedankenanstößen	192
1 Phantomjagd	192
2 Geschenk und Lehen	194
3 Besuch in einem sizilianischen Altenheim	196
4 Wer liebt das Leben?	199

5 Beispiel eines Sinnfindungsprozesses	201
6 Der fehlende Analogieschluss	203
7 Wenn Beichte nicht mehr stattfindet, was dann?	207
8 Eine Agaven-Meditation	210
9 „Ewiges Licht“ oder die Höherwertigkeit des sinnvoll Gewirkten	212
Zur Erfahrung der eigenen Personalität – Selbsterfahrung auf andere Weise	218
I. Eine Anleitung zur Erstellung einer logotherapeutisch geführten Autobiographie	218
II. Der „Zauberspiegel“ in unserem Inneren	239
Der logotherapeutische Ansatz zur Befriedung und Konfliktlösung	255
I. Eine Anleitung zum heilsamen Nachdenken über das „Wie du mir, so ich dir – Prinzip“	255
II. Der Traum von den „gesprengten Ketten“	283
Quellennachweis	293
Die Autorin und ihr Werk	295