

Inhalt

Prolog: Ein «Ich» erwacht 7

1. Vom Zeitbewusstsein 13

Zeitdehnung und Schrecksekunde 13

Zeit und Raum: Im Rausch der Drogen 23

Vom Einssein mit der Welt 34

Zeitlos nah am Tod 41

2. Der Augenblick 51

Absolut im Augenblick 51

Die Dauer eines Momentes 54

Achtsamkeit und Zeit 63

Über den Augenblick zur Zeitlosigkeit 72

Tagträumen und Schweifen der Gedanken 81

3. Verlust von Zeit und Ich 83

Eine rätselhafte Patientin 83

Körper, Gefühle, Zeit 87

Ganz das Ich: Langeweile, Depression, Meditation 91

Epilepsie & Zeitlosigkeit 97

Schizophrenie oder Wenn die Zeit stehen bleibt 100

Zeitlos durch die Pforten der Wahrnehmung 109

Epilog: Vom wissenschaftlichen Erwachen 119

Danksagung 127

Anmerkungen 133