

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
Die Seele des Menschen	9
Mehrere Tore zur Innenwelt	17
Modelle der menschlichen Psyche	22
Die Analyse der Psyche oder: Gibt es psychische Energie?	24
Eingehüllt in Mystik	27
Der anti-wissenschaftliche Weg	29
Die Gefühle als Moleküle	36
Blick in die Zukunft — geklonte Seelen?	37
Ur-Seele und Individual-Seele — „ich“	39
Psycho-Matrix als Grundausrüstung	39
Der Mensch — zum Larvenstadium verurteilt?	48
Bewußt-Sein und sogenanntes Unbewußt-Sein	51
Der Seelenvogel	56
Wenn die Seele schreit	58
Seelische Konflikte und der Unsinn psychiatrischer Diagnostik	58
Der Terror der Normalität läßt Extravaganzen nicht zu	63
Therapie der schreienden Seele — Psycho-Therapie	71
„With a little help from my friends“	80
Vielfalt therapeutischer Begegnungen	85
Aus dem „Patienten-Dasein“ zum Therapeuten werden	99
Der lebenslange Prozeß des Geboren-werdens	101
Grundprämissen therapeutischen Handelns	106
Die Entdeckung der individuellen Lebensphilosophie	113
Das Ich	121

Ausflug in die Kindheit	125
Das innere Kind	130
Die ideale Kindheit	133
Grundformen menschlichen Da-Seins	138
Vergiß Deine Vergangenheit, erlebe paradoxes Heilen	142
Die heilige Familie	155
Ach, zwei . . . sieben . . . zwölf Seelen in meiner Brust	160
Mit körpereigenen Drogen die Seele verändern?	163
Psycho-Design durch Verhaltensübungen und Höchstleistungstraining	166
Körper, Biorhythmus und Sex	176
Allerlei aus der Zauberkiste	184
Traum und Alptraum	186
Meditation — dem großen Geheimnis nahekommen	190
Psychotherapie zwischen Seelsorge und Prostitution	194
Der Therapeut — das unbekannte Wesen	196
Der beste Therapeut	202
Melancholie und Depression	206
Die Melancholie als ausgezeichnete Charaktereigenschaft	210
Depression — eine Krankheit?	215
Bin ich depressiv?	219
Selbstmord oder Freitod?	222
Der depressiv gestimmte Seelenvogel denkt nach . . .	223
Der Depressive soll lachen . . .	226
Der Depressive als Klient	228
Wege der Selbstregulierung	229
„Schizophrenie“ — eine Erfindung der Psychiater	236
Die Angst als notwendige Begleiterin	248
Epilog	263
Anhang	270
Tausend bunte Luftballons — Überblick über die wichtigsten therapeutischen Methoden	270
Literturhinweise	279