

# Inhalt

Einleitung	5
Ein Leben voller Angst	7
Angst im Spiegel der Zeit	9
Realangst – auch Furcht genannt	12
Angst vor dem Sein	13
Der Sprung in die Freiheit	14
Kindliche Angst	16
Was ist Angst?	19
Was geschieht bei Angst?	20
Angst und Krankheit	25
Angst und Zwang	27
Krankhaft übersteigerte Angst	29
Angstneurose (Herzneurose)	32
Angst vor Trennung	35
Ängstliche Erziehung	39
Ich für dich – du für mich	41
Kettenreaktion	45
Angst vor dem Alleinsein	46
Angst vor dem Älterwerden	48
Angst vor der Sinnlosigkeit	51
Angst vor Wandlung	52
Angst vor Stetigkeit	55
Angst vor der Freiheit	57
Angst vor der Niederlage	59
Furcht vor Menschen	62
Angst vor der Verantwortung	65
Angst vor dem Ausgeliefertsein	67
Angst und Schuld	69
Das große Schweigen	70
Der fragwürdige Aufstieg	72
Ich habe ihn getötet	73
Religiöse Angst	77
Angst vor dem Leid	85
Angst vor dem Reifungsprozeß	88
Eine neue Größenordnung	91
Vorbild der Schrift	94
Wie bewältige ich meine Angst?	95
Literaturverzeichnis	103