

WILLI BERGIEN

Lexikon der Lebenshilfe

Ein modernes Handbuch der Charakterkunde

A

EMIL OESCH VERLAG, THALWIL-ZCH

Inhaltsverzeichnis

Zur Einführung 11

A

Ahnungen, Befürchtungen,
 unbestimmte Ängste 15
 Alkoholismus 16
 Alpdruck 17
 Alterskrise 17
 Amoralität 20
 Angina pectoris, psychogene 21
 Angstneurosen 22
 Arbeit als Heilmittel 24
 Arbeit an sich selbst 25
 Asthma 26
 Atem — Atemgymnastik —
 Atemtherapie 27
 Aufgeregtheit (infolge Selbst-
 sudit). 28
 Aufklärung von Jugend-
 lichen, sexuelle 30
 Auszehrungskrankheiten 31

B

Basedow. 33
 Belastungsproben, Lebens-
 prüfungen 34
 Betäubungsmittel 36
 Bettnässen 36
 Bewußtseinsstörungen 37
 Beziehungspersonen 38

Bildkräfte im Seeleninnern 40
 Blutdruck, erhöhter 42
 Das Böse, Ursprung des Bösen 43
 Bosheit — Charaktermasken 44

Charakteranalyse 46
 Charakterkrisen 47
 Charaktergesetze 49
 Charakter und Körper 50
 Charakterläuterung in der
 Ehe 52
 Charakterreifung, Wandlun-
 gen in der Einstellung zum
 Leben 53
 Charaktertypen 55
 Charakterverhärtungen 56

D

Denkgewohnheiten 59
 Denken, richtiges und falsches 60
 Depressionen — Untreue
 gegen sich 62
 Dressate — Autosuggestionen 64
 Ebene der Wirklichkeit 68
 Ehezwistigkeiten,
 Disharmonie innerhalb der
 Ehe. 70

Ehrfurcht, Devotion, Andacht	71
Ehrgeiz — Neigung zu	
Magengeschwüren	72
Eifersucht, negative und	
positive	74
Eigenwille — Gotteswille . .	76
Egozentrik — Selbsttäuschung	77
Entscheidungsfreiheit,	
Umkehr, Bekehrung	79
Entscheidungsscheu — Laster	80
Erholung — Urlaubs-	
gestaltung	82
Erröten	83
Erziehungskunst	84
Erziehungs-Merksätze	8j
Edgier — Naschsucht	87

F

Fehlleistungen (Vergeßlich-	
keit usw.)	89
Flegelhaftigkeit bei Jugend-	
lichen	93
Frauenleiden	94
Freiheit und Unfreiheit des	
Menschen	95
Friedlosigkeit	97

G

Gallenstörungen — Neid	98
Gattenwahl	98
Geborgenheits-Bewußtsein	99
Gedankenmacht und nervöse	
Störungen	101
Gedankenübertragung	102
Geduld — Ungeduld	104
Geist-Ich oder das Selbst	IOJ
Geiz — Obstipation	107
Gelassenheit, die seelisch-	
geistige	108
Geltungsstreben	110

Gemeinschaft, wesenhafte	111
Geschlechtskraft —	
Geschlechtsbeziehungen	112
Gethsemane-Erleben,	
seelisches	114
Gewissen — Gesetz der Liebe	115
Gewissensbelastung	117
Gewohnheiten, schlechte	119
Gottheit Gottes und — die	
Gesundheit der Seele	119

H

Haßgefühle — Liebes-	
sehnsucht	124
Haß und psycho-somatische	
Leiden	125
Heil-Meditationen	126
Heilpädagogik	128
Hemmungen — Dressate	130
Herrschaft — Asthma	132
Herz, nervöse Herz-	
beschwerden	134
Herzkräfte und Eigenwille	13j
Humor — Lebenskunst	136
Hypochondrie — Krank-	
heitswahn	138
Hysterie — Entwicklungs-	
hemmung	139

I

Ichhaftigkeit	140
Ichhaftigkeit, Fomen der	140
Ichfindung	144
Ich-Ideal, das Ich-Wunschbild	
und sein Schatten	143
Impotenz, sexuelle Störungen	145
Individualität des Menschen	146
Infektionskrankheiten	147
Introversion — Extraversion	149

Innere Notwendigkeit . . . IJO
„Irrkreis“, circulus vitiosus . . . 153

Jähzorn — erhöhter Blut-
druck 157
Jugendsünden, Ursache der . . . 157

K

Katharsis (Seelenläuterung) . . . 160
Kinder, seelisch gehemmte . . . 161
Kindererziehung im all-
gemeinen 163
Kindererziehung
(Ermutigung) 164
Kleptomanie — Selbst-
erlösung 16J
Kollektive Unbewußte, das . . . 165
Kopfdruck, der nervöse . . . 168
Krampf zustände 169
Krankheit als Aufgabe . . . 170
Krankheiten als »Läuterungs-
feuer“. 171
Kreislaufstörungen, Herz-
beschwerden 172
Krisenzeiten, seelische . . . 173
Kritiksucht 174
Kummer — Ansteckungs-
krankheiten, 17j

Lähmungen, neurotische . . . 178
Lebensbefriedigung —
Opferbereitschaft 179
Lebenskampf, Ethik 180
Lebensrhythmen 180
Leid und Schuld 181
Leidensscheu 184
Leitbild, charakterliches . . . 185

Liebe — Geschlechtsliebe . . . 188
Lüge — Unsicherheit 189
Lungentuberkulose 191

M

Magengeschwüre — Ärger . . . 192
Mandelentzündung 193
Manie — Depressionen . . . 194
Melancholie — Schuld . . . 19 j
Menschenkenntnis 197
Menschenscheu, Bedrohungs-
angst 198
Menschentum, wahres . . . 199
Minderwertigkeitsgefühle . . . 201
Mißtrauen, Ungeduld —
Glaube, Vertrauen . . . • 202
Mißbrauch des Geschlechts-
aktes und seine Folgen . . . 203
Moralität — Sensibilität . . . 204
Morphiumismus, Alkoholis-
mus, Süchtigkeit u. ä. 205
Mutlosigkeit — Tachycardie . . . 208

N

Nadirpunkt, der seelische . . . 209
Negativität — Verkrampf-
theit 210
Neid — Unzufriedenheit . . . 213
Nervensystem — Seele —
Geist 214
Neuralgien und Geschlechts-
verkehr. 21 j
Nervöse Reizbarkeit,
Nervenschwäche, Neural-
gien usw. 216
Neugier — Grübelsucht . . . 217
Neurose — Gegnerschafts-
haltung 218
Neurose, Sinn der 219

Niedergeschlagenheit	222
Nihilismus — Unglaube	
Notwendigkeit und Freiheit	224

O

Ohnmachtserleben Wut	226
Organ-Neurosen	227
Originalität — Furchtlosigkeit	228

Perversität — Verzweiflung	230
; Persönlichkeit und Herz- tätigkeit	230
Pessimismus — Egoismus	232
Phobien — Todesangst	234
Pollutionen, krankhafte	236
Psychotherapie-Theologie	237

R

Rachegefühle, lästige, anfechtende	240
Rechtsgefühl — Gewissen	241
Reifende Ehe	242
Religion und Selbsterziehung	243

Seelen-Organismus, unsichtbarer	245
Seelsorge, praktische	24 j
Sein und Schein	247
Selbsterlösungsversuche	248
Selbsterlösung — Selbstüberwindung	250
Selbstbehauptung und Herz- neurose	251
Selbstbeherrschung, Mangel an Selbstbeherrschung	253
Selbstmord-Stimmungen	254

Selbstqualereien	i§6
Selbstsucht	257
Selbstsucht, Überwindung der	258
Selbstverschleißung — Krämpfe	260
Sexuelle Perversionen	262
Süchte — Unlustzustände	263
Sorge — Ichhaftigkeit	265
Sympathie — Antipathie	265

Sch

Schicksalsbestimmung	266
Schicksalsführung und Neu- rose	268
Schizophrenie	270
Schlaflosigkeit, nervöse	271
Schlafmittel, Narkotika	273
Schönheit und Alter	274
Schulderkenntnis und seelische Heilung	276
Schwatzsucht, Redseligkeit	277
Schweigen, Heilkraft des Schweigens	278
Schwererziehbarkeit	278

St, Sp

Starrheit, Starrsinn	279
Stimmungsbilder, schockierende	280
Stottern — sex. Reizzustände	281
Streitsucht, Erziehungsfehl- schläge u. ä	282
Spaltung der Ich-Vorstellung	283
Spannung — Entspannung	28 y
Teufelskreis oder Irrkreis	288
Theozentrische Lebenswahr- heit und egozentrisches Widerstreben	289

Therapie-Methoden, ver- schiedene	293
Traumgeschehen	295
Triebkräfte, sexuelle	298
Trotzalter, kindliches	300

U

Überforderung und Ehrgeiz	30 j
Übermüdung, nervöse	306
Übertragungen	306
Umfinalisierung — Selbst- betrug	308
Umgang mit dem Nächsten	309
Unfreiheit — Freiheit	310
Unterbewußtsein	311
Uranst — Ehrfurcht	313

V

Verantwortungsscheu	315
Vergebungsfreudigkeit, Mangelan	315
Verneinende (negative) Lebenseinstellung	316
Versuchungen — Anfech- tungen	318
Verstopfung (Darmträgheit)	318
Verzweiflung, Sinn der	319

W

Wachstum der Seele	320
Wechseljahre und seelische Reifung	324
Wetterfähigkeit, Witterungs- einfluß	326
Widerspenstigkeit	327
Wirbruch — Icherlebnis	328
Wirhaftigkeit	330
Worte, negativ und positive	332
Zeitgeist — Zerstreutsein	334
Zerfallensein mit sich selbst	335
Zivilisationsschäden und ihre Überwindung	336
Zuckerkrankheit	339
Zwangsangst	341
Zwangshandlungen	342
Zwangsvorstellungen und Angstneurosen	344
Literatur-Hinweise	355