

Ang Lee Seifert und Theodor Seifert

Die beste aller Zeiten ist jetzt!

Gegenwart bewusst erleben

Verlag Hans Huber

Inhaltsverzeichnis

Zum Geleit – von Prof. Dr. Dr. Hinderk M. Emrich	11
Prolog	13
1. Wir leben in der Zeit	15
War früher alles besser?	17
Die Geschichte vom Ringelschwanz	20
Die Geister, die ich rief	21
Die beste aller Zeiten	23
Die Zeit kann schrumpfen oder sich dehnen	26
Etwas zum Nachdenken	28
Die Geschichte von Vishnu und Naruda	31
2. Was ist Zeit – aus Sicht der Naturwissenschaften und der Psychologie? Welche Bedeutung hat sie für unser Bewusstsein?	33
Die Zeit kommt aus der Singularität	33
Die Raum-Zeit	35
Zeit ist relativ	38
Das geheimnisvolle Phänomen «Zahl»	39
Wie entstand «Bewusstsein»?	44
Das Urgefühl «Angst»	46
Gilgamesch, der erste tragische Held	47
Das Gehirn ist nicht vom Himmel gefallen	50
Die Zahlen treten in Erscheinung	54
Ordnung im Verborgenen	60
Eine kurze Geschichte der Zeit	67

3. Lebensgestaltung und der Faktor Zeit	73
Der gestirnte Himmel über mir.	74
De anima	77
Highway No. 1 in Kalifornien	80
Abraham Maslow	85
Transzendenz	91
Eric Berne	92
Erik Homburger Erikson	100
Das Stufenmodell	102
Luc Ciampi	109
Der «Odysseus-Pakt»	112
Einmaligkeiten	116
Das ADHS-Syndrom	120
Das Burn-out-Syndrom	124
Die depressive Störung	126
Die Angststörung	131
Die Zwangsstörung	134
Die Essstörung	137
The Anniversary Effect	141
Angst	143
Stress	147
4. Zeit als Schicksal und Möglichkeit zur Sinnfindung	151
Das Schicksal	155
Sinn suchen	158
König Ödipus	160
«Den Willigen führt das Schicksal, den Unwilligen zerrt es»	164
Der Heldenweg	166
Zweifel am Rande des Weges	168
Das Zeit-Sinn-Kontinuum	171
Die Geschichte vom Rosenkäfer	176

«Als die Zeit erfüllet war»	178
Ein Blick hinter den Vorhang der Zeit	181
Die Lösung liegt schon bereit	185
Kairos, der rechte Augenblick	187
Kreative Intelligenz	191
5. Die Sehnsucht nach dem Paradies – der Zeitlosigkeit	197
Erinnerungen	199
Die Einsamkeit der Singularität	203
Einen Heiligenschein, bitte schön!	206
Ein Vogel und ein Schmetterling	213
Überraschungs-Felder	217
Nobelpreisträger Wolfgang Pauli	223
Die Psyche als unausgedehnte Intensität	225
Der unendliche Raum der Zahlen	229
Zeitlosigkeit in Träumen und Aktiver Imagination ..	236
Endloses Bewusstsein	246
Epilog	259
Anmerkungen	261
Literatur	263