

**Josef Zehentbauer**

**Abenteuer Seele – Psychische Krisen als Chance**

Berlin / Eugene / Shrewsbury: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag

Unveränderte Neuausgabe 2008

ISBN 978-3-925931-43-7

**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 Geborenwerdens ..... 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
<b>Melancholie und Depression</b> .....	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
<b>"Schizophrenie" – eine Erfindung der Psychiater</b> .....	236
<b>Die Angst als notwendige Begleiterin</b> .....	248
<b>Epilog</b> .....	263
<b>Anhang</b> .....	270
Tausend bunte Luftballons – Überblick über die wichtigsten therapeutischen Methoden .....	270
Literaturhinweise .....	279