

# CONTENIDO

---

Prefacio de Michaela Glöckler .....	7
Agradecimientos .....	9
Introducción .....	11

## PRIMERA PARTE

### LAS LEYES DE LA BIOGRAFÍA HUMANA

<b>1. Panorámica general</b> .....	19
1.1 <i>Biografía 1</i> .....	27
1.2 <i>Biografía 2</i> .....	36
<b>2. El desarrollo hasta los 21 años</b> .....	43
"El devenir del hombre"- Preparación para la vida	
2.1 <i>Los 21 años</i> .....	64
<b>3. La fase entre los 21 y los 42 años</b> .....	67
"Ser persona" - el desarrollo anímico	
3.1 <i>Carta de un estudiante de medicina de 22 años</i> ...	71
3.2 <i>La fase de desarrollo entre los 21 y los 28 años</i> ...	74
3.3 <i>Los 28 años: La crisis de los talentos</i> .....	79
3.4 <i>De los 28 a los 35 años - "Muerte y resurrección"</i>	86
3.5 <i>Biografía 3 - Vivencias entre los 30 y los 33 años</i> .	93
3.6 <i>Biografía 4</i> .....	101
3.7 <i>Los 35 años y la fase entre los 35 y los 42 años</i> ...	108
3.8 <i>Biografía 5</i> .....	114

3.9	<i>La crisis alrededor de los 42 años</i> .....	117
3.10	<i>Biografía 6</i> .....	121
4.	<b>Desde los 42 hasta los 63 años</b> .....	129
	“La plenitud del hombre” - desarrollo espiritual	
4.1	<i>De los 42 a los 49 años - Nueva creatividad y visión</i> .....	132
4.2	<i>De los 49 a los 56 años - Nueva capacidad de escucha</i> .....	138
4.3	<i>Biografía 7</i> .....	142
4.4	<i>De los 56 a los 63 años - El “lado intuitivo”</i> .....	
4.5	<i>Biografía 8 - Relato de vida en forma de cuento de hadas</i> .....	150
5.	<b>Las últimas fases en la vida del hombre</b> .....	156
6.	<b>Ritmos y simetrías en la biografía</b> .....	167

## SEGUNDA PARTE

### TRABAJO EN LA PROPIA BIOGRAFÍA

7.	<b>Metodología</b> .....	191
8.	<b>La motivación vital - El secreto de poner metas</b> ...	215
9.	<b>Recomendaciones esquemáticas para encontrar metas personales</b> .....	221
10.	<b>Algunas preguntas en torno al trabajo en la propia biografía</b> .....	225
11.	<b>Autobiografía de la autora</b> .....	229

3.9 <i>La crisis alrededor de los 42 años</i> .....	117
3.10 <i>Biografía 6</i> .....	121
<b>4. Desde los 42 hasta los 63 años</b> .....	129
"La plenitud del hombre"- desarrollo espiritual	
4.1 <i>De los 42 a los 49 años - Nueva creatividad y visión</i> .....	132
4.2 <i>De los 49 a los 56 años - Nueva capacidad de escucha</i> .....	138
4.3 <i>Biografía 7</i> .....	142
4.4 <i>De los 56 a los 63 años - El "lado intuitivo"</i> .....	
4.5 <i>Biografía 8 - Relato de vida en forma de cuento de hadas</i> .....	150
<b>5. Las últimas fases en la vida del hombre</b> .....	156
<b>6. Ritmos y simetrías en la biografía</b> .....	167

SEGUNDA PARTE  
TRABAJO EN LA PROPIA BIOGRAFÍA

<b>7. Metodología</b> .....	191
<b>8. La motivación vital - El secreto de poner metas</b> ...	215
<b>9. Recomendaciones esquemáticas para encontrar metas personales</b> .....	221
<b>10. Algunas preguntas en torno al trabajo en la propia biografía</b> .....	225
<b>11. Autobiografía de la autora</b> .....	229