

DAS GANZE LEBEN IN EINEM TAG

Jede Stunde im Buch entspricht einem Lebensabschnitt von zwei bis vier Jahren. In jeder Stunde wird ein bestimmtes Thema behandelt:

1. bis 3. Lebensjahr: Die *erste* Stunde zeigt uns, dass wir in den ersten drei Jahren mehr lernen als im Rest unseres Lebens, welche unserer Eigenschaften biologisch festgelegt sind und welche wir verändern können.
4. bis 6. Lebensjahr: Die *zweite* Stunde erklärt, wie wir die Welt entdecken und wie uns unsere Eltern dabei unterstützen oder behindern können.
7. bis 11. Lebensjahr: Die *dritte* Stunde schildert, wie einfach Schule uns zu wissbegierigen Menschen machen könnte und warum wir uns jedenfalls die Lust am Lernen nicht verderben lassen sollten
12. bis 15. Lebensjahr: Die *vierte* Stunde beschreibt unsere Gefühlsschwankungen zwischen Allmachtsfantasien und quälenden Selbstzweifeln.
16. bis 18. Lebensjahr: Die *fünfte* Stunde lässt Schmetterlinge in unserem Bauch flattern, wenn sich die Sehnsucht nach Liebe endlich erfüllt und uns glauben lässt, dass wir alles besser machen werden als unsere Eltern.
19. bis 22. Lebensjahr: Die *sechste* Stunde zwingt uns, ernsthaft darüber nachzudenken, was wir mit unserem Leben anfangen wollen.
23. bis 26. Lebensjahr: Die *siebte* Stunde lässt die einen davon träumen, dass sie alles erreichen können, und die anderen ahnen, dass es das Leben nicht gut mit ihnen meinen könnte.
27. bis 29. Lebensjahr: Die *achte* Stunde stellt uns vor die Aufgabe, Intimität in der Liebe und in Freundschaften als wahre Quelle der Lebensfreude zu entdecken.
30. bis 33. Lebensjahr: Die *neunte* Stunde lehrt uns, dass man mit 30 doch nicht alt ist und warum das 33. Lebensjahr in den Weisheitslehren als viel entscheidender gilt.
34. bis 36. Lebensjahr: Die *zehnte* Stunde mahnt uns, dass es an der Zeit wäre, uns für einen Lebenspartner zu entscheiden, Kinder in die Welt zu setzen und ein Haus zu bauen – oder zumindest einen Apfelbaum zu pflanzen.
37. bis 40. Lebensjahr: Die *elfte* Stunde raubt uns unsere Illusionen, dafür gewinnen wir an Lebenserfahrung, um an Verletzungen zu wachsen und nicht daran zu zerbrechen.
41. bis 45. Lebensjahr: Die *zwölfte* Stunde fordert alle unsere Kräfte im Beruf und in der Familie – dabei übersehen wir leicht, dass wir die Hälfte unserer Reise bereits hinter uns haben.

46. bis 50. Lebensjahr: Die *dreizehnte* Stunde zeigt uns, dass wir mit deutlich weniger Anstrengung mehr erreichen können, wenn wir uns auf das konzentrieren, was wir gerne tun und gut können.

51. bis 55. Lebensjahr: Die *vierzehnte* Stunde konfrontiert uns mit der schmerzhaften Erfahrung, dass unsere Eltern nicht ewig leben, und zeigt, wie wir mit dem Verlust geliebter Menschen umgehen.

56. bis 59. Lebensjahr: Die *fünfzehnte* Stunde bestätigt das Gerücht, dass das Leben mit seiner Fortdauer immer schneller verrinnt, und zwingt uns, die »Was bleibt?«-Frage zu stellen.

60. bis 63. Lebensjahr: Die *sechzehnte* Stunde fordert von den einen, ihren Lebenssinn in der Pension neu zu bestimmen, und von den anderen, den Gedanken daran nicht zu verdrängen.

64. bis 66. Lebensjahr: Die *siebzehnte* Stunde überrascht uns mit einem wunderbaren Geschenk, das wir oft vergessen, rechtzeitig auszupacken.

67. bis 69. Lebensjahr: Die *achtzehnte* Stunde mahnt uns, großzügig an andere Menschen zurückzugeben, was wir uns im Leben angeeignet haben.

70. bis 72. Lebensjahr: Die *neunzehnte* Stunde verlangt von uns, das Alleinleben zu beherrschen und uns selbst ein guter Freund zu sein.

73. bis 75. Lebensjahr: Die *zwanzigste* Stunde trennt unerbittlich in die Glücklichen, die ihr Leben lang Lernende waren, und die Nichtlerner, deren Feuer der Neugier schon lange erloschen ist.

76. bis 77. Lebensjahr: Die *einundzwanzigste* Stunde erinnert uns daran, dass Gesundheit das wertvollste Gut ist und wir es wertschätzen sollten, solange wir es besitzen.

78. bis 80. Lebensjahr: Die *zweiundzwanzigste* Stunde erteilt uns eine Lektion, ob wir ab der fünfzehnten Stunde die entscheidenden Dinge für ein gelungenes Leben richtig gemacht haben.

81. bis 82. Lebensjahr: Die *dreiundzwanzigste* Stunde stellt uns vor die Aufgabe, auf unser Leben dankbar zurückzuschauen und anzunehmen, was wir getan haben.

83. Lebensjahr bis zum Ende Ihrer Reise: Die *vierundzwanzigste* Stunde lässt uns jeden Tag als Geschenk betrachten und uns darauf hoffen, dass morgen für uns ein neuer, guter Tag beginnen wird.

Die *fünfundzwanzigste* Stunde wird es für niemanden geben, daher müssen wir uns gewiss sein, dass unser eigenes Leben schon früher enden könnte, und versuchen, jeden Tag mit Neugier, Freude und Leidenschaft zu leben.