

Inhalt

Einleitung von Verena Kast: Wie alles so geworden ist – und alles zusammenhängt	7
I. Träume als Wegweiser	18
Der ängstigende Ruf zum Aufbruch aus dem Vaterhaus	18
Wenn etwas ins Rollen kommt	19
Das nahende Boot der geheimnisvollen Frau	20
Traumdeutung	21
Unwetter und Regenbogen	22
Die zärtliche Hand auf der Wunde	25
Archäologie einer Lebensgeschichte	26
Die »Wilde Anna« ist los oder: Ein Ritual gegen die Ausbeutung	27
Große Träume	28
Was in der Tiefe auf Entdeckung wartet	29
Umgang mit Träumen	32
Archetypische Bilder und Situationen	33
2. Von den Sinnen zum Sinn	
Körpererfahrung als innere Welt	37
Die Sinne und die Sinnfrage	39
Früherfahrung: Die Geborgenheit durch die Sinne	41
Die therapeutische Relevanz der Sinnesempfindung	46
3. Die innere Freiheit des Alterns	60
Altern: Leben ausschöpfen – und loslassen	60
»Leben ohne Warum« – Altwerden mit einem Gedanken von Meister Eckhart	69

4. Die Einweihung ins Leben

Die weise Frau als Initiationsmeisterin im Märchen

»Die Gänsehirtin am Brunnen«	81
Die unermüdliche Sammlerin	81
Die unverschämte Alte	84
Die Tochter der weisen Frau	94
Das Smaragdbüchslein oder die Gabe der Alten	101
Bei der Schicksalsspielerin	111
Trauerarbeit am Brunnen	114
Verwandlung	121
Das wahre Gesicht	125
Versöhnung im Zeichen der Weisheit	127

5. Erlösung aus tiefenpsychologischer Sicht 133

Erlösung im Märchen	134
Heilung und Selbstvererdung in der Therapie	140
Dem Leben vertrauen können	142

6. Heilen – Geschmack am Leben wiedergewinnen 151

7. Malen als Selbstgestaltung 172	
Das Konzept einer Maltherapie nach C. G. Jung	175
Die Wirkungsfaktoren therapeutischen Malens	187
Zusammenfassung	216

Anhang	218
Anmerkungen	218
Literatur	230
Quellennachweis	237