

Inhalt

Prolog	9
Vorwort	10

Teil I

Worum es bei der Tiefenimagination geht

Einführung	14
Kapitel 1 Mit dem »Rezept« arbeiten	19
Das »Rezept« für Imagination	21

Teil II

Ausübung der Imagination

Kapitel 2 Bete – Schütze den Raum	24
Kapitel 3 Beruhige den Geist – Entspanne den Körper	26
Kapitel 4 Bitte ein Bild, sich zu zeigen	31
Kapitel 5 Betritt die entstehende Geschichte	34
Das Benutzen der fünf wesentlichen Zutaten	35
Kapitel 6 Neuordnen der Außenwelt	41
Kapitel 7 Schreibe die Reise auf	43
Kapitel 8 Das Integrieren der Reise	44
Kapitel 9 Fehlerbehebung	49

Teil III

Beispiele von Begegnungen mit der Tiefenimagination

Kapitel 10 Der Fokus deiner Imaginationserfahrung	62
---	----

Menschen und Orte

Kapitel 11 Ein besonderer Ort	65
Kapitel 12 Ein innerer Freund	72
Kapitel 13 Die innere Kapelle	78

Selbstfindung

Kapitel 14 Die Tiere	85
Kapitel 15 Das Herz	98
Kapitel 16 Der Garten der Seele	103

Sich mit seinen Sorgen befassen

Kapitel 17 Arbeiten mit Problemen und Fragen	110
Kapitel 18 Körperheilung	119
Kapitel 19 Beziehungen untersuchen mit Tiefenimagination	137

Reisen mit offenem Ausgang

Kapitel 20 Die vollkommen offene Imagination	147
Kapitel 21 Wenn es auf die Zeit ankommt	154

Überlegungen zum Schluss

Kapitel 22 Die An- oder Abwesenheit eines Begleiters	160
Kapitel 23 Imagination, um Kinder zu begleiten und ihnen zu helfen	164
Kapitel 24 Verschiedene Arten der Imaginationsarbeit	180
Kapitel 25 Unendlichkeit trifft Unendlichkeit	184

<i>Dank</i>	186
<i>Bibliographie</i>	187
<i>Über die Autorin</i>	189