

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Einleitung | 11 |
| Teil I | |
| Die spirituelle Perspektive: Stirb und werde | 19 |
| 1. Die vielen Gesichter des Traumas | 23 |
| Trauma und Seele | 30 |
| Die Numinosität des Traumas | 32 |
| Trauma als Seelenmord | 34 |
| Trauma und das Böse | 38 |
| Seelenverlust und »gebrochener Lebensmut« (<i>baksbat</i>) | 43 |
| 2. Trauma aus mythologischer Perspektive | 46 |
| Trauma als Hadesfahrt | 46 |
| Todessehnsucht: das Trauma des Verrats | 51 |
| Die transformative Kraft der Wut: Kali | 54 |
| Das geschändete Weibliche: Medusa | 59 |
| 3. Die spirituelle Dimension traumatischer Erfahrungen | 64 |
| Bewusstseinstransformation | 70 |
| Ganzheit in der Gebrochenheit | 78 |
| Die heilende Kraft spiritueller Werte | 82 |
| 4. Trauma als Sinnkrise | 86 |
| Trauma und Sinnfindung | 93 |
| Trauma und Liminalität – der Mensch an der Schwelle | 97 |
| 5. Die transformierende Kraft des Leidens | 101 |
| Poeten des Traumas: Paul Celan und Nelly Sachs | 101 |
| Die Poetik der Wunde | 114 |
| Wunde und Weisheit | 119 |
| Etty Hillesum: Werden und Vergehen | 128 |
| Wandlungsenergie: Versöhnen, Verzeihen und Vergeben | 132 |

Teil II

| | |
|--|-----|
| Die klinische Perspektive | 143 |
| 6. Das Rote Buch: Wegweisungen für die Traumatherapie | 146 |
| Dissoziation und Ego-State-Therapie | 153 |
| Achtsamkeit | 158 |
| Trauma-Narrative: Identität neu gestalten | 161 |
| Der bildhafte symbolische Raum | 164 |
| Mandalas als innere Strukturierungshilfe | 169 |
| Die Weisheit der Paradoxie | 175 |
| 7. Komplementarität in der Traumatherapie | 184 |
| Komplementäre Konzeptualisierungen des Traumas | 186 |
| Komplementarität und die therapeutische Beziehung | 193 |
| Die Komplementarität von Tun und Lassen in der Traumatherapie | 197 |
| Präsenz und Reflexion | 207 |
| Mentalisierung | 212 |
| 8. Heilung durch Beziehung: die Transzendente Funktion | 216 |
| Die Numinosität des Beziehungsgeschehens | 219 |
| Eros als Heilungsenergie | 221 |
| Destruktion im Dienst des Werdens: Wege zum Selbst | 225 |
| 9. Wandlungsprozesse | 241 |
| Vom Chaos zu neuer Ordnung | 241 |
| Enantiodromie: Neuorganisation nach traumatischer Erschütterung | 248 |
| Die heilende Funktion von Trost und Trauer | 257 |
| Transzendenzfähigkeit | 262 |
| 10. Transzendieren und Opfern | 269 |
| Die Trauma-Membran | 277 |
| Die Dialektik von Opfer und Täter | 279 |
| Das Selbstopfer | 282 |
| Das Opfern des falschen Selbst | 286 |
| Das Opfermotiv in Mythen und Märchen | 306 |

| | |
|--|-----|
| II. Der Körper als Tor zur Lebensquelle | 311 |
| Körper und Bewusstsein | 314 |
| Die transformierende Kraft von Chi und Yoga | 322 |
| Schlussgedanken | 324 |
| Dank | 328 |
| Anmerkungen | 330 |
| Literatur | 359 |