

Inhalt

Vorwort	11
Einleitung	13
1	15
Mein glückliches Leben	15
Abnehmen	19
Veränderung	20
Einschneidendes Erlebnis	30
<i>Hunkeler oder der Einstieg in die Therapie</i>	37
Folgen dieser Sitzung	39
Langsames Erkennen	46
<i>Kurzbiografie</i>	48
Aufbruch in die Dunkelheit	51
<i>Therapiesetting / Interventionen</i>	58
Abgeschoben	59
Rückkehr von Herbert	62
<i>Krisen</i>	63
Spezielle Therapiearbeit mit beiden Therapeuten	65
Zunehmende Probleme mit Herbert	66
Dr. B. ist da	68
Nochmals Therapie zu dritt	70

<i>»Überweisungsschreiben« / Lehren aus der Therapie</i>	74
Das Ende naht	78
2	81
Dr. A. B.	81
<i>Pilgerschritt- und andere Verfahren</i>	87
Sich einlassen	92
B-Hypnosen	94
Erinnerungen	96
<i>Mein Großvater:</i>	96
Realität	100
<i>Begriffliches</i>	102
<i>Flashback</i>	105
<i>Meine Mutter</i>	107
<i>Erziehung</i>	113
<i>Schwierige Patienten und Lieblingspatienten</i>	116
Josephsstab	117
Flashbacks	119
<i>Bedrohung durch Onkel Köbi</i>	123
Leben in einer Zwischenwelt	126
»Ferienprobleme« von Anfang an	128
Vernetzung?	132
<i>Anker</i>	136
Kleine Fortschritte	138
Körperwahrnehmungen	142
Immer wieder therapeutische Ablehnung	142

Bertrand Piccard	144
<i>Beziehungen</i>	145
Träume bringen Erleichterung	148
Neue Lebensanforderungen	151
SMS-Therapie	152
<i>SMS-Therapie</i>	154
Verstärkte Gefühlswahrnehmungen	156
Neue Intensität	158
<i>Das Wesen des Therapeuten</i>	160
Tiefenarbeit	162
Therapeutische Maßnahmen	163
Mann	165
Sohn	166
Grenzen im Job sind erreicht	168
Wandel	170
Geburt einer neuen Kraft	171
<i>Der siebte Sinn</i>	175
Neue Stelle	179
Mein neuer Arbeitsplatz	180
<i>Die Mutter lebt</i>	181
Vergebung	185
Brief an meine Mutter	185
Religion	186
Meine erste heilige Kommunion	192
<i>Paris</i>	196
<i>Gott schlägt immer zurück</i>	201

Erkenntnisse	203
Monatelange Kirchenalbträume	205
Rebellion im Hier und Jetzt	206
Auf der Suche nach zusätzlicher Hilfe	207
<i>Andere Therapien von Dr. Burri</i>	212
Aktivitäten	218
Zypern	219
Die Therapie verändert sich	224
Toskana – Siena	226
<i>Für immer und ewig</i>	228
<i>Was wirkt?</i>	232
Therapeutisches Auf- und Ab	237
Veränderung am Arbeitsplatz	238
Eindrückliche Therapiestunden	240
Flugplatz Belpmoos	241
Wellnessferien in Österreich	243
<i>Geschenkökonomie</i>	250
Schuldfrage und Schuldgefühle	252
Praktische Lebenshilfen	254
Astrophysik-Symposium, Biennale	256
Große Therapiefortschritte	258
Der farbige Pullover	259
<i>Der farbige und der blaue Pullover</i>	260
3	263
Diffuse Körperprobleme	263

Eierstockkrebs und sonst noch allerhand	265
Überlegungen	271
In der Kur	271
Mein Psychiater, immer wieder	274
Zukunft	276
Anthroposophische Behandlung	278
Musiktherapie	284
Sprachgestaltung	287
Wieder zu Hause	291
<i>Diesseits und Jenseits</i>	294
Mein Arbeitsplatz	296
Therapie-Fortschritte	297
Arbeitsstelle »ade«	299
<i>Evidenz</i>	300
Eigene mentale Arbeit	302
Käferkindtraum	303
<i>Schildkrötli</i>	305
Frühere Religion löst sich von selbst auf	306
 4	 311
Einmaliges Erlebnis Juli 2010	311
Auswirkungen	318
<i>Fliegen</i>	320
<i>Nach Jahren erneut ein Flashback</i>	324
Eine alternative Therapieform, die mir sehr hilft: Feldenkrais!	328
<i>Esoterik bis Schulmedizin</i>	334

Überlegungen	339
Eindrucksvolles Buch	341
<i>Neue Erfahrungen</i>	343
Ich bleibe bis zum Schluss	347
Fazit meiner Niederschrift	350
Dank	353