

Inhalt

Einleitende Gedanken: Der rote Faden	7
Fassungslos, heimatlos, hilflos	12
Der weite Weg vom Kopf bis zum Herz	15
Wie meine Mutter!	19
Das «zarte Pflänzchen»	24
Meine «innere Mutter»	26
Der Körper sagt die Wahrheit!	29
Vom «König der Tiere»	33
Wie eine Schnecke	35
Ein Sonnenschein	38
Immer enger	41
Keine Worte sind eigentlich auch Worte!	46
Mein «Kind»	49
Religion kann auch Engpaß sein	52
Von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung	55
Eine kleine Liebesgeschichte	57
Botschaften aus dem Unbewußten? Lebenshilfen!	60
Ja, ich muß fort! Für immer!	62
Die fast unhörbare eigene Stimme	66
Die große schwarze Schlange	69
«Ehre Vater und Mutter!»	72
Wie ich lügen gelernt habe	76
Die «Katze» leben lassen	79
Auch der Glaube und der Wille haben Grenzen	81
Dem armseligen Pflänzchen eine Lebenschance geben	83
Hört mir doch bitte zu!	86
Der Kirchturm und der Berg	90
Ein absolut bindender Vertrag	94
Eine neue Sichtweise	97
Das Vergangene vergessen?	100
Gutgemeinte Ratschläge, bestätigt durch die Bibel	102

Wer kann mir denn helfen?	107
Was hat die Angst mir zu sagen?	109
Vaters starke Hand	111
Meine Träume zeigen mir, was ich will	115
Ein Faß ohne Boden	118
Neue unbekannte Wege	122
Das Haus in meinen Träumen	124
Die Birke und die Tanne: ein Gleichnis	129
Wasser- und Gefühlsbewegungen	132
Eine praktische Gleichung	135
Zwei ganz verschiedene Welten	139
Welcher Weg ist der richtige?	143
Vom Kind, «das praktisch jeden Abend am Sterben ist» . . .	146
Kostbare Helfer und Wegweiser	149
Die blaue Kornblume	151
Das rote Mundtuch	154
Der bodenlose Abgrund der Schuld	158
Wo ist das Kind?	161
Zwei getrennte Welten in mir	163
Vom Mißtrauen zum Vertrauen	166
Im Eis eingeschlossen	169
Der Seelenwolf	171
Das aufgepfropfte Zweiglein	174
Anmerkungen zur Literatur	179