

Inhalt

Vorwort	7
1. Wie uns das Leben hilft	
1.1 Wer weiß, wie wir mal werden?.....	13
1.2 Lebensziel Alter?.....	17
> An wen sich dieses Buch wendet.....	22
1.3 Vom Sinn des Lebens, des Sterbens und der Aufgabe des Alters	23
1.4 Wie wir wurden was wir sind.....	43
1.5 Die Schule des Lebens und die Weisheit des Alters.....	51
1.6 Der Tod als Grenzerfahrung.....	57
1.7 Die eigene Biografie als Gestaltungsaufgabe.....	61
1.8 Zwischen Selbstvergessenheit und Neuerfindung.....	69
1.9 Und was wird aus mir? – Wenn der Partner Pflege braucht...73	
1.10 Jetzt werde ich wirklich alt! oder – Wie das Alter gelingen kann.....	77
2. Wie uns die Kunst hilft	
2.1 Mit den Bildern der Seele sprechen – Alte Bilder verwandeln sich zu neuen	99
2.2 Was sind innere Bilder?.....	103
2.3 Arbeiten mit eidetischen Bildern.....	107
2.4 Arbeiten mit Visualisierungen.....	109
2.5 Illusion und Projektion – Täuschung und Ent-Täuschung..	115
2.6 Innere Bilder wahrnehmen und zum Ausdruck bringen...119	
2.7 Die Kunst als Orientierungsrahmen.....	127
2.8 Die Farbe als ganzheitliches Phänomen.....	133
2.9 Kunsttherapie und Heilung – Wie Kunst wirkt.....	139
2.10 Auf künstlerischen Wegen dem Alter entgegen.....	147
3. Welche Therapie uns unterstützen kann	
3.1 Welche Therapie hat welche Ziele?.....	161
3.2 Die Macht der Bilder – gestern und heute.....	171
3.3 Mit Worten Bilder malen – Biografisches Schreiben.....	185
3.4 Das Ich, die Erinnerung und die Demenz – Eine meditative Annäherung.....	193
3.5 Alles nur Einbildung?.....	201
3.6 Realität und Scheinrealität – Betrachtungen über die Welt der äußeren Bilder.....	211
3.7 Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß! – Oder doch?..	221
3.8 Du machst mich noch ganz verrückt! – Partnerschaften bis ins Alter.....	229
3.9 Trauma und Demenz.....	245
3.10 Wie alles sich zum Ganzen webt.....	273
4. Spezielle Themen	
4.1 Von Hexen, Giftzwerge und Vampiren – und wie man mit ihnen umgeht.....	315
4.2 Vom Leitbild zum Leidbild? – Prägung und Krankheit am Beispiel der parkinsonschen Krankheit.....	327
4.3 Schläft ein Lied in allen Dingen, die da träumen.....	341
4.4 Ach wie gut, dass ich jetzt weiß.....	347
5. Zusammenfassung und Ausblick	359
A Danksagung.....	364
Literaturverzeichnis.....	365
Quellenverzeichnis der Abbildungen.....	372
Stichwortverzeichnis.....	373
Über den Autor.....	379