

# Inhalt

<b>Vorwort von Ingrid Riedel</b> .....	7
<i>Ralf T. Vogel</i>	
<b>»Kreativität ist die Antwort des Menschen auf das Sterbenmüssen« (V. Kast)</b> .....	9
Das Todesthema im Werk Verena Kasts	
<i>Heidi Gidion</i>	
<b>Trauerphasen – ein Wissen um heilende Kraft</b> .....	20
<i>Brigitte Dorst</i>	
<b>Kollektive Trauer – die Suche nach Bewältigungsformen und neuen Ritualen</b> .....	31
<i>Wolfgang Teichert</i>	
<b>Merlin und Viviane – ein Paar von heute</b> .....	44
<i>Ang Lee Seifert</i>	
<b>Ali Baba holt die Nixe aus dem Teich und schenkt sie dem Teufel mit den drei goldenen Haaren</b> .....	55
<i>Luise Reddemann</i>	
<b>»Ich hatte viel Bekümmernis« oder Trost durch Musik</b> .....	66
<i>Linda Briendl</i>	
<b>Inspiration – der schöpferische Lebensatem</b> .....	77
<i>Günter Langwieler</i>	
<b>Ratloses Ich und weises Unbewusstes?</b> .....	89
Zum Wechselspiel von bewussten und unbewussten Prozessen	
<i>Marianne Meister-Notter</i>	
<b>Träume – Faszination und Bedeutung</b> .....	102
Verena Kasts Interpretation der beiden Traumtheorien Jungs – und deren praktische Anwendung	

<i>Detlev von Uslar</i>	
<b>Traum und Zeit</b> .....	114
Eine Traumserie	
<i>Elisabeth Grözinger</i>	
<b>Identität und Individuation zu Beginn des 21. Jahrhunderts:</b>	
<b>Verena Kasts Buch <i>Trotz allem Ich</i></b> .....	126
<i>Renate Daniel</i>	
<b>Abschied von der Opferrolle</b> .....	137
<i>Manfred Cierpka / Astrid Cierpka</i>	
<b>Frühe Elternschaft als Herausforderung und Chance</b> .....	148
<i>John Hill</i>	
<b>Der träumende Geist</b> .....	157
Annäherung an eine spielerische Art zu leben	
<i>Daniel Hell</i>	
<b>Langeweile – ein verdrängtes Problem</b> .....	171
<i>Gertrude Deninger-Polzer</i>	
<b>Der Buddha als Therapeut in Gleichnissen des Lotos-Sutra</b> ...	181
<i>Jan Wiener</i>	
<b>Verena Kast: ein Pioniergeist</b> .....	189
<i>Theodor Seifert</i>	
<b>»Wisse die Wege« – »Weites Wandern«</b> .....	211
Ein Brief der Freundschaft	
<i>Margit Wegener</i>	
<b>Auf Fotosafari mit Verena</b> .....	222
<b>Nachwort von Ingrid Riedel</b> .....	233
<b>Anhang</b> .....	246
Zitatnachweis .....	246
Bildnachweis .....	246
Kurzbiografien .....	246

## Vorwort

Verena Kasts Psychologie ist geprägt von profunder therapeutischer Erfahrung und einer Leidenschaft für alles Schöpferische – und sie vermag zu inspirieren! Dies zeigt sich in den Beiträgen aus ihrem Freundes- und Kolleginnenkreis, die in diesem Buch zu ihrem 70. Geburtstag versammelt sind und die verdeutlichen, was heute in Psychologie und Psychotherapie an »schöpferischen Sprüngen« zur Wandlung und Heilung des Menschen möglich ist.

Die meisten der Autoren und Autorinnen gehen in ihren Beiträgen von einer der zahlreichen Veröffentlichungen Verena Kasts aus, der sie besondere Anregung verdanken. Dabei ist gerade Kasts psychologische Erkundung der Emotionen – von Vorfreude und Hoffnung bis hin zum Trauern – immer wieder auf besonderes Interesse gestoßen.

Verena Kasts psychologischer Entwurf – ein gelungener Wurf – ist eine tiefenpsychologische Erforschung der Emotionen, ihrer zentralen Bedeutung für den seelischen Haushalt, für das Erleben von Identität und Selbstwirksamkeit. Emotionen erweisen sich als die eigentlich effizienten Faktoren, die die Wendepunkte einer Therapie zur Heilung hin auslösen und bewirken.

Dabei wüsste ich keines unter Kasts Büchern über Emotionen – gerade auch unter denen über die unangenehmen Gefühle wie Angst, Neid und Eifersucht –, das nicht auch deren zwischenmenschliche, sozialpsychologische Funktion betonte und erschlüsse.

Ihre Kompetenz bezieht sich nicht nur auf die Kunst des Heilens, sondern auch auf die Kunst des Lebens. Davon zeugen Themen wie »Abschied von der Opferrolle«, »Wenn wir uns versöhnen« und – dies der Titel einer ihrer letzten Veröffentlichungen – »Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben«.

Verena Kast fußt auf der Psychologie C. G. Jungs, die sie durch nachdrückliche Akzentuierungen – z.B. durch die Neuerschließung von dessen Komplextheorie (bis in die Arbeit mit Träumen hinein) – und durch nachhaltige Interpretationen aktualisiert,

immer im Dialog mit den psychologischen, den neurowissenschaftlichen, aber auch den kultur- und geisteswissenschaftlichen Entwicklungen unserer Zeit. Dadurch konnte sie etliche der Ansätze und Konzepte Jungs – von dessen frühem Assoziationsexperiment bis zur Aktiven Imagination, von der Archetypenlehre bis zum Selbstkonzept – konkretisieren und therapeutisch handhabbar und umsetzbar machen. So hat sie zu einem neuen Stellenwert der Jung'schen Psychologie in der psychologischen und geistigen Öffentlichkeit heute Unschätzbare beigetragen.

Ihr genuin eigener Forschungs- und Praxisansatz bleibt dabei der über die Psychologie und Psychotherapie der Emotionen. Mit einer Habilitationsschrift über Trauern begann sie, und für die heilenden Kraft eines emotional erzählten Lebensrückblicks tritt sie in ihrer bisher letzten Publikation ein.

Mit den vielfältigen Anregungen, Denkanstößen und Ideen, wie sie die Autoren und Autorinnen dieses Buches in ihren Beiträgen geben, möchte ich dazu einladen, auch selbst in diesen Dialog mit Verena Kast einzutreten und ihn weiterzuführen.

Lassen wir uns von Verena Kast inspirieren, nicht nur in der Kunst des Therapierens, sondern vor allem auch in der Kunst des Lebens!

*Konstanz, im Oktober 2012*

*Ingrid Riedel*

## »Kreativität ist die Antwort des Menschen auf das Sterbenmüssen« (V. Kast)

Das Todesthema im Werk von Verena Kast

Das Todesthema begleitet Verena Kast bereits lange durch ihr privates und berufliches Leben. Wenn sie das »Extremerlebnis von Tod« anlässlich eines geliebten Menschen beschreibt (Kast 1982, S. 8), weiß sie nicht nur aus ihren Forschungsarbeiten genau, wovon sie spricht. Dass Kreativität die »Antwort auf das Sterbenmüssen« sein kann (Kast 2003, S. 9), hat sie selbst erfahren, und freigiebig reicht sie diese Erkenntnis an ihre PatientInnen und SchülerInnen weiter.

Verena Kasts doppelte Herangehensweise, quasi von innen und von außen, an alle Themen, über die sie schreibt, macht wohl die Einzigartigkeit des Gesamtwerks aus, das sich genau im für jungianische PsychologInnen so wichtigen »Dazwischen« befindet, in diesem Fall im Zwischenbereich von Fachliteratur und Schriften für am Seelischen Interessierte im Allgemeinen, und das für beide Gruppen gleichermaßen nützlich und faszinierend ist.

Der Themenkreis um die menschliche Sterblichkeit durchzieht die Bücher, Vorträge und Seminare Verena Kasts wohl mehr als bei allen anderen deutschsprachigen PsychotherapeutInnen von Rang. Ihre diesbezügliche Bekanntheit für ein über die engere fachliche Community hinausgehende psychologisch orientierte Öffentlichkeit begann mit der Buchform ihrer Habilitationsschrift *Trauern* (1982) und findet einen vorläufigen Kulminationspunkt in dem jüngsten Aufsatz *Abschiedlich Existieren* (2012a) anlässlich eines Palliativkongresses in München. Vor allem letztgenannter Begriff begleitet sie seit ihrer Arbeit über das Trauern durch ihre gesamte Schaffenszeit.

Ich werde im Folgenden diese beiden Schwerpunkte, Trauer und Abschiedlichkeit, näher betrachten und diejenigen weiteren Grundkonzepte streifen, die sich direkt in Auseinandersetzung mit dem Todesthema entwickelten. Dazwischen steht ein therapeutisches und publizistisches Werk, in dem fast wie eine stete Hintergrundmelodie das Todesthema durchscheint, mal mehr, mal weniger explizit, bei aufmerksamer Betrachtung aber nahezu immer erkennbar.

»Kreativität ist, allgemein ausgedrückt, die Befähigung von Lebewesen, insbesondere natürlich des Menschen, in Reaktion auf Gegebenheiten neue, ungewöhnliche und originelle Lösungen oder Einfälle zu entwickeln und produktiv zu nutzen«, so der Psychoanalytiker Thomas Reinert (2012, S. 125) in einem aktuellen Aufsatz. Verena Kast würde dieser Definition wohl zustimmen, und genau diese Nutzung ungewöhnlicher und origineller Einfälle und Lösungen begegnet uns beständig in ihrem Schreiben und Sprechen – Eigenschaften von unschätzbarem Wert beim Aufenthalt im Umkreis des Todes. Die profunde, vielleicht einzigartige Kenntnis des Werkes von C. G. Jung und vor allem die in ihm mehr oder weniger gut »versteckte« Thanatologie erfährt ebenfalls eine kreative Interpretation und Weiterentwicklung.

Verena Kast ist eine Meisterin des Grenzanges zwischen Ratio und Seele. Ihr Kreativitätsbegriff enthält beides: logisch nachvollziehbare Definition und immer wieder den Hinweis auf das unmittelbar auf die Seele Wirkende, sich dem vernünftigen Zugriff Entziehende. Auch der Tod ist mit Verstandesmitteln im Letzen nicht ergündbar. Allerdings besteht die nachvollziehbare These, dass auch »alle Kultur ihr Zentrum im Problem der Sterblichkeit hat« (Assmann 2000, S. 49). Dieses Faktum nutzt Verena Kast, und so nähert sie sich dem Unnennbaren auch mit Hilfe kultureller Methoden wie der Traumdeutung, der Interpretation von Mythen, Märchen und schließlich der Kunst, so etwa in dem von ihr 2003 herausgegebenen Gedichtband *Diese vorüberrauschende blaue einzige Welt* mit dem Untertitel *Gedichte zu Lebensfreude und Endlichkeit*.

Ohne sich in unselige Verwirrungen des Kreativitäts- und Kunstbegriffes zu verlieren, erinnern Kasts Herangehensweisen hier auch an Schopenhauers: »Wie anders könnte das leidende Individuum seine Existenz ertragen als durch die Kunst?« (in *Die Welt als Wille und Vorstellung*, 3. Buch). Und Verena Kast ermutigt zu beidem: zur kontemplativen Betrachtung der Kunst genauso wie zur Entwicklung der eigenen Kreativität, etwa wenn sie im Vorwort von C. S. Lewis' Darstellung der eigenen Trauer (Kast 2009b) die LeserInnen behutsam inspiriert, eventuell auch selbst den eigenen Trauerprozess zu verschriftlichen.

Wie nun aber beschreibt Verena Kast diesen eigentümlichen Vorgang der Trauer?

Zunächst bekannt geworden ist ihre Beschreibung des Trauerprozesses in vier Phasen, wie sie sie in ihrem Buch *Trauern* (1982) vorgenommen hat: Es sind die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens, die Phase der aufbrechenden Emotionen, die Phase des Suchens und Sich-Trennens sowie schließlich die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs (Kast 1982, S. 57–78). Diese Phasen sind dabei – und dies entspricht modernster Trauerforschung – nicht als starr ablaufende Zeiträume konzipiert, sondern verlaufen höchst individuell in einem dem Trauernden eigentümlichen »Mischungsverhältnis«. Abgeleitet werden sie von Verena Kast aus einer Traumserie (Kast 1982, S. 23–56), angereichert mit weiteren Einzelträumen. In einem dritten Schritt setzt sie das Gefundene mit in der Literatur Bekanntem in Bezug. Wenn auch nicht explizit von ihr so genannt, so erinnert dieses Vorgehen doch an die »tiefenhermeneutische Methode«, wie sie von Lorenzer et al. (z.B. 1977) angeregt und von Leithäuser und Volmerg (z.B. 1988) weiterentwickelt wurde. Als Ausgangspunkt berichtete PatientInnenträume zu nutzen, macht *Trauern* allerdings zu etwas Besonderem: Es könnte auch als das erste Buch der Autorin über das Thema »Träume« gesehen werden. Schon C. G. Jung selbst berichtet Träume im Zusammenhang mit dem Tod etwa seiner Frau oder eigener Todesnähe (Jung 1962/2011). Diese Tradition wird von M. L. von Franz in ihrem Buch *Traum und Tod* (1984) und nun auch von Verena Kast weitergeführt.