

J; 3\*1  
JS3.3T

Kay Hoffman

# Orakel Anima

Westliche Erkenntnisse der Tiefenpsychologie  
und die östliche Weisheit im Orakelbuch des Yijing

**BACOPA VERLAG**

# INHALT

## Vorwort

Begegnung in Gumae .....	11
Mein persönlicher Werdegang .....	16
Wie dieses Buch zu lesen ist .....	23

## Einleitung .....

27

Das metaphysische Bedürfnis .....	29
Kern-Aussagen über das Anima-Orakel .....	34
Wenn die Seele sich zum Rätsel wird .....	43
Landschaften des Phantastischen .....	52
Archaisches Glück, kultiviertes Glück .....	62
Die Seele und ihre Zeit, ihr Raum .....	72
Die Ghiffrensprache des Orakels .....	80
Naturelemente und Ursymbole .....	86
Das Orakel als ein Kosmos in sich .....	99

## Die Orakelzeichen .....

121

1 Jetzt .....	125
2 Darauf antworten .....	126
3 Irgendwie anfangen .....	127
4 Aus allem lernen .....	128
5 Warten können .....	129
6 Konflikte umgehen .....	130
7 Sich sammeln .....	132
8 Sich einig werden .....	134
9 Kleine Schritte machen .....	135
10 Sachte auftreten .....	137
11 Aus der Mitte leben .....	138
12 Die Unterbrechung nutzen .....	140
13 In den Kreis treten .....	141
14 Glück haben .....	142
15 Sich bescheiden .....	143

## INHALT

16 Etwas bewegen.....	144
17 Über sich selbst hinauswachsen.....	146
18 Ganz neu ansetzen.....	148
19 Den Frühling spüren.....	150
20 Das Leben betrachten.....	151
21 Probleme anpacken.....	153
22 In Schönheit wandeln.....	155
23 Sich ergeben.....	156
24 Eine Ehrenrunde drehen.....	157
25 Sich nichts dabei denken.....	158
26 Die Kräfte kanalisieren.....	160
27 Geschmack entwickeln.....	161
28 Nerven behalten.....	163
29 Tiefe Wasser überqueren.....	165
30 Feuer und Flamme sein.....	167
31 Dem Zaubergesang lauschen.....	169
32 Sich durchsetzen.....	170
33 Es sein lassen.....	172
34 Den Weg bahnen.....	174
35 Nachhaltig fortschreiten.....	175
36 Sich zurückhalten.....	176
37 Stellung beziehen.....	177
38 Verhandeln.....	178
39 Widerstände wertschätzen.....	179
40 Die Freiheit wollen.....	180
41 Das Wünschen üben.....	181
42 Dem Glück auf die Sprünge helfen.....	183
43 Raum schaffen für Neues.....	184
44 Entgegenkommen.....	185
45 In Ordnung kommen.....	186
46 Sich emporarbeiten.....	187
47 Durststrecken überwinden.....	188

## INHALT

48 Zur Quelle finden.....	189
49 Aussteigen.....	190
50 Bereit sein.....	191
51 Heilsame Erschütterung.....	192
52 Die Dauer ausdehnen.....	193
53 Allmählich garen.....	195
54 Sich eine Chance geben.....	196
55 Die Balance halten.....	198
56 Unentwegt unterwegs.....	199
57 Wechselseitige Beeinflussung.....	200
58 Gemeinsam träumen.....	202
59 Begrenzungen auflösen.....	203
60 Einen Rahmen setzen.....	204
61 Sich berühren lassen.....	205
62 Die Achtung bewahren.....	206
63 Nach der Vollendung.....	208
64 Vor der Vollendung.....	210
Nachwort	
Beinahe ist nicht nahe genug - Alles ist vorläufige Annäherung.....	212
Glossar.....	215
Literaturangaben.....	232
Kontaktadressen.....	233