

Anita Johnston

*Die Frau,
die im Mondlicht aß*

Die uralte Weisheit
von Märchen und Mythen hilft Frauen,
Eßstörungen zu überwinden

Aus dem Englischen
von Annette Charpentier

Scherz

Inhalt

Vorwort	9
1 Weibliche Kraft <i>Die Ursache des Hungers.</i>	15
2 Der vergrabene Mond <i>Die Wiederentdeckung des Weiblichen.</i>	19
3 Selbstüberprüfung	28
4 Ablenkungsmanöver <i>Um Essen geht es nicht.</i>	35
5 Süchtig nach Essen	43
6 Hunger als Metapher.	53
7 Gefühle <i>Geschenke des Herzens.</i>	60
8 Beziehungen <i>Die Wahrheit singen.</i>	73
9 Macht <i>Herrschaft oder Einfluß.</i>	79
10 Die Mutter als Archetyp.	89
11 Intuition <i>Inneres Sehen, Hören, Wissen.</i>	95
12 Traumzeit <i>Die Reise nach innen.</i>	106

13	Mondzeit <i>Die Weisheit des eigenen Körpers zurückgewinnen.</i>	120
14	Sexualität <i>Die Weiblichkeit akzeptieren.</i>	129
15	Der Abstieg <i>Die Begegnung mit den Schatten.</i>	141
16	Selbstbewußtsein <i>Die Wahrheit sagen.</i>	148
17	Nahrung <i>...für Körper und Seele.</i>	165
18	Das Tagebuch <i>Die Wahrheit aufzeichnen.</i>	178
19	Heilung <i>Der Rückweg aus dem Labyrinth.</i>	185
20	Drei Frauen erzählen ihre Geschichte.	196
	Weiterführende Literatur.	223