

---

## Sonder-Newsletter – Januar 2023

---

Liebe Kolleginnen und Kollegen, liebe Mitglieder der igt, Freunde und Interessierte,

wir schreiben Ihnen heute aus einem freudigen Anlass: Dieser Tage hat die Ehrenpräsidentin und frühere langjährige Vorsitzende der igt, Prof. Dr. Verena Kast, ihren 80. Geburtstag gefeiert. Wir gratulieren Prof. Dr. Verena Kast ganz herzlich und wünschen ihr das Allerbeste für ihren weiteren Weg! Wir sind sehr dankbar, dass sie nach wie vor an unseren Tagungen aktiv mitwirkt und auch immer bereit ist, uns zuzuhören und zu unterstützen, wenn wir mit schwerwiegenden Fragen oder Anliegen an sie herantreten.

Hier die Würdigung, die Dr. Konstantin Rößler, der derzeitige Vorsitzende der igt, zu ihrem Geburtstag verfasst hat:



### Verena Kast zum 80. Geburtstag

Dass Verena Kast in diesem Jahr ihren 80. Geburtstag feiert, erstaunt auf zweierlei Art. Zum einen: erlebt man sie bei einem Vortrag auf der Bühne, in den Medien oder in einer persönlichen Begegnung, sind ihr diese Jahre nicht unbedingt anzumerken. Da spricht eine vitale Frau voller Energie, lacht, wird ernst, entfaltet neue Ideen, knüpft an bekannte an und entwickelt sie weiter. Zum anderen: gefühlt war sie für viele der heute psychotherapeutisch Tätigen „schon immer“ da. Ihre Bücher und ihre Vorträge wurden zu Begleitern gleich mehrerer Generationen. Fast scheint es da überraschend, dass auch sie der Zeit unterworfen sein soll und Geburtstage feiert.

Ein solches Lebenswerk hat seine Wurzeln. Die ihren liegen in einem Bauernhof im Appenzeller Land ihrer Kindheit, unmittelbar oberhalb des Bodensees. In einem

Interview aus dem Jahr 2022 „Was ich noch zu sagen hätte - Spurensuche“ schildert sie die Welt eines geschäftigen Landlebens um sie herum, das der Jüngsten in der Familie die Freiheit ließ, Bücher zu verschlingen, bis die ganze Dorf- und Pfarrbücherei durchgelesen war. Dort gab es den Freiraum, mit den Puppen in der Scheune Schulunterricht zu spielen und Gruppensitzungen abzuhalten und - auch wenn klare Regeln und Beschränkungen existierten - den ganz eigenen Neigungen nachzugehen. Da erschien es im ersten Schritt nur folgerichtig, Lehrerin zu werden, doch es stellte sich bald ein Wunsch nach neuer Selbstentfaltung ein. Dass ein „Kind vom Land“ und dazu noch eine Frau Psychologie, Philosophie und Germanistik studierte, war auch in der Schweiz Anfang der 60er Jahre noch eine Ausnahme, die Beachtung fand. Gerade diese Erfahrung hat sicherlich die prägende Sensibilität für diejenigen geschärft, die nicht dem Mainstream angehören, und das Herz geöffnet für alle, die Unterstützung brauchen und verdienen. Nachwuchsförderung gehört zu ihrem Repertoire.

Der Erfolg der weiteren akademischen Karriere, die bis hin zu einer Professur in Psychologie an der Universität Zürich führte, lag - neben der Begabung - sicher auch darin, an den entscheidenden Wendepunkten eben gerade nicht dem Karrieregedanken zu folgen, sondern den eigenen Neigungen. Es ist die tief verwurzelte Erfahrung, dass das, womit man innerlich verbunden ist, weiter führt als das Denken in Erfolgskategorien. Aus diesem Geist heraus entstand in der Mitte ihres Lebens mit „Trauern“ der erste große Bucherfolg, ein Longseller, der in zahlreichen Auflagen auch noch vierzig Jahre nach seiner Erstveröffentlichung als Grundlagenwerk für den Umgang mit Trauerprozessen gilt. Dem ersten sollten noch an die einhundert weitere Bücher und Veröffentlichungen folgen, die man wie bei einem guten Wein nach Jahrgängen abzählen kann, mindestens zwei pro Jahr. Das war neben einer persönlichen Gabe an Energie und Disziplin der Tatsache zu verdanken, dass die Autorin Verena Kast auch hier ihrer Wurzel treu blieb, sich die notwendigen Freiräume fürs Schreiben regelmäßig zu schaffen. Es folgten Übersetzungen in zahlreiche europäische Sprachen, ebenso ins Chinesische und Japanische, die sie weltweit bekannt gemacht haben. Der rote Faden, der ihr Werk und ihr Wirken durchzieht, scheint dabei aus drei Strängen gesponnen. Der erste: Schreiben aus persönlichem Erleben heraus, aber ohne Betroffenheit. Schon die Motivation, „Trauern“ zu verfassen, entspringt eigener Erfahrung, bettet diese jedoch in einen kollektiven Kontext ein,

macht sie therapeutisch zugänglich und weist Wege auf, wie individuelle Entwicklung im Trauern möglich werden kann. Der zweite: Lebendiges Leben erwächst aus dem Bewusstsein der Sterblichkeit. Eine Haltung des memento mori durchdringt ihr Schreiben und verdichtet sich in solchen Formulierungen wie „ins Leben hinein sterben“. Der dritte: Die Aufgabe, Emotion und Verstand versöhnen. So kommt nicht nur der Beschäftigung mit Träumen, Imaginationen, Märchen und Mythen eine zentrale Stelle in ihrem Werk zu. Als Emotionsforscherin versteht sie es, unseren wissenschaftlichen Stand zu Emotionen mit dem Erleben selbst zu verknüpfen und beides zusammen für die Psychotherapie praktisch nutzbar zu machen.

Das alles geschieht in einer verständlichen, freundlichen, manchmal nüchternen, manchmal warmherzigen Sprache. Einer Sprache, der es gelingt, eine Balance zu halten, wissenschaftlich untermauert, aber nie abgehoben, nahe am Erleben, doch mit der notwendigen inneren Distanz, darauf schauend, nicht darin steckend. Gerade mit dieser Sprache ist es ihr gelungen, nicht nur die therapeutisch tätigen, sondern auch viele andere interessierte Menschen zu erreichen, die sich mit diesen Themen auseinandersetzen wollen. So ist zuallererst keine exklusive Fachliteratur entstanden, sondern inklusive Psychologie, mitunter Lebensphilosophie. Dabei ist es ihr gelungen, die Analytische Psychologie C.G. Jungs für die Generationen nach ihm zu erschließen, sie anzuknüpfen an die jetzige Zeit und sie weiterzuentwickeln. Der rote Faden der Lehrerin zieht sich hindurch von den Puppen in der Scheune bis zu den Vortragssälen der großen Psychotherapiekongresse und den Listen mit ihren Büchern.

Scheint das schon genug für ein erfülltes Leben, bildet es doch nur einen Teil von Verena Kasts Wirken ab. In jahrzehntelanger Arbeit in den Vorständen und als Vorsitzende der Lindauer Psychotherapiewochen, der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie, in der IAAP und im C.G. Jung-Institut Zürich, aber auch als Lehranalytikerin, Supervisorin und Therapeutin schuf sie einen breiten Wirkungskreis. Sie hat dabei kollektiv wie individuell Räume hergestellt, die der Entwicklung, dem Wissen, der Erkenntnis und der Erfahrung dienen. Ein Grund mehr zu staunen, dass diese Lebensleistung in 80 Jahre passen soll.

Doch wäre ein Lebensrückblick im Fall von Verena Kast unvollständig, enthielte er keinen Ausblick auf die Zukunft. Denn die Perspektive auf das, was kommt, ist bei ihr immer enthalten. Ihr Abschiedsvortrag bei den Lindauer Psychotherapiewochen am 19. April 2022 trägt den Titel „Kreativ schrumpfen“. Er ist ein Plädoyer dafür, niemals stehen zu bleiben, auch nicht im Alter, sondern auch diese Lebensaufgabe anzunehmen als eine, die von Kreativität erfüllt sein kann, von Überraschungen und vom Neuen. Lassen wir uns also überraschen, von dem, was noch kommt.

Liebe Verena, herzlichen Glückwunsch zum 80. Geburtstag und vielen Dank – für alles!

*Dr. Konstantin Rößler*

\*\*\*\*\*

Wir werden das Symposium „Atempause“ im Winter 2024 Prof. Dr. Verena Kast widmen, als Geschenk der igt. Erste Informationen dazu folgen in unserem nächsten, regulären Newsletter, den wir Ende Februar / Anfang März versenden wollen. Darin werden wir Sie auch über das Thema unserer Herbsttagung 2023 informieren. Bis dahin grüßen wir Sie alle in herzlicher Verbundenheit!

Der Vorstand

Dr. Konstantin Rößler – Gideon Horowitz – Margarete Leibig