

Inhalt

Einleitung	9
-------------------------	----------

Erster Teil

Verzeihen als Weg der Befreiung	15
--	-----------

1. Kapitel

Wer bin ich?	17
Die Bedeutung des Bewusstseins	18
Die Konfrontation mit dem Tod	20
Die Spiele des Ego	22
Das Ende der Täuschungen	24
Gesellschaftliche Auswirkungen	25
Die Problematik der Polarität	26
Die zwei Aspekte der Wirklichkeit	29

2. Kapitel

Die Phasen der geistigen Aussöhnung	32
Verantwortlichkeit	34
Offenheit	36
Verzeihen	37
Der Sinn des Leidens	43
Das Ende der Schuld	46
Akzeptanz und Dankbarkeit	50
Die fünf Dinge, die Sterbende bedauern	52

3. Kapitel

Die Visionen der Sterbenden	55
Wissenschaftliche Forschungen	56
Das Erleben der Sterbenden	59
Die Begegnung mit jenseitigen Wesen	62
Sterbebettvisionen in der Sterbebegleitung	63
Phänomene in Todesnähe	66

4. Kapitel

Empathische Todeserlebnisse	68
Außerkörperlichkeit	70
Veränderte Raumwahrnehmung	71
Begegnung mit dem Licht	73
Das Miterleben der Lebensrückschau	76
Weitere Aspekte	78

Zweiter Teil

Das Phänomen der Nachtodkontakte	81
---	----

1. Kapitel

Was sind Nachtodkontakte?	83
Die Häufigkeit von Nachtodkontakten	84

2. Kapitel

Die unterschiedlichen Formen der Nachtodkontakte ...	88
Der Augenblick des Todes	89
Das Gefühl von Gegenwart	95
Wie Kontakte mit Verstorbenen zustande kommen ...	99
Unerwartete Geruchsphänomene	103
Geruchsphänomene während des Sterbens	106

Körperliche Berührungen	107
Visuelle Erscheinungen von Verstorbenen	112
Vollständige Erscheinungen	113
Partielle Erscheinungen	118
Akustische Wahrnehmungen	122
Begegnungen mit Verstorbenen in Träumen	124
Erlebnisse zwischen Wachen und Schlafen	127
Grenzüberschreitung und Transzendenz	130
Symbolische Nachtodkontakte	133
Naturphänomene	134
Synchronizität	139
Elektrizität	141
Telefonische Kontakte	144
Physikalische Phänomene	146
Schutz und Warnung	150
Erdgebundene Seelen	152
Gründe für Erdgebundenheit	154

3. Kapitel

Suizid als Seelenentscheid	157
Nachtodkontakte nach einem Suizid	159
Keine Seele geht verloren	162
Zuspruch und Trost aus dem Jenseits	165

4. Kapitel

Die Bitte um Vergebung	169
Die Bedeutung der Lebensrückschau	170
Die Bitte um Vergebung	171

5. Kapitel

Wiederbegegnungen mit verstorbenen Kindern	176
Kinder melden sich aus dem Jenseits	178

6. Kapitel

Nachtodkontakte in der Psychotherapie	182
Neue Wege zur Heilung der Trauer	183
Aussöhnung mit Verstorbenen	185
Vergebung suchen	188
Vergebung seitens der Verstorbenen	190
Induzierte Nachtodkontakte bei Kriegsveteranen	192

7. Kapitel

Bedeutung der Nachtodkontakte für unser Leben	196
--	-----

8. Kapitel

Vergebung in medialen Sitzungen	200
--	-----

Resümee	207
----------------------	-----

Anhang	210
---------------------	-----

Einstimmung auf den Kontakt mit einem Verstorbenen	210
Verzeihen	213
Wie finde ich mein höheres Selbst	216

Dank	218
-------------------	-----

Kontakt	218
----------------------	-----

Anmerkungen	219
--------------------------	-----

Literatur	222
------------------------	-----