

Inhalt

| | |
|--|----------|
| Einleitung zur Neuauflage | 9 |
| Hinübergehen | 9 |
| Was ist gutes Sterben? | 12 |
| 1. Was geschieht im Sterbeprozess? – Eine These . . . | 23 |
| 2. Davor – Hindurch – Danach: drei Stadien von Übergang, dreierlei Erfahrungen von Würde | 29 |
| 2.1 Gesetzmäßigkeiten von Wandlung | 29 |
| 2.2 Davor (vor einer inneren Bewusstseins- schwelle) – zur Würde im Davor | 32 |
| 2.3 Hindurch (über die Schwelle) – Zur Würde im Hindurch | 40 |
| 2.4 Danach (nach der inneren Bewusstseins- schwelle) – zur Würde im Danach | 49 |
| 2.5 Total Serenity als Gegenqualität zu Total Pain | 53 |
| 2.6 Erleben <i>alle</i> Sterbenden einen letzten Frieden? | 54 |
| 3. Was ist Urangst? | |
| »Das Ich stirbt in ein ›Du‹ hinein« | 57 |
| 3.1 Der Urangst im Sterben auf der Spur | 57 |

| | | |
|-----|--|-----|
| 3.2 | Wem gilt unsere Angst? Bilder von Angst . . . | 62 |
| 3.3 | Angst ist an ein Ich gebunden, außerhalb des Ichs gibt es keine Angst. | 68 |
| 3.4 | Sterbeprozesse haben eine Richtung: durch Urangst hindurch in eine (spirituelle) Öffnung | 70 |
| 3.5 | Auch Prägung muss sterben | 74 |
| 4. | Anderes Hören: akustische und schwingungsmäßige Sensibilität Sterbender | 77 |
| 5. | Symbolsprache: häufige Metaphern Sterbender. | 87 |
| 5.1 | Sterbende erleben nicht logisch, sondern ana-logisch | 87 |
| 5.2 | Häufige Symbole im Davor, Hindurch, Danach | 90 |
| 6. | Was hindert, was fördert das Sterben-Können? Faktoren des Übergangs | 101 |
| 6.1 | Angst | 101 |
| 6.2 | Kampf – eine Zumutung und Auszeichnung | 104 |
| 6.3 | Vom Sich-Aufbäumen zur Einwilligung | 114 |
| 6.4 | Familiäre Bereinigungen, Abschiede, Versöhnungen | 118 |
| 6.5 | Reifung | 123 |

| | | |
|-----|--|------------|
| 6.6 | Auch Sterbebegleitung bleibt bisweilen auf der Strecke | 128 |
| 7. | Würdiges Sterben: | |
| | Folgerungen für die Sterbebegleitung | 131 |
| 7.1 | Überblick: Sterben und Wahrnehmungsverschiebung | 131 |
| 7.2 | Abschied von dieser Welt und ihren Schönheiten | 133 |
| 7.3 | Indikationsorientierte Sterbebegleitung und Palliativmedizin | 136 |
| 7.4 | »So sterben möchte ich nie« – Antworten gegen unsere Angst | 138 |
| 7.5 | Für ein würdiges Sterben – Menschenwürde auch im Leiden | 141 |
| 7.6 | Politische Debatte: Was steht auf dem Spiel? | 146 |
| 7.7 | Die Frage nach dem Geheimnis und den letzten Dingen. | 151 |
| | Anhang und Darstellungen | 157 |
| | Arbeitsweise und Forschung mit 680 Sterbenden | 157 |
| | Forschung und Methode: Dying is a transition | 157 |
| | Literaturverzeichnis | 167 |
| | Wichtige Sachbegriffe | 173 |