

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8	16. Ich bin Last	48	5
Dank	16	17. Herzensspuren	50	
		18. Alte Grenzen sprengen	52	
Texte und Zeichnungen	17	19. Zur Innen-Sicht	54	
1. Ich weiß gar nichts!	18	20. Mein Leben will ein JA von mir!	56	
2. Die Glut der Hoffnung	20	21. Ziehe deine Schuhe aus	58	
3. Wellenreiter	22	22. Bedrückt – belastet	60	
4. Eine Art Licht	24	23. Wüsten-Tag, Licht-Tag	62	
5. Schritte – in die Mitte zu wagen	26	24. Neu aufbrechen	64	
6. Wer bin ich denn?	28	25. Die Kraft des Miteinanders	66	
7. Ein Brett vor dem Kopf!	30	26. Wie schaue ich die Dinge und die Menschen an?	68	
8. Last oder Wegweiser	32	27. Entstellt, dunkel, leer, hirnlos	70	
9. Im Sturm umarmt	34	28. Sich fallen lassen – und neu weitergehen	72	
10. Ich möchte es wissen...	36	29. Der Klotz fällt mir auf den Kopf	74	
11. Aufstehen – trotz Bedrohung	38	30. Klein machen – oder stärken	76	
12. Bedroht, eingebettet, getragen	40	31. Der Demenz-Wurm	78	
13. Wohin geht er – unser, mein Weg?	42	32. Und jetzt auch noch mein Herz!	80	
14. Du Geist-Kraft Gottes	44	33. Mein Herz: verkrustet, verkalkt, verstopft	82	
15. Der Wolke entgegen	46	34. Sonnenlicht	84	

69. Ein Chaos der Fragen – ein Chaos meiner eigenen Baustelle	154	84. Meine Demenz schleudert mich wie in einer Waschmaschine	186	7
70. Blumige Lebensgeschichte	156	85. Ein Bild das spricht	188	
71. Gesperrt, geschlossen – ihr seid Fremde	158			
72. Jahres-Anfang: aus dem Dschungel heraus zum Licht	160	Stimmen zum Buch	190	
73. Dunkle Unsicherheiten führen zum Absturz	162	Gedanken eines Arbeitgebers	190	
74. Alles steht auf dem Kopf	164	Gedanken einer Ehefrau – Ein leeres Buch	191	
75. Wer erwartet noch etwas von mir?	166			
76. Angst – meine Demenz verschlingt mein Person-Sein	170	Interview	193	
77. Ich bin im Gefängnis meiner Demenz	172	«Es ist schwierig, als Dementer in dieser Gesellschaft zu leben»	193	
78. Verlierer: «der Demenz widerstehen»	174			
79. Hört auf die echte Stimme!	176	Bildentstehungsgeschichten	200	
80. Wunder geschehen – wo Menschen trauen	178	Anhang	204	
81. Da bin ich – so ist es	180	Literatur-/Sachbuchverzeichnis (Auswahlliste)	204	
82. Meine Hirnzellen werden verschossen	182	Internet-Links	205	
83. Wie in einem Bergbach macht es in mir	184	Autor	207	
		Wanderausstellung	208	