

# Inhaltsverzeichnis

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

69. Ein Chaos der Fragen – ein Chaos meiner eigenen Baustelle	154	84. Meine Demenz schleudert mich wie in einer Waschmaschine	186
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	Interview	193
76. Angst – meine Demenz verschlingt mein Person-Sein	170	«Es ist schwierig, als Dementer in dieser Gesellschaft zu leben»	193
77. Ich bin im Gefängnis meiner Demenz	172		
78. Verlierer: «der Demenz widerstehen»	174	Bildentstehungsgeschichten	200
79. Hört auf die echte Stimme!	176	Anhang	204
80. Wunder geschehen – wo Menschen trauen	178	Literatur-/Sachbuchverzeichnis (Auswahlliste)	204
81. Da bin ich – so ist es	180	Internet-Links	205
82. Meine Hirnzellen werden verschlossen	182	Autor	207
83. Wie in einem Bergbach macht es in mir	184	Wanderausstellung	208