

Inhalt

Zu diesem Buch	9
----------------------	---

Das erste Geheimnis

<i>Memento mori: Der Tod gehört zum Leben</i>	17
-----------------------------------------------------	----

Bäuerin und Priester	21
Die ersten acht Jahre	24
Ein Neutrum	27
<i>Memento mori – erinnere dich daran, dass du sterben wirst</i> 31	
Verlorene Kindheit	34
Faszination Krankenhaus	38

Das zweite Geheimnis

<i>Innere Hindernisse überwinden</i>	43
--------------------------------------------	----

Auf dem Weg zu mir selbst	46
<i>Entzug und erste Erfahrungen auf der Intensivstation</i> 48 –	
<i>Entwicklungshilfe? 51 – Naturheilkunde und Alkoholklinik</i> 53 –	
<i>Heilsame Therapien 56 – Annäherung an die Großstadt 58 – Herzchirurgische Intensivstation 62</i>	
<i>Überwinde deine inneren Hindernisse 64</i>	
<i>Den Abschied leben 70</i>	

Das dritte Geheimnis	
<i>Das Sterben verstehen</i>	77
Auf der Suche nach der Seele	79
<i>Abkehr von Bhagwan</i> 81	
<i>Das Tibetische Totenbuch: Die fünf Sterbephasen</i> 84	
Der Tod meines Vaters	102
<i>Das größte Geschenk 104 – Unerklärliche Ereignisse 109 –</i>	
<i>Praxis Adarsha</i> 111	
<i>Ein gelungener Sterbeprozess</i> 113	
Das vierte Geheimnis	
<i>Über den Körper die Seele erreichen</i>	125
Der Schlüssel: Basale Stimulation	132
<i>Neu wahrnehmen lernen</i> 134	
<i>Ein Konzept der Menschenwürde</i> 138	
»Der größte menschliche Schmerz ist die soziale	
Isolation«	152
<i>Herzensdialoge</i> 154	
Das fünfte Geheimnis	
<i>Entwicklung hat keine Grenzen</i>	183
Folgenreiche Begegnungen	186
<i>Zum Abgewöhnen 189 – Eine neue geistige Heimat 191 –</i>	
<i>Gespräche mit Hirntoten 192</i>	
<i>Entwicklung ist möglich bis zum letzten Atemzug</i> 207	
EinfühlSAM begleiten	216
<i>Präsenz am Krankenbett 217 – Der Mund muss</i>	
<i>»kussfrisch« sein! 218 – Intimpflege und Sexualität 220 –</i>	
<i>Den Respekt wahren 223 – Für Ausgleich sorgen 224</i>	

Das sechste Geheimnis

Das Lassen lernen 227

Kreative Dunkelheit	230
Der Verein Lebens- und Sterbepraxis e. V.	233
<i>Der Segen des Dalai Lama 238 – Gegenwind und</i>	
<i>Neubeginn 241 – Schicksalhafte Fügung 243 – Seilschaften</i>	
<i>und Intrigen 246</i>	
<i>Loslassen können 250</i>	

Das siebte Geheimnis

Die Liebe finden 261

Neue Perspektiven	265
<i>Ein Angebot 268 – Tibet 270</i>	
<i>In sich die Liebe finden 272</i>	

Anhang

Dank	279
Gut zu wissen	281
<i>Packen Sie ein Sterbeköfferchen! 281 – Erstellen Sie eine</i>	
<i>Patientenverfügung 281 – Das richtige Bestattungsunter-</i>	
<i>nehmen finden 282 – Kurse in Basaler Stimulation, CDs,</i>	
<i>Fortbildung 283 – Informationen zum Hospizprojekt 284</i>	
<i>Die tibetische Bön-Tradition 285</i>	
Bibliografie	286
<i>Quellennachweis 286 – Buchtipps 286</i>	