

# Inhalt

<b>Einleitung .....</b>	<b>11</b>
<b>Grundlagen für eine seelsorgerisch-spirituelle Sterbebegleitung ..</b>	<b>15</b>
Voraussetzungen und Erfordernisse .....	15
Die Befähigung zur Sterbebegleitung .....	18
Angehörige als Begleiter .....	21
<b>Das Weltbild des Begleiters .....</b>	<b>25</b>
Leben und Sterben .....	25
Denken und Sterben .....	28
Schlaf, Sterben und der Tod .....	30
Zusammenfassung .....	31
<b>Der Mensch, sein Wesen und die Betrachtung seiner höheren Wesensteile .....</b>	<b>33</b>
Die Struktur des Menschen .....	35
Der physische Körper .....	35
Der Ätherkörper .....	36
Der Astral- oder Gefühlskörper .....	40
Der Denk- oder Mentalkörper .....	42
Seele und Geist (höheres Selbst) .....	44
Was ist nun der Mensch? .....	44
Die Elemente-Lehre – die Elemente und der Sterbeprozess .....	47
<b>Geburt und Sterben .....</b>	<b>52</b>
Die Bewusstseinserlebnisse bei der Geburt und beim Sterben .....	53
Gedanken zur Geburt .....	58
Vorgeburtliche Erfahrungen .....	58
Der Geburtsmoment .....	59
Der Sterbemoment .....	61

<b>Das Sterben vor dem Sterben .....</b>	<b>63</b>
Die Symbolsprache des Sterbenden .....	63
Der Atem und das geistige Herz im Sterbegeschehen .....	69
<b>Theoretischer und realistischer Sterbeverlauf .....</b>	<b>75</b>
Die medizinische Wahrnehmung des Sterbens .....	75
Anzeichen des nahenden Todes .....	77
Anzeichen wenige Stunden vor dem Tod .....	81
Zusammenfassung .....	82
Das Sterben zulassen – alles hat seine Zeit .....	83
Nach dem Tod – nach dem Übergang .....	84
Feststellung des Todes .....	84
Abschied nehmen .....	85
Die Zeit der Ruhe und des weiteren Abschieds .....	86
Zusammenfassung .....	88
<b>Die Sterbephasen aus spiritueller Sicht und die damit verbundenen Aufgaben .....</b>	<b>89</b>
Die erste Phase – das Erd-Element .....	94
Zusammenfassung der ersten Phase .....	99
Die zweite Phase – das Wasser-Element .....	100
Zusammenfassung der zweiten Sterbephase .....	106
Anmerkungen zur zweiten Sterbephase .....	108
Die dritte Sterbephase – das Feuer-Element .....	113
Erfahrungen des Sterbenden in der dritten Sterbephase .....	117
Mögliche Hilfsmittel für die dritte Sterbephase .....	118
Zusammenfassung der dritten Phase .....	119
Die vierte Sterbephase – das Luft-Element .....	120
Was geschieht im Sterbenden? .....	124
Was nimmt der Begleiter wahr? .....	124
Was wir noch tun können .....	127
Zusammenfassung .....	127
Die Fünfte Sterbephase – das Luft-Element geht in den Äther ein .....	129

Hilfen in der fünften Wandlungsphase .....	132
Die Sechste Wandlungsphase, nach dem Übergang – Farbe Weiß .....	134
Geistige Kontaktaufnahme für den Trauernden .....	136
Hilfe für den Trauernden .....	138
Zusammenfassung .....	139
Fazit und Ausblick .....	141
<b>Übersicht der „Hilfsmittel“ in der Sterbebegleitung – Gebete und meditative Übungen .....</b>	<b>143</b>
Düfte, Öle und Aromen in der Sterbebegleitung .....	146
Allgemeine Hilfsmittel .....	150
Ätherische Öle .....	151
Hilfsmittel in den sechs Sterbephasen .....	152
<b>Anhang .....</b>	<b>157</b>
Vorsorgeordner, den Angehörigen zuliebe .....	157
Literatur .....	159
Über den Autor .....	160