

Inhalt

Vorwort	5
Einführung	9
SICH DEN EIGENEN GEFÜHLEN STELLEN	11
Zeiten der Dunkelheit	17
„Eine Lunge, keine Angst!“	19
INTENSIV LEBEN	21
Das Leben wieder in die Hand nehmen	23
DEN EIGENEN STIL FINDEN	25
Erfrischend er selbst	27
LASTEN ABLEGEN	31
Schmerzen bekämpfen	31
Vorsorge treffen	32
Frieden schließen	35
Bleibende Schätze	39
Loslassen	41
PRIORITÄTEN SETZEN	45
Einige Anregungen	49
Anderen helfen zu helfen	50
DEN BLICK WEITEN	53
Zwei ganz verschiedene Reisen	54
Freude, eine Gabe des Geistes	57

SICH VOLL ENTFALTEN	59
Mit seinen Grenzen „ganz“ werden: heilig!	61
<i>Falsche Gottesbilder 62 – Glauben ist Vertrauen auf die Liebe 63</i>	
Beten	65
Anregungen	66
DEN TOD BEIM NAMEN NENNEN	71
Körperliche Veränderungen	72
Psychologische Aspekte und spirituelle Erfahrungen	74
Verbreitete Ängste 77	
<i>Werde ich wochen- oder monatelang bettlägerig und auf Hilfe angewiesen sein? 77 –</i>	
<i>Werde ich den Verstand verlieren? 77 –</i>	
<i>Werde ich große Schmerzen ertragen müssen? Werde ich womöglich ersticken? 78</i>	
DIE ZIELLINIE	81
Abschied	85

A n h a n g

A. Vorsorge: Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung	93
B. Ambulante und stationäre Hospiz- und Palliativbetreuung	100
C. Unterstützung durch ausländisches Betreuungspersonal	105
D. Das Sakrament der Krankensalbung in der katholischen Kirche	108
E. Krankenabendmahl und Krankensegnung in der evangelischen Kirche	112
F. Krankenabendmahl in der reformierten Kirche .	118