

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	5
Welche Gedanken treiben uns denn am Ende?	7
Wie schnell verblasst die Erinnerung?.....	11
Bestattungskultur lässt tief blicken.....	12
Nahtoderfahrungen –wie ist das genau?	13
Illusion – Magie?	21
Schreiben Sie sich die Angst von der Seele	22
Oder malen Sie doch einfach	22
Oder fotografieren Sie doch	23
Oder singen und musizieren Sie einfach.....	23
Der Tod gehört zum Leben – ganz normal.....	24
Warum sollten wir den Tod negativ sehen?.....	28
Die positiven Seiten des Sterbens	32
Gibt es ein Leben nach dem Tod?	35
Nein, gibt ´s nicht, haben wir nicht!	41
Wer hat Angst – vor was?	43
Psychotherapie und Entspannung	47
Einfluss persönlicher Lebensverhältnisse.....	50
Mit Spiritualität vom Diesseits ins Jenseits?.....	52
Versuchen Sie es mal mit Esoterik	53

Wie helfen Kirche und Glaube?.....	56
Meditation über den Tod?.....	58
Alternative Medizin	60
Schlusswort	61
Probleme sind ein Teil des Lebens	62