

DEEL 1

Liefdevolle natuurlijke zorg rondom het sterven

Heilzame kracht van de roos

Fases rondom het sterven

Voor de poort

- Van leven naar sterven 13
- Overgangen 13
- Palliatieve zorg 14
- Medische sedatie 15
- Aanvullende natuurlijke zorg 15

Onder de poort

- Het stervensproces 17
- Aarde 17
- Water 17
- Lucht 18
- Vuur 18
- Bewustzijn 19
- Overpeinzingen 20

Na de poort

- Afleggen 22
- Opbaren 24
- Waken 25

Liefdevolle zorg voor de stervende

Innerlijke houding

- Anker bieden 27
- Ruimte geven 27
- Afstemmen 28

Dierbare handen

- Warmte 30
- Water 31
- Planten 31
- Stoffen 31
- Geuren 32
- Mens als geheel 32
- Aanrakingen 33
- Mijmeringen over pijn, angst en onrust 34

Liefdevolle zorg voor de mensen die achterblijven

- Uitingen van verlies 39
- Ondersteuning 40
- Kinderen en jongeren 42
- Uitwendige therapie 42
- Wederzijds 43

Ervaringen 44

DEEL 2

Uit de natuur voor mensen: de praktijk

Handleiding natuurlijke uitwendige toepassingen

- Belangrijk bij het lezen 50
- Goud, wierook en mirre 52
- Dit kun je doen bij de dagelijkse verzorging 54
 - Kruiken maken 54
 - Wasbeurt 54
 - Oogverzorging 55
 - Mondverzorging 55
 - Handenverzorging 56
 - Voeten- en benenverzorging 56
 - Bij jeuk 57
- Dit kun je doen bij klachten en ongemak 58
 - Pijn 58
 - Angst 58
 - Onrust 59
 - Verwardheid 59
 - Misselijkheid 60
 - Krampen en winderigheid 60
 - Moeilijke stoelgang 61
 - Kortademigheid 61
 - Hoest 62
 - Urineweginfectie 62
 - Vocht in de buik (ascites) 63
 - Oedemen in de benen 63
 - Vocht achter de longen 63

- Koorts 64
- Intense kou 64
- Algehele zwakte 65
- Voor overgave 65

Tips uit de wikkelleuken

- Ter informatie 66
- Kompres met olie 68
- Kompres met zalf 69
- Kompres met bijenwas 70
- Kompres met honing 71
- Kompres/wikkel met kruidenthee 72
- Kompres met essence 74
- Kompres met kwark 76
- Kompres met koolblad 77
- Klysmas 78
- Inwrijving 79
- Voedingsbad voor nabestaanden 80

Producten en verkrijgbaarheid 82

- Informatie 84
- Over de auteur 86