

**Wer das Leben liebt,
lebt länger!**



HANS-DIRK REINARTZ
LEBENSLOTSE

FACHARZT FÜR ANÄSTHESIE
DIPLOM PALLIATIVMEDIZIN

Gut sterben = Besser leben

Total daneben! So ein Blödsinn!

- Ich habe Angst vor dem Sterben.
- Will mich damit nicht beschäftigen, sonst werde ich depressiv.
- Solange ich mich damit nicht beschäftige, betrifft es mich nicht.

Unser Problem: Angst vor dem Thema „Sterben und Tod“

Die Lösung:

KEINE Verdrängung – die schiebt nur weg und löst das Problem nicht!

Beschäftigung mit der Angst, das HINDURCHgehen, das DURCHschauen verringert die Angst und lässt sie irgendwann verschwinden.



Nicht nur in der Fotografie, sondern auch im echten Leben lebt Helligkeit von Dunkelheit und umgekehrt.



Das **Eine** kann nicht ohne das **Andere** existieren, alles in unserer Welt ist nur in polaren Gegensätzen wahrnehmbar.

Alle Gegensätze leben **miteinander** und **durcheinander**

Ebenso auch Leben und Tod.

Der Tod wird geboren, wenn wir geboren werden
und stirbt mit uns, wenn wir sterben.

Er ist KEIN Feind des Lebens sondern in Wirklichkeit
der ZWILLINGSBRUDER.



Tu es!!!

„In zwanzig Jahren wirst Du mehr enttäuscht sein über die Dinge,
die Du nicht getan hast, als über die Dinge, die Du getan hast.

Also löse den Knoten, laufe aus dem sicheren Hafen aus.

Erfasse die Passatwinde mit Deinen Segeln.

Erforsche und träume!

(Mark Twain)