

Text

# **Spirituelle Sterbebegleitung aus der Sicht des tibetischen Buddhismus Teil 1**

**Zielgruppe:** Alle Interessierten

Wenn wir einen Menschen durch sein Sterben, seinen Tod und auch nach seinem Tod begleiten möchten, benötigen wir ein Wissen darüber, wie Sterben geschieht und was wir tun können.

Das, was wir Sterben nennen, bedeutet eine Trennung von Körper und Geist. Der Körper verwest, der Geist bleibt.

Von daher ist es Voraussetzung für den Begleiter zu wissen, wer oder was der Geist ist, wo er sich befindet, wie er beschaffen ist und wie er funktioniert um eine adäquate spirituelle Begleitung an zu bieten.

Mit diesem Wissen sind wir in der Lage den Sterbenden in seinem Prozess zu erkennen.

**Inhalt:**

- Theorie: was ist der Geist
- Selbsterfahrung, Reflexion, Bewußtsein
- Angebot verschiedener buddhistischer Meditationen
- Wir werden die äußeren Zeichen des Sterbens erklären.
- 9 fache Reinigungsatmung
- Wir werden viel Raum für offene Fragen haben.

