

Deutsche Buddhistische Union (DBU)  
lädt ein zum Seminar

## **Buddhistische Sterbebegleitung: Was schützt uns? Was trägt uns? Was befähigt uns?**

(Modul: Tod, Fortexistenz und Wiedergeburt)

**ReferentInnen: Dr. med. Almut Göppert & Dr. med. Wilfried Reuter**

**Zeit:** 9. - 11. Dezember. 2016

**Ort:** Sukhavati-Zentrum, Bad Saarow bei Berlin

Der Buddha begegnete einem Toten und begab sich auf seine spirituelle Suche. Sein Erleben von Alter, Krankheit und Tod mündete in einen Weg, welcher letztendlich die Befreiung vom menschlichen Leiden an der eigenen Vergänglichkeit und am Sterben zum Ziel hat. Menschen werden krank und sie sterben. Solange dies in der Zeitung oder in Büchern steht, glauben wir nur allzu oft, uns in Sicherheit wiegen zu können. Aber irgendwann – für manche früher, für andere später – trifft es *uns*: direkt und unmissverständlich – ob durch den Tod eines nahen Angehörigen oder weil wir selbst ernsthaft erkranken.

An diesem Wochenende möchten wir uns diesem zentralen Thema annähern und Anregungen aus den verschiedenen buddhistischen Traditionen geben. Anhand von gemeinsamen Gesprächen, Vorträgen und praktischen Übungen schaffen wir den Raum, die persönliche Auseinandersetzung zu vertiefen. Dazu laden wir alle herzlich ein.

### **Referenten**

**Dr. med. Almut Göppert** ist Strahlentherapeutin und Palliativmedizinerin und war zuletzt an der Universitätsstrahlenklinik in Kiel tätig. Seit 1994 ist sie tibetisch-buddhistische Praktizierende und hat von 2006-2009 unter Leitung von Sogyal Rinpoche, dem Autor des *Tibetischen Buches vom Leben und vom Sterben*, ein Drei-Jahres-Retreat absolviert. Von 2010-2016 hat sie als Projektleiterin das Zentrum für Spiritual Care *Sukhavati* in Bad Saarow mit aufgebaut und das Spiritual Care Fortbildungsprogramm des Rigpa e.V. geleitet.

**Dr. med. Wilfried Reuter** Der buddhistische Lehrer und Arzt Dr. Wilfried Reuter bringt seine mehr als 35-jährige Erfahrung als Frauenarzt, Geburtshelfer, Sterbebegleiter und Notarzt in seine Lehrdarlegungen mit ein. Seine wichtigste Lehrmeisterin war die deutsche buddhistische Nonne Ayya Khema, in deren Auftrag er das Lotos Vihara Zentrum in Berlin gründete. In seinem heutigen Dharma-Verständnis wurde er auch von dem tibetischen Meister Tarab Tulku und dessen Schülerin Lene Handberg inspiriert. Besonders wichtig sind ihm die Vermittlung eines traditionsübergreifenden Verständnisses der Buddha-Lehre und deren Bedeutung für das Leben und den Alltag der Menschen unserer Zeit.

**Anmeldung** über die DBU-Geschäftsstelle bei Bettina Hilpert, Amalienstr. 71, 80799 München, Tel. 089 45 20 69 3-0, [hilpert@dbu-brg.org](mailto:hilpert@dbu-brg.org) oder Website der DBU: <http://www.buddhismus-studium.de/anmeldung.php> **Online-Teilnahme** ist möglich; Anmeldung über: [unterricht@dbu-brg.org](mailto:unterricht@dbu-brg.org) - **Anmeldung zum Seminar nur über die DBU, siehe oben – für Unterbringung und Verpflegung: Anmeldung über Sukhavati siehe unten.**

**Kosten des Seminars:** 140 - 80 € (je nach Einkommen, Preiskategorien, siehe Preistabelle unten) inklusive Materialien, Getränke und Snacks in den Pausen. Bitte überweisen Sie den Betrag spätestens fünf Tage vor Beginn des Seminars auf das Konto der DBU, BIC: GENODEM1GLS, IBAN: DE59 4306 0967 7005 0505 02. Bei Rücktritt bis eine Woche vor Be-

ginn des Seminars wird der Kursbeitrag bis auf 15 € Bearbeitungsgebühr zurückerstattet, danach nur, falls jemand nachrückt.

**Veranstaltungsort:** Sukhavati – Zentrum für Spiritual Care, Karl-Marx-Damm 25, 15526 Bad Saarow, Tel.: 033631 / 646-0, [www.sukhavati.eu](http://www.sukhavati.eu)

**Anfahrt:** Wegbeschreibung unter: <http://www.sukhavati.eu/ueber-sukhavati/bad-saarow/>

**Übernachtungsmöglichkeiten im Zentrum:** Einzel 154.-, Doppel 114.- Euro für 2 Nächte pro Pers. **incl. Verpflegung**, Buchung über [info@sukhavati.eu](mailto:info@sukhavati.eu), Tel.: 033631 / 646-0, Zahlung bar vor Ort oder per Rechnung. Alternativen über [www.scharmuetzelsee.de](http://www.scharmuetzelsee.de), Tel. 033679-648420.

**Verpflegung:** Im hauseigenen Restaurant/Cafe gibt es bio-vegetarische Kost, auf Wunsch vegan oder laktose- und glutenfrei. Die Vollverpflegung kostet 48 €. für Freitagabend bis Sonntagmittag. Bitte unbedingt auch für einzelne Mahlzeiten (Frühstück 7.-, Mittagessen 10,-, Abendessen 7,- €) **rechtzeitig anmelden** bei Sukhavati (s.o.) und vor Ort zahlen.

**Koordinatorin des Wochenendes:** D. Wolter [doriswolter@gmx.de](mailto:doriswolter@gmx.de) (ab 15.11.: 0160-310 77 41).

**Hinweis der DBU:** Dies ist keine therapeutische Veranstaltung; Teilnehmer sollten psychisch gesund sein.

## Vorläufiges Programm

### Freitag, 9.12.16

- 18:00** Abendessen  
**19:00** Begrüßung und Eröffnung (bis max. 21.30 Uhr mit kurzer Pause)  
Organisatorisches – Vorstellungsrunde – Thematische Einführung durch beide Referenten – Meditation

### Samstag, 10.12.16

- 9:00** Meditation  
**9:15** Vorbereitung auf das eigene Sterben – eine Reflektion (Almut Göppert)  
**10:15** Pause  
**10:30** Gefühle und Bewusstseinsformen in der Auseinandersetzung mit dem Sterben (Wilfried Reuter)  
**11:30** Pause  
**11:45** Der Sterbeprozess aus tibetisch-buddhistischer Sicht (Almut Göppert)  
**12:45** Meditation  
**13:00** Mittagspause  
**14:30** Einführung und Praxis der Metta-Meditation (Wilfried Reuter)  
**15:45** Pause  
**16:15** Praktische Überlegungen in der Vorbereitung auf das eigene Sterben (beide)  
**17:15** Pause  
**17:30** Aspekte der buddhistisch geprägten Sterbebegleitung (Gesprächsrunde)  
**19:00** Ende

### Sonntag, 11.12.16

- 9:00** Meditation  
**9:15** Einführung in die Praxis der essentiellen Phowa – eine Praxis zur Vorbereitung auf den Tod aus der tibetisch-buddhistischen Tradition (Almut Göppert)  
**10:15** Abschieds- und Beerdigungsrituale (Maren Repenning)  
**11:15** Pause  
**11:45** Abschlussrunde: Abschied nehmen – neu beginnen (alle Referenten)  
**12:45** Seminarrückblick – Meditation – Widmung (alle)  
**13:00** Ende

## Neues soziales Preissystem beim DBU-Studien-Programm

Beim DBU-Studienprogramm können Sie nun zwischen **Förderbeitrag** und **regulärem Beitrag** und **reduziertem Beitrag** wählen. Zusätzlich gibt es jetzt einen **Frühbucher-Rabatt** und eine **Prämie für Stammkunden**.

Damit die Unkosten gedeckt sind, müssen wir im Schnitt pro Teilnehmer 140 € pro Veranstaltung verlangen. Da viele Menschen mit wenig Geld auskommen müssen und sich diesen Betrag nicht leisten können, haben wir die Möglichkeit eines reduzierten Beitrags eingerichtet. Andererseits fällt es aber auch einigen Menschen nicht schwer, mehr zu zahlen. Wer es sich leisten kann und mag, hat nun die Möglichkeit, freiwillig den Förderbeitrag von 160 € zu übernehmen. Damit ermöglicht er es anderen, Veranstaltungen des Studienprogrammes zum reduzierten Beitrag von 80 € zu besuchen.

Wenn Sie schon immer einmal ein Pate für jemanden sein wollten, dann wählen Sie den Förderbeitrag und ermöglichen es so anderen mittels reduziertem Beitrag am DBU-Studienprogramm teilzunehmen.

### Die neuen Preise im Überblick:

**140 € regulärer Beitrag**

**120 € Frühbucherrabatt** regulärer Beitrag bis 6 Wochen vor dem Kurs.

**160 € Förderbeitrag**, damit fördern Sie die Teilnahme einer einkommensschwachen Person

**80 € reduzierter Beitrag** für Menschen, die sich sonst die Teilnahme nicht leisten könnten (in besonderen Fällen auch noch weniger)

**Treueprämie** für Teilnehmer, die innerhalb von drei Jahren an mehr als 5 Kursen teilgenommen haben, ist der 6. Kurs frei.

Die Teilnahmegebühr versteht sich inklusive Materialien und Getränke und Snacks in den Pausen.

Bei Rücktritt bis eine Woche vor Beginn des Seminars wird der Kursbeitrag bis auf 15 € Bearbeitungsgebühr zurückerstattet, danach nur, wenn jemand nachrückt.

Die neuen Preise gelten ab dem 1.1.2016.