



Über das Sterben

2013 und 2014

Vier Abende zur persönlichen Auseinandersetzung
mit meinem Leben und Sterben

Über das Sterben

nachdenken,
mich von meinen und anderen Fragen
bewegen lassen,
hinschauen auf meine aktuelle Lebensform,
das Sterben, den Tod,
lässt mich heute und morgen,
bewusster und erfüllter leben
und macht mich im Blick auf das Sterben
zuversichtlicher und furchtloser,
neugierig auf eine andere Form des Seins – danach.

Wie es dazu kam



Über das Sterben, 4 Abende 2013 und 2014

Worum geht es?

- Um die persönliche Auseinandersetzung mit dem Sterben.
- Dies hat Auswirkungen auf Ihr Leben. Wichtig sind Ihre Erfahrungen und Fragen und der Austausch mit den anderen Teilnehmenden.

Voraussetzungen

- Sie brauchen keine speziellen Vorkenntnisse, aber Offenheit für andere Menschen und ihre Erfahrungen. Bringen Sie Ihre persönlichen Fragen mit. Die führen Sie und andere weiter.

Teilnehmerzahl

maximal 21 Personen

Methoden

- Sie erhalten fachliche Impulse von der Kursleitung, Unterlagen zu einzelnen Themen und Literaturbeispiele.
- Es wird Zeiten der Stille und weitere meditative Elemente geben, aus denen Sie Impulse zum Thema erhalten.
- Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch.
- Einführungsabend mit Film

Über das Sterben, 4 Abende 2013 und 2014

Zentrale Themen

- Film zum Thema Sterben, Tod, Jenseitsvorstellungen
- Grenzerfahrung Sterben und der christliche Glaube: Sterben, Tod, Jenseits im Ersten und Zweiten Testament
- Wer bin ich, wenn ich nichts mehr bin?
- Schuld – Vergebung
- Urangst beim Sterben (Monika Renz)
- 5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen
- Spirituelles Testament

Ganz wichtig sind Zeiten der Stille (persönliche Stille und Reflexion) und der Austausch in Gruppen

Schlussauswertung

Die Teilnehmenden beider Kurse bewerteten sie mit «gut» bzw. «sehr gut».

Einzelne Kommentare:

- «Erwartet habe ich nicht so viel wie ich erhalten habe!»
- «Viele Fragen bleiben offen, aber es wurde immer versucht, auf die Fragen einzugehen.»
- «Ich würde gerne noch weiterfahren.»
- «Einiges muss von mir noch verarbeitet werden; wertvolle Dokumentationen.»
- «In den Gruppengesprächen war grosse Offenheit möglich.»

Weitere Treffen nach dem Kurs

- 2013 und 2014 haben sich jeweils 11 Teilnehmende nach dem Kurs noch an 5 bzw. 3 Abenden getroffen.
- Die Abende wurden von Pfarrer Gottfried Hirzberger vorbereitet und moderiert.

Fazit

- Kursform und Inhalte haben sich bewährt.
- Es gibt bereits 8 InteressentInnen für den nächsten Kurs.
- Der Kurs wird im Februar/März 2016 wieder angeboten.