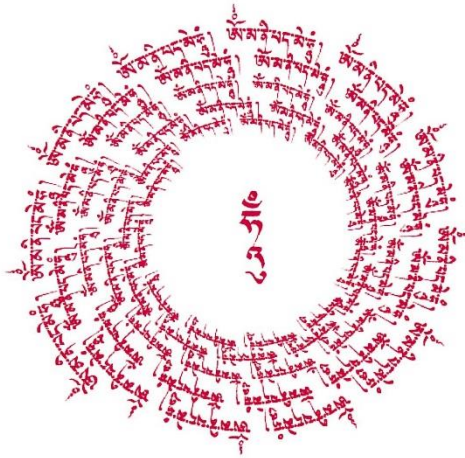


# Zertifikats-Ausbildung «Tibetan Spiritual Coaching 1»



**Ausgangslage:** In der heutigen Zeit richten die Menschen ihren Blick stets nach aussen und vernachlässigen dabei den inneren spirituellen Aspekt des menschlichen Lebens. Dies führt zur Orientierungslosigkeit und zur Unfähigkeit, das Wesentliche im Leben zu erkennen. Spirituelle Anliegen äussern sich oft in der Frage nach dem Sinn und der Bedeutung des Erlebten und Erlittenen. Bardo Thödol, das Tibetische Buch vom Leben und Sterben, gibt uns dazu wertvolle Antworten.

C.G. Jung schreibt im psychologischen Kommentar zum Totenbuch: «Wir haben im Westen nichts, dass wir irgendwie mit dem Bardo Thödol vergleichen könnten, mit Ausnahme gewisser geheimen Schriften, welche aber für das grosse Publikum und die allgemeine Wissenschaft nicht in Betracht kommen.» Das Tibetische Totenbuch ist nicht nur ein Begleitbuch für die Sterbenden, sondern vor allem für die Lebenden. Denn erst wer den Tod versteht, versteht auch das Leben.

## Meine Erfahrung

Ich habe seit meinem 15. Lebensjahr meine Meister im Kloster Rikon als Übersetzer und Schüler begleitet. Die Äbte gehörten zu den bedeutendsten tibetischen Meistern, die im Westen gelebt haben. Regelmässig kamen Tibeter und Menschen aus dem Westen mit Fragen zum Umgang mit dem Sterben, Verlust von Nahestehenden, Trennung und Schicksalsschlägen, Krankheit. Sie stellten Fragen wie: Warum habe ich diese Krankheit? Warum muss mir das passieren? Warum gibt es Leid und Schmerz? Hoffnungslosigkeit und Selbstzweifel?

Ich habe früher viele Jahre Weiterbildungen in der anthroposophischen Klinik Arlesheim bei Dornach über den Umgang mit dem Sterben und Tod aus buddhistischer Sicht geleitet und Diskussionen in der «Sternstunde Philosophie» im Schweizer Fernsehen SRF über Tod und Wiedergeburt aus tibetischer Sicht geführt und merkte, wie gross das Interesse der Menschen an diesem Thema ist.

## Was wir lernen

Aus den Weisheitslehren des Tibetischen Totenbuches lernen wir, schwierige Momente ganz neu zu bewältigen, und daraus guten Nutzen zu ziehen. Antworten auf die Fragen zu finden, die helfen, den eigenen Weg zu finden und auch im Leid Schönheit und Dankbarkeit zu sehen.

In der Ausbildung lernen wir, den Betroffenen spirituelle Hilfe bei der persönlichen Reflexion und Sinnsuche zu leisten. Ebenso das Erstellen einer individuellen Meditationspraxis und eines Mindtrainings, um die eigene Wahrnehmung und die Heilung zu unterstützen.

Wir lernen und praktizieren heilsame Meditationsübungen, spirituelle Begleitung und mitfühlende Präsenz in Zeiten von Krankheit und Krisen. Es kann sich ein liebevoller Kontakt zum eigenen Potential entwickeln und darüber hinaus eine Bewusstheit für die heilenden Quellen der Spiritualität.

Diese Ausbildung ist geeignet für Psychotherapeuten, Meditations- und Yogalehrende, Therapeuten aller Art, Menschen in Gesundheits- und Pflegeberufen, aber auch für Leute, die die Weisheitslehren des Totenbuches einfach genauer kennenlernen und Mitmenschen beraten und sie begleiten wollen.

**Ausbildungsleiter:** Loten Dahortsang, 1968 in Tibet geboren. Seit 1982 im Klösterlichen Tibet-Institut von den bedeutendsten Lehrern ausgebildet. Er lehrt Buddhismus und Meditation im Kloster Rikon und in buddhistischen Zentren in Europa. Weitere Infos unter [www.lotendahortsang.ch](http://www.lotendahortsang.ch)

Die Ausbildung umfasst 3 Module (insgesamt 60 Stunden).

#### Modul 1

##### **Grundlagen von «Spiritual Coaching»**

- Existentielle Bedeutung der Spiritualität
- Die spirituelle Dimension des menschlichen Lebens
- Existenz und Sinnfragen
- Reflexion der eigenen Position im spirituellen Feld
- Leid und Leiden als Ausdruck spiritueller Bedürfnisse, Zugänge und Begleitung

#### Modul 2

##### **Den spirituellen Aspekt des menschlichen Lebens erkennen**

- Evolution, Karma und Wiedergeburt
- Vergänglichkeit, Reflexion und Wandel
- Dieses Leben: Der natürliche Bardo
- Bardos und andere Wirklichkeiten
- Der spirituelle Pfad

#### Modul 3

##### **Die Weisheitslehren für den Sterbenden**

- Spirituelle Hilfe für Sterbende
- Die Praktiken für den Zeitpunkt des Todes
- Die Nahtod-Erfahrung – die Begegnung mit dem Klaren Licht
- Der Bardo des Werdens
- Hilfe nach dem Tod

<b>Leitung:</b>	Loten Dahortsang
<b>Daten:</b>	03.+04. Mai 2018 / 13.+14.+15. September 2018 / 11.+12. Oktober 2017 / 15.+16. November 2018
<b>Ort:</b>	Yogastudio OM, Brig
<b>Zeit:</b>	Donnerstag: 09.30-12.30 & 13.30-17.00 Uhr Freitag: 09.30-12.30 Uhr & 13.30-17.00 Uhr Samstag: 09.30-12.30 Uhr & 13.30-16.30 Uhr
<b>Kosten:</b>	CHF 1'400.00
<b>Dauer:</b>	60 Stunden Unterricht mit Zertifikat
<b>Anmeldung:</b>	Infos und Anmeldung via Kontaktformular <a href="http://www.yogastudioom.ch">www.yogastudioom.ch</a> oder 079 523 22 82