
lerne zu sterben
und du wirst leben

»Die meisten Menschen leugnen den Tod
und sind deswegen nicht bereit,
sich darauf vorzubereiten.
Das ist jammerschade, denn es ist
die Öffnung für unsere eigene Sterblichkeit,
die uns auch für das Leben öffnet.«

Im Mittelpunkt des gesamten Trainings steht die Auseinandersetzung mit Werden und Vergehen, Sterben und Tod.

»Noch 9 Monate zu leben«
gibt es als kostenloses Online-Training (www.guetigesherz.de) schon mehrere Jahre. Jetzt haben wir alles in einem Buch zusammengefasst und noch einen zweiten Teil angehängt:
»Dein Leben vergeht im Nu – wach auf, wach auf, vergeude es nicht«

Das Training des ersten Teils erstreckt sich über 9 Monate, die alle 30 Tage lang sind und ein besonderes Thema haben:

Aufwachen · 18 Sekunden Stille · Schmerz und Leid · Dein soziales Umfeld · Loslassen · Öffne dein Herz · Wer stirbt? · Sterben und Tod · Wie geht es weiter?

Im zweiten Teil begegnen wir diesen Herzensthemen:

Halte inne – wo stehst du? · Unser höchst kostbares Menschendasein · Flüchtig wie Morgentau auf dem Gras · Wie wirklich ist der Tod? · Lerne durch Leid zu wachsen · Die heilende Kraft der Meditation · Der leidvolle Vorgang des Sterbens · Entwickle Vertrauen und Hingabe

---

352 Seiten, viele Farbbilder, A4-Format, Hardcover, hochwertiges Papier, Fadenheftung, mit Lesebändchen

Bestellung per E-Mail an:
mahakaruna-verlag@posteo.de

Zahlungsmöglichkeiten:
Überweisung **DE69 4401 0046 0403 2074 63**

Preis: 42 € zzgl. 5 € Versand

Mahakaruna Verlag
www.bodhisattva-training.de