24 Impulse zu einem offenen Umgang mit dem Sterben

- Ein achtsamer Wegbegleiter für alle, die sich mit ihrem Tod befassen wollen
- Holt die Themen Sterben, Tod und Abschied heraus aus der Tabuzone
- Für mehr Gelassenheit, Lebensfreude und Leichtigkeit des Seins

Mit diesem außergewöhnlichen Buch finden Sie heraus, was im Leben wirklich zählt und wie es möglich ist, sich auf das Wesentliche auszurichten. Obwohl es nur zwei Gewissheiten im Leben gibt – wir werden alle sterben und wir wissen nicht wann – vermeiden viele Menschen zeitlebens das immer noch tabuisierte Thema Sterben und Tod und empfinden eine Scheu, sich mit der eigenen Endlichkeit zu beschäftigen.

In diesem Buch erhalten Sie viele erfrischende Denkanstöße zu den Themen Leben, Sterben, Tod und Trauer, inspirierende Fragen, die Sie zur Selbstreflexion ermutigen sowie spannende Impulse von Sabine Mehne, Sabine M. Kistner und Stephanie Gotthardt. Sie sind eingeladen, den Forschergeist zu entwickeln, um das Leben in seiner ganzen Fülle zu erfahren.

Zielgruppe

Alle, die sich mit ihrem eigenen Sterben und Tod auseinandersetzen wollen, und an alle anderen, die professionell mit Sterben und Tod zu tun haben, z. B. Bestatter:innen; Trauerredner:innen; Pfarrer:innen und Pastor:innen, Palliativmediziner:innen, Altenpfleger:innen; Psychotherapeut:innen

Bereits erschienen:

Cornelia Löhmer, Rüdiger Standhardt
MBSR - Die Kunst, das ganze Leben zu umarmen
ISBN 978-3-608-94579-9

Rüdiger Standhardt
TAO – Training Achtsamkeit in Organisationen
ISBN 978-3-608-98483-5

Rüdiger Standhardt
Die Kunst, den Tod ins Leben einzuladen
Denkanstöße für einen achtsamen Umgang mit Sterben, Tod und Abschied
288 Seiten | gebunden
ca. 28,– € (D) | ca. 28,80 € (A)
ISBN 978-3-608-98707-2
Erscheint am 18. Februar 2023
WGS 1481 (Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung, Persönliche Entwicklung)

Rüdiger Standhardt, Dipl.-Pädagoge, Trainer für Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung, Coach für Lebenskunst, Ausbilder in acht-samkeitsbasierten Verfahren sowie Autor zahlreicher Buchveröffentli-chungen und Artikel. Seit 2017 Institutsleiter des Forum Achtsamkeit –Institut für Ausbildung, Training und Coaching. Er praktiziert seit 1979 Meditation, arbeitet als ehrenamtlicher Hospizbegleiter und leitet das von ihm entwickelte Online-Achtsamkeitstraining »Den Tod ins Leben einladen, um wirklich zu leben«. www.forumachtsamkeit.de