



# Kunst des Sterbens

## Workshop mit Katharina Arpagaus

Samstag + Sonntag 6. + 7. November 2021

An diesem Wochenende widmen wir uns dem Thema **TOD** und der eigenen Sterblichkeit. Der Tod kann viel mehr sein als eine Zumutung. Es lohnt sich, sich frühzeitig mit dem Sterben auseinanderzusetzen, denn dies erleichtert nicht nur den Abschied, sondern lehrt uns Entscheidendes über das **LEBEN**.

Mit Meditation und praktischen Übungen setzen wir uns mit folgenden Fragen auseinander:

- Was können wir aus der Volkskultur und aus der Yoga-Tradition über das Sterben lernen?
  - Gibt es ein Leben nach dem Tod?
  - Wie können wir uns optimal auf das eigene Sterben vorbereiten?
- Wie können wir Menschen im Sterbeprozess und nach dem Tod unterstützen?



**Kursort:** satyam yoga-Zentrum, Schoren 10, 3215 Gempnach

**Zeit:** Sa. und So. jeweils 10 – 17h

**Kosten:** Fr. 350.- (Frühbucher-Rabatt Fr. 50.- bis 5. September)  
AHV-Bezüger und Studenten Fr. 250.-

Am Mittag essen wir gemeinsam im Kursraum. Wer will, bringt etwas mit zum Teilen.  
Wasser / Tee und Geschirr ist vorhanden.

Anmeldung / Info :

Ananda Oedipe : [ananda.o@hotmail.com](mailto:ananda.o@hotmail.com) - 031 738 00 38 - 078 684 93 96

Leitung / Info :

Katharina Arpagaus (Yogalehrerin) : [info@kamala-yoga.com](mailto:info@kamala-yoga.com)  
076 269 42 46 - [www.kamala-yoga.com](http://www.kamala-yoga.com)