

# Spirituelle Sterbebegleitung

„Was ist es, das stirbt, wenn der Tropfen der Individualität sich wieder mit dem Ozean des Seins verbindet? Es ist nicht das Wesen, das stirbt, sondern es ist die Idee des Getrennseins, die sich auflöst.“

(Stephen Levine)



Diese Worte beschreiben mein Verständnis vom Sterben sehr treffend. Wenn wir lernen uns wieder mit dem Ursprung unseres Seins zu verbinden, kann der letzte Abschnitt unseres Lebensweges nicht nur von Leiden, sondern auch von grosser Gnade erfüllt sein.

Auf dem letzten Lebensweg kann man keine Lösungen anbieten. Aber gerade auf diesem unsicheren letzten Weg kann es unendlich wertvoll sein, jemanden an seiner Seite zu haben, der da ist, mit einem ist, mit einem fühlt und mit einem durch die Hochs und Tiefs geht, jemand, der sich nicht zurück zieht, der präsent bleibt, der die Kraft und das Vertrauen hat den Raum zu halten und in seiner Herzenergie zu verweilen.



## Gabriela Ribeiro

Ich lebe seit Kindheit eine offene Spiritualität. Aufgewachsen in einem christlichen Kontext, seit 20 Jahren stark geprägt von der buddhistischen Lebensphilosophie, für mehrere Jahre verheiratet mit einem Moslem, bin ich offen mich deinem Glauben an zu nähern und mit dir „deine Gebete“ zu sprechen. Meine tiefsten „Gotteserfahrungen“ erlebte ich stets in der Natur: im Wald, in den Bergen, in der Wüste, am Meer...



## Gerne begleite und unterstütze ich dich auf deinem Weg

Individuell und persönlich: ob zu Hause, in meiner Praxis, in der Natur oder im Spital / Hospiz..., halt da, wo du gerade bist mit:

- Körperwahrnehmungsübungen / Atemübungen
- Massage / Basale Stimulation
- Biographiearbeit / Lebensrückschau
- Naturcoaching
- Gespräch / Gemeinsamem Schweigen
- Meditation / Mantras / Gebeten / Klangreisen
- Ritualen & Mitfühlender Präsenz

## Begleitung bei Krankheit

Sind wir ans Bett gefesselt löst das oft ein Gefühl „vom Leben abgeschnitten zu sein“ aus. Wenn wir uns nicht mehr so aktiv im Äusseren bewegen können, öffnen sich dafür Innere Räume. Sein Schicksal als seinen Weg zu erkennen, hilft in Akzeptanz mit dem was gerade ist zu sein um innerlich zu heilen.

## Begleitung für Angehörige

Als Angehörige / Nahstehende von Menschen mit einer schweren Krankheit / Sterbenden kommt man oft selbst an seine Grenzen. Emotionale Berg und Talfahrten, Erschöpfung, sich selber gar nicht mehr spüren, Hoffnungslosigkeit, Überforderung etc. können einem zur Verzweiflung bringen.

Gerne unterstütze ich dich und biete dir eine kleine Ruheoase zum durchatmen, entspannen, regenerieren, dich aussprechen, ausweinen... und helfe dir dein inneres Gleichgewicht wieder zu finden.



Wald-Tara

Gabriela Ribeiro · Sterbebegleitung

Tibetische Medizin · Massagen · Naturcoachings · Mantrasingen  
gabriela.rib@sunrise.ch 076 376 62 73 www.wald-tara.ch