

Buddhistische Praxis für die Zeit der Transformation und des Übergangs Spirituelle Verfügung

Neben allen Lebenssituationen des Alltags sind Krankheit und das Lebensende eine wertvolle Gelegenheit, spirituell zu wachsen. Umso wichtiger sind günstige Bedingungen, um diese Zeit zum WEG machen zu können. Dies gilt insbesondere für buddhistisch Praktizierende, da das Wissen und die Sicht die Zeit nach dem Tod einschließt und eine entsprechende Vorbereitung und geistige Ausrichtung ein bedeutender Teil der Praxis ist.

Diese spirituelle Verfügung ist eine Niederschrift wesentlicher persönlicher Entscheidungen für die Praxis bzw. die spirituelle Begleitung, die reiflicher Überlegung entspringen sollen. Dabei helfen die folgenden Fragen, um entsprechende Wünsche darzulegen.

Wie bei einer Patientenverfügung, die auf die äußeren, medizinischen Umstände ausgerichtet ist, sollte auch diese spirituelle Verfügung von Zeit zu Zeit überdacht werden. Unser innerer Weg ist ein lebenslanger Prozess, die Methoden unserer Übung und die Texte, die uns begleiten, wechseln. So sollten wir uns immer wieder die Frage stellen:

Wie ist es, wenn ich morgen schwer erkrankte?

Wie ist es, wenn ich vor die Tatsache gestellt werde, dass dieses Leben bald zu Ende sein wird?

Aus dieser Haltung heraus, beantworte nun die Fragen und schreibe so Deine persönliche spirituelle Verfügung.

Bewahre sie gut auf und gib ein Exemplar einem Vertrauten, von dem Du sicher weißt, dass er für die Umsetzung deiner Wünsche sorgen wird.

Spirituelle Verfügung von _____

Adresse: _____

Name, Adresse und Telefon des Bevollmächtigten zur Umsetzung der spirituellen Verfügung:

Name, Adresse und Telefon eines zweiten Bevollmächtigten:

1. Was ist Dein größter Wunsch für Deinen spirituellen Weg, wenn Du dieses Leben verlässt ?
(Bessere Wiedergeburt in dieser Welt oder einer höheren Welt, Befreiung aus Samsara...)

2. Was ist für Dich das wichtigste Anliegen, wenn Du während einer Krankheit oder am Lebensende begleitet wirst? (Wie soll die Atmosphäre sein, wodurch soll sie unterstützt werden, möchtest du viel oder wenig Besuche usw.)

3. Welche persönliche Praxis möchtest Du für die letzte Zeit dieses Lebens wählen?

4. Welche Texte sollen Dich begleiten und Dir evtl. vorgelesen werden?

5. Welche Praxis soll mit Dir oder für Dich während des Auflösungsprozesses durchgeführt werden?

Spirituelle Verfügung von _____

6. Gib Anweisungen für Besucher (Verwandte, Freunde), damit für Dich in der letzten Lebensphase eine gute, angenehme und entspannte Atmosphäre gewährleistet ist.

7. Welche Praxis soll für Dich nach dem Auflösungsprozess ausgeführt und welche Texte gelesen werden?

8. Wie lange soll der Körper nach dem medizinischen Tod unberührt bleiben? Gib Anweisungen für die Atmosphäre im Zimmer usw.

9. Gib Anweisungen für das Bestattungsinstitut bzw. die verantwortlichen Personen: Kleidung, Dinge, die in den Sarg gelegt werden sollen usw.

10. Welche Art der Bestattung wünschst du? Wo soll sie stattfinden?

Spirituelle Verfügung von _____

11. Wie soll die Bestattung ablaufen? (Gebete, Texte, evtl. Musik, Blumen/Kränze oder lieber Spenden für ein Hilfsprojekt usw.)

12. Die heutigen Voraussetzungen für eine ambulante Hospiz- und Palliativ-Versorgung erlauben in vielen Fällen, dass die letzte Lebensphase nicht im Krankenhaus oder einem Pflegeheim verbracht werden muss. Wähle für diesen Fall einen Ort, an dem für Dich die richtigen Bedingungen für eine spirituelle Praxis und Begleitung gegeben sind:

13. Für den Fall, dass für Deinen körperlichen Zustand eine stationäre Pflege unerlässlich wäre, wähle einen Ort (Krankenhaus, Pflegeheim oder Hospiz), an dem Du darauf vertrauen kannst, dass Du gut betreut sein wirst und auch eine spirituelle Begleitung Deinen Wünschen entsprechend ermöglicht wird.

Ich versichere, dass diese spirituelle Verfügung meinen ausdrücklichen Wunsch darlegt.

Datum _____

Unterschrift _____