

Dem Tod neu begegnen – Abschied und Bestatten als Tor zum Leben

Termin: Fr., 9.10.2026, 18.30 h bis So., 11.10.2026, 14.00 h
Ort: ZIST Penzberg, Penzberg
Kursgebühr: 270 € (zuzüglich Vollpension)
Kursnummer: 261030
Leitung: Susanne Kraft, Michael Kraft

*Bereit
für die Stille
die Worte
das Handeln
Bereit, unsere Toten in die eigenen Hände zu nehmen.*

In den Tagen des Übergangs ist der Himmel etwas offener als sonst. Wenn wir bereit sind, wirklich einzuwilligen – sogar bei einem plötzlichen oder scheinbar vorzeitigen Tod – dann beginnt die Quelle unserer Lebendigkeit neu zu fließen.

Dieses Begreifen geschieht auch im praktischen Tun. Wie in nur wenigen Lebensbereichen können wir die Einheit von geistiger Realität und unserem konkreten Handeln direkt erleben.

Was hilft uns dabei, unsere Toten in die eigenen Hände zu nehmen?

Im Praktischen

- Der letzte Atemzug – was ist jetzt nötig und was ist alles möglich?
- Wie können wir die Zeit einer Aufbahrung persönlich gestalten und auch Kinder einbeziehen?

In einer Form des heilenden Zuhörens – uns selbst und unserem Gegenüber

- Beim Nichts-tun-Können und Einfach-da-Sein.
- Im Umgang mit heftigen Gefühlen.
- Bei aufbrechenden Konflikten.

Im Gestalten einer spirituellen Dimension

- Rituale, die befreien und Halt geben.
- Das Segnen, Beten, auch in eigenen freien Worten.
- Der Verstorbene (m/w/d) selbst: wie kann ich weiter mit ihm verbunden bleiben?

Ein Kurs für Freunde, Angehörige und Begleiter (jeweils m/w/d).
Ein Kurs, um uns auch auf den eigenen Tod vorzubereiten.

Wir wollen gemeinsam weinen und lachen – fragen, spielerisch üben und künstlerisch gestalten. Gerade wenn wir uns dem tiefen Schmerz öffnen, werden dann auch berührende Begegnungen und eine echte Lebensfreude möglich.

Die Kultur eines Volkes erkennt man daran, wie sie mit ihren Toten umgeht.
Perikles von Athen

Susanne Kraft

Begleiterin für innere Entwicklung und Transformation. Künstlerische Arbeit mit Kindern und Müttern in arabischen SOS-Kinderdörfern. Studium der freien Malerei und Aufbaustudium Kunsttherapie, Dozentin an der Uni Witten (Aktzeichnen), ehrenamtliche Arbeit als Kunsttherapeutin mit traumatisierten Opfern der Bürgerkriege in Kroatien und Südafrika. Bestatterin im eigenen Unternehmen *Die Barke* in Herdecke und seit 2004 *Phönix – Individuell Bestatten* mit Michael Kraft, viele Jahre in der Ausbildung von Trauerbegleiter (m/w/d) bei den *Verwaisten Eltern e. V.* Seit 2002 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg, heute auch als Mentorin und Assessorin in der Ausbildung.

Michael Kraft

Nach der Schule freie Mitarbeit in der Ausgrabung Alt-Ägina. Zivildienst in einer Schule für mehrfach behinderte Kinder. Studium der klassischen Archäologie und Altphilologie. Ausbildung an der *Graf-Bothmer-Schule für Gymnastik*. Selbstständiger Inhaber eines Fachgeschäftes für Naturkost und Baubiologie. Berater und Entwickler für ökologische und soziale Projekte. Seit 2005 selbstständiger Bestatter zusammen mit Susanne Kraft. Seit 2005 Trainer für Gewaltfreie Kommunikation.

URL: <https://www.zist.de/de/veranstaltung/selbsterfahrung/dem-tod-neu-begegnen-abschied-und-bestatten-als-tor-zum-leben-1>