

Inhalt

Einleitung	7
Die Bedeutung unserer Anwesenheit.....	11
Was bleibt nach dem Tod?	15
Eine kurze Einführung in die Bedeutung von Tod, Bardo und Jenseits	19
Physische Auflösung	21
Mentale Auflösung	22
Über den Bardo-Zustand zur Wiedergeburt	27
Die Zeit vor dem Tod	33
Ruhig und unterstützend für das Tier da sein.....	33
Unser Haustier schmerzfrei und behaglich halten.....	35
Meditation für einen positiven Übergang.....	36
Die »Umkehrung« des Trauerprozesses	37
Euthanasie	39
Unterstützung während des Sterbeprozesses	47
Wie wir unseren Tieren in den sieben Wochen nach ihrem Tod helfen können	51
Meditation und Mantra-Rezitation.....	52
Das Darbringen von Opfergaben.....	55
Das Belassen der Spielzeuge und Näpfe der Haustiere.....	56

Die praktischen und emotionalen Vorteile buddhistischer Übungen.....	59
Der Umgang mit dem Tierkörper	63
Zusammenfassung	69
Weitere Quellen zu diesem Thema.....	75
Anhang: Meditationen zum Lebensende	79
Meditation vom Nehmen und Geben (tong len)	82
Medizin-Buddha-Meditation	88
Die Kraft ist bei dir!.....	95
Über den Autor.....	98
Anmerkungen	99