



Liebe Leserinnen,  
Liebe Leser,

die hochtechnisierte Medizin weckt Hoffnungen und Unbehagen zugleich. Innovative Heil- und Behandlungsmethoden werden entdeckt, neu entwickelte Medikamente kommen auf den Markt. Irgendwann jedoch trifft das Machbarkeitsdenken auf eine Grenze: den Tod. Plötzlich ist da ein Mensch, der mit seiner Endlichkeit konfrontiert ist, der Kummer und Angst empfindet. Was braucht ein Sterbender? Ist Sterben ohne Schmerzen möglich? Wie stehen Buddhisten zur Organspende? Mit diesen Fragen beschäftigen wir uns in diesem Heft.

Geshe Pema Samten erläutert, wie der Sterbeprozess abläuft (ab Seite 14). Im buddhistischen Tantra gibt es ausführliche Erklärungen über die verschiedenen Stadien – sowohl den körperlichen Verfall als auch die innere Auflösung, nachdem das Herz zu schlagen aufhört und der Atem stillsteht. Das Wissen um diese Prozesse kann die Sicht auf die eben aufgeworfenen Fragen verändern, vor allem auch auf die Organspende.

Während die Kirchen schon offiziell Position pro Organspende eingenommen haben, wird die Diskussion in buddhistischen Kreisen noch geführt, wir leisten dazu einen Beitrag. Lesen Sie ab Seite 20 verschiedene Standpunkte von praktizierenden Buddhisten, unter ihnen zwei Ärzte, eine Betroffene und der tibetische Meister S.E. Loden Sherab Dargyab Rinpoche. Eins wird aus allen Statements deutlich: Am Thema Organspende zeigt sich, welche spirituelle Praxis wir in den Mittelpunkt des Lebens rücken, wie wir uns selbst auf den Tod vorbereiten und wie stark unsere Motivation ist, anderen zu dienen.

Der Schmerztherapeut Dr. Peter Tamme untersucht im Interview wichtige Aspekte zu Sterbehilfe und Palliativmedizin aus buddhistischer Sicht. Sein Fazit: Die wichtigste Praxis, mit der wir Sterbende unterstützen können, ist die Achtsamkeit (ab Seite 26).

Täglich hören und lesen wir in den Nachrichten, im Internet von Tod und Sterben, fast immer geht es dabei um Katastrophen, Unfälle und Gewalt. In vielen Ländern der Welt aber sterben Menschen tagtäglich an Hunger, Mangelernährung, unzureichender medizinischer Versorgung. Um für dieses – vermeidbare – Leiden zu sensibilisieren, starten wir in diesem Heft eine Leseraktion (Seite 54): „Globale Armut – und was tun wir?“

Wir fragen Sie: Was können wir als Einzelne tun, um globale Armut zu lindern? Je mehr Menschen sich darüber Gedanken machen, um so eher werden wir in der Lage sein, die dringend notwendigen Veränderungen einzuleiten. Eine Auswahl aus Ihren Ideen werden wir im Weihnachtsheft von *Tibet und Buddhismus* veröffentlichen. Wir setzen damit ein Zeichen der Verbundenheit, denn wir alle, reich oder arm, sind Bewohner dieser einen Erde.

Bitte machen Sie mit bei der Leseraktion!

Birgit Stratmann

Birgit Stratmann

#### Hinweis für Abonnenten:

Nach sieben Jahren müssen wir den Preis für die Zeitschrift leicht erhöhen. Ab der ersten Ausgabe 2010 kostet das Einzelheft 6 Euro, das Abonnement in Deutschland 24 Euro. Wir danken für Ihr Verständnis. Einen neuen Service bieten wir Ihnen im Internet: Sie können alle Artikel von den Anfängen bis 2005 kostenlos herunterladen. Eine Suche nach Autoren und Themen ist möglich. Stöbern Sie im Webarchiv: [www.tibet.de/zeitschrift](http://www.tibet.de/zeitschrift)