



Über mich

Ich begleite Menschen in besonderen und manchmal auch schweren Momenten des Lebens.

Als achtsamer Begleiter und Trauerredner ist es mir wichtig, Ihnen mit Ruhe, Mitgefühl und einem offenen Herzen zu begegnen. Ich nehme mir Zeit, zuzuhören, gemeinsam Erinnerungen Raum zu geben und Worte für das zu finden, was oft schwer in Worte zu fassen ist.

Meine langjährige Beschäftigung mit Achtsamkeit und buddhistischer Lebensphilosophie prägt meine Haltung – nicht als Religion, sondern als eine Einladung, dem Leben und auch der Vergänglichkeit mit Offenheit und Mitgefühl zu begegnen.

Im Mittelpunkt stehen dabei immer Sie und der Mensch, von dem Sie Abschied nehmen.

Thomas Voss

Die Dankbarkeit verwandelt die Erinnerung in eine stille Freude (Dietrich Bonhoeffer)

Wenn Sie den Wunsch haben, mit mir ins Gespräch zu kommen, freue ich mich darauf, Sie kennenzulernen. Unser erstes Gespräch ist selbstverständlich unverbindlich und bietet Ihnen Raum, in Ruhe zu spüren, ob meine Art der Begleitung für Sie stimmig ist.



Kontakt

Thomas F.J. Voss, MSc (psych.)
Trauerreden & persönliche
Trauerbegleitung
Jugendheimweg 9
86956 Schongau

Tel. 0151/43249349
voss@forum-der-achtsamkeit.de

www.forum-der-achtsamkeit.de

ACHTSAM ABSCHIED NEHMEN



Trauerreden &
Trauerbegleitung

Einen Menschen zu verlieren, verändert alles.

In der Zeit des Abschieds fehlen oft die Worte.

Und doch gibt es so viel zu erzählen.

Von einem Leben.

Von gemeinsamen Wegen.

Von Erinnerungen, die bleiben.

Von Liebe, Dankbarkeit und Verbundenheit.

Ich begleite Sie in dieser besonderen Zeit mit Ruhe, Achtsamkeit und Mitgefühl – und gestalte eine persönliche Trauerfeier, die dem Leben und dem Menschen, von dem Sie Abschied nehmen, gerecht wird.

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Jeder Mensch hinterlässt eine einzigartige Geschichte.

In einem persönlichen und vertrauensvollen Gespräch nehme ich mir Zeit, Ihnen zuzuhören. Gemeinsam erinnern wir uns an das Leben Ihres Angehörigen: an seine Persönlichkeit, seine Lebenswege, an besondere Momente und an das, was ihn als Menschen ausgemacht hat.

Aus diesen Erinnerungen entsteht eine persönliche Trauerrede, die nicht nur vom Tod erzählt, sondern vor allem das gelebte Leben würdigt.

Ein Abschied, der zu Ihnen passt.

Eine Trauerfeier darf persönlich sein.

Sie darf traurig sein.

Sie darf still sein.

Sie darf aber auch ein Lächeln schenken.

Ich gestalte Abschiedszeremonien mit Raum für:

- persönliche Erinnerungen und Lebensgeschichten
- Musik, Gedichte und Texte
- Momente der Stille und des bewussten Innehaltens
- persönliche Rituale des Abschieds
- die Einbindung von Familie und Freunden
- Worte des Trostes, ohne die Trauer kleinzureden

Achtsamkeit im Abschied

Meine Arbeit ist inspiriert von der buddhistischen Lebensphilosophie und ihrer Haltung von Achtsamkeit, Mitgefühl und der Annahme von Vergänglichkeit.

Dabei geht es nicht um Religion oder um vorgegebene Antworten.

Es geht darum, dem Schmerz Raum zu geben, ohne ihn zu bewerten.

Um die Möglichkeit, für einen Augenblick innezuhalten.

Um Dankbarkeit für das, was war.

Und um die Verbundenheit, die auch über den Abschied hinaus in uns weiterlebt.

Auf Wunsch können achtsame oder buddhistisch inspirierte Elemente in die Trauerfeier einfließen – behutsam und immer passend zu Ihnen und Ihrer Familie.

AUCH NACH DEM ABSCHIED

Trauer endet nicht mit der Trauerfeier. Manchmal beginnt sie dort erst richtig.

Wenn Sie es wünschen, begleite ich Sie auch über den Tag des Abschieds hinaus – mit Zeit für persönliche Gespräche, achtsames Zuhören und stille Momente.

Ohne Druck. Ohne fertige Antworten. In Ihrem eigenen Tempo.

ICH BIN FÜR SIE DA

Wenn ein Mensch geht, bleiben viele Worte ungesagt.

Lassen Sie uns gemeinsam Worte finden, die erinnern, würdigen und verbinden.

Achtsam Abschied nehmen.

In Würde.

In Verbundenheit.

Mit Raum für das, was ist.