

Preguntas para el curso de “Como enfrentar la muerte sin temor”

1. ¿Por que crees que la gente teme la muerte? ¿Cuales son las diferentes razones para ese miedo?... ¿Que cosas se te ocurren que puedes hacer para disminuir ese miedo?
2. El budismo dice que es importante ser consciente y aceptar el hecho de que vamos a morir y prepararse en la vida para afrontar la muerte. ¿Cuales son las razones paea esto? ¿Estas de acuerdo en que es importante?
3. De las “ 4 tareas para la vida y la muerte” hablar de las 2 primeras:
 - Comprender y transformer el sufrimiento
 - Conectar, sanar relaciones y soltar

¿De que forma esto nos puede ayudar a prepararnos para la muerte?

¿Como podemos empezar a trabajar sobre esto?