

## Weiterbildung

# Spiritualität in der Sterbebegleitung

## Konzeptionelle Grundlagen

### 0. Vorbemerkung

Menschen auf der letzten Wegstrecke ihres Lebens zu begleiten, gehört zu den größten Herausforderungen des Menschseins. Ihr stellen sich Menschen in der Hospizbewegung und mit Sterbenden familiär und menschlich Verbundene.

Wie kann ich im Angesicht des Todes dem Leben treu bleiben, präsent und offen für das, was jetzt ist – bei mir, beim anderen und zwischen uns?

In der Begleitung bin ich selbst, mein präsenten Dasein, das größte Geschenk, welches ich machen kann. Was also hilft, in den emotional oft turbulenten Prozessen des Sterbens, präsent bleiben zu können? Welche Formen der Spiritualität helfen bei diesem Klären und Abschiednehmen und Unterstützen mein Gewahrsein?

Im Vordergrund dieser Weiterbildung stehen spirituelle Formen der Seelenverankerung, die helfen, mit offenem Herzen dabei und im unverbrüchlichen Ja der Christuswirklichkeit verankert zu bleiben.

Dabei geht diese Konzeption davon aus, dass Grundlagen über Phasen des Sterbe- und Trauerprozesses, Strukturierung des Kontaktes u. ä. bereits im Ausbildungskontext Hospizdienst oder anderweitig erworben wurden. Deshalb steht dies nicht im Mittelpunkt. Die Weiterbildung ist sowohl für Mitarbeitende der Hospiz- und Palliativdienste, als auch für sonstig Interessierte zugänglich.

### I. Grundlegende Überzeugungen des Angebotes

Das Angebot zeichnet sich durch einige Grundüberzeugungen aus.

#### 1. Sterbebegleitung ist intensiviertes Leben

Es geht beim Thema „Spiritualität in der Sterbebegleitung“ also um etwas, was nicht auf diese Sterbesituation begrenzt ist. Folglich kann es nicht darum gehen, etwas allein für diese Situation zu lernen. Deshalb spielt eigene Lebens-, Abschieds-, Sterbe- und Trauerkultur eine hervorragende Bedeutung. Kompetenz zur Begleitung

wird durch achtsam, intensiv und bewusst geführtes Leben erworben, nicht primär durch Methodenkompetenz.

## **2. Das größte Geschenk sind wir und unsere ungeteilte Präsenz**

Im Vordergrund des Angebotes steht deshalb die Arbeit an der Grundhaltung und Verfassung mit der ich begleite. Wie gelingt es mir, die bewusste Lenkung meiner Achtsamkeit zu schulen, um aus der Zerstreuung und dem Leben im Modus des „Autopiloten“ zu einer Sammlung in der Präsenz gegenwärtigen Augenblicks zu kommen.

## **3. Betonung von Selbsterfahrung und Übung gegenüber Wissensbeständen**

Die Angebote verstehen sich als Eröffnung eines strukturierten Erfahrungsraumes. Im Vordergrund stehen Selbstbegegnung und das Einüben spiritueller Praxis. Die Perspektive bildet dabei mein eigenes Leben (dessen Bestandteil z.B. mein Hospizdienst darstellt), nicht jedoch eine primäre Orientierung an der Situation.

## **4. Nur was in meiner Lebenskultur verankert ist steht mir zur Verfügung**

Spiritualität und religiöse Praxis sind keine „Rezepte“, die ich im Bedarfsfall verschreiben oder aus der Tasche ziehen kann. Sie leben von der Inkarnation, dem Einverleiben, Fleischwerden in meiner Person. Deshalb gilt es, mich in beständiger Ausrichtung diesem Geschehen zu öffnen.

## **II. Theologisch-spirituelle Verortung:**

Diesem Angebot liegen einige Erfahrungen und Überzeugungen der mystischen-kontemplativen Tradition der jüdisch-christlichen Suchbewegung zu Grunde:

### **1. Memento mori – Tägliches Gedenken des Todes**

Allen spirituellen Traditionen eignet eine Praxis des Gedenkens des Todes und der Sterblichkeit. „Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf das wir klug werden“, nennt dies der Psalmist. Gedenken der eigenen Sterblich- und Endlichkeit als Einweisung in menschliches Maß und erfülltes Leben. Dies beinhaltet insbesondere das mystagogische Element, den Wert der Tage, die uns füreinander geben sind, nicht erst nach deren Ende zu ermessen, sondern in dieses Gewahrsein bereits zu Lebzeiten hinein zu wachsen. Deshalb kommt dem Spüribewusstsein in jeder Form geerdeter Spiritualität besondere Bedeutung zu.

## **2. Vertieftes Erleben im Angesicht der Endlichkeit**

In diesem Sinn sind der Tod und das Sterben hervorragende spirituelle Lehrer. Sie vertiefen das Erleben, orientieren und entlarven götzenhafte Werte und Lebensorientierungen. Die mystische Tradition lehrt: Es gibt einen Weg über die sinnliche Wahrnehmung, der in ein vertieftes Erleben der Wirklichkeit führt. Dann werden die Dinge, was sie ihrem Wesen nach sind: Manifestationen der Liebe. Meister Eckhart spricht davon, dass dann alle Dinge nach Gott schmecken. Spiritualität im Angesicht von Sterben und Tod lädt mit großer Dringlichkeit dazu ein, das Leben wirklich auszukosten, eingedenk der potentiellen Gefahr, dass dies falsch verstanden zu einer Verflachung statt zu einer Vertiefung führen kann.

## **3. Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis**

Wer bin ich wirklich? Nichts stellt diese Frage mit größerer Dringlichkeit als die Begrenztheit des irdischen Lebens. Ein Aufwachen zur Realität der Sterblichkeit, bedeutet deshalb jeweils eine grundsätzliche Anfrage an Lebenskonzepte. Die Antwort der Mystik lautet: Selbsterkenntnis und Gotteserkenntnis sind nicht zwei getrennte oder gar gegensätzliche Dinge, sondern zwei Seiten einer Medaille: Mir selbst näher zu kommen, mein Selbst, mein tiefstes Wesen zu erfahren, bedeutet, der göttlichen Wirklichkeit näher zu kommen. „Geh deinem Gott entgegen – bis hin zu dir selbst!“, nennt dies Bernhard von Clairvaux.

## **4. Selbstwerdung und Versöhnung**

Somit gilt es, mehr und mehr diejenige zu werden, die ich schon immer, vor aller lebensgeschichtlich erworbenen Verletzung und tragischen Verstrickung war. Gerade die Versöhnung mit dem, was ist und in meinem Leben war, stellt eine wesentliche Herausforderung des Sterbeprozesses dar. Das Durchdringen zu meinem Kern und Wesen ist mir in meinem Leben und Sterben aufgegeben. Mehr und mehr zu werden, wer ich schon von jeher bin, bereitet mich auf das Lassen und Sterben vor. In der chassidischen Tradition kommt dies in der Geschichte von Rabbi Susja zum Ausdruck. Dieser lehrte: „ Am Ende wird mich mein Schöpfer nicht fragen.“ Susja, warum bist du nicht wie Mose gewesen oder wie Elia. Er wird mich fragen: Susja, warum bist du nicht Susja gewesen?“.

## **4. Berufung und Individualität**

In tieferer, umfassenderer Weise zu entdecken, wer ich bin, lässt mich meine Unverwechselbarkeit und meine persönliche Berufung und damit Sinn entdecken. Dieser liegt tiefer als die Ebene des Gelingens oder Scheiterns. Gott will in mir als dieser Mensch zu diesem Zeitpunkt über die Erde gehen (Willigis Jäger). Somit ist mein tiefster Sinn, ganz Mensch zu sein und damit „transparent zu werden für die immanente Transzendenz“ (Karlfried Graf Dürckheim).

## **5. Raum Mystischer Erfahrung – transpersonaler Bewusstseinsraum**

In der Tradition der Wüstenväter und Mütter gilt die „Hesychia“, die Herzensruhe als Ziel und Gabe spirituellen Weges. Zugang zur Höhle des Herzens, zu diesem innersten Raum meiner selbst zu finden, an welchen keine lebensgeschichtlich erworbene Verletzung hinreicht und wo Gottes Bild, dem ich mein Sein verdanke, in mir ruht, ist Ziel spirituellen Weges. An diesem „Ort“ ist Gott mir näher als ich es mir selber bin. Hier ruht das unzerstörbare Bild meiner Würde, meine göttliche Berufung und das Geheimnis meines Seins und des Seins Gottes.

Dieser Raum mystischer, transpersonaler Erfahrung hat in seinen Erlebensqualitäten Verbundenheit, Stille, Weite, Frieden und Selbstverständlichkeit des Daseins heilende Kraft. In ihm kommt die doppelte Berufung des Menschen (aufgerichtet zwischen Himmel und Erde und miteinander und allem Lebendigen verbunden, Karlfried Graf Dürckheim) zum Ausdruck.

Dies ist die Ebene von welcher Mystik ihre Spitzensätze formuliert: „Mein Sein und Gottes Sein ist ein Sein“ (Meister Eckhart) oder „Das Leben endet nie“ (Willigis Jäger).

## **6. Spiritualität als beseeltes Leben**

Spiritualität bezeichnet diese Verbundenheit und innere Fühlungnahme, ein Leben im Kontakt mit meinem Wesen und Sein und damit im Kontakt mit dem göttlichen Sein. Spiritualität als in diesem Sinne „beseeltes“ Leben, rückgebundenes (religio) Leben. Spiritualität in der Sterbebegleitung dient wie alle spirituelle Praxis dieser Einbindung ins Leben und als Unterstützung der Aufforderung: „Vollende deine Geburt!“. So erinnert uns die Sterbebegleitung und der Hospizdienst an eine alte, lange vergessene Erkenntnis, nämlich die Bedeutung des Sterbens als Bestandteil alten und neuen Lebens.

Damit möchte „Spiritualität in der Sterbebegleitung“ uns helfen, unsere Geburt zu vollenden, lebenszerstörerische Dynamiken zu befrieden und uns in achtsamere, lebensförderlichere und schöpfungsfreundlichere Lebenshaltungen einzuüben. Bereits jetzt! Und dies dient dem Leben hier und jetzt und ist gleichzeitig die beste Vorbereitung auf meinen eigenen Tod.

Noch eine Überzeugung der Mystik leitet uns: Die Arbeit an und die Bemühung um Heilung und „heilsames Sterben“ ist dabei nie individuell begrenzt, sondern dient immer der Heilung der Erde insgesamt. In diesem Sinne ist Sterbebegleitung Dienst am Sterbenden, mehr noch aber, Bereitung meines eigenen Sterbens und im umfassenden Sinn Dienst am Leben.

## **III: Kompetenz zur spirituellen Begleitung**

Worum geht es also bei Fort- und Weiterbildung im Feld spiritueller Sterbebegleitung? Uns scheinen die alten Leitlinien der Wüstenmütter und Väter des 3-6 Jahrhunderts, noch immer angemessener Orientierungsrahmen für diese

Prozesse der „Kompetenzentwicklung“ zu sein. Kompetenz wird in diesem Kontext weniger als Fähigkeit zur methodischen Anwendung spiritueller Praktiken verstanden, denn im Sinne einer integralen Lebensschule. Fünf Kennzeichen standen am Beginn christlicher Spiritualität für diese Kompetenz:

### **1. Apatheia – eigenes Geklärt sein**

Voraussetzung zur Begleitung ist das eigene Geklärt sein im Blick auf die eigenen Seelenbewegungen, im Sprachgebrauch der Wüstenväter Leidenschaften genannt (griechisch: patheia). Der deutsche Gebrauch des Wortes Apathie gibt dies sehr beschränkt wieder. Gemeint ist ein Erforschen eigener Leidenschaften, Triebkräfte, Seelenbewegungen, welches es ermöglicht, ihren Stürmen nicht ohnmächtig ausgeliefert zu sein und sie somit in Folge nicht ausagieren zu müssen. Diese selbstbegegnende Erforschung ist Voraussetzung zur Verankerung im transpersonalen Bewusstseinsraum, von der aus ich auch im Angesicht schwerer Lebenskrisen präsent bleiben kann.

### **2. Pneumatikos – Geisterfüllt sein**

Ein zweites Kennzeichen spiritueller Begleitung besteht in der eigenen spirituellen Verankerung. Dabei dient spirituelle Praxis der Arbeit an der eigenen Durchlässigkeit, der Bemühung um eine Lebenshaltung, die offen ist für das Wirken des Geistes. Sie führt vom Sehen zum Schauen, vom Hören zum Lauschen, vom Anfassen zum Berühren. Spirituelle Praxis hat keinen Eigenwert. Sie dient dem eigenen Verwandelt werden in das Bild, als welches ich als Ebenbild Gottes gedacht bin.

### **3. Diakrisis – Unterscheidung der Geister**

Eine wesentliche Aufgabe der Begleitung besteht in der Unterscheidung der Geister, der Unterscheidung zwischen Gesetz und Evangelium, prä- und transpersonalen Erfahrungen und der unterschiedlichen Phasen und Abschnitte im Prozess von Leben und Sterben. Diese Unterscheidungsfähigkeit wächst wiederum aus der eigenen Klärung und „Durchlässigkeit für die immanente Transzendenz“

### **4. Kardiognosie – Herzensschau**

Die Altväter und Mütter der Wüste verstanden dies als methodisch nicht evozierbare geistliche Gabe, welche tiefer sehen lies. Gemeint ist ein Sehen mit den Augen des Herzens, ein Hören mit den Ohren des Herzens getreu dem Antoine de Exupery Motto. Es ist ein Blick der Liebe und des Wohlwollens, des Mitgefühls und der Erkenntnis, dass auch der Schatten verhindertes Licht ist - in der Gestalt dessen, was dem Licht im Wege steht. Beim Schatten In diesem Sinne handelt es sich also jeweils um unterbrochene Hinbewegungen der Liebe. Dieser Blick braucht tiefe eigene Verankerung im Mysterium des Seins, um nicht überheblich, anmaßend oder beurteilend zu werden.

## 5. Mystagogik – Seelenführung

Kennzeichen der Begleitung der Wüstenväter und Mütter war die mystagogische, nicht die moralische Führung. Ziel ihres Handelns ist nicht moralische Besserung, sondern Führung zur Selbst-, Wesens- und Gotteserkenntnis. Geistliche Begleitung ist Seelenführung, Führung ins göttliche Geheimnis, Führung ins Geheimnis meines Lebens.

## V. Themen der Weiterbildung: Spiritualität in der Sterbebegleitung

Aus dem bisher Gesagten wird deutlich, dass eigener Selbstbegegnung, spiritueller Verankerung, Integration eigener Lebens- und Sterbeerfahrungen, sowie dem Aufbau einer geistlichen Grundhaltung besondere Bedeutung zukommt. Dabei muss aber auch gesagt werden, dass die Altväter und Mütter der Wüste jahre- oft jahrzehntelange Lebenserfahrung in der ausgesetzten Situation des Alleinseins in der Wüste mit sich selbst und Gott machten, bis ihnen oben beschriebene Gaben und Kompetenzen zugewachsen waren. Und doch scheint mir diese Perspektive unaufgebbar. Um nichts Geringeres geht es im Kontext spiritueller Begleitung. Dies braucht nicht zu entmutigen, kann aber die Richtung des Prozesses vorgeben.

Zurückkehrend aus diesen „Höhen“ stellt sich die Frage nach dem, was ein Angebot „Spiritualität in der Sterbebegleitung“ dazu beitragen kann. Folgende „Themen“ scheinen nach oben Gesagtem von Bedeutung:

- Verankerung im Sein, in der Präsenz  
Wie kann es gelingen, mich in ein gesammeltes Dasein einzuüben?
- Lebensgeschichtlich erworbene Verletzungen wahrnehmen und  
Versöhnung einleiten
- Eigene Trauer- und Sterbeerfahrungen integrieren.
- Mir meiner Bilder vom Leben und Sterben, vom Menschen und von Gott  
bewusst werden
- Das Gespräch über Sterben und Tod  
Eigene und fremde Bilder und Symbole verstehen lernen und  
gesprächsfähig werden
- Beten: Trinken aus der Quelle des Sinns  
Welche spirituellen Formen entsprechen mir und meiner  
Persönlichkeitsstruktur? Was gibt mir Zugang zu der Quelle des Sinns und  
der Kraft?
- Eigene Zugänge zu mystischer Erfahrung und transpersonalem

Bewusstseinsraum entwickeln

- Eigene geistlich-spirituelle Lebenskultur entwickeln und vertiefend einüben
- Formen spiritueller Unterstützung anderer im Prozess des Sterbens kennen lernen
- Rituelle Verankerung und Rituale in der Sterbebegleitung entdecken, entwickeln und aneignen.

## **VI. Die Modulfolge**

Was davon wäre durch ein Modulsystem anzuregen und zu unterstützen? Unter den gegebenen Ressourcen scheinen uns folgende Module sinnvoll:

### **1. Modul: Seelenverankerung und Seelenverbindung Achtsamkeit und Präsenz als Tor zum Wunder des Lebens**

Hierbei handelte es sich um eine Einführung in meditative Verankerungstechniken, Formen der Sammlung und der Einübung von Aufrechterhaltung eigener Präsenz. Methodisch steht dabei die Einführung der Übung „Vier Tore zu mir selbst“ und das Verweilen in der Stille im Mittelpunkt. Im Zentrum dieses Moduls bildet die Einübung in eigenes selbstverständliches Dasein. Diese Grundübungen stellt in der Weiterbildung eine kontinuierliche Schulungsmöglichkeit dar.  
Impulsvortrag: Achtsamkeit – Tor zum Wunder des Lebens

### **2. Modul: Aus der Quelle des Sinns trinken – mein spirituelles Lebenspanorama**

Welche Formen spiritueller Praxis habe ich kennen gelernt, welche nährten mich und welche sind mir heute angemessen? Auf welche Herausforderungen und Verletzungen war dies eine Antwort?

Methodisch könnte in diesem Modul ein Lebenspanorama meines religiös-spirituellen Weges im Vordergrund stehen. Strukturierter Austausch mit Focus auf lebensförderlich und lebenshinderlich erfahrende Elemente spirituell-geistlicher Praxis.

Impuls: Entwicklungslogik religiös-spirituelle Reifung und deren Krisen

Perspektive: Wie kann ich eigene spirituelle Lebenshaltung vertiefend einüben?

### **3. Modul: Meine Bilder vom Leben und Sterben, von Mensch und Gott – dem Unbegreiflichen Ausdruck verleihen**



Im Vordergrund steht die Identifizierung eigener Bilder und Symbole und ihrer bedrohlichen und erlösenden Wirkung auf die Seele.

Methodisch stünde neben weiterer Verankerung im Sein aktive Imagination und Gestaltung von inneren Bildern im Vordergrund.

Der strukturierte Austausch würde neben dem Aspekt der Selbstwahrnehmung auch die Resonanzfähigkeit im Blick auf die Bilder anderer unterstützen und eine Möglichkeit zur Einübung von Gesprächsfähigkeit anbieten.

Impuls: Gottesbilder – ihre Möglichkeiten und Grenzen

Perspektive: Wie werde ich über religiös-spirituelle Themen gesprächsfähig?

#### **4. Modul: Demut und Hingabe – Von der Akzeptanz fragmentarischen Daseins**

Als große Aufgabe über weite Strecken des Lebensweges stellt sich die Versöhnung mit dem Fragmentarischen. Oft will ich mich nicht so haben, wie ich bin. Damit führe ich Krieg gegen mich selbst. Dies reicht von grober Selbstverletzung bis zu subtilster Lebensverweigerung. Deshalb kommt der Humilitas so große Bedeutung zu. Die Akzeptanz meines So-seins meint aber kein Verdrängen, Schönreden oder Ignorieren, sondern den Mut, mich dem Augenblick in all seinen Qualitäten hinzugeben. Auch in der Sterbebegleitung besteht die Gefahr des Gefangenseins in einem Konzept vom „richtigen“, „schönen“, „gelassenen“, „spirituellem“ Sterben. Auch dies kann totalitär werden und mich den Augenblick verpassen lassen. Wie also wachse in die Akzeptanz fragmentierten Dasein hinein, ohne fatalistisch zu werden?

Methodisch: Die inneren Kriegstreiber identifizieren – Frieden leben

Impuls: Hingabe und Demut: Das Tor zu Geheimen öffnen

Perspektive: Absichtsloses Dasein

#### **5. Modul: Werde, der du bist – eigene spirituelle Lebenskultur verankern Rituale in der Lebens- und Sterbebegleitung**

Im Vordergrund steht die Beschäftigung mit dem Thema Ritual. Welche rituellen Vollzüge bringen mich in Kontakt mit dem Geheimnis meines Lebens, meiner inneren Berufung und dem Mysterium Gottes? Was hilft mir meinen Tag zu strukturieren? Welche Rituale können mich im konkreten Prozess der Begleitung unterstützen?

Methodisch: Selbstbilanzierung und Ritualentwicklung

Impuls: Rituale: Ihre psychologische und spirituelle Wirkung.

Perspektive: Heilsame Lebenskultur entwickeln

#### **6. Modul: Mit offenem Herzen da sein – Formen spiritueller Unterstützung Sterbender**

In diesem Modul ginge es insbesondere um nicht sprachliche Formen des Kontaktes und der Unterstützung. Einübung in die Begegnungsformen von Herz zu Herz, von Wesen zu Wesen. Dabei spielt der Atem eine wesentliche Rolle.

Methodisch stünde eine Hinführung zur Herzensmeditation des Nehmens und Gebens im Mittelpunkt.



Methodisch: Herzensgebet des Gebens und Nehmens  
Impuls: Spirituelle Formen der Unterstützung Sterbender  
Perspektive: Im Gewahrsein verweilen, Intuition einladen

## VII. Organisatorisches

### Leitung

Helgard Kündiger, Klinikseelsorgerin, ev. Pfarrerin für Hospizarbeit im  
Evangelischen Dekanat Hochtaunus

Sven-Joachim Haack, ev. Pfarrer und Klinikseelsorger, Kontemplationslehrer und  
Beiratsmitglied der „Wolke des Nichtwissens – Kontemplationslinie Willigis Jäger“,  
Aus- und Weiterbildung in Gestalt-, Initiatischer und Transpersonaler Therapie,  
Gebetsgebärden - sakralem Tanz – spiritueller Körperarbeit, sowie Klangmassage

### Kostenbeitrag

Richtpreis: 45,-€ Sa.; 70,-€ Fr./Sa,  
(Die Teilnahme ist nicht beitragsabhängig. Eine Teilnahme mit geringem Beitrag ist  
möglich, ebenso ein höherer Beitrag.)

### Veranstaltungsort

Oase der Klinikseelsorge im Vitos Waldkrankenhaus Köppern  
Emil-Sioli-Weg 1-3, 61381 Friedrichsdorf  
Waldkrankenhaus Köppern, Landhaus 3, Erdgeschoss

### Veranstalter, Information und Anmeldung

Helgard Kündiger, Ev. Pfarramt für Hospizarbeit, Heuchelheimer Str. 20, Bad  
Homburg, Tel.: 06172-308814  
[helgard.kuendiger@evangelisch-hochtaunus.de](mailto:helgard.kuendiger@evangelisch-hochtaunus.de)

Sven-Joachim Haack,  
Hardtwaldallee 24 a  
61381 Friedrichsdorf, Tel.: 06172-789868  
E-Mail: [Sven-Joachim.Haack@t-online.de](mailto:Sven-Joachim.Haack@t-online.de)  
Webpage: [www.kontemplationundmystik.de](http://www.kontemplationundmystik.de)