

Sehnsucht nach dem „Mehr im Leben“

In schwierigen Entscheidungen zu einer guten Lösung kommen, in eine reife Gottesbeziehung hineinwachsen und generell der Sehnsucht nach dem „Mehr im Leben“ auf die Spur kommen – Geistliche Begleitung durch geschulte Seelsorgerinnen und Seelsorger bietet sich dazu als Weg an.

Guter Rat ist teuer – im Sinne von wertvoll, kostbar. Dieser ist keineswegs umsonst. Gute Ratschläge helfen weiter, geben Orientierungshilfe. Was im profanen Bereich bzw. Businesskontext mittlerweile Usus ist, hat im Christentum, konkret im spirituellen Kontext, bereits eine lange Tradition. Diese nahm in den ersten Jahrhunderten bei den Wüstenvätern und Wüstenmüttern ihren Anfang und ist heute allgemein als Geistliche Begleitung bekannt.

Was ist Geistliche Begleitung?

Geistliche Begleitung ist eine spezielle Form der Seelsorge, bei der es um die Begleitung eines anderen Menschen auf seinem persönlichen Glaubens- und Lebensweg geht. Als regelmäßiges Gesprächsangebot unterstützt diese in Fragen nach Sinn, nach Gott, nach Glauben und Spiritualität. Die Motivation für die Inanspruchnahme von Geistlicher Begleitung kann unterschiedlich gelagert sein (z. B. Lebens- und Glaubenskrisen, Entscheidungsthemen, der Wunsch nach einer vertieften Gottesbeziehung, das Ringen mit der und um die Kirche). Am Beginn steht oftmals eine Sehnsucht, die Spuren Gottes im eigenen Leben (wieder) deutlicher sehen und entdecken bzw. ihnen folgen zu können. Im Rahmen der Geistlichen Begleitung wird diese Suchbewegung und Entwicklung aufgegriffen und begleitend unterstützt. Der Fokus ist dabei auf die Beziehung zwischen Gott bzw. Jesus Christus und der zu begleitenden Person gerichtet. Ziel ist es – im Unterschied zu anderen gängigen Beratungsformaten – diese Beziehung zu för-

dern und zu vertiefen. Der Begleiter oder die Begleiterin ist dafür verantwortlich, dass dieser Fokus deutlich bleibt und gibt unterstützende Anregungen auf dem Weg.

Wo ist ein Mehr an Leben(digitalität) – eine tiefere Beziehung zu Gott und zu den Menschen, eine intensivere Form der Nachfolge Jesu – zu finden?

Inhaltlich geht es in der Geistlichen Begleitung insbesondere um die Reflexion der eigenen Gottesbeziehung und das geistliche Leben. Die zentrale Frage ist dabei: Wo ist ein Mehr an Leben(digitalität) – eine tiefere Beziehung zu Gott und zu den Menschen, eine intensivere Form der Nachfolge Jesu – zu finden? Geistliche Begleitung ist so gesehen prozessorientiert angelegt. Wenngleich aufs Erste keine konkreten Ergebnisse sichtbar sind, so lassen sich dennoch Auswirkungen im Leben der begleiteten Menschen ausmachen, wenn sie etwa verantwortete Entscheidungen treffen, das Wirken Gottes in ihrer persönlichen Lebensgeschichte entdecken und in eine reife Gottesbeziehung hineinwachsen, diese vertiefen und – der Spur Jesu folgend – als Mensch für andere ihr Leben gestalten.

Wer kann begleiten?

Das Angebot der Geistlichen Begleitung ist ein qualifizierter Dienst der Kirche. Geistliche Begleiter und Begleiterinnen verfügen daher in der Regel über eine fundierte fachspezifische Ausbildung, bringen eine persönliche Gabe und entsprechende Hal-

tung für den Begleitedienst mit. Er oder sie bietet sich an, zuzuhören, mitzugehen und achtet auf die Freiheit der zu begleitenden Person. Geistliche Begleiter stellen ihr kundiges Bemühen zur Verfügung. Der eigentliche Begleiter bleibt und ist Gott (Jesus Christus) selbst! Wer andere auf ihrem Glaubensweg begleitet, kann am Beispiel Jesu lernen, wie er zuhört, da ist, Fragen stellt und eine Etappe mit anderen unterwegs ist (vgl. Emmausjünger / Lk 24,13-35). Die Begleitperson „verrichtet nicht die Arbeit der begleiteten Person, sondern geht an ihrer Seite und ermutigt sie, das zu verstehen, was ihr Herz bewegt: der Ort, an dem der Herr zu uns spricht“, wie Papst Franziskus in der Generalaudienz vom 5. Jänner 2023 betonte, in der er auf den wichtigen Dienst des Geistlichen Begleiters hinwies. So öffnet sich der Raum für Gott, in dem die begleitete Person die Spur Gottes im eigenen Leben entdecken und aufnehmen kann.

Zum Setting

Geistliche Begleitung findet üblicherweise in einem Rhythmus von vier bis sechs Wochen für die Dauer von einer Stunde statt. Die Termine werden von einem zum





— Das Hören, Zuhören und Aufmerksam-da-Sein sind für Sr. Beatrice Heigl zentrale Elemente der Geistlichen Begleitung.
Foto: privat

— Geistliche Begleitung ist ein kirchliches Angebot mit dem Ziel, ein erfülltes Leben und eine tragende Beziehung zu Gott zu finden.
Foto: travelguide - stock.adobe.com

anderen Termin vereinbart. Die Gespräche sind kostenlos. Beide Seiten sind frei, die Begleitung wieder zu beenden. Die Inhalte unterliegen der Verschwiegenheitspflicht. Geistliche Begleitung ist von Psychotherapie, Supervision und Beichte zu unterscheiden und kann diese nicht ersetzen.

Begleiterfahrungen

Rektor Thomas Pichler (BZ St. Benedikt, Seitenstetten) nimmt seit seiner Zeit im Priesterseminar Geistliche Begleitung in Anspruch. „Für die Seminarvorstehung war es von großer Bedeutung, eine solche zu haben. Darum ist es für mich eine Selbstverständlichkeit, als Priester in Geistlicher Begleitung zu sein und mindestens einmal jährlich Exerzitien oder ein ähnliches Angebot der Besinnung in Anspruch zu nehmen.“ Anfangs wechselte er seine Begleitung mehrmals, seit seinem ersten Priesterjahr ist er fix bei einem Begleiter. „Neben einer Art praktischer Reflexion schätze ich es, mit anderen Augen meinen persönlichen Lebens- und Glaubensweg anzusehen; denn als Seelsorger bin ich ja selber auch als Suchender, Fragender und Zweifelnder im Glauben und Leben unterwegs. Die liebevolle Konfrontation

bzw. ‚Korrektur‘ von außen schützt davor, in seinem Wirken eng und eingebildet zu werden, sowohl für den eigenen Weg als auch in der Begleitung für andere.“

„Eine Weggefährtin sein für ein Stück des Weges. Im Bewusstsein, dass wir nie alleine unterwegs sind – einer ist immer an unserer Seite: Jesus Christus.“

Für **Sr. Beatrice Heigl** (Pastoralassistentin im Pfarrverband St. Franziskus / LK Horn) „ist das Zentrale bei der Geistlichen Begleitung das Hören, Zuhören, Aufmerksam-da-Sein. Ein Vorbild ist mir da Jesus in der Begegnung der Emmausjünger. Dieser ‚Fremde‘ hört zu, stellt die richtigen Fragen, lässt sie erzählen, was sie bedrückt und geht mit. Genau das ist für mich Geistliche Begleitung – eine Weggefährtin sein für ein Stück des Weges. Im Bewusstsein, dass wir nie alleine unterwegs sind – einer ist immer an unserer Seite: Jesus Christus. Im Erstgespräch kläre ich die Funktion einer Geistlichen Begleitung, damit es nicht zu ‚Verwaschungen‘ bzw. Verwechslungen mit Coaching, Supervision etc. kommt. Dazu gehört auch, dass die Menschen wis-

sen, dass alles, was bei der Geistlichen Begleitung gesprochen wird, der Verschwiegenheit meinerseits unterliegt. Sie sollen sich öffnen, Vertrauen aufbauen können.“

Für **Adelheid Lanner** (Unternehmerin, Geistliche Begleiterin / Wilhelmsburg) ist es wichtig, dass die Begleitbeziehung von einem Klima des Vertrauens und der Wertschätzung getragen ist. Ein Gebet zeigt die Ausrichtung an. „Es geht nie darum, was ich als Begleiterin möchte, sondern darum, was Gott dem Menschen für sein Leben sagen und aufzeigen möchte. Manchmal sieht man am Beginn eines Weges noch nicht das Licht, aber Gott kann viele Wunder wirken, wenn man mit IHM geht.“

Mag.a Michaela E. Lugmaier

GEISTLICHE BEGLEITUNG

Vermittlung: Mag.a Michaela E. Lugmaier, Ressort Erwachsenenbildung / Spiritualität & Dialog ist zuständig für die Themenfelder Exerzitien, Spiritualität und Geistliche Begleitung. www.geistliche-begleitung.at bzw. exerzitien.dsp.at/einrichtungen/exerzitien/geistliche-begleitung-ist