

# Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur

## Fachzweig der Anthroposophischen Gesellschaft

Liebe Ursa Neuhaus,

**Sie erhalten unseren Versand mit Nr. 30 unserer Nachrichten.**

Der inhaltliche Schwerpunkt liegt auf dem Bericht über das Treffen mit den Verantwortlichen der Regionalgruppen vom Herbst 2022 und den Berichten aus den Regionalgruppen.

Weiter stellen wir Ihnen die neu gestaltete Weiterbildung zur Begleitung von Menschen am Lebensende vor.

Bitte beachten Sie, dass wir die Nachrichten zum letzten Mal nicht nur an die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft, sondern auch an alle Interessierten versenden. Im Ausblick auf 2023 informieren wir Sie über die Bildung eines Freundeskreises. Künftig werden die Nachrichten nur noch an die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft und des Freundeskreises direkt versandt.



### Treffen mit den Verantwortlichen der Regionalgruppen vom 25. September 2022

Das Treffen mit den Verantwortlichen der Regionalgruppen war die erste Veranstaltung, die wir als neue Kerngruppe der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur gestalteten. Mit rund 25 Menschen durften wir in der Rudolf Steiner Schule in Zürich einen farbigen und bestärkenden Tag erleben. Zu Beginn wurde der Spruch von Rudolf Steiner «Ich schaue in die Finsternis, in ihr ersteht Licht...» in deutsch und französisch gelesen. Anschliessend erfolgte ein lebendiger Austausch zu den Tätigkeiten der Regionalgruppen. Es war beeindruckend zu hören, wie vielfältig die Aktivitäten der Regionalgruppen sind. Auch für die Gruppen untereinander war der Austausch bereichernd und es entstand der Wunsch, dass sich die Regionalgruppen untereinander gegenseitig besuchen und vernetzen können. Um einen kleinen Einblick in diese Vielfalt zu ermöglichen, haben wir die Regionalgruppenverantwortlichen gebeten, im Newsletter über ihren Tätigkeiten zu berichten.

Nach einem gemeinsamen Imbiss mit Gelegenheit zum Austausch haben wir den Nachmittag mit einer Meditation zu einem Bild von Gerhard Reisch begonnen. Abgeschlossen haben wir den Tag mit einem Austausch über Wünsche und Erwartungen zur künftigen Zusammenarbeit zwischen Kerngruppe und Regionalgruppenverantwortlichen. Wichtig war allen, dass die selbständige Arbeit in den Regionen weiterlebt. Gleichzeitig ist es wertvoll, von den gegenseitigen Tätigkeiten zu wissen und sich bei Bedarf austauschen zu können. Ein starkes Anliegen ist die Einbindung der Romandie, die am Treffen gut vertreten war. Damit dies gelingt wollen wir versuchen, an den nächsten Treffen der Zweisprachigkeit Rechnung zu tragen. Das Treffen der Regionalgruppenverantwortlichen wurde als guter Impuls zum Stärken der Vernetzung erlebt und soll nächstes Jahr wiederholt werden. Der Einbezug eines künstlerischen Elements soll an diesen Treffen beibehalten werden.

Aus der Kerngruppe ein herzlicher Dank an alle, die den Tag mit ihrer Präsenz und ihrem Engagement mitgetragen haben.

*Brigitte Hofer*

### Berichte aus den Regionalgruppen 2022

#### Regionalgruppe L'Aubier in Montezillon / NE

Als vor gut 25 Jahren die Gruppe gegründet wurde, haben wir uns umgetan wie man sich um einen sterbenden Menschen kümmern, seinen Leib bereit für die letzte Erdenetappe machen und die sich lösende Seele begleiten kann. In was für Situationen es unabdingbar ist die offiziellen Richtlinien einzuhalten und wo die Freiräume sind. Wir hätten fast ein Bestattungsinstitut gegründet. Die Erfahrung hat gezeigt, dass jeder «seine» Toten begleitet und dabei auf die

Unterstützung der andern aus der Gruppe zählen kann.

Im generationenübergreifenden Ökoquartier « Les Murmures » von L'Aubier besteht die Möglichkeit sich zu besprechen und schriftlich festzuhalten, wie man sich vorstellt, was dann andere ausführen werden, wenn es um den Erdenabschied geht: Möchte man zu Hause sterben? Wo ist der Aufbahrungsort während der drei Tage? Soll es eine Totenwache geben? Wer wird benachrichtigt? Wie möchte man angezogen sein? Der Sarg? Gibt es eine Feier? Wer gestaltet diese? Mit Blumen? Mit Musik? Mit einem kirchlichen Teil? Mit Lebenslauf? Gibt es eine Erdbestattung oder eine Kremation? Sind die finanziellen Ressourcen dazu hinterlegt? Wer hat die Unterschrift diese zu öffnen? Diese Fragen helfen auch die Schnittstelle zu klären zwischen den Menschen, mit denen man den Lebensraum teilt und den Familienangehörigen.

*Myriam Tamarcaz und Anita Grandjean*

#### L'Aubépine (Weissdorn)

Wir treffen uns 4x im Jahr. Wir beginnen mit Zeilen von R.M. Rilke und schliessen mit ebensolchen von Victor Hugo. Ein wichtiger Teil der Zusammenkunft beinhaltet den Austausch von Erfahrungen, Erlebnissen und daraus entstandenen Fragen. Die Textarbeit aus dem Werk Rudolf Steiners sehen wir als Erweiterung und Unterstützung, um in der konkreten Situation die Kraft und die Umsicht zu haben das angemessene tun zu können.

*Anita Grandjean*

#### Sterbekultur Gesprächsgruppe Bern

Im Jahre 2009 trafen sich 8 Personen erstmals zum Thema Sterbekultur im Johanneszweig in Bern.

Wir strukturierten unsere Treffen schon damals wie auch heute noch so:

- Einstimmung mit gemeinsamer Eurythmie
- Die Gesprächsarbeit wird durch einen Dreiklang und das Lesen des Spruches «Die Toten kommen» von Gerhard Reisch umrahmt.
- Themen waren aus der Theosophie und heute arbeiten wir mit den Studienblättern von Franz Ackermann.

In diesen Jahren organisierte die Gruppe eine Tagung im Rüttilhubelbad und später eine internationale Tagung in der Steinerschule in Ittigen. Heute besteht die Gruppe aus 12 – 15 Interessierten, die mehr oder weniger regelmässig an den Treffen, die viermal pro Jahr stattfinden, teilnehmen.

Wir hoffen, diese wichtige Arbeit in Bern in Zukunft weiter ausbauen zu können.

*Heinz Kneubühl*

#### Rétrospective 2022, Lausanne

Les rencontres ouvertes à tous, à l'école Rudolf Steiner ont eu pour thème : Les contes, comme « expression des secrets des mondes spirituels » (Rudolf Steiner) avec au centre un choix de contes de Grimm et des ateliers créatifs sur 1 journée tous les deux mois environ. Images de vérité, puisant aux archétypes de l'âme humaine, les contes nourrissent chaque génération, donnant sens, courage et confiance dans les épreuves et la destinée humaine de la naissance à la fin de vie. Ces rencontres animées par Michel Lepoivre, psychothérapeute ont permis de nombreuses découvertes et résonances biographiques et favorisé des échanges avec un public très varié.

Les Echanges Sur le Seuil ont continué à La Communauté des chrétiens sur une après-midi, tous les deux mois ; le groupe se réunit depuis décembre 2015 et s'est renouvelé en grande partie. Accompagner la mort de ses proches, préparer la nôtre est son thème général. En 2021 et 2022, des contemplations de reproductions de Gerhard Reisch ont enrichi ce travail toujours complété par des conférences de Rudolf Steiner. Une fois par an, un atelier de peinture est proposé sur le thème du Seuil.

Le Moment pour les défunts qui existe depuis 2016 sous cette forme, a eu lieu comme depuis sa création en 2016 à la Communauté des chrétiens le 19 novembre sur des poèmes de Georges Haldas, des mantras de Rudolf Steiner et de l'improvisation musicale.

Enfin s'est créée cette année à la Saint Michel, une association d'accompagnement, Présence, mettant en lien un petit noyau d'accompagnants et de thérapeutes à orientation anthroposophique pour un accompagnement, respectueux et bienveillant de la fin de vie. Un fonds d'entraide permet de soutenir les demandes éventuelles. Echanges et études réunissent régulièrement le cercle des membres fondateurs, ouverts à d'autres intéressés. Le canton de Vaud ou plus particulièrement Lausanne a une large offre en soins palliatifs et associations d'accompagnement de fin de vie. Nous verrons quelle place prendra notre petite association dans ce vaste paysage.

Pour 2023, j'ai appelé à ce que d'autres membres de la Branche autour du mourir viennent me rejoindre pour soutenir ou élargir ces différentes initiatives ou en proposer d'autres. Une rencontre est prévue en début 2023.

*Frédérique List*

#### Regionalgruppe Lenzburg

Nach dem Tod unserer Tochter Johanna wechselte ich 2011 mit einem starken Impuls vom Zweig in die Sterbekulturgruppe. Da begann ein Lesekreis in der Christengemeinschaft Lenzburg und wir gestalteten einen öffentlichen Tag im Jahr zu verschiedenen Themen: Die Schritte nach dem Tod für die Angehörigen, der Weg des Verstorbenen, die Patientenverfügung, Thema Organspende ect. Es war viel Aktivität da. Zuerst begleitete uns Herr Pfarrer Schmiedt bis zu seinem Wegzug, dann Herr Pfarrer Van den Bussche, der sich dann auch anderen Aufgaben widmete.

Dann wechselten auch die Mitglieder. Es wurde eine Lese- und Gesprächsgruppe. Der Austausch wurde wesentlicher Bestandteil. Wir lasen verschiedenste Bücher zum Thema Sterben. Immer wieder bewegten wir das Thema Sterbecafe, wie es in Zürich und Basel stattfindet. Ob so etwas auch in der Region Lenzburg, Aarau denkbar, machbar wäre?

Da mein Wohnort nun in Dornach ist, wurde die Aargauer-Gruppe im März 2022 aufgelöst, beziehungsweise der Impuls schläft.....

*Stefanie Schär*

#### Regionalgruppe St. Gallen

Nach 15 Jahren Regionalgruppe St. Gallen ist es gelungen, neue Verantwortliche für die vierteljährlichen Zusammenkünfte zu finden. Elwira Exer, Claudia Bischof, Myrta Hugentobler und Verena Steinmetz. Verena begleitet die Gruppe neu aus Bern, wohin sie umgezogen ist. Alle sind schon länger aktiv an

der Gruppe beteiligt.

Wir arbeiten an einem zuvor vorbereiteten Vortrag von Rudolf Steiner, im Moment Inneres Wesen des Menschen zwischen Tod und neuer Geburt GA 153. Dann tauschen wir uns aus, auch über aktuelle Erlebnisse und Fragen, beziehen die Alters-Begleitung im Sinne von WIDAR mit ein, und immer auch praktische Aspekte dieser Aufgaben.

Momentan können wir einen Menschen im Zugehen auf die Schwelle im Altersheim Hof Riedern begleiten, mit Anwesenheit nachts oder in Teilen der Nacht. Das sind tiefe Erlebnisse.

Dankbar sind wir für das seit Beginn Zusammengehen mit den Priestern der Christengemeinschaft.

Der St.Gallergruppe wünsche ich fruchtbares Wirken in die Zukunft hinein, ich bleibe ihr erhalten, jedoch nicht mehr organisatorisch, und grüsse herzlich, in Dankbarkeit

*Annelies Heinzelmann*

### **Züri-Lese-Arbeits-Gruppe zu Vorträgen von Rudolf Steiner über Leben, Sterben, Vorgeburt- und Nachtodliches Leben**

Die Gründung fällt auf den 1. Juni 2015. Zu Beginn waren es 15 Menschen aus der Region, die Interesse zeigten und beim ersten Mal anwesend waren. Diese Zahl pendelte sich dann ein, so dass immer zwischen 7 und 12 Menschen sich jeweils morgens zwischen 9:30 und 11:00 Uhr in unserer Stube an der Zürichbergstrasse 27 austauschen konnten. Das erste Jahr trafen wir uns an 10 Tagen. Die folgenden Jahre je siebenmal. Wie aus „Zauberhand“ bleibt die Zahl konstant, so dass, nach einem Austritt, ein Eintritt folgte, wobei es wenig Mutationen gab bis jetzt.

Wunderbar!

Wir lesen jeweils den anstehenden Vortrag zu Hause. Im Zusammensein bewegen wir Fragen dazu und lesen Abschnitte zusammen, vertiefen sie im Gespräch. Alle Anwesenden haben Erfahrungen im Begleiten von Sterbenden. Diese auszutauschen, zusammen mit den grossen Inhalten von Rudolf Steiner ist kostbar, stärkend für unser aller Alltag. Dies möchten wir nicht mehr missen.

Die Zürichgruppe ist Quelle für weitere Unternehmungen der Sterbekultur, z.B. das Regionaltreffen oder die Teilnahme am Festival „Hallo Tod“.

*Monika Pfenninger*

## **Weiterbildung zur Begleitung von Menschen am Lebensende**

Im letzten Jahr konnten die Module der Weiterbildung inhaltlich überarbeitet und von neun auf sieben Module reduziert werden. Die inhaltliche Arbeit sowie die organisatorischen Fragen waren vielfältig und sie sind uns gut geglückt.

Am 10. November 22 konnten wir den ersten Workshop zur Gemeinschaftsbildung innerhalb der Sterbekultur durchführen. Über 30 Menschen haben sich im Rütihubelbad in Walkringen eingefunden. Gemeinsam suchten wir nach Fragen und Antworten zu den wesentlichen Entwicklungsschritten vor dem Tode. Impulsreferate zu den Themen des Acht-gliedrigen Pfades, der Bedeutung der Hüllenbildung bei der Sterbebegleitung und zu Schmerz, Schuld und Verzeihen, leiteten den Tag ein. Mit einer Nachdenkrunde und einer Bildbetrachtung konnten die Teilnehmenden die Inhalte weiterverarbeiten. Drei Workshops am Nachmittag, «Würdevolle Fragen zur Biografie am Ende des Lebens», «Äussere Anwendungen bei Sterbenden» und «Künstlerische Aspekte der Sterbebegleitung» vertieften unsere Suche nach den wesentlichen Entwicklungsschritten vor dem Tode. Aus den Rückmeldungen der Teilnehmenden zeigte sich, dass es für Alle ein beeindruckender Tag war.

Die Weiterbildung zur Begleitung von Menschen am Lebensende startet im März 2023 mit dem Modul I, das bereits ausgebucht ist. Die Leitungsgruppe der Weiterbildung mit Susann Temperli, Lehrerin und Musiktherapeutin, Claudia Bischof, dipl. Erwachsenenbildnerin und Kunsttherapeutin, und Ursa Neuhaus, lic.phil., Expertin in Anthroposophischer Pflege und Berufsschullehrerin freuen sich sehr, dass das Nachdenken und Mitempfinden über das Sterben, den Tod und das Nachtodliche auf ein so grosses Interesse stösst.

*Ursa Neuhaus*

## **Übersicht über die Module der Weiterbildung zur Begleitung Sterbender ab 2023**

Modul I Sterbebegleitung als Lebensbegleitung 29. März 2023 Zürich Enge

Modul II Der Moment des Todes 22. Juni 2023 Rütihubelbad

Modul III Begleitung nach dem Tode 30. August 2023 Rütihubelbad,

Modul IV Lebensüberschau und Ich-Erlebnis Frühling 2024

Modul V Zeit der Lebensverarbeitung – Kamaloka Sommer 2024

Modul VI Konkret Begleiten Herbst 2024

Modul VII Gemeinsamer Abschluss Frühling 2025

Weitere Informationen zur Weiterbildung sind auf [www.sterbekultur.ch](http://www.sterbekultur.ch) unter Aktuellem zu finden.



## **Nächster Workshop zur Gemeinschaftsbildung**

### **23. November 2023 in Dornach**

Der nächste Workshop zur Gemeinschaftsbildung für alle Mitglieder des Fachzweiges Sterbekultur und Absolventinnen und Absolventen der Weiterbildung sowie für alle Interessierten findet am 23. November 2023 in Dornach statt. Thema wird die konkrete Begleitung am Lebensende sein. Bitte merken Sie sich das Datum.

## Aufruf Forum für Sterbekultur

### Bericht von Sterben.ch

Das Forum für Sterbekultur, das die Website sterben.ch betreibt, wirkt unter dem Dach der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur. Es pflegt die Verbindung zu namhaften Akteuren, deren Kernanliegen, Fragen rund um das Lebensende sind, darunter die Hippokratische Gesellschaft, und das Forum für Suizidprävention, ebenso ist es für die Durchführung von einem Gesprächs Cafés (Reden über Leben und Sterben) in Zürich verantwortlich.

Aktueller Schwerpunkt ist der Relaunch der Website. Die Überprüfung der Inhalte, die Neugestaltung, das Suchen von passenden Bildern und Schriften bedeutet eine grosse Herausforderung, die nur dank der tatkräftigen Unterstützung von Andreas Gerkens als ausgewiesenen Fachmann gelingen kann. Wir sind zuversichtlich, die erneuerte Website Anfang 2023 aufschalten zu können und freuen uns auf die Rückmeldungen der Besucher.

**Eine grosse Sorge bereitet uns die personelle Situation. Durch den bereits von langer Hand angekündigten Rücktritt von Franz Ackermann, fehlen uns ein bis zwei unternehmerische Persönlichkeiten für die Öffentlichkeitsarbeit und die Vernetzung mit den verschiedenen Akteuren im Bereich Sterbekultur. Ebenso willkommen sind unterstützende Menschen für die Betreuung der Website und andere administrative Aufgaben. Interessenten sind ganz herzlich zu einer unverbindlichen Teilnahme an einer unserer nächsten Sitzungen eingeladen. Anfragen bitte an: [info@sterben.ch](mailto:info@sterben.ch).**

### Ausblick auf 2023

#### Bildung eines Freundeskreises

Heute umfasst die Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur gut hundert Mitglieder. Die Adressliste mit allen interessierten Menschen enthält knapp 950 Adressen. Die Bewirtschaftung einer Adressliste dieser Grösse übersteigt die zeitlichen und organisatorischen Kapazitäten der Kerngruppe. Aus diesem Grund hat sie dem Treffen der Regionalgruppenverantwortlichen vorgeschlagen, ihre Tätigkeit künftig auf die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft zu fokussieren, und einen Freundeskreis aufzubauen.

Der Freundeskreis soll Menschen offenstehen, die sich der Arbeitsgemeinschaft thematisch verbunden fühlen, jedoch nicht Mitglied der anthroposophischen Gemeinschaft sind. Sie entrichten der Arbeitsgemeinschaft einen jährlichen Unterstützungsbeitrag von 40 Franken. Die Teilnehmenden des Treffens der Regionalgruppenverantwortlichen haben diesem Vorschlag zugestimmt. Die Regionalgruppen entscheiden selbstverständlich weiterhin eigenständig über ihre Strukturen und Mitglieder.

**Wir bitten deshalb alle Menschen, die nicht Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur sind aber zum Freundeskreis stossen möchten, dies bis zum 31. März 2023 an [info@sterbekultur.ch](mailto:info@sterbekultur.ch) zu melden. InteressentInnen ohne Mail melden sich per Post bei Ursa Neuhaus, Steigerweg 8, 3006 Bern. Ab März 2023 werden der Newsletter und weitere Informationen nur noch an die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft und des Freundeskreis versandt.**

Alle Unterlagen werden wie bisher auf der Homepage allen interessierten Menschen zur Verfügung stehen. Zudem werden alle Modulteilnehmenden jährlich zu einem Workshop eingeladen, der die Gemeinschaftsbildung fördert.



### Termine der Arbeitsgemeinschaft

- **Jahresversammlung Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur**  
Wann: **18. Februar 2023**, 15h bis 17h  
Ort: Dornach, Einladung folgt
- **Treffen Regionalgruppenverantwortliche**  
Wann: **9. September 2023**  
Ort: Michaelzweig in Zürich

### Weitere Veranstaltungen: Regional- und Ortstreffen



**Wir danken Ihnen herzlich für Ihr Interesse.**

Im Namen der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur

Kerngruppe Sterbekultur

Bern, im Februar 2023

[www.sterbekultur.ch](http://www.sterbekultur.ch)



---

[Abmeldelink](#) | [unsubscribe](#) | [Lien de désinscription](#) | [Anular suscripción](#) | [Link di cancellazione](#)