

DIE ITA WEGMAN KLINIK INFORMIERT

# QUINTE

FÜNF BEITRÄGE ZU GESUNDHEIT UND QUALITÄT

**Stufen des Abschieds | Seite 4**

Gespräch mit Annemarie Gass und Silvia Wälti  
Sterben in der Ita Wegman Klinik

**Wo Sterben zur Lebensfrage wird | Seite 8**

Dr. med. Lukas Schöb  
Anthroposophische Medizin in der Begleitung Sterbender

**Wo der Himmel offen steht... | Seite 12**

Regula Utzinger  
Töne und Klänge als Begleiter auf dem letzten Wegstück

**Am Ende verfliessen die Grenzen | Seite 15**

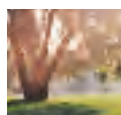
Matthias Grüninger  
Mitten im Leben: Sterben und Auferstehen

**Aktuelles | Seite 18**

Vorstellung von neuen Ärzten,  
Zertifizierung „stillfreundliche Klinik“, Jahreszeitenrezept

Ihr persönliches Exemplar

ZUM MITNEHMEN!



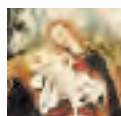
#### Stufen des Abschieds, Seite 4

Gespräch mit Annemarie Gass und Silvia Wälti  
Sterben in der Ita Wegman Klinik



#### Wo Sterben zur Lebensfrage wird, Seite 8

Dr. med. Lukas Schöb  
Anthroposophische Medizin in der Begleitung Sterbender



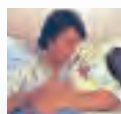
#### Wo der Himmel offen steht..., Seite 12

Regula Utzinger  
Töne und Klänge als Begleiter auf dem letzten Wegstück



#### Am Ende verfließen die Grenzen, Seite 15

Matthias Grüninger  
Mitten im Leben: Sterben und Auferstehen



#### Aktuelles, Seite 18

Vorstellung von neuen Ärzten,  
Zertifizierung „stillfreundliche Klinik“, Jahreszeitenrezept

*Glücklich werden die sein,  
welche den Worten  
der Toten Gehör schenken.*

*Leonardo da Vinci*

Nah, ganz nah...

*Liebe Leserin, lieber Leser,*

*Ich hatte unlängst einen Traum, und mit dem Erwachen war mir klar,  
dass er eine Botschaft enthielt, an deren Wahrheit ich keinen Moment zweifelte.*

ICH HATTE DA EINE BEGEGNUNG mit meinem schon vor vielen Jahren verstorbenen Vater. Eine unmittelbare Nähe prägte das Zusammenkommen. Nah, ganz nah war er mir da. Näher als jemals im Leben.

Und mit unüberbietbarer Klarheit stand die Einsicht vor mir: Die Toten sind mitten unter uns! Immerwährend sind wir uns nahe, so nahe, dass wir sie – die Verstorbenen – eben gar nicht als ein Gegenüber wahrnehmen – und gerade deshalb so leicht übersehen.

Noch ein zweites ergab sich mir: Sie – die Verstorbenen – suchen den Kontakt zu uns Lebenden. Sie hätten uns manches zu sagen. Nur: Sie bleiben draussen vor der Tür, wenn wir uns ihnen nicht ganz bewusst zuwenden.

Wir alle leben in einer Zeit, die sich mit dem Sterben denkbar schwer tut. Ein für viele angstbeladenes, unheimliches Thema, das wir gerne aus unserem Bewusstsein verdrängen.

Das Verständnis für das Leben ist uns darob weitgehend abhanden gekommen. Dass wir uns tagaus tagein mit so viel Scheinleben abpeisen lassen, ist mir Beweis genug dafür. Wer vom Leben nichts weiss, kann auch den Tod nicht verstehen.

*Wer nicht stirbt, bevor er stirbt,  
der verdirbt, wenn er stirbt!*

legt uns der Mystiker Angelus Silesius nahe. Vom Wert des Loslassens ist hier die Rede. Und vom Glück, das uns erwartet, wenn wir uns zeitlebens im Abschiednehmen üben.

Dass Ihnen dies liebe Leserin, lieber Leser etwas öfter gelinge, Sie befreie und beflügle und nur so immer wieder ins pulsierende Leben zurückführe, wünsche ich Ihnen von Herzen



DANIEL WIRZ FÜR DAS REDAKTIONSTEAM



Sterben in der Ita Wegman Klinik:

## Stufen des Abschieds

*In der Ita Wegman Klinik wird Wert auf eine würdige Begleitung Sterbender gelegt. Als ein bereicherndes Geben und Nehmen erleben dies die hier befragten in der Pflege Tätigen. Nach dem Tod verbringt eine Patientin, ein Patient noch drei Tage in der Klinik. Ein schrittweises Abschiednehmen ist in der Klinik möglich.*

KONSTANZE BREFIN ALT

**Mit Annemarie Gass, Pflegedienstleiterin, und Silvia Wälti, Krankenschwester in der Inneren Medizin, sprach Konstanze Brefin Alt über den Umgang mit dem Sterben.**

„ES GIBT WOHL NICHTS Intimeres als das Sterben – weshalb nicht selten Menschen gerade dann sterben, wenn sie für kurze Zeit allein gelassen werden“, sagt Annemarie Gass zu Beginn unseres Gesprächs, und ihre Kollegin Silvia Wälti ergänzt: „Jeder stirbt seinen ganz eigenen, individuellen Tod. Der eine geht relativ leicht, ist schon dem Jenseits zugewandt, ein anderer hat grosse Mühe loszulassen, vielleicht, weil manches in seinem Leben noch ungeklärt ist, ein dritter hat grosse Angst vor dem Übergang, vor dem Ungewissen.“

Die wenigsten Menschen fürchten den Tod selbst, sondern das, was während des Sterbens alles geschehen könnte. Eine der schlimmsten Vorstellungen sei der Erstickungstod. Beide Gesprächspartnerinnen haben dies jedoch in der Begleitung von Sterbenden noch nie erlebt. Annemarie Gass: „Der menschliche Organismus scheint geheimnisvoll weise eingerichtet zu sein. Die Seele löst sich bereits etwas aus dem Leib und lässt den Sterbenden dadurch oftmals ohne Leiden hinübergleiten. Zudem haben wir ausser der menschlichen Zuwendung, die äusserst wichtig ist, auch die Mittel – sowohl die Medikamente wie die verschiedensten Anwendungen und Therapien, insbesondere Musiktherapie und Heileurythmie – um allfällige Schmerzen und Leiden zu lindern.“

Angehörige und Freunde empfinden vor allem die dunkle, schwere Seite des Sterbeprozesses. Viele Sterbende gingen ja auch durch Phasen der Auflehnung, der Erschöpfung, der Todesfurcht. Der Tod wolle angenommen sein. Aber nicht selten erlebe der Scheidende diesen Prozess anders, ganz anders, als die Menschen in seinem Umkreis. „Manchmal reist jemand sozusagen schon zwischen den Welten und berichtet, dass er zum Beispiel gerade mit der längst verstorbenen Mutter gesprochen habe“, erzählt Silvia Wälti. Und wenn man nicht aufmerksam sei, denke man an Verwirrung und verstehe die Aussage nicht.

„Es kann auch vorkommen“, erklärt Annemarie Gass, „dass ein Patient unbedingt nach Hause will, und einen Tag später stirbt er... Unsere Sprache ist diesseitsgerichtet, was die Verständigung darüber, was an der Schwelle zur geistigen Welt alles geschieht, erschwert.“

*Der Mensch, den wir lieben,  
ist nicht mehr da, wo er war –  
aber überall dort, wo wir sind  
und seiner gedenken.*

*Augustin*





FACHPERSON

*Silvia Wälti*ARBEITS-  
SCHWERPUNKT*Krankenschwester Innere Medizin  
an der Ita Wegman Klinik*

*Dipl. Pflegefachfrau, arbeitet gern in akut-medizinischen Situationen sowie mit bewegungseingeschränkten Kranken, wo sie mit Hilfe der Kinästhetik- und Bobath-Konzepte unterstützend wirken kann.*

*Die Betreuung von Sterbenden empfindet sie oft wie ein Ehrenamt, wo das Entdecken und Erfüllen der letzten individuellen Bedürfnisse die grosse Herausforderung bedeutet.*

*Ein Grundanliegen ist die umfassende Pflege in allen Situationen. Die Abteilung für Innere Medizin mit Schwerpunkt Kardiologie bietet ihr dafür den geeigneten Rahmen.*

KONTAKT

Telefon 061 705 72 78



FACHPERSON

*Annemarie Gass*ARBEITS-  
SCHWERPUNKT*Pflegedienstleiterin an der  
Ita Wegman Klinik*

*Dipl. Pflegefachfrau, seit 13 Jahren in der Ita Wegman Klinik tätig, seit 8 Jahren als Pflegedienstleiterin.*

*Ihre Hauptaufgabe liegt in der Sicherstellung einer qualitativ hochstehenden Pflege zur Zufriedenheit der PatientInnen durch gut geschultes und in anthroposophischer Pflege weitergebildetes Pflegepersonal sowie eine gezielte Unterstützung in der laufenden Entwicklung der Organisationsabläufe.*

*Ihr Hauptanliegen: Die PatientInnen fühlen sich in ihrer Krankheits- und Krisensituation gut verstanden, begleitet und gepflegt.*

KONTAKT

Telefon 061 705 72 36

annemarie.gass@wegmanklinik.ch

## Sterben als soziales Geschehen

In der Pflege werde das Sterben zum sozialen Geschehen. Annemarie Gass: „Man könnte es so formulieren, dass die Sterbenden sich gegenseitig helfen. Schilderungen von Sterbenden über ihre Eindrücke und Erlebnisse ermöglichen es uns Pflegenden, andere Sterbende besser zu verstehen. Es gibt noch einen weiteren Aspekt, der diese Hilfestellung ‚illustriert‘: Ein Patient befindet sich im Terminalstadium, aber das Hinübergehen zieht sich hin. Ein zweiter kommt in diese Phase. Nichts geschieht. Es scheint, als wenn sie warteten. Ein dritter stirbt dann. Und nun folgen ihm die beiden ersten, als ob dieser ihnen die Tür aufgestossen hätte. Dieses Türöffnen kann auch durch eine Geburt geschehen: Zum gleichen Zeitpunkt, da ein neuer Erdenbewohner ins Leben tritt, verlässt ein alter die Erde.“

An diesem Tor zur geistigen Welt also begegnen sich die, die kommen, und die, die gehen. Silvia Wälti beobachtete auch, „dass Menschen dann sterben konnten, wenn im Rahmen eines Jahresfestes draussen im Korridor zum Beispiel gesungen oder wenn in der Weihnachtszeit das Hirtenspiel aufgeführt wurde.“

## Noch einmal Schnee spüren...

Sterben heisse auch: ganz intensiv leben! Noch einmal Schnee spüren, einen blühenden Kirschbaum sehen, eine Wiese in der Hitze riechen, jemanden umarmen, festhalten können... Das bedeute nun unglaublich viel. Wenn sich der Mensch nochmals richtig mit dem Leben verbinde, könne er besser loslassen, auch die unerledigten, nicht erreichten Dinge. So könne er Friede finden, und manchmal zeige sich sogar ein feiner Humor.

Silvia Wälti fügt da folgende Geschichte an: „Eine Patientin hat unserer Station eine Kaffeemaschine geschenkt, damit sie einen letzten ‚anständigen‘ Kaffee bekäme. Daraus wurde dann noch manche Tasse...“, und fährt fort: „Es sind ja viele Abschiede für den Patienten. Er braucht zunehmend Pflege, er kann sich nicht mehr waschen, kann nicht mehr alleine zur Toilette, muss ernährt werden. Das ist ein sehr empfindlicher Vorgang. Permanent muss abgespürt werden, welche Hilfe der Patient nun braucht und wie weit er sie auch annehmen kann. Und bei jedem Abschied werde ich als Pflegende auf das Leben zurückgeworfen, wird mir bewusst, was ich wie selbstverständlich tun kann. Der Sterbende schenkt mir ein Stärker-ins-Leben-Kommen, während er für ihn Wichtiges noch erledigt oder das ihm Mögliche in vollen Zügen genießt. Sterbende holen einen unmittelbar in den Augenblick, sie helfen einem, gegenwärtig zu sein – und sie brauchen es auch!“

## Feierlicher Abschied

Dieses Abschiednehmen gehe über den Tod hinaus. Erst werde der Verstorbene schön hergerichtet und noch ein paar Stunden im Zimmer gelassen; dann in mildem Kerzenlicht blumengeschmückt aufgebahrt. Dafür biete der helle Aufbahrungsraum neben dem Foyer einen würdigen Rahmen. „So können die Hinterbliebenen und auch wir den verstorbenen Menschen gehen lassen und auf seinem neuen Wegstück begleiten“, erläutert Annemarie Gass. „Wir Mitarbeitenden halten später eine kleine Feier, zu der die Hinterbliebenen, wenn sie das wollen, herzlich eingeladen sind.“

Silvia Wälti schliesst mit einem Erlebnis: „Als ich gerade neu hier war, kam nachts um elf Uhr eine Frau auf die Station und wollte eine Patientin besuchen, die an diesem Tag verstorben war. Ich dachte erst, sie wisse es noch nicht – lernte aber schnell, dass man in der Ita Wegman Klinik auch die Verstorbenen ‚besucht‘!“



Was aber dem Leben  
Sinn verleiht,  
gibt auch dem Tod Sinn.

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

# Wo Sterben zur **Lebensfrage** wird.

Wer weiss, ob nicht,  
was wir Leben nennen,  
Sterben heisst und  
Sterben Leben bedeutet.

EURIPIDES

## Anthroposophische Medizin in der Begleitung Sterbender

*Bis hin zum Sterben prägt das „Ring um die Mitte“ unser Leben. Gelingt es mehr oder weniger, sind wir gesund. Geraten wir ins Ungleichgewicht, wie auch immer, ist Krankheit nahe. Auch in der Begleitung des Menschen auf seinem letzten Wegstück auf der Erde hat die anthroposophische Medizin Heilmittel zur Hand, die dieses Ringen unterstützen.*

DR. MED. LUKAS SCHÖB

ES WIRD IMMER WIEDER behauptet, Sterben sei ein Tabu-Thema. In den täglichen Begegnungen mit schwerkranken Menschen, Sterbenden und deren Angehörigen habe ich gar nicht diesen Eindruck. Vielmehr wird häufig um einen guten Umgang mit diesem Thema gerungen. Viele Fragen und Unsicherheiten tauchen auf, alle spüren, dass etwas Neues kommt, doch wie gehe ich persönlich damit um?

Entscheidend bei der ärztlichen Betreuung von Sterbenden ist die Haltung gegenüber Krankheit, Heilung und Tod. Alle Beteiligten, allen voran natürlich der Patient selbst, aber auch seine Angehörigen, die Pflegenden und eben wir behandelnden Ärzte sind dabei unweigerlich zwei gegensätzlichen Neigungen ausgesetzt. Auf der einen Seite ist da die Stimmung: „Das hat doch sowieso alles keinen Sinn mehr“. Resignation, Verzweiflung tun sich darin kund. Auf der anderen Seite können, vielleicht auch nur phasenweise, Illusionen, gegenstandslose Hoffnungen bis zu Verdrängungen auftreten.

Beide Haltungen sind extrem und rufen nach einer Mitte, welche während der Krankheit dauernd neu gesucht werden muss – von allen Beteiligten.

### Anthroposophische Medikamente

Aus ärztlicher Sicht wären da einmal die anthroposophischen Medikamente zu erwähnen, welche bei Sterbenden angewandt werden. Es geht dabei zum einen um die Erhaltung des Gesunden, zum andern um die Heilung von Unausgeglichenem – auch noch in der letzten Stunde vor dem Tod. Entscheidend ist dabei die Annahme der wiederholten Erdenleben: Der Übergang vom Leben in den Tod ist prägend für unser weiteres Vorankommen, so wie der Verlauf der Geburt das folgende Leben beeinflusst.

Nach so vielen Wehen,  
wen wundert's,  
dass dein Tod dir als  
Geburt erscheint.  
Das grösste Fest des  
Lebens.

Frank Geerk

aus: Vom Licht der Krankheit, Karlsruhe 2000



Das, was hier geschieht durch Liebe, durch Freundschaft, inniges einander Verstehen, das sind Bausteine, die da oben in der geistigen Region Tempel bauen. Und es muss für die Menschen, welche diese Gewissheit durchdringt, ein erhebendes Gefühl sein, zu wissen, dass, wenn sie hier schon von Seele zu Seele Bande schlingen, das die Grundlage ist eines ewigen Werdens.

RUDOLF STEINER  
AUS: TOD WIRD LEBEN



*Dr. med. Lukas  
Schöb-Plattner*

*Facharzt für Innere Medizin FMH*

*Geboren 1966 in Basel. 12 Jahre  
Rudolf Steiner-Schule in Basel,  
Medizinstudium in Basel und  
Genf. Weiterbildung zum Facharzt  
in verschiedenen Kliniken der  
Schweiz.*

*Die wichtigsten Fragen während  
meines Medizinstudiums waren  
philosophischer Natur, weshalb  
ich einige Semester an der Philo-  
sophischen Fakultät belegte. In  
der intensiven Auseinanderset-  
zung mit Lebensfragen lernte ich  
so die Anthroposophie und die  
anthroposophische Medizin ken-  
nen. Faszinierend und herausfor-  
dernd ist für mich das Zusammen-  
wirken von Bewusstseinsprozes-  
sen und leiblichen Prozessen.  
Unter diesen Gesichtspunkten  
können sich ganz neue Wege zur  
Behandlung verschiedenster inter-  
nistischer Erkrankungen finden  
lassen, wie zum Beispiel entzünd-  
liche, infektiöse, degenerative  
oder Tumorerkrankungen.*

*Telefon 061 705 72 82*

*lukas.schoeb@wegmanklinik.ch*

FACHPERSON

ARBEITS-  
SCHWERPUNKT

KONTAKT

Wenn zum Beispiel unter anderem bei Sterbenden Gold in homöopathischer Verarbeitung als Injektion verabreicht wird, können wir häufig erstaunlich ruhige und gelassene Sterbeprozesse beobachten. Dadurch kann oft mit wenig konventionellen Schmerz- und Beruhigungsmitteln wie z. B. Morphin und anderen ausgekommen werden. Das Gold, eine durch und durch rätselhafte Substanz, entstammt der Erde und hat seit langer Zeit die Menschen fasziniert. Es vereinigt Polaritäten in sich. Zum einen ist es hell-glänzend, edel und rein, zum andern aber auch schwer und hoch verdichtet. Durch die pharmazeutische Verarbeitung wird der erste Aspekt - das Glänzende, Edle und Reine - in seinem Wirkungsgrad stark gesteigert. Gleichzeitig steht Gold seit jeher für die Mitte, die Sonne, das Herz.

### Gold, Myrrhe, Weihrauch

Nur angedeutet werden kann hier eine weitere Heilmittelkomposition, welche den Aspekt des Goldes noch erweitert und welche von einem anthroposophischen Arzt Mitte des letzten Jahrhunderts entwickelt wurde: Olibanum compositum. Es besteht aus Gold, Weihrauch und Myrrhe und verweist damit auf Weisheiten mit christlichem Hintergrund. Auch dieses Mittel wird meist als Injektion verabreicht und wirkt ausgleichend, beruhigend und krampflösend, somit auch schmerzlindernd, ohne dass es das Bewusstsein dämpft.

Ausserdem stehen Heilmittel der anthroposophischen Medizin für den Umgang mit Atemnot, Angst und Durstgefühlen zur Verfügung, welche die selbstverständlich ebenso eingesetzten Mittel wie Sauerstoff, chemische Medikamente und intravenöse Flüssigkeitsgabe ergänzen.

### Ringens um die Mitte

Bei der Behandlung von Sterbenden zeigt sich das Ringens um die Mitte, wie es bei jeder Krankheit, ja eigentlich während des ganzen Lebens von zentraler Bedeutung ist, in überdeutlicher Weise. Jedes Sterben fordert uns dazu heraus, die Fragen nach dem Leben, nach seinem tieferen Sinn und Wert noch ernsthafter zu bedenken. Leben als fortschreitender Heilungsprozess, als Ringens um die Mitte - bis in den Tod.

Wir erleichtern dem Toten ungeheuer sein Leben nach dem Tode, wenn wir es zuwege bringen, wirklich uns in unser Schicksal zu fügen und an den Toten so zu denken, dass wir wissen: Die waltende Weisheit der Welt hat ihn uns in der rechten Stunde nehmen wollen, weil sie ihn auf anderen Gebieten des Daseins braucht. Unendliches Glück würde über Lebende und Tote kommen, wenn dieses einziehen würde als eine Gesinnung in die Seelen der Menschen, und wenn die Menschenseele an die Toten wie als an Lebende denken könnte, an ihre Verwandlung des Lebens denken könnte und nicht daran, dass sie ihr genommen worden sind.

RUDOLF STEINER  
AUS: TOD WIRD LEBEN

Unsterblich ist am  
Menschenwerke, was  
aus dem Herzen her-  
aus, voll Liebe, für die  
Menschheit gedacht,  
empfunden und voll-  
bracht wird.

RUDOLF STEINER





**Die Himmelslinde**

Grad dort, grad dort,  
wo der Himmel offen steht.

Grad dort, grad dort  
steht ein Lindlein grün.

Darunter da sitzt  
Mutter Maria.

In ihrem Arm,  
Das Kindlein ihr.

Es gibt seinen Segen  
über alle Lande,  
über Himmel und Erde.

Ein Lied aus der Gottschee, Slowenien

# Wo der Himmel **offen** steht...

## Töne und Klänge als Begleiter auf dem letzten Wegstück

*Die Musiktherapeutin Regula Utzinger erzählt in diesem Beitrag von ihrem „musikalischen Umgang“ mit Sterbenden. Je nach Phase sind es wieder andere Instrumente, andere Klänge, die den Menschen auf dem letzten Wegstück helfen sollen. Ein feines Gespür ist da in jedem Fall erforderlich.*

REGULA UTZINGER

SCHON OFT WAR das Lied „Himmelslinde“ bei der Betreuung von Menschen auf dem Weg zur „Himmelspforte“ ein Begleiter. Wie kann eine solche musikalische Wegbegleitung in der Praxis aussehen?

Das „Thema“ ist für alle dasselbe, aber der Weg dahin ist für jeden Menschen ein ganz anderer – eben sein eigener. Je näher der Übergang rückt, desto spezieller und individueller gilt es, die hilfreichen Töne und Klänge auszuwählen.

Die Begleitung kann sich in einem Fall über Monate hinziehen oder aber auch nur ein paar Tage dauern. So lange es geht, wird man den Patienten in das Spielen oder Singen aktiv miteinbeziehen. Ist das nicht mehr möglich, tritt das Vorspielen und/oder Vorsingen des Therapeuten in den Vordergrund.

Ist der gemeinsame Weg länger, kann ich als Therapeutin natürlich in ganz anderem Masse an den musikalischen aber auch seelischen Erlebnissen und Wandlungen Anteil nehmen. In diesem Falle fällt mir die Auswahl der passenden Musik leichter. Entfällt dieses Sich-Vertraut-Machen aber, ist meinerseits ein waches Hinlauschen und sorgfältiges Beobachten des Menschen unabdingbar. Wie, mit welchen Instrumenten und Klängen, soll ich ihn begleiten? Ich kann ihn ja oft nicht mehr direkt ansprechen, auch ist es schwer abzuschätzen, inwieweit in seinem Bewusstsein überhaupt noch Platz für Irdisches ist oder aber schon übersinnliche Wahrnehmungen im Vordergrund stehen.

### Grenzüberschreitendes Musikhören

Beim (Musik-)Hören passiert diese Grenzüberschreitung andauernd. Geräusche, Töne, Klänge, auch unsere Sprache – sie sind nicht sichtbar, nicht physisch fassbar. Das Hören ist somit der erste Schritt hin zum übersinnlichen Wahrnehmen. Diese Tatsache ist im Hinblick auf unsere therapeutische Arbeit (besonders bei Angstzuständen) von grosser Wichtigkeit.

Beim Musikhören kann das „Grenzen überschreiten“ anfänglich erübt, erfahren werden. Ich bin überzeugt, dass genau dieses die Musik für uns so wichtig macht.



FACHPERSON

*Regula Utzinger  
Musikerin,  
Musiktherapeutin*

ARBEITS-  
SCHWERPUNKT

*Seit 1984 Musiktherapeutin  
an der Ita Wegman Klinik,  
Arlesheim, CH;  
betreut stationäre und  
ambulante Patienten aus  
allen Abteilungen.*

*Daneben pädagogische  
und künstlerische Tätigkeit.  
Freie Mitarbeit an Aus-  
bildungen, Tagungen und  
Seminaren.*

KONTAKT

*Telefon 061 705 72 10*

*regula.utzinger@  
wegmanklinik.ch*



## Betrachtung des Hörens

### Der Klang taucht am tiefsten hinab in die menschliche Seele. (Kurt Pahlen)

Es ist bekannt, dass das Ohr als Organ im dritten Monat der Schwangerschaft bereits fertig ausgebildet ist. Das Kind kann zu diesem Zeitpunkt auch schon hören. Der Mensch hört also, ehe er geboren wird. Es ist ausserdem bekannt, dass das Hören als letzter Sinn nach dem Tode erlischt. Diese beiden Sachverhalte bestätigen eindrücklich, dass wir hörend buchstäblich Grenzen überschreiten. Das finden wir im täglichen Leben vollauf bestätigt.

*Sehen* können wir nur bis zur Wand, zur Türe hin. *Hören* können wir zuweilen aber auch, was sich jenseits der sichtbaren Grenze tut. Manche sind durchaus in der Lage, jemanden, der kommt, an seiner Stimme oder am Schritt zu erkennen, ehe sie ihn physisch wahrnehmen.

### Wie Sterbende musikalisch begleiten?

Bei einer längeren Begleitung hat vorerst muntere und besinnlichere, schnellere und langsamere Musik mit einer reichen Tonskala Priorität. Immer weniger Töne werden es später sein. Grosse Tonabstände werden mehr und mehr in den Vordergrund treten. Sie lassen mehr Raum für das, was im anderen Menschen vorgeht. Die ansonsten stimmungsvollen Dreiklangharmonien scheinen immer weniger angebracht. Sie wirken jetzt allzu dicht und fast ein wenig erdrückend. Von der Klangqualität sind – rückt das Sterben einmal näher – Instrumente zu bevorzugen, deren Ton nach dem Anschlagen nur langsam verklingt, wie das zum Beispiel bei Saiteninstrumenten oder Glocken der Fall ist. Solche Töne wirken befreiender als etwa ein trockener Flöten- oder Xylophonten, der praktisch keinen Nachklang hat. Unterschiedlich wirken natürlich auch hohe oder tiefe Töne. Gemäss meiner Erfahrung lösen tiefe Töne zuweilen eine gewisse Unruhe oder gar Schmerz aus. Sie scheinen zu schwer, zu „irdisch“. Aufsteigende Melodiesequenzen wirken mehr lösend als absteigende.

Zu dem eingangs erwähnten Lied gibt es eine Begleitung, die sich aus der Tiefe in der Wiederholung immer höher schwingt und dadurch eine immer grössere Weite schafft.

### Individuelle Sterbewege

Im folgenden möchte ich zwei „Sterbewege“ kurz skizzieren. Einer Frau wurde vom Arzt ambulante Musiktherapie verordnet. Damals ging es überhaupt nicht um eine Sterbegleitung. Die Diagnose und das, was mir der Arzt von der Patientin erzählte, sprach – was die Instrumentenwahl betrifft – für den Einsatz einer Chrotta. Sie ist ein ursprünglich keltisches Instrument, das heute in Geigen-, Bratschen- oder Celloform mit vier Saiten zum Streichen gebaut wird. Frau Z. (damals 65-jährig) war von der Tenorchrotta (halbe

Cellogrösse) sofort begeistert und genoss den warmen Ton sichtlich. Sie kaufte sich sogar ein eigenes Instrument und spielte täglich darauf. Es wurde ihr zu einem wichtigen persönlichen Begleiter für die nächsten fast zehn Jahre. Freudig kam sie jede Woche zur Stunde. Das ursprüngliche Leiden verschwand mit der Zeit gänzlich. Trotzdem kam sie weiter zum Chrottaspielen, bis sich eines Tages eine ganz andere Krankheit bemerkbar machte. Diese behinderte sie zusehends in ihrer Bewegungsfreiheit. Sie konnte bald auch nicht mehr längere Zeit sitzen. Es war schwer für sie, ihre liebe Chrotta kaum noch spielen zu können. Bald wurde sie vollends bettlägerig und brauchte Spitalpflege.

Anfangs probierten wir verschiedene Varianten aus, damit sie doch noch im Bett spielen konnte, aber eigentlich reichten die Kräfte nicht mehr aus. Sie durfte sich nun wünschen, was sie hören möchte und genoss das Vorspiel sichtlich, sang zuweilen sogar mit, was sie früher eher scheute. In den letzten zwei Wochen wurden die Wachmomente immer kürzer, mein Spiel wurde langsamer und leichter, und ich versuchte, ihren Atemrhythmus aufzugreifen. Dann kam eine Phase, in welcher mir die Chrottatöne zu schwer erschienen. Ich spielte ihr auf der Leier vor. Zum Abschluss der Stunde erklang dann jeweils ihr Lieblingschoral, bei dem sie manchmal noch einige Töne mitsang, obwohl man den Eindruck hatte, sie wäre schon weit weg.

Eines Abends ging ich nochmals hin. Sie reagierte nicht auf meine Begrüssung. Ich spielte ihr vor, sie blieb ruhig. Schwer und langsam ging ihr Atem. Am Schluss spielte und sang ich, wie gewohnt, den vertrauten Choral. Während der letzten Zeile erschrak ich, als vom Bett her plötzlich glockenreine Töne an mein Ohr drangen, so hell und rein wie nie zuvor! Dann kehrte wieder Stille ein. Die Verabschiedung wurde äusserlich nicht erwidert. In der Nacht des nachfolgenden Tages ging sie über die Schwelle.

### Hilfreiche Zwischenräume

Ein anderes Erlebnis: Der Patient war schon eine Weile stationär in der Klinik, bevor er zur Musiktherapie angemeldet wurde. Ich ging in sein Zimmer, um ihn zu begrüssen und herauszufinden, was ich an Instrumenten und Musik mitbringen sollte. Er lag – sichtlich geschwächt – im Bett und fand kaum die Kraft, sich zu äussern. Ich ging und holte die gegossenen englischen Glocken und einige Saiteninstrumente. Beim Erklingen der (im Dreiklang gestimmten) Saiteninstrumente tat sich bei ihm nicht viel, bei den Glocken hingegen äusserte er, wie gut sie ihm tun. Als ich ihn am nächsten Tag wiederum aufsuchte, atmete er schwer und schien unruhig. Anknüpfend an die Erfahrung des Vortags fing ich mit den Glocken an. Aber bald winkte er ab. Nach einer kleinen Pause griff ich zur Leier und spielte in seinem Atemrhythmus eine Melodie, die immer wieder „Zwischenräume“ eröffnete. Bald wurde die Atmung leichter, es trat Entspannung und Ruhe ein.

Als ich ihn am nächsten Tag wiederum besuchte, hatte er grad vorher seinen letzten Atemzug getan.

Ein jedes Mal empfinde ich es als eine Ehre, als ein Geschenk, wenn ich einen Menschen so begleiten darf. Und ich bin sehr dankbar, dass ich etwas von dem Weg, den er beschreitet, aus allernächster Nähe miterleben darf.

Am Ende verfliessen die

# Grenzen

Mitten im Leben: Sterben und Auferstehen

*Sterben und Auferstehen reichen sich – schon mitten im Leben – die Hand.*

*Das ist trostvoll, macht aber auch Mut, sich zeitlebens im Loslassen zu üben.*

*Und man ahnt vielleicht, was Goethe wohl meinte, als er einmal den Tod als Kniff der Natur charakterisiert, das Leben zu steigern.*

MATTHIAS GRÜNINGER





AUF DEN ERSTEN BLICK erscheint der Tod als Ende und Begrenzung des Lebens. Doch genauer besehen existiert diese Grenze gar nicht so absolut. Tag für Tag sterben Tausende, ja wahrscheinlich Millionen unserer eigenen Körperzellen ab. An ihrer Stelle entstehen immerzu neue. Solange wir leben, wird der Prozess des Vergehens in unserem Körper überlagert vom Prozess des Neuwerdens. Beim jungen Menschen entstehen mehr neue Zellen als alte absterben. Im Alter gewinnen die Sterbeprozesse allmählich die Oberhand. So betrachtet ist die Grenze zwischen Leben und Tod fließend, fließender jedenfalls als es auf den ersten Blick erscheint.

### Sterben – mitten im Leben

Was auf physischer Ebene so klar zutage tritt, wird sich im Psychischen gewiss nicht anders verhalten. Wie vieles stirbt da doch schon zu Lebzeiten in uns ab? Mitten im Leben gilt es so manches, was einem lieb und vertraut geworden ist, loszulassen. Öfter als einem manchmal lieb ist, heisst es, Abschied zu nehmen von Menschen, die ein Stück Leben mit uns geteilt haben, von Orten, die uns Heimat geworden sind, von Aufgaben und von Gewohnheiten, die uns in Fleisch und Blut übergegangen sind... Mitten im Leben stirbt dann ein Stück von uns. Umgekehrt entsteht oft aber auch neues Leben, und nicht selten gerade dort, wo altes abgelegt wurde. Im Rückblick wird oft

Öfter als einem manchmal lieb, ist es an der Zeit zu sterben – um ins Leben zurückzukehren.

DANIEL WIRZ  
AUS: ERZIEHUNG – BEZIEHUNG



aus: Urs Lüthi, Transformation, 2001

erst deutlich: Wo Leerräume entstanden sind, ist Platz geschaffen worden für neue Erfahrungen, für neue Prozesse und neue Begegnungen. Und dann staunen wir über die Urkraft des Lebens.

### Tod wird Leben

So gesehen beginnt die Auferstehung aus dem Tod schon mitten im Leben. Und damit sind wir beim Geheimnis von Ostern: Im Tod ist das neue Leben verborgen. Im Sterben und Auferstehen des Christus verkörpert sich das Mysterium des Lebens schlechthin. Die Urpolarität von Werden und Vergehen, die allem Leben innewohnt, schwingt mit, wenn wir als Christen das Sterben Jesu Christi meditieren und seine Auferstehung feiern. Im mystischen Einswerden mit Christus binden wir uns in einen überindividuellen Zusammenhang ein. Unsere eigenen, individuellen Sterbe- und Auferstehungsprozesse lassen uns an einem grösseren Ganzen Anteil nehmen.

### Es ist nicht gut, dass der Mensch alleine sei.

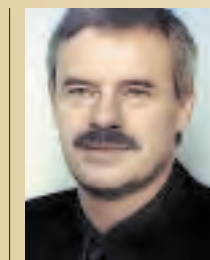
Um dieses Sich-Aufgehoben-Fühlen geht es beim endgültigen Ablegen des irdischen Menschen. So individuell und verschiedenartig es sich beim Einzelnen auch vollziehen mag, ein Menschenleben dürfte nicht enden in der Vereinzelung! So sehr ein sterbender Mensch seinen Weg zwar alleine zu Ende gehen muss, so sehr ist er angewiesen auf liebevolle und einfühlsame Begleitung. „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei“, gibt uns die Bibel schon in der Schöpfungsgeschichte zu bedenken. Das gilt im Blick auf das ganze Leben. Doch ganz besonders gilt es, wenn ein Mensch vor der Aufgabe steht, sein irdisches Leben loszulassen. Dann wird die Erfahrung des Begleitet- und Gehaltenseins zentral.

### Sonnenhaft auferstehen

Die unzähligen Berichte von Nahtoderfahrungen über die Begegnung mit einer unbeschreiblich liebevollen Lichtgestalt mögen uns Weiterlebenden ein Hinweis sein – kein naturwissenschaftlich gesicherter Beweis – aber ein Hinweis auf eine Begegnung mit dem göttlichen Licht in einer anderen, jenseitigen Welt. Die Bibel spricht in Bildern davon. So etwa vom Samenkorn, das in die Erde gelegt wird und daraus in einer wunderbaren Verwandlung etwas Neues und Ungeahntes hervorgeht. Vor allem aber spricht das Neue Testament von der Auferstehung des Christus. Seit den Berichten der Evangelien vom leeren Grab am Ostermorgen, wird der Auferstandene mit der aufgehenden Sonne verglichen. Das Licht, das aus der Nacht heraus neu geboren wird – Christus – wird zu unserer inneren Sonne – im Leben und im Sterben. Das deutsche Wort „Sonn-Tag“ weist auf diese Verknüpfung hin. Jeder Sonntag ist darum ein Auferstehungstag – schon mitten im Leben!

Ich habe die feste Überzeugung, dass unser Geist ein Wesen ist ganz unzerstörbarer Natur; es ist ein Fortwirkendes von Ewigkeit zu Ewigkeit. Es ist der Sonne ähnlich, die bloss unseren irdischen Augen unterzugehen scheint, die aber eigentlich nie untergeht, sondern unaufhörlich fortleuchtet.

GOETHE



Matthias Grüninger

Jahrgang 1958, aufgewachsen in Zürich-Albisrieden; seit knapp 12 Jahren Gemeindepfarrer in der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde Arlesheim, zuvor 6 Jahre in Rapperswil-Jona; verheiratet mit einer Primarlehrerin, zwei Kinder im Alter von 16 und 18 Jahren, liebt in der Freizeit Reisen, Bergsteigen, Lesen und Gartenpflege

Kontakt:  
m.grueninger@  
ref-kirchearlesheim.ch



## IM PORTRAIT:

## Neue Ärzte in unserer Klinik

**Dr. med. Bettina Schleyerbach**  
neue leitende Ärztin

Dr. med.  
Bettina Schleyerbach  
Leitende Ärztin

Kontakt: 061 705 72 72



Dr. med.  
Markus Schlemmer  
Arzt in der Psychiatrie

Kontakt: 061 705 72 81

**Dr. med. Markus Schlemmer**  
neuer Arzt in der Psychiatrie

Ich kam 1965 in München zur Welt, wuchs dort auf und besuchte ein neusprachliches Gymnasium. Mit 12 oder 13 Jahren stand mein Entschluss fest, Arzt zu werden. Der Anthroposophie bin ich im Elternhaus begegnet. Nach 20monatigem Wehrersatzdienst in einer anthroposophischen Kurklinik im Schwarzwald studierte ich ab Herbst 1986 Medizin an der Technischen Universität München. Zunehmendes Interesse an der Psychiatrie führte mich zur Wahl eines psychiatrischen Themas für meine Promotionsarbeit. Mein Berufseinstieg erfolgte auf der Internistischen Abteilung eines kleineren Kreiskrankenhauses im Allgäu, wo ich über vier Jahre blieb. Die Frage nach der Psychiatrie führte dann ab Juni 1998 zu einer 16monatigen Assistenzarztzeit in der anthroposophisch orientierten Friedrich Husemann Klinik bei Freiburg im Breisgau. Anschliessend war ich jeweils zwei Jahre als Assistenzarzt der Kantonalen Psychiatrischen Klinik Liestal und der Externen Psychiatrischen Dienste Bruderholz beschäftigt. Die dreijährige Ausbildung in Kognitiver Verhaltenstherapie im Rahmen des Postgraduierten Studienganges in Psychotherapie bei Prof. J. Margraf in Basel werde ich im Sommer 2004 abschliessen und dann den FMH-Titel Psychiatrie und Psychotherapie erhalten. Im November habe ich nun meine Tätigkeit in der Ita Wegman Klinik aufgenommen. Für meine weitere therapeutische Arbeit finde ich es u. a. sehr interessant, Elemente der Kognitiven Verhaltenstherapie mit Impulsen aus der Anthroposophie und der Anthroposophischen Medizin zu verbinden.

ERNÄHRUNG IM FRÜHJAHR:  
DAS AKTUELLE REZEP T VON DR. PETRA KÜHNE

# Molke

## Kuren für den Frühling

**Apfel-Möhren-Molke-Suppe**  
(4 Personen)

1 Zwiebel  
40 g Butter  
200 ml Wasser  
1 Apfel, geschält  
und geviertelt  
500 g Möhren,  
geschabt und geraspelt  
600 ml Molke  
1 EL gemahlene Hirse  
Gewürze:  
Salz, Pfeffer, Koriander  
1 EL Sahne  
zum Verfeinern

Zwiebel fein hacken, in Butter anrösten, mit Wasser ablöschen, geraspelte Möhren und Apfel zufügen, 10–12 Min. köcheln, Hirse-mehl mit etwas Wasser anrühren, zu dem Gemüse geben, einmal aufkochen, Molke langsam zugießen, etwa 5 Min. köcheln. Mit Gewürzen und Sahne abschmecken, nach Wunsch pürieren.

Dr. sc. agr. Petra Kühne,  
Ernährungswissenschaftlerin,  
Leiterin des Arbeitskreises für Ernährungsforschung e. V.,  
Vortrags- und Kurstätigkeit,  
zahlreiche Buchveröffentlichungen.



Molke kann man als Gesundheitsgetränk bezeichnen. Fast überall findet man nur lobende Aussagen zu diesem Lebensmittel. Was ist eigentlich Molke? Unter Molke wird der wässrige Anteil der Milch bezeichnet, der bei der Herstellung von Käse übrig bleibt. Man unterscheidet Süssmolke, die bei der Produktion von Schnitt- und Weichkäse anfällt, und Sauermolke von Quark und Sauermilchkäsen. Molke enthält so gut wie kein Fett, aber die wertvollen Molkeeiweisse, Mineralstoffe wie auch natürliches Jod und B-Vitamine. Zu nennen ist hier vor allem Vitamin B 2 und das für Vegetarier wichtige Vitamin

B 12. Ein Glas Süssmolke deckt 13% des Tagesbedarfs an Vitamin B 12 und 8% an Jod. Molke kann kurmässig angewandt werden beispielweise zur Gewichtsabnahme, aber auch bei leichter Verstopfung, probiotisch zur Stützung einer gesunden Darmflora (vor allem Sauermolke) oder wegen der guten biologischen Wertigkeit des Eiweisses in der Säuglingsernährung und bei Nieren- und Darmschonkost. Man kann Molke pur trinken, beliebter aber sind Frucht-Molkegetränke, Sportlergetränke oder Molkesuppen.

Die Ita Wegman Klinik in Arlesheim  
ist „stillfreundliche Klinik“ UNICEF**Eine Initiative**  
zur Förderung des Stillens

Von der Weltgesundheitsorganisation WHO und dem Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen UNICEF wurde 1991 die „Baby-Friendly-Hospital-Initiative“ lanciert, um die natürlichste Ernährung der Säuglinge – das Stillen – zu fördern und den Kindern so einen gesunden Start ins Leben zu ermöglichen.

**Ein weltweit**  
anerkanntes Qualitätslabel

In allen Ländern der Welt werden dieselben Richtlinien für Spitäler und Geburtshäuser propagiert: die ZEHN SCHRITTE ZUM ERFOLGREICHEN STILLEN. Dazu gehören die Information der schwangeren Frauen über Vorteile und Praxis des Stillens, das erste Anlegen des Kindes innerhalb der ersten Stunde nach der Geburt, das Rooming-in-System, Stillberatung auch nach dem Klinikaufenthalt, sowie regelmässige Aus- und Fortbildung des Klinikpersonals. In der Region Nordwest-Schweiz ist jetzt die Ita Wegman Klinik das erste Spital, das mit dem weltweit anerkannten Qualitätslabel von UNICEF und WHO „stillfreundliche Geburtsklinik“ ausgezeichnet wird.

**Die Familienstation**  
der Ita Wegman Klinik

Seit Einführung der Geburtshilfe in unserer Klinik in den 70er Jahren wird grosser Wert auf die Förderung des Stillens gelegt. In Verbindung mit dem Rooming-in wird eine Hülle der Wärme und Geborgenheit geschaffen, durch die die Verbindung des geistigen Wesens des Neugeborenen mit seinem Körper und seiner Umwelt ungestört sich entwickeln kann. Die Pflegenden auf der Familienstation sind daraufhin ausgebildet, diesen intimen Prozess zu begleiten und zu unterstützen.

**Das Projekt**

Ein Team von Pflegenden, Hebammen, Ärzten und Verwaltung arbeiteten anderthalb Jahre an der Erlangung der Qualitäts-Auszeichnung. Dies war mit einem nicht unerheblichen zeitlichen, organisatorischen und finanziellen Aufwand verbunden. Schwerpunkte bildeten dabei der Aufbau eines systematischen Aus- und Fortbildungscurriculums sowie das Verfassen eines Handbuchs für alle, die mit der Pflege des Neugeborenen und seiner Mutter befasst sind. Darüber hinaus verlangt das Label einen gewissen Standard der Dokumentation.

**Kontakt:**

Ines Kolb, Hebamme, Tel. 061 705 72 46

**Ihre Mithilfe**

Die Gesamtkosten dieses Projektes belaufen sich auf etwa 30.000,- Fr. Der **Verein zur Förderung der Ita Wegman Klinik** hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Klinik materiell und ideell zu unterstützen. Das Projekt der stillfreundlichen Klinik rangiert zuoberst auf seiner Förderliste.

**Unterstützen Sie das Projekt,**  
indem Sie den Förderverein der  
Klinik unterstützen!

Jede Zuwendung (Spende, Legat, Erbschaft) ist willkommen. Der Förderverein ist gemeinnützig und geniesst die volle Steuerbefreiung.

**Sie sind interessiert**  
an weiteren Informationen?

Kontaktadresse des Fördervereins:  
Dr. A. Jäschke, Ita Wegman Klinik;  
Tel. 061 705 72 04

**Postscheckkonto: 40-610043-5**



## Ita Wegman Klinik

### Arlesheim

## Impressum

**QUINTE®**

Fünf Beiträge zu Gesundheit  
und Qualität

**Herausgeber:**

Natura-Verlag, Arlesheim  
ISSN-Nr.: 1424-9146

Ita Wegman Klinik  
Pfeffingerweg 1  
CH 4144 Arlesheim  
Telefon: 061 705 71 11  
www.wegmanklinik.ch  
www.quinte.ch

**Redaktion:**

Daniel Wirz, Zug  
Dr. med. Bernhard Wingeier, Arlesheim  
Verena Jäschke, Arlesheim  
Christoph Oling, Dornach

**Quellenangabe:**

Tod wird Leben, Stuttgart 1980;  
Daniel Wirz, Erziehung – Beziehung,  
Steg 2002;  
Frank Geerk, Vom Licht der Krankheit,  
Karlsruhe 2000

**Konzeption und Gestaltung:**

Saupe Fouad Werbeagentur,  
Mittelbiberach, D  
Photos: Michael Saupe, Archiv  
www.saupefouad.de

Erscheinungsweise:  
3 mal pro Jahr

Für den Inhalt der einzelnen Beiträge tragen die  
jeweiligen Autoren die Verantwortung.  
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und  
Bilder wird keine Haftung übernommen.  
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher  
Genehmigung des Verlags.

## NEU: SCHNUPPERTAG

## Rhythmische Einreibungen

### nach Wegman/Hauschka

**Freitag, 12. März 2004**  
**8.30 – 17.30 Uhr**  
in der Ita Wegman Klinik

Weitere Informationen  
und Anmeldung bei:

Wollten Sie schon immer mal wissen, was das Besondere an den Rhythmischen Einreibungen nach Wegman/Hauschka ist – dann ist für Sie unser Schnuppertag genau das Richtige!

**S. Stöckler, Weiterbildung Anthroposophische Pflege**  
E-Mail: [pflugeweiterbildung@wegmanklinik.ch](mailto:pflugeweiterbildung@wegmanklinik.ch)



Die erste „stillfreundliche Klinik“ in der Nordwestschweiz.  
Feiern Sie mit uns die Zertifizierung der Ita Wegman Klinik.

# Herzlich willkommen!



zum **Tag der offenen Tür** auf unserer Familienstation  
am Samstag, den **8. Mai 2004**, 14 - 18 Uhr

- Begegnungen
- Kurzreferate
- Führungen
- Musik und andere Überraschungen
- Café
- und viele viele Luftballons...

*...wir freuen uns auf Ihren Besuch!*



**Ita Wegman Klinik**  
**Arlesheim**

Pfeffingerweg 1  
CH-4144 Arlesheim

Telefon: +41 +61 705 71 11  
Telefax: +41 +61 705 71 00  
[www.wegmanklinik.ch](http://www.wegmanklinik.ch)