



Privatlinik  
Haus am Stalten  
Fachklinik für  
Anthroposophische  
Medizin

Haus am Stalten, Staltenweg 25, 79585 Steinen-Endenburg

Ärztliche Leitung  
Dr. med. Christian Büttner  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Anthroposophische Medizin  
(GAÄD)

Geschäftsführung  
Raimund Cimander  
Dipl. Sozialpäd. (FH), Sozialwirt

Telefon: 07629 / 9109 - 0  
Fax: 07629 / 9109 - 29  
E-Mail: [info@stalten.de](mailto:info@stalten.de)  
Internet: [www.stalten.de](http://www.stalten.de)

Steinen-Endenburg, 26.03.2020

## Immer guter Hoffnung sein!

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten, liebe Gäste und Freunde unseres Hauses,

in den letzten Wochen haben sich die Ereignisse rund um die Corona Pandemie überschlagen. Wir sind zum jetzigen Zeitpunkt hauptsächlich aus zwei Gründen gezwungen unser Haus für voraussichtlich zwei Monate zu schließen:

1. Viele Patientinnen und Patienten haben aus Angst vor der Anreise oder vor möglichen Ansteckungen ihre Buchungen bei uns für die kommenden Wochen storniert.
2. Aufgrund eines Beschlusses des Landes Baden-Württemberg müssen wir uns ab sofort als „Reservekrankenhaus“ bereithalten, um ggf. Patienten aus anderen Kliniken aufzunehmen, die dort nicht mehr versorgt werden können (dies hatten wir in den letzten Tagen auch von unserer Seite dem Landratsamt schon angeboten, um unseren Beitrag zur Bewältigung der Krise zu leisten).

Die noch verbliebenen Patienten werden bis zu ihrer Abreise hier noch weiter betreut und medizinisch versorgt. Wir planen, dass wir Anfang Juni wieder mit vollem Einsatz arbeiten können, wenn es möglich ist natürlich auch schon eher. Bis dahin stehen wir für telefonische Beratungen usw. zu Ihrer Verfügung und werden Sie auch über unsere Website jederzeit auf dem Laufenden halten und Sie auch mit hilfreichen Informationen rund um Gesundheit und den gesunden Umgang mit Krankheiten versorgen.

Durch das Auftreten der Corona Pandemie und die drastischen Maßnahmen, welche zur Eindämmung der Krankheit verordnet worden sind, ist eine Art Schocksituation für viele Menschen weltweit eingetreten. Eine große Angst bis hin zu Panikreaktionen breitet sich aus und die Folgen auf allen Gebieten des Lebens sind noch nicht abzusehen. Im schlimmsten Fall sind Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit die Folge. Besonders schwierig wird es dann, wenn die Ärzte oder Therapeuten, welche die Diagnose stellen und übermitteln, selber von Resignation und Hoffnungslosigkeit angesteckt sind und Sätze von sich geben wie: „Machen sie sich bloß nicht zu viel Hoffnung, dass es schnell vorbeigehen könnte; es wird sicherlich noch viel schlimmer kommen; viele Menschen werden sterben!“ Die gute Nachricht ist, dass wir in solchen Augenblicken der Hoffnungslosigkeit erkennen können, wie stark unsere gesamte physische Existenz sich auf die **Kräfte der Hoffnung** gründet und wie wir ohne Hoffnung auf der Erde überhaupt nicht existieren können und buchstäblich ohne sie den Boden unter den Füßen verlieren würden. Den Schock über eine Diagnose und die Krankheit selber können wir nur überwinden, wenn wir die Hoffnung in gesunder Weise zu einem festen Bestandteil unserer Existenz machen können!

Träger: Förderverein Haus am Stalten e.V.  
Vorstand: Gabriele Schaal, Ulrich Hauck  
Kornelia Kronenberg

Amtsgericht Freibur  
Register-Nr. VR 410 449  
IK: 260 831 722

Sparkasse Lörrach-Rheinfelden  
IBAN DE30 6835 0048 0001 0623 71  
BIC SKLODE 66

In der Folge werden wir dann auch feststellen, dass wir wirklich sehr viel selber dazu beitragen können, eine schwere Krankheit zu überwinden.

Es muss hier nicht besonders betont werden, dass dies natürlich nicht geschehen kann, indem Schönfärberei betrieben wird oder indem Luftschlösser oder Illusionen aufgebaut werden. Eine **Definition des Begriffes Hoffnung** im Lexikon ist: „Die Überzeugung, dass wünschenswerte Dinge verfügbar sind, unabhängig von der Wahrscheinlichkeit ihres Eintretens“. Für unsere heutige Situation übersetzt heißt das: „Hoffnung ist die Überzeugung, dass ich gesund bleiben oder werden kann, unabhängig davon wie bedroht oder krank ich bin“. In diesem Sinne kann es zu viel Hoffnung gar nicht geben! Im Gegenteil, es ist gesund immer guter Hoffnung zu sein und eines Tages sogar mit guter Hoffnung zu sterben. Entscheidend ist für mich die Frage, auf wen oder was ich meine Hoffnung setze. Was kann ich selber zur Aufrechterhaltung meiner Gesundheit, zur Stärkung meines Immunsystems oder zur Unterstützung meiner Heilung tun und auf welche Mittel und Methoden vertraue ich? Aber ohne Hoffnung zu leben und irgendwann auch zu sterben, entzöge mir jegliche Lebensgrundlage.

Das wussten viele große Denker schon seit langer Zeit. „Dass die Menschen nicht ohne Hoffnung leben können, das ist der einzige Satz, den ich ohne Einschränkungen weiter verteidigen möchte“, sagte der deutsche Philosoph Hans-Georg Gadamer mit Nachdruck anlässlich seines 102. Geburtstages kurz vor seinem Tod.\*1) Einer der bedeutendsten Forscher auf dem Gebiet der Psychoonkologie, der Facharzt für Strahlenmedizin O. Carl Simonton sagte in seinen Kursen für Patienten nach 40jähriger Forschungsarbeit immer wieder: „Es ist gesund für den Menschen, mit Hoffnung zu leben und mit Hoffnung zu sterben“.\*2) Die Hoffnung ist also etwas, das sowohl im Leben gestärkt werden sollte, als auch über den Tod hinaus Bestand hat!

Rudolf Steiner drückte ähnliches auf seine Weise aus: „Das was wir im Leben brauchen als im eminentesten Sinne belebende Kräfte, das sind die Kräfte der Hoffnung, der Zuversicht für das Zukünftige. Der Mensch kann ohne Hoffnung überhaupt nicht einen Schritt im Dasein machen, insoweit es der physischen Welt angehört... Nichts kann geschehen auf dem äußeren physischen Plan ohne die Hoffnung“.\*3)

Wer Angst verbreitet und die Kräfte der Hoffnung untergräbt, schwächt die Menschen und bedroht ihre Gesundheit! Vor diesen Leuten müssen wir uns schützen. Und wir tun gut daran, auch angstmachende Schriften und Bilder zu meiden, sowie selber darauf zu achten, welche ungesunden Muster wir vielleicht schon in uns tragen, die einmal tatkräftig angegangen werden könnten.

Darüber hinaus sollten wir gerade in solch herausfordernden Situationen unser schöpferisches Potential als geistige Wesen wieder entdecken bzw. weiter entwickeln, damit wir unser Selbstbewusstsein steigern, das Immunsystem verbessern und neues Mark in unsere Knochen bekommen, um unser Leben in die eigenen Hände zu nehmen! Immunität hat immer auch etwas mit Selbstschutz zu tun. Die Hoffungskräfte sind diesbezüglich durch nichts zu ersetzen. Jeder Mensch kann heute dazu beitragen, dass sich eine Kultur der guten Hoffnung entwickelt und dass wir uns gegenseitig bestärken, dass wünschenswerte Dinge immer verfügbar sind. Wir für unseren Teil glauben, dass wir gestärkt aus dieser Krise hervorgehen werden!

Weitere praktische Tipps, wie das Immunsystem gestärkt und die Gesundheit in schwierigen und herausfordernden Zeiten auf einfache Weise verbessert werden kann, werden wir in loser Folge in den kommenden Tagen auf unserer Website veröffentlichen; schauen Sie also ab und zu mal bei uns vorbei!

Dr. med. Christian Büttner

\*1 Hessisch Niedersächsische Allgemeine (HNA): „Nie ohne Hoffnung leben“, Kassel, 15. März 2002.

\*2 O. Carl Simonton: „Wieder gesund werden“ und „Auf dem Wege der Besserung“, rororo Taschenbücher.

\*3 Rudolf Steiner: „Glaube, Liebe, Hoffnung“ Rudolf Steiner Verlag Dornach/Schweiz, 1987, S. 24 f.