

Nachrichten Nr. 33

November 2025

Liebe Mitglieder und Freunde der
Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur
Schweiz,

Sie erhalten die neue Ausgabe
der Nachrichten mit
verschiedenen Beiträgen in
französischer und deutscher
Sprache. Mit dem Hinweis zum
Übersetzungsprogramm sind die
Beiträge auch in anderen
Sprachen gut zu verstehen.

Am Anfang steht ein
interessantes Interview mit Ursa
Neuhaus, die darin sagt:
«Die Angst vor dem Sterben
braucht es eigentlich nicht». Sie
wurde von Pascale Gmür befragt.

Danach sind die Aktivitäten aus
den verschiedenen Regionen,
Treffen und der Weiterbildung
beschrieben und am Ende folgt ein
Herbstmärchen und die Termine für das Jahr 2026.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen.

Link zur Übersetzerseite: <https://www.deepl.com/de/translator>



Interview

Sterbekultur: Den Mut haben, bis ans Ende des Lebens zu denken

Mit Erlaubnis des Fördervereins Anthroposophische Medizin, Richterswil, dürfen wir das Interview aus der Zeitschrift *natürlich kompetent* Nr. 55 / März 2025 von Pascale Gmür mit Ursa Neuhaus abdrucken.

Das Reden über das Sterben erleichtert es, sich auf die einmalige Situation vorzubereiten und sie als natürlichen Teil des Lebens anzunehmen. Für sich selbst und für den Abschied von nahestehenden Menschen. Ursa Neuhaus leitet Kurse zur Begleitung von Menschen am Lebensende und regt dazu an, über das Unbekannte des Sterbengeschehens nachzudenken.

«Eigentlich nähern wir uns während des ganzen Lebens dem Sterbeprozess an. Wir bewegen uns durch Krisen und Schwellenmomente, müssen Abschiede und Verluste bewältigen und erlangen darin Fähigkeiten, die auch für die letzte Lebenszeit gelten», sagt Ursa Neuhaus. «Sagenhaft finde ich, dass wir jede Nacht lernen, wie uns der Schlaf irgendwo in die geistige Welt hinaufführt.» Dennoch, sich mit dem Tod anzufreunden, bedingt persönliche Entwicklungsschritte. «Wenn es Angehörige und Fachpersonen zulassen können, beim sterbenden Menschen präsent zu sein und sich in diese besondere Stimmung zu begeben, erfahren sie selbst einen Entwicklungsprozess, der sie im Leben weiterbringt. Vor allem auch darin, die Vorstellungen und Wünsche für das eigene Sterben zu überlegen und zu hinterlassen.» Jeder Mensch trägt mit seinen Werten und erlernten Verhaltensweisen zur Sterbekultur unserer Gesellschaft bei.

Das Unbekannte erlauschen

Ursa Neuhaus spricht aus eigener Erfahrung als diplomierte Pflegefachfrau, Lebensbegleiterin und Dozentin. Im Rahmen der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur leitet sie mit Kolleginnen für alle Interessierten die Weiterbildung zur Begleitung von Menschen am Lebensende (www.sterbekultur.ch). Dabei vermittelt sie unter anderem, wie man in der Begleitung von Menschen «das Unbekannte des Sterbens erlauschen kann». Erlauschen – in diesem sanften Wort erklingt innerste Achtsamkeit an der Seite des sterbenden Menschen. Letztendlich bedeute es: «Dem Menschen die Würde des Menschseins zurückgeben.»

Wie kann man sich das Erlauschen konkret vorstellen und aneignen? «Das Erlauschen geschieht nicht allein durch Hören, es beinhaltet, alle Sinne vollkommen zu öffnen, damit ich möglichst viel einer aussergewöhnlichen Situation erkunden und entdecken kann.» Das üben die Kursteilnehmenden beispielsweise mit meditativen Bildbetrachtungen: Welche Formen, Farben und Bewegungen empfinden sie, was geschieht, wenn sie sich in das Bild begeben und dort verweilen? «Alles, was sie kennenlernen, ist gut, es braucht keine Interpretation. Sie gehen intuitiv auf Unbekanntes zu, was im Umgang mit Sterben und Tod hilft und/oder die Angst davor nehmen kann.»

«Die Angst vor dem Sterben braucht es eigentlich nicht», sagt Ursa Neuhaus mit fester, warmer Stimme, in der Leichtigkeit mitschwingt. «Körperlich geht es zwar stetig abwärts, und das mögen wir nicht – aber seelisch geht es für die meisten Menschen aufwärts, sie werden weise.» Was physisch geschieht, lässt sich mit medizinischen Vorgängen erläutern und dank erworbenen Kenntnissen beobachten, doch was darüber hinausführt, ist kaum fassbar. «Letztendlich weiss niemand, was kurz vor dem Tod geschieht. Dann, wenn der Mensch die Erde verlässt und über die Schwelle geht, um in der geistigen Welt wiedergeboren zu werden. Ich denke, dieser Übergang ist ein ganz besonderer Moment, und in den letzten Stunden kann ich viel über das Leben dazulernen. Auch darüber, weshalb das Sterben zum Menschsein gehört. Darauf bin ich neugierig.»

Alle Gedanken zulassen

Mit Ursa Neuhaus über das ernste Thema zu sprechen, fällt leicht. Weil die Gedanken und Erzählungen im Innersten lebensnah sind. Das wirkt befreiend und erinnert daran, wie beklemmend hingegen die Tabuisierung von Sterben und Tod wirken kann. Ursa Neuhaus jedoch sagt, sie habe von Kind auf keine Berührungsängste mit dem Tod gehabt, es sei für sie normal gewesen, das Grossmami tot im Bett zu sehen. Später, im Pflegeberuf nahm sie es wahr, wenn jemand am Sterben war, konnte die Angehörigen rechtzeitig informieren und selbst im Zimmer sein. «Jedes Mal, wenn ein Mensch starb, schien mir, als ob sich die Anwesenden unter einer Art Glocke befänden. Das Geschehen ausserhalb wurde unwichtig.» Zugleich sei es eine grosse Herausforderung, einfach da zu sein, ohne aktiv zu werden. «Wenn etwas schwierig wird, möchten wir handeln, um es zu verändern. Dieser aussergewöhnlichen Situation standzuhalten, hilft auch, ruhig zu erkennen, wie es in unserer Beziehung zu diesem Menschen weitergehen könnte – indem wir nach seinem Tod von ihm erzählen, mit ihm sprechen, seine Lebensspuren würdigen.»

Das erworbene Fachwissen, die Fülle an Erfahrungen und die anthroposophische Lebensweise geben Ursa Neuhaus das tiefe Verständnis und Vertrauen für das Sterbegeschehen von Leib, Seele und Geist. Als Dozentin bietet sie Kursteilnehmenden den Schutzraum, um mit eigenen Worten über ihre erlebten Abschiede, die persönlichen Meinungen und inneren Bilder reden zu dürfen. «Mir scheint es wichtig, dass man den Mut hat, bis ans Ende zu denken. Wenn die Seele weit weg sein wird und der Körper nicht mehr einatmet, weil er keinen Sauerstoff mehr braucht.»

Eigene Wünsche festhalten

Nicht jedem Menschen sei es möglich, über das Sterben zu reden, doch darüber nachdenken würden wohl alle irgendwann. Sie empfiehlt, die eigenen Wünsche für den Sterbeprozess und die Zeit danach aufzuschreiben, und wenn sich die eigenen Vorstellungen verändern, könne man überholte Formulierungen durchstreichen und ergänzen, um die Gedankenvorgänge gut nachvollziehbar zu hinterlassen. «Es ist ein positiver gesellschaftlicher Wandel, dass wir über diese letzten Wünsche

sprechen und Abschiedsfeiern oft individuell gestalten. Früher bestimmte die Kirche das gesamte Ritual. Umso mehr sollten wir uns viele Gedanken dazu machen – und dabei nicht vergessen, wirklich gut zu leben», betont Ursa Neuhaus. «Dann kann ich auch gut sterben.»

Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur

Nachdem die Dorf- und Kirchengemeinschaften in den Hintergrund getreten sind, braucht es ein neues Netzwerk, damit sich die Menschen mit diesem Lebensthema getragen fühlen. Dieses Netzwerk möchte die Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur aufbauen, als offener Fachzweig der Anthroposophischen Gesellschaft der Schweiz. Alle Interessierten sind als Mitglied bei der Arbeitsgemeinschaft willkommen. Sie bietet Raum, Zeit und Impulse für das Lebendige.

Pascale Gmür



Der Förderverein Anthroposophische Medizin hat die Aufgabe, die Anthroposophische Medizin, Pflege, Therapie und Forschung zu fördern. Seit 1978 unterstützt der Verein die Anthroposophische Medizin in der ganzen Schweiz.
Unsere Vision: Anthroposophische Medizin soll für alle zugänglich sein.

Treffen mit den Verantwortlichen der Regionalgruppen vom 20. September 2025

Rencontre régionale en Suisse romande, 20. septembre 2025

La première rencontre régionale de la Branche Autour du mourir en langue française avec traduction en allemand a eu lieu le 20 septembre à L'Aubier Montezillon; nous étions accueillis par le Groupe L'Aubépine, un des plus anciens groupes constitués en Suisse ; la rencontre se voulait ouverte non seulement aux membres et amis de la Branche mais également à toute personne intéressée par le thème Autour du mourir. 48 personnes ont été accueillies, avec une forte participation de la Suisse romande, des invités français et également des représentants des groupes de Zurich, St Gall et Berne.

Il était possible de commencer la journée par la visite guidée de l'Aubier qui regroupe un eco-restaurant -hôtel, une ferme biodynamique, des logements intergénérationnels, un magasin bio et une formation anthroposophique pour de jeunes adultes. Puis un excellent repas végétarien attendait les inscrits ce qui a favorisé les premiers échanges.

La rencontre elle-même commençait à 13h 30 pour se terminer à 17hs. Frédérique List de Lausanne a accueilli les participants, exprimant sa joie et sa reconnaissance que cette rencontre en terre romande ait pu enfin se réaliser. Ont été alors lues en français puis en allemand des paroles de Gerhard Reisch exprimant la volonté de rendre toujours plus vivant le lien qui



peut se tisser entre les âmes des vivants et celles après leur le passage du Seuil, un morceau de lyre concluait ces paroles permettant d'ouvrir un espace d'écoute privilégié. Chacun a pu alors courtement se présenter.

Quelques exercices de chant social ont alors introduit la partie consacrée aux comptes -rendus: celui du travail de L'Aubépine (la transplantation d'organes est le thème actuel de leurs rencontres) celui d'une art thérapeute du groupe de Genève active dans plusieurs formations, celui de Lausanne ciblé depuis 10 ans sur des échanges/ études et des suivis de seuils, celui de Gland nouvellement constitué ainsi que le travail des groupes en Suisse allemande , la présentation des activités et des besoins spécifiques de la Branche Autour du mourir mais également le travail fait par de nombreuses personnalités plus isolées mais très actives à Martigny, Aigle, Puidoux.

Après une pause, le travail de contemplation d'un tableau de Gerhard Reisch inconnu pour beaucoup de participants a pu nous ouvrir à une expérience nouvelle conduite par étapes par Susann Temperli selon la démarche goethéenne : descriptions objectives de formes, couleurs mouvements de l'œuvre pour progressivement parvenir aux expériences vécues au centre de l'âme dans la contemplation. Un moment intime mais enrichi par les observations et les témoignages des participant (e)s qui souhaitaient s'exprimer.

Dans la dernière partie, questions et témoignages ont repris, ainsi, celui très apprécié sur l'approfondissement possible du travail avec les défunts, un autre très détaillé sur les directives anticipées. Des adresses et des liens ont été échangés. A la question de savoir quelle suite donner à cette rencontre en langue française, la création d'un cercle / forum par courriel a été proposé par Frédérique List pour partager questions, demandes, textes, infos etc. Quant à la prochaine rencontre régionale de la Branche, elle aura lieu à Zurich. Enfin une relève est recherchée pour soutenir le comité : en effet deux de ses membres dont une représentante de Suisse romande se retireront en avril 2026.

Frédérique List & Cornelia Vellut

Berichte aus den Regionalgruppen

Regionalgruppe Basel/Dornach: RUBIN-Begleiten

Dieses, unser 21. RUBIN-Jahr war sehr intensiv. Es hat sich gezeigt, dass wir bei all unseren herausfordernden Aufgaben die Struktur unserer Gruppe ändern mussten: Es gibt nun eine Kerngruppe (4 Menschen) und eine Helfergruppe (5-7 Menschen). Es entsteht auch ein neuer Flyer. Wir hatten und haben viele Anfragen für freie Bestattungsfeiern und Begleitung rund um die Schwelle, wenn es dann an der Zeit ist. Für unsere regelmässigen künstlerisch-sozialen Begleitungen halten wir uns beweglich, spüren den Bedarf ab. Die Zusammenarbeit mit AMANO (Anthroposophische Spitex BS) ist sehr fruchtbar. Einen Notfall konnten wir bis zum Heimeintritt überbrücken auch dank unserer Helfer. Wir begleiten Angehörige längere Zeit, zum Beispiel nach einem Suizid. Das Musizieren an solch einer Feier verlangt viel Feingefühl aber wir lieben unsere Tätigkeit, auch wenn manchmal die Noten vor den Augen verschwimmen.

Felicia Birkenmeier, Olena Yeshchenko, Gotthard Killian, Ileana Grozavu

*Immer ein Fragender, werde ich dort sein, wo das Leben verklingt –
ein klar schlichter Ton im Schweigen.*

*Sorge nicht, wohin dich der einzelne Schritt führt:
nur wer weit blickt, findet sich zurecht.*

Dag Hammarskjöld

Unsere nächsten Totenfeiern, wo jeder Teilnehmende ein bis zwei Verstorbene hereinbringt und mitgestalten kann, sind am 22.10. um 18h und am 30.11. um 15h im Musiksaal Bruggweg 11, Dornach. Unser nächstes offenes Gespräch zum Thema ist am 6. 11. um 18.30h im GundeliDräff, Ecke Güterstrasse/Solothurnerstrasse, Basel (Nähe hinterer Bahnhof Ausgang).

Fragen an F.B. fe.birk@bluewin.ch

Compte rendu Lausanne 2025

Wir treffen uns regelmässig 1x im Monat. Die Gruppe besteht im Moment aus 8 Frauen. Die meisten sind im Pensionsalter.

Der Ablauf unseres Treffens beinhaltet folgende Sequenzen:

Im ersten Teil zünden wir eine Kerze an und ein Spruch für die Verstorbenen wird gelesen. Es folgt eine kurze Sequenz Eurythmie, angeleitet von einer Teilnehmerin. Eine Teilnehmerin repetiert, fasst das Gelesene des letzten Mals zusammen. Dann lesen wir weiter. Im Moment ist es das Buch: "Das Leben zwischen Tod und neuer Geburt im Verhältnis zu den kosmischen Tatsachen" von Rudolf Steiner.

Diese Sequenz wird abgeschlossen mit dem Spruch und dem Löschen der Kerze.

Im letzten Teil ist Zeit für Aktuelles, für Fragen, Anliegen und ein Imbiss wird serviert.

Letztes Jahr haben wir das 10Jährige Bestehen dieser Gruppe mit einer Märchenlesung hervorgehoben und gefeiert.

Frédérique List

Regionalgruppe Zürich

- Die Mitglieder der «Züri-Gruppe», wie wir uns nennen, treffen sich rund 7-mal im Jahr in der Wohnung von Monika Pfenninger und Franz Ackermann zu offenen Gesprächen. Die Arbeit wird rege besucht und von den Teilnehmenden als sehr bereichernd empfunden.
Gesprächsgrundlage ist gegenwärtig das Buch Rudolf Steiners *Okkulte Untersuchungen über das Leben zwischen Tod und neuer Geburt*, GA 140. Das Gespräch stützt sich auf diesen Text und rechnet mit der individuellen Vorbereitung der Teilnehmenden. So sprechen wir jeweils nur exemplarisch über einzelne Themen des Vortrages und, wenden uns dann dem nächsten Vortrag zu, in dem oft ähnliche Inhalte wieder anders zur Sprache kommen. Gegen Schluss des Treffens gibt es Gelegenheit, über das Sterben von Freunden zu berichten und was uns dazu innerlich bewegt.
- Wir betrachten zu unseren Aufgaben gehörig auch das Interesse dafür, was in der gegenwärtigen öffentlichen Sterbekultur gedacht und getan wird.
- Es hat uns beschäftigt, dass wir auf Anfragen zur Begleitung in akuten Lebenssituationen oft nur wenig anbieten können. Das könnte auch noch mehr zu den Aufgaben unseres Zweiges gehören.

*

Aus der Gemeinschaft entstehen manchmal Initiativen für weitere Unternehmungen oder Veranstaltungen.

Kontaktperson: Monika Pfenninger, Zürichbergstrasse 27, 8032 Zürich, 044 252 18 07, monika.pfenninger@gmail.com.

Das *Forum für Sterbekultur*, ein Zweig der Arbeitsgemeinschaft für Sterbekultur, veranstaltet seit vielen Jahren monatlich den Anlass «*Gesprächs Café: Reden über Leben und Sterben*» im Gesundheitszentrum für das Alter, Klus Park, 8032 Zürich.

Der Anlass findet jeweils am

2. Mittwoch des Monats von 10.00 – 11.30 Uhr statt.

Verantwortlich: Margrith Brunner, margrithbrunner1@gmail.com.

SterbekulturZH, Mensch und Kosmos, versendet periodische Mailings zu Anlässen der Sterbekultur mit Schwerpunkt in der Region Zürich, aber auch mit allgemeinen Nachrichten darüber hinaus.

Ansprechperson dazu ist Franz Ackermann, mensch.kosmos@outlook.com

Franz Ackermann

Arbeitsgruppe / Altersinitiative Widar, St.Gallen

Die St. Galler Gruppe trifft sich vierteljährlich in der Zweigbibliothek St. Gallen.

Unsere Zusammenkunft eröffnen wir jeweils mit einem Gedicht und wenden uns dann der Textarbeit zu. Im Moment beschäftigen wir uns mit R. Steiners Vorträgen TB 663 „Inneres Wesen des Menschen und Leben zwischen Tod und neuer Geburt“. Das lebendige Gespräch erhellt und vertieft das Gelesene und ist eine grosse Bereicherung.

Im 2. Teil des Abends tauschen wir uns aus über Erfahrungen von uns Teilnehmern bei Besuchen von älteren Menschen (Altersinitiative Widar) und Begleitungen am Lebensende. Wir sprechen allgemein über verschiedene Themen im Umkreis des Sterbens/Todes. Unsere Treffen bieten einen geschützten Rahmen für einen Austausch in grosser Offenheit, den wir sehr schätzen. Den Abend beschliessen wir mit dem nochmaligen Vorlesen des Eingangsgedichtes.
Myrta Hugentobler

Bericht aus der Kerngruppe

Auch in diesem Jahr hat sich die Kerngruppe zu vier Sitzungen getroffen. Inhaltlich haben wir die Arbeit an Rudolf Steiners Vortrag vom 9. Oktober 1922 «Die Schlaferlebnisse des Menschen, ihre geistigen Hintergründe und ihre Bedeutung für das Tageserlebnis» (GA 218) fortgesetzt.



Passend zum Jahresmotto „*Raum öffnen – für neue Initiativen; ouvrir un espace pour des nouvelles initiatives*» haben sich die Kerngruppe und die Verantwortlichen des Forums für Sterbekultur mit der Frage nach der Zusammenarbeit zwischen beiden Initiativen weiter beschäftigt. Durch ein näheres Zusammenrücken von Arbeitsgemeinschaft und Forum könnten organisatorische und finanzielle Ressourcen gebündelt werden. Damit würden Kräfte für die Vertiefung der inhaltlichen Arbeit frei. Diese Stossrichtung soll im nächsten Jahr sorgfältig geprüft werden.

An der 17. Jahresversammlung im März in Dornach durften wir neue Mitglieder begrüssen, die sich der Arbeitsgemeinschaft angeschlossen haben. Wir widmeten uns in einem musikalisch umrahmten Totengedenken auch der im letzten Jahr verstorbenen Menschen, die der Arbeitsgemeinschaft zugewandt waren.

Um die anstehenden Aufgaben weiterhin mit Freude und Engagement zu verfolgen, sucht die Kerngruppe neue Mitglieder. Dies auch, da Frédérique List und Brigitte Hofer auf die Mitgliederversammlung im April 2026 aus der Kerngruppe zurücktreten. Die Kerngruppe freut sich auf interessierte Menschen, die helfen, die inhaltliche Arbeit zur Sterbebegleitung auf anthroposophischer Basis mittragen und weiterzuentwickeln.

Brigitte Hofer

Bericht aus der Weiterbildung 2025/2026

Im März, im Juni und im September 2025 haben die ersten drei Module der Weiterbildung «Zur Begleitung von Menschen am Lebensende und nach dem Tod» stattgefunden.

Modul I zum Thema: «Sterbebegleitung als Lebensbegleitung»

Modul II zum Thema: «Moment des Todes»

Modul III zum Thema: «Lebensüberschau und ICH-Erlebnis»

Mit einer grossen Anzahl von 27-28 Teilnehmenden waren wir gespannt, wie sich die Arbeit an den Themen wohl entwickeln würde. Wir durften erfreut feststellen: es trifft in diesem Kurs eine sehr interessierte, aktive und offene Gruppe von Menschen zusammen. Bereits bei der Vorstellungsrunde, die immer mit einer Frage zu einem persönlichen Bezug zum Tagesthema verknüpft ist, dürfen wir echt empfundene, in die Tiefe gehende Beiträge hören. Zu den Inputs folgen interessierte Fragen, bei den Bildbetrachtungen lassen sich die Teilnehmenden mit feinsinnigen Beobachtungen auf die verschiedenen Ebenen ein, und in den Arbeitsgruppen entstehen lebhaftige Gespräche.

Im letzten Modul erschufen die Teilnehmenden im gemeinsamen Musizieren ein Ritual mit einer berührenden Stimmung. Trotz der Grösse der Gruppe beteiligen sich alle Menschen an den Gesprächen und Austausch.

Modul IV, V, VI und das Abschlussmodul VII sind geplant und wir freuen uns, im Jahr 2026 weiterhin mit all diesen engagierten Menschen zusammen die kommenden Themen bewegen zu dürfen.

Edith Siegwart



Informationen zu den Modulen und den Terminen 2026 unter:

<https://www.sterbekultur.ch/weiterbildung/>

Pour l'automne j'ai mis ma robe d'or et le vent m'a invité à danser. Enfin le ruisseau m'a recueillie dans ses bras d'eau chantante. Et maintenant je me berce doucement, d'une rive à l'autre, à la surface de l'eau.

Je me souviens. J'étais solide et bien verte, et je m'entendais bien avec mes sœurs, perchée sur une branche de mon érable natal. Et je faisais semblant que l'été durerait toujours.

Mais personne ou presque ne se doutait que je tissais une robe de soleil à l'intérieur. Personne ne voyait que je m'habillais le cœur avant le grand départ. Je savais que le temps viendrait de rompre les attaches. Bien sûr cela me rendait triste de quitter mes sœurs et ce bon grand-père l'érable. Je savais aussi que je ne m'amuserais plus aux facéties de l'écureuil, que je n'entendrai plus le trille merveilleux des oiseaux-chanteurs. En surface il y avait aussi quelques tâches brun-sombres mais par le dedans la robe de soleil rayonnait pour le bal. Il a quand même fallu de la confiance pour dépasser la peur, oser le grand saut. Et maintenant je danse doucement sur la piste musicale du ruisseau. Toute ma vie se déroule à l'envers. Et plus je m'en vais vers l'inconnu lointain, plus je remonte vers la source.

Je redeviens bourgeon et feuille tendre. Je me revois dans un manteau vert-émeraude, saupoudré de perles de rosée. Bien sûr il y a eu aussi l'orage, la grêle et les rafales de vent. C'est le prix à payer pour être vaillante et forte, n'est-ce pas ? Et maintenant je m'en vais vers l'hiver avec, à la doublure de ce manteau d'automne, le printemps perpétuel de l'enfance. Je prends mon temps pour dire adieu car le temps m'est compté. Mais il m'est aussi donné sans mesure. Il déploie à l'envie sa corolle de souvenirs.

Et je remercie car tout nous est donné.

Je vais bientôt plonger dans les eaux profondes du lac, je vais me dissoudre parmi les feuilles liquides. Ma peau deviendra transparente telle une caresse d'aquarelle. Et encore plus transparente, un léger frisson dans un cristal de silence.

Vous ne me verrez plus, amis promeneurs émerveillés des couleurs de l'automne. Et vous joyeux amis de fête, oiseaux qui savez annoncer les rayons du soleil levant au rythme de vos chants purs. Et vous nobles oiseaux de l'obscur qui savez transmuier le sombre crépuscule en accords de lumière. Et vous aussi petites abeilles qui savez picorer le soleil et le cuisiner dans votre four à miel. Et vous les enfants qui riez aux éclats en vous perchent sur le bout du nez le fruit ailé de l'érable. Et vous parfums sauvages, rêves de brume, tendresses infinies...Et vous le « petit-peuple » dont les rondes enchantées tricotent dans l'invisible le manteau de la vie...

A tous je dis merci, je dis adieu.

Pourtant je danserai encore par les reflets dorés dans les chausses du soleil. Vous pourrez aussi me voir au mieux en fermant les yeux. De mon côté je vous préparerai une robe de moire piquetée d'étoiles.

Et tous ensemble, nous irons au bal. Et ce sera la plus belle danse.

Frédérique List



Termine 2026

25. April 2026: Mitgliederversammlung, Dornach
05. September 2026: Treffen der Regionalgruppenverantwortlichen und Interessierten in Zürich
19. November 2026: Jahrestreffen / im Goetheanum

Wir danken Ihnen herzlich für Ihr Interesse.
Im Namen der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur
Die Kerngruppe, im November 2025

www.sterbekultur.ch