

# SONNENGARTEN POST

Alters- und Pflegeheim SONNENGARTEN  
Etzelstrasse 6  
8634 Hombrechtikon  
Herbst 2015, Nummer 59  
Erscheint zweimal jährlich



## INHALT

- Ausstellung:  
Verborgene Kräfte werden sichtbar
- Bericht aus der Baukommission
- Generalversammlung 2015
- 1. August 2015
- EQUILIBRIUM – Eine Begegnung im Jetzt

## «Wahrnehmungen»



Der Herbst mit seinen morgendlich allumhüllenden Nebelbänken, dem nachfolgend blauen Himmel und den sonnenbeschienenen, goldenen Blättern der Bäume ist da. Er wird bald dem alles überziehenden Reif und später den weissen Flächengebilden von Schnee und Eis des kommenden Winters weichen. Es ergibt sich so erneut die Gelegenheit, diese Veränderungen genau zu beobachten. Dabei stellt sich die Frage, ob wir wirklich alles wahrnehmen, was wir sehen? – Ein Widerspruch? – Nein, nicht wirklich! Denn vieles in und um uns herum ist verborgen und muss, obwohl es deutlich erkennbar wäre, von uns erst bewusst «entdeckt» werden. In den Worten von Antoine de Saint-Exupéry: «So ist das Wesentliche einer Kerze nicht das Wachs, das seine Spuren hinterlässt, sondern das Licht.»<sup>1</sup> Oft schauen wir nach den Spuren und übersehen das Wesentliche in unserem Umfeld. Dies gilt auch, wenn wir uns selbst beobachten. Wir glauben, dass unsere Handlungen grösstenteils von unserem Verstand und weniger von der emotionalen Seite unseres Wesens geleitet werden. Trotzdem kennen wir auch bei gut überlegten Handlungen «ungute Gefühle», als physisch wahrnehmbare Widerstände, in uns. Wir sind dann oft erstaunt, dass die Resultate unserer Handlung mehr den inneren Sinnesempfindungen als unserem Verstand entsprechen. Die Psychologie spricht

da von «somatischen Markern»<sup>2</sup>. Solche real messbare Körpersignale sind für uns wichtige Hinweise und Hilfen der seelischen Seite unseres Daseins – sozusagen als Ergänzung zum Verstand. Aber auch andere Realitäten, wie z. B. die Schwerkraft, können wir in uns selbst wahrnehmen. Alle diese scheinbar verborgenen Kräfte gilt es erst zu entdecken – wir müssen nur hinschauen. Rudolf Steiner fasst dies wie folgt zusammen: «Sich in der Welt schauend ergründen, die Welt in sich lebendig finden: Ist Daseins-Tragekraft.»<sup>3</sup> Diese Ausgabe der Sonnengartenpost möchten wir deshalb bewusst diesem Thema widmen. Sei es durch die kunstvollen Fotografien der Ausstellung «Verborgene Kräfte werden sichtbar» eines Bewohners des Sonnengartens oder «Eine Begegnung im Jetzt», ein Gespräch zwischen Vater und Sohn von Michael Theurillat. Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen, lieber Leser, eine angenehme Lektüre – die hoffentlich in Ihnen «positiv wahrnehmbare Körpersignale» auslöst.

Christian R. Haas

<sup>1</sup> Antoine de Saint-Exupéry, Die Stadt in der Wüste (Originaltitel: Citadelle), Karl Rauch Verlag, Leipzig 1948

<sup>2</sup> Maja Storch, Das Geheimnis kluger Entscheidungen, Goldmann Verlag, München 2005

<sup>3</sup> Rudolf Steiner, Wahrspruchworte, GA 40, Rudolf Steiner Verlag, Dornach, 1921

---

## Raum für zukunftsweisende Demenzpflege – Ihre Spende hilft



Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, die Lebensqualität demenzkranker Menschen zu verbessern.

### Unser Spendenkonto

Rubrik Anneliese Köhler-Fonds lautend auf:  
Gemeinnütziger Verein Sonnengarten, Hombrechtikon  
Konto-Nr. 1100-3176.187

IBAN: CH76 0070 0110 0031 7618 7

Zürcher Kantonalbank, PC: 80-151-4, Clearing-Nr. 700

Ausstellung

## Verborgene Kräfte werden sichtbar

Kunstvolle Fotografie\* aus der Baudokumentation des Erweiterungsbaus Sonnengarten



**Vernissage mit Apéro am Samstag, 24. Oktober 2015, 15.15 Uhr**  
Im Sonnengarten Hombrechtikon

- Hintergründe zur Entstehung der Ausstellung mit musikalischer Umrahmung
- Kleiner Festakt zur «Aufrichte»
- Im Anschluss Führung über die Baustelle

**Ausstellung: vom 25. Oktober 2015 bis 6. Januar 2016**

Etzelstrasse 6, Telefon 055 254 40 70

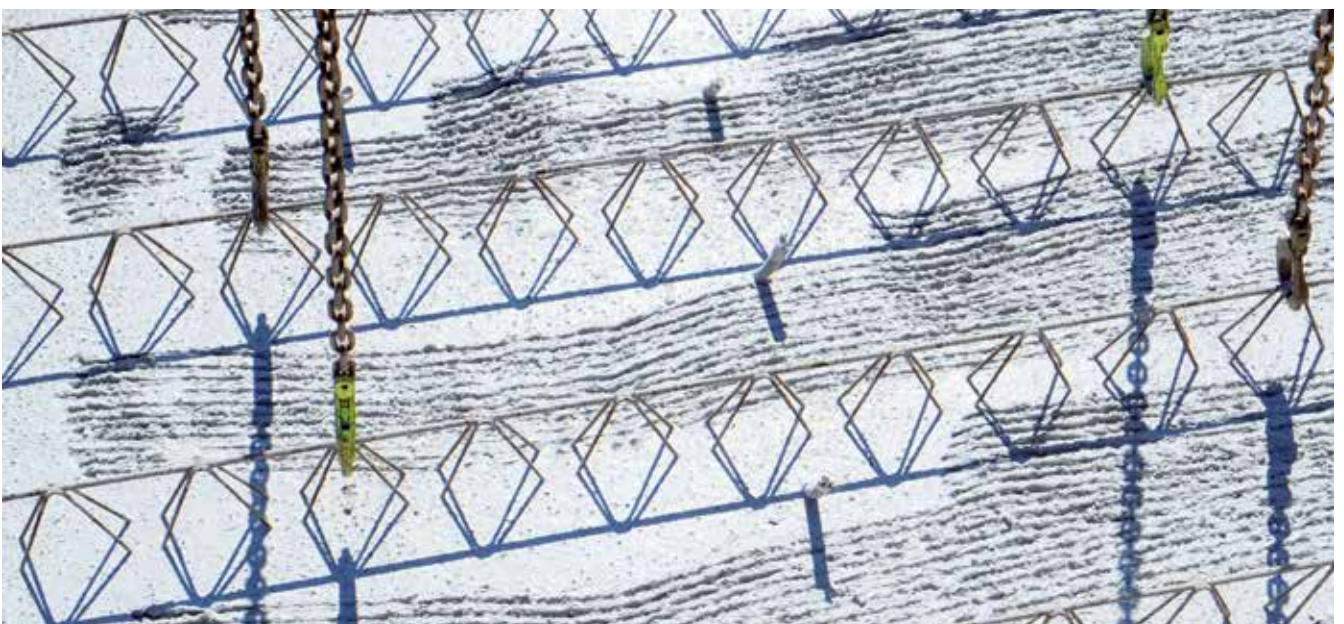
Öffnungszeiten Mi/Sa/So von 14.30 bis 17.30 Uhr oder nach Vereinbarung

\* Fotos von Kurt Huber, Bewohner des Sonnengartens

## *Verborgene Kräfte werden sichtbar*

Überall wo man ein Baugeschehen aus nächster Nähe mitverfolgen kann, ist es möglich, etwas sehr Interessantes zu beobachten. Durch das Schritt-für-Schritt-Zusammenfügen der einzelnen Materialien werden die inneren Kräfte, die den Bau zusammenhalten, sichtbar; anders gesagt, die innere Strukturgebung des Baus muss immer zwingend den statischen Kräftelinien des zukünftigen Gebäudes folgen. Wäre es anders, würde es eine Katastrophe geben. Diese Realität ist spätestens seit den Zeiten von Archimedes<sup>1</sup> der Menschheit ins Bewusstsein gerückt worden. Bei der Statik stehen die verursachenden Kräfte im Gleichgewicht, sodass es nicht zu einer Bewegung kommt. Damit ein ruhender Körper in Ruhe bleibt, müssen die Summen aller Kräfte und Drehmomente, die auf diesen Körper wirken, null sein. Das tönt kompliziert, ist uns aber näher, als wir denken – nämlich im Erleben unseres eigenen Körpers. Dort spricht man von Biomechanik, der Lehre von den mechanischen Kräften im lebenden Organismus. Diese Wissenschaft untersucht und beschreibt die Veränderungen und Auswirkungen des aktiven Bewegungsapparates (Muskeln) und des passiven Bewegungsapparates (Knochen) unter dem Einfluss von inneren und äusseren Kräften. Spätestens wenn die Statik des passiven Bewegungsapparates im Körper betroffen

ist, z. B. durch den altersbedingten Rückgang der inneren Knochenstruktur (Osteoporose), hat dies eine einschneidende Auswirkung auf das Lebensgefühl des einzelnen Menschen. Dann wird das Zusammenwirken der inneren und äusseren Kräfte schmerzhaft bewusst. Der Zusammenhang zwischen dem Baugeschehen und unserem Körper ist also nicht zufällig. Rudolf Steiner sagt: «Soweit man den Menschen in der Bewegung und stehend studiert, bekommt man die Form der Architektur. Ein vollkommener Bau ist nichts anderes als das vollkommene Stehen und Gehen des Menschen. Jede Kultur hat dieses Statische und Dynamische im Menschen durch ihre Architektur in anderer Weise aufgefasst und dargestellt.»<sup>2</sup> Wenn wir das Wort Architektur frei aus dem lateinischen «Architectura» übersetzen, heisst es «Baukunst». Das Wort «Kunst» wiederum bezeichnet im weitesten Sinne jede entwickelte Tätigkeit, die auf Wissen, Übung, Wahrnehmung, Vorstellung und Intuition gegründet ist. Also etwas, was nicht unmittelbar definierbar ist, sondern vielmehr in uns lebt. So empfinden wir auch die Kräftelinien der Statik von Bäumen, die unter extremen Kräften von Wind, Sturm und Schnee entstanden sind, als schön und harmonisch. Trotzdem sind es, unabhängig davon, ob es von der Natur oder vom Menschen geschaffene Gebilde sind, stets die









gleichen verborgenen Kräfte, die wirken und auf die eine oder andere Art sichtbar werden. Wir alle müssten eigentlich lernen, viel bewusster hinzuschauen, um solches zu erkennen. Wir leben nicht zufällig in einem Zeitgeist, der zunehmend auf Sichtbarkeit ausgerichtet ist, sodass wir diese Zeitentwicklung aufgreifen und für die Schulung unseres Bewusstseins von Verborgenem nutzen sollten – oder in den Worten von Christian Morgenstern: «Man sieht oft etwas hundert Mal, tausend Mal, ehe man es zum allerersten Mal wirklich sieht.»<sup>3</sup> Diese Wahrheit kann man aber nicht nur auf die Statik, sondern auf das menschliche Zusammenleben, die sozialen Strukturen anwenden. In der Psychologie sprechen wir von «Kohäsion»<sup>4</sup> und meinen damit die inneren Zusammenhalts-Kräfte einer sozialen Gruppe. Die Bedingungen, die ein Individuum dazu veranlassen, einer Gruppe anzugehören, nennt man folglich «Kohäsionsfaktoren». Im Betriebskonzept des Sonnengartens finden wir einen solchen Faktor in der bewusst geförderten Mithilfe der Bewohner als konkreten und freiwilligen Beitrag für das «Ganze». In diesem Zusammenhang entstanden auch die Fotos für die aktuelle Ausstellung. Kurt Huber, Bewohner des Sonnengartens, wurde vom Betrieb gebeten, den Bau täglich fotografisch zu dokumentieren, um schlussendlich eine Baudokumentation in Bildern zu erhalten. Dabei entstand, dank der künstlerischen Fähigkeiten des Fotografen, nicht nur eine Dokumentation, sondern eine Sichtbarmachung der verborgenen, statischen Kräfte am Bau – und zugleich zeigen sie auch stellvertretend die gelebte Kohäsion im sozialen Gefüge «Sonnengarten» auf.

Christian R. Haas

Gesamtleiter Sonnengarten

<sup>1</sup> Archimedes (287–212 v. Chr.) Griechischer Mathematiker, Physiker, Ingenieur und Entdecker des Hebelgesetzes

<sup>2</sup> Rudolf Steiner (1861–1925) aus «Die Erkenntnis-Aufgabe der Jugend»

<sup>3</sup> Christian Morgenstern (1871–1914) Deutscher Dichter, Dramaturg, Journalist und Übersetzer

<sup>4</sup> Brigitta Hug, Arbeitsgruppen im Führungsprozess, in Lippmann E. (Hrsg.): Handbuch Angewandte Psychologie für Führungskräfte, Springer Medizin Verlag, Heidelberg, 2008

## Die Entwicklung des Sonnengartens als Kompetenzzentrum mit anthroposophisch erweitertem Pflege- und Betreuungsverständnis für ältere Menschen

Der Sonnengarten wurde vor mehr als 30 Jahren als Altersheim mit einer Pflegeabteilung auf Grundlage des anthroposophischen Menschenbildes gegründet. Der Schwerpunkt lag auf der Aufnahme von «jungen Alten», aktiven und interessierten Menschen.

Seit der Gründung hat sich das Umfeld rund um das Alter sehr stark verändert. Immer mehr Menschen bleiben so lange wie möglich zu Hause und werden wenn nötig von der Spitex betreut. Dies wird vom Staat unterstützt, ja sogar je länger je mehr gefordert.

Der heutige Trend sind Alterswohnungen in Siedlungen, die zu einem Alterszentrum gehören und von den Serviceleistungen des Zentrums profitieren können. Der Sonnengarten hat sich schon früh dieser Nachfrage gestellt und die Alterssiedlung mit 22 Wohnungen in drei Gebäuden erstellt. Diese sind seit Beginn sehr gut ausgelastet und aktuell wird dafür eine eigene «Spitexabteilung» aufgebaut, um die Betreuung, Pflege und weitere Dienstleistungen im Sinne des Sonnengartenleitbildes zu gewährleisten.

Eine weitere Entwicklung, die heute sehr aktuell in Politik und Medien behandelt wird, ist die deutliche Zunahme von Menschen mit (Alters-)Demenz bzw. ihren diversen Erkrankungsbildern und Erscheinungsformen. Auch dieser neuen und schwierigen Herausforderung will sich der Sonnengarten stellen. Der Vorstand des Gemeinnützigen Vereins Sonnengarten (GVS) hat sich mehrere Jahre mit diesem Thema beschäftigt und nach der richtigen Wohnform für demente Menschen gesucht und gerungen.

Ende 2012 entschied der Vorstand GVS, den Sonnengarten mit einem Neubau zu erweitern. In dieser neuen Hülle sollen Menschen mit demenziellen Erkrankungen ein würdiges Leben führen können.

Nach verschiedenen und intensiven Vorstudien fiel die Entscheidung für die Verwirklichung des Projektes des international bekannten holländischen Architekten Max van Huut (Alberts & Van Huut). Als ausführende Architekten vor Ort wurde das hiesige Architekturbüro Christoph und Hansjörg Senn (achs AG) von Stäfa gewählt.



Die Holzbauelemente in der Fabrikation





Die Baukommission bei einem Besuch in der Produktionsstätte

Gleichzeitig wurde eine Baukommission gebildet, welche die Aufgaben der Bauherrschaft übernahm. Die Kommission besteht gesamthaft aus fünf Mitgliedern: Markus Glauser, Vorsitzender der Baukommission, Peter Kunz als Vertreter des Vorstandes GVS, Christian R. Haas, Gesamtleiter, und Fridolin Menzi, Leiter Betriebsunterhalt als Vertreter des Betriebes, sowie Rico Ponato, Bauspezialist aus Hombrechtikon. Die Baukommission trifft sich im Durchschnitt alle zwei Wochen mit den ausführenden Architekten und etwa alle sechs Wochen mit Max van Huut oder seinem Mitarbeiter.

Die Zusammenarbeit der Baukommission mit den Architekten klappt fachlich und menschlich hervorragend. Dadurch wurde es möglich, den Bau bis anhin ohne nennenswerte Probleme voranzutreiben.

Nach einem Jahr Vorbereitungsarbeiten konnte am 9. April 2015 der Spatenstich im Beisein der Architekten, des Gemeindepräsidenten und vieler Bewohner erfolgen.

Zurzeit geht es mit dem Bau in Riesenschritten vorwärts. Das Untergeschoss ist erstellt und das einmalige und spezielle Holzträgergestell mit den ersten Holzelementmodulen konnte bereits Mitte September montiert werden.

Der Nordtrakt wird im Mai in Betrieb genommen. Der Südtrakt, der auch Schulungsräume sowie Therapie- und ärztliche Behandlungsräume beherbergt, wird in der zweiten Hälfte 2016 bezugsbereit sein.



Das komplette Holzträgergestell des Nordtraktes ist aufgerichtet

Der Sonnengarten entwickelt sich immer mehr zu einem Kompetenzzentrum für ältere Menschen. Es ist allen aktiv Beteiligten ein besonderes Anliegen, dass weiterhin die gemeinsame Tätigkeit – und dies trotz zunehmender Auflagen der Kostenträger und Behörden – durch den ganzheitlichen und geisteswissenschaftlichen Ansatz der Anthroposophie erweitert und ergänzt wird.

**Markus Glauser**

Vorstandsmitglied GVS und Vorsitzender der Baukommission



# Generalversammlung des Vereins Sonnengarten

30. Mai 2015

**Es gibt Worte, die starke Gefühle auslösen, wenn sie in ihrer Einzahl vor einem stehen und sich gar nicht in die Mehrzahl setzen lassen:**

**Lebensfreude** ist nicht einfach die Gesamtheit der Freuden des Lebens,

**Mut** lässt sich nicht vervielfachen, nur steigern,

**Tatkraft** ist in ihrer Einmaligkeit stark genug, Grosses zustande zu bringen,

**Ausdauer** ist eine Anforderung, die nur gelingt, wenn sie aus dem tiefsten eigenen Willen heraus zum Wohl anderer erfolgt.

Diese vier Worte tauchen in meiner Erinnerung auf, wenn ich an die Generalversammlung des Vereins Sonnengarten 2015 zurückdenke. Wie ein tragendes quadratisches Fundament liegen diese Worte vor mir:



**Lebensfreude** macht die Freude des Herzens sichtbar, wenn Menschen einander begegnen, die ein gleiches Ziel verfolgen, welches anderen Menschen ein würdiges Alltagsleben ermöglichen oder erleichtern soll.

**Mut** gehört dazu, wenn eine Menschengruppe sich eine Aufgabe gibt, die in Zahlen ausgedrückt «Millionenprojekt» genannt würde, im Verein Sonnengarten schlicht «Erweiterungsbau für Demenzkranke» heisst.

**Tatkraft** lässt zurzeit hier aus tiefem Verantwortungsempfinden ein Werk entstehen, dem man nur wünschen kann, dass es zur Hülle werde für ein wahres menschliches Zusammenleben.

**Ausdauer** setzt dauerhaften, gemeinsamen, mittragenden Durchhaltewillen voraus, wenn nicht der Überbau in sich zusammenstürzen soll.



Die Generalversammlung 2015 war wie jedes Jahr ein Fest der Begegnung. Wir, Bewohnende und Mitarbeitende, spüren eine Aufbruchstimmung unter den Gästen, die uns Zuversicht gibt, dass dies alles zu einem guten Unternehmen führt, zu einer ernsthaften Voraussetzung für ein Notwendendes Gemeinschaftswerk im Dienst an Menschen. Ein heiterer, gelöster Geist war bei allen Beteiligten spürbar, in den Orientierungen der Leitung wie des Vereinsvorstandes. Auch die Antrittsrede des neu gewählten Vorstandsmitglieds brachte eine wohltuende, humorvolle Note in die Versammlung.



Ihnen, die Sie Verantwortung übernehmen und zur Tat bereit sind, sind wir hier Wohnenden zu Dank verpflichtet; für Ihre Lebensfreude, die Sie in unsere Gemeinschaft hereinbringen, für Ihren Mut, Ihre Tatkraft und Ihre Ausdauer! Sie legen damit die Grundlage, dass unser Leben hier weiterhin möglich ist, reich, schön, sinnvoll, lebenswert.

Kurt Huber-Stöcklin

Bewohner des Sonnengartens



1. August 2015

## Worte zum 1. August

Zusammensein in festlicher Stimmung, sich begegnen. Die schönste Hose, den elegantesten Rock aus dem Schrank hervorholen, am Apéroglas nippen, etwas Feines essen. Das Geburtstagskind hochleben lassen.

Das alles haben wir doch genau so zelebriert am 1. August 2015. Die Dekoration hat schon einen Tag vorher daraufhin gedeutet, dass es wieder so weit sei. Der Drink war wie gewohnt frisch und fein und ebenso das Salzgebäck. An den Servietten mit den Kantonswappen auf den Tischen im Speisesaal konnte man kurz die Lebensgeschichte der Jubilarin Schweiz repetieren. Das kalte Büffet machte der Küche alle Ehre. Die vielfältigen Grilladen wurden mit herrlich knusprigen Pommes frites zum aussergewöhnlichen Genuss. Sonnengarten-Premiere für Gourmets. Es war eben mit diesen Besonderheiten ein veritables Geburtstagsfestmenü.

Zur Festansprache hat Frau Haas ein Motto gewählt, das sicher, wenn man es beherzigt, nicht nur den Geburtstag der Eidgenossenschaft bereichert, es ist ein Licht weit in die Zukunft. Die Grundmaxime des freien Menschen, und freie Menschen möchten wir ja alle sein. Also lassen wir uns inspirieren:



«*Leben in der Liebe  
zum Handeln und  
Lebenlassen im Verständnisse  
des fremden Wollens  
ist die Grundmaxime der  
freien Menschen.*»<sup>1</sup>

Kurz aber träf gesagt, zum Beherzigen bis zum nächsten 1. August und bis in alle fernen Zeiten. Auch der gemeinsame Gesang gehörte zur Kür. Dass wir nicht «irren von dem Ziel», wie es im Appenzeller Landsgemeindelied heisst, es geht ja doch um das Land, in dem wir wohnen, in dem wir Heimat haben, dessen Schönheit wir immer wieder bestaunen können und für das auch gute Gedanken notwendig sind, gerade im Jahr, in dem Eidgenössische Räte von uns gewählt werden müssen.

Dann aber gings zum gemütlichen Teil über, mit Musik von den bewährten «Chüeweid Örgeler». Die lüpfigen lustigen Klänge vergolden jedes Fest, besonders wenn man dazu mit solchen Dessertherrlichkeiten verwöhnt wird, wie sie von der Küchencrew geboten wurden. Trotz ein paar Regentropfen ist es unserem Feuerwerker gelungen, ein Feuer zu entfachen, das weit in den Himmel loderte und mit Funkensprühen im Nachthimmel verglühte. Ich kann nicht umhin zu wünschen, dass die Flammen den Sinn dieses Geburtstages in uns wieder so recht entzündet haben. Dazu tönnten ja auch die mahnenden Klänge der Alphörner. Zuletzt ein Guetsli und ein Glas Punsch, als Schlummertrunk in die Nacht hinein, mit vielen Träumen in die Vergangenheit und in die Zukunft.

Alfred Enz

Bewohner des Sonnengartens

<sup>1</sup> Rudolf Steiner, Die Philosophie der Freiheit, GA 4, Rudolf Steiner Verlag, Dornach, 1978, S. 166



## EQUILIBRIUM - Eine Begegnung im Jetzt

Gespräch zwischen Vater und Sohn

«Wo ist er?»

«Wer?»

«Christian Lichtenberg. Du hast gesagt, du schreibst ein Vorwort zu seinem Katalog.»

«Tu ich auch.»

«Triffst du ihn?»

«Ja.»

«Wo?»

«Er ist in Luang Prabang – in Laos.»

«Dann könnt ihr euch ja schlecht treffen ... ich meine Laos!»

«Er wollte einen Monat dort bleiben. Allerdings denke ich, dass er weiter gezogen ist.»

«Warum?» «Weil er sich die Perle des früheren Indochina anders vorgestellt hat. So wie früher, als Hunderte von Mönchen morgens um sechs mit Bettelschalen durch den Ort gegangen sind, um von den Einheimischen frisch gekochten Reis zu erhalten.»

«Echt?»

«Ja. Und als Dank dafür segneten sie die Leute.»

«Das ist eine schöne Tradition.»

«Heute nicht mehr! Jetzt kommen kurz vor sechs Busse angerast, mit Horden von spuckenden Chinesen. Die setzen sich auf eilends hingestellte Plastikstühle, um den Mönchen mitgebrachten Industriereis in die Schale zu werfen.»

«Grauenhaft!»

«Und dabei fotografiert sich der schenkende Pöbel selbst, während die beschenkten Mönche den Reis später in einer Seitenstrasse entsorgen. Es gibt dafür vorbestimmte Kübel – Sammelstellen für Hühnerfutter.»

«Und das tut sich Christian Lichtenberg an?»

«Er hat mir diese Geschichte selbst erzählt.»

«Aber seine Bilder ...»

«Darauf komme ich noch.»

«Warum muss er sich den ganzen Müll moderner Zivilisation ansehen – ich meine, nur um dann einen Baum zu fotografieren?»

«Arboretum – ein Baum durch den streichelnd der Wind fährt.»

«Genau – also warum?»

«Weil man sonst farbenblind wird.»

«Wie meinst du das?»

«Ohne das Hässliche ist das Schöne nicht von Wert.»

«Meinst du, das findet er auch?»



Foto: Christian Lichtenberg

«Ich denke schon. Das Schnelle, das aufgereggt Plappernde verleiht der Langsamkeit und der Stille doch erst ihre Bedeutung.»

«Und der Rest ist Schweigen, sagt Shakespeare.»

«Richtig. Aber eben nur der Rest!»

«Christian Lichtenbergs Bilder sprechen von diesem Rest. Sie sind Ansichten und Einsichten, reduziert auf den Moment zwischen «gerade eben» und «noch nicht» – verdichtet zu jener Essenz, die am Ende übrigbleibt, wenn alles Laute, Grelle und Aufgeregte abgefallen ist.»

«Müsste man zu den Bildern nicht noch mehr sagen?»

«Vermutlich schon. Aber dann läuft man Gefahr geschwätzig zu sein und Kunstverstand vorzutäuschen.»

«Willst du aber nicht, oder?»  
 «Nein.»  
 «Sonst hätte er dich ja nicht gefragt – für das Vorwort, meine ich.»  
 «Eben.»  
 «Was heisst eigentlich Equilibrium?»  
 «Gleichgewicht.»  
 Wirklich?  
 Aber der Mann auf dem Stein fällt ... der ist doch nicht im Gleichgewicht.»  
 «Er ist kurz vor dem Fallen, einverstanden. Aber er könnte sich auch oben halten.»  
 «Wenn er fit ist ...» (denkt nach)  
 «Es ist der Moment zwischen *noch oben* und *schon unten* – das Spiel zweier Kräfte, die sich ausgleichen.»  
 «Ein Unentschieden also.»  
 «Ein vorübergehendes Unentschieden.»  
 «Gibt es das?»  
 «Du bist jetzt Dreizehn, oder?»  
 «Genau.»  
 «Und mit Dreizehn ist man einerseits kein Kind mehr, und andererseits auch noch nicht erwachsen. Das ist exakt so eine Sache.»  
 «Also ich weiss nicht ... ich denke darüber nicht nach.»  
 «Zum Glück!»  
 «Warum das denn?»  
 «Weil ein echter Equilibrant – ein Seiltänzer zum Beispiel – nicht über seine Situation nachdenken sollte.»  
 «Sonst fällt er runter!»  
 «Genau. Er bewegt sich zwischen Vergangenheit und Zukunft – im Jetzt.» «Und hat darum auch keine Angst, weil er gar nicht daran denkt, dass er herunterfallen könnte ...»  
 «Oder schon einmal heruntergefallen ist.»

«Christian Lichtenbergs Fotografien sind von meditativer Kraft. Sie zeigen zeitlose Oasen im Jetzt und öffnen dem Betrachter das Tor zu einem Blick ins eigene Innere: Wenn dann sich wieder Licht und Schatten / Zu echter Klarheit werden gatten, / Und man in Märchen und Gedichten / Erkennt die wahren Weltgeschichten, / Dann fliegt vor einem geheimen Wort / Das ganze verkehrte Wesen fort. [Novalis]»

«Jetzt hast du doch noch etwas gesagt zu den Bildern.»

«Und für dich ist es Zeit zum Schlafen.»  
 «Wie viel Uhr ist es eigentlich?»



#### Michael Theurillat

geboren 1961 in Basel, studierte nach zwölf Jahren Rudolf Steiner-Schule Wirtschaftswissenschaften, Kunstgeschichte und Geschichte. Er promovierte auf dem Gebiet der Finanzwissenschaft und arbeitete jahrelang erfolgreich im Bankgeschäft. Mit seinen Romanen um den Zürcher Kommissar Eschenbach (erschieden bei Ullstein) gehört er zu den meistgelesenen Autoren der Schweiz. Neben seiner Tätigkeit als Schriftsteller berät er Unternehmungen und Pensionskassen. Theurillat lebt und arbeitet in der Nähe von Zürich.

Der Text erschien 2013 als Vorwort des Fotobandes «EQUILIBRIUM» von Christian Lichtenberg. Geboren 1953 in Basel, arbeitet Christian Lichtenberg als freischaffender Werbefotograf und Maler mit eigenem Studio. Seine teilweise prämierten Werke sind in mehreren Museen und Sammlungen ausgestellt. Heute lebt und arbeitet er in Ruppertswil und Bali.

# Kultur im Sonnengarten

Der Sonnengarten bietet durch sein reichhaltiges kulturelles Programm einen sozialen Kulturraum. Dazu gehören Konzerte, Vorträge, Aufführungen, Ausstellungen und das Feiern von Jahresfesten. Die Veranstaltungen sind öffentlich und leisten auch einen kulturellen Beitrag für die Region.

Künstlerische Kurse wie Eurythmie, Sprachgestaltung, Malen, Plastizieren, kreatives Werken, Chorsingen und Musizieren sind ebenfalls ein Teil des Kulturprogramms.

Für Kursprogramme und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an das Sonnengarten-Sekretariat, Tel. 055 254 40 70, Fax 055 254 40 80 [info@sonnengarten.ch](mailto:info@sonnengarten.ch). Sie finden das detaillierte Kursprogramm auch auf unserer Webseite [www.sonnengarten.ch](http://www.sonnengarten.ch)

## Wie kann ich den Sonnengarten unterstützen?

Ich würde gerne dem Sonnengarten helfen:

Durch freiwillige Einsätze im Heim, wie:

Cafeteria     Fahrdienste     Betreuung     andere

Durch den Beitritt in den Gemeinnützigen Verein Sonnengarten als:

Einzelperson (CHF 40.-/p.a.)     Ehepaar (CHF 50.-/p.a.)

Durch eine einmalige Schenkung von CHF

Durch wiederkehrende Beiträge von

monatlich     vierteljährlich  
 halbjährlich     jährlich    CHF

Ich interessiere mich/Wir interessieren uns für einen Eintritt in den Sonnengarten

Vorname:

\_\_\_\_\_

Name:

\_\_\_\_\_

Adresse:

\_\_\_\_\_

Telefon:

\_\_\_\_\_

Ort, Datum:

\_\_\_\_\_

Unterschrift:

\_\_\_\_\_

Bitte Talon ausfüllen und senden an:

Alters- und Pflegeheim Sonnengarten, Etzelstrasse 6  
8634 Hombrechtikon



Kurse im Sonnengarten: Chorsingen



Kurse im Sonnengarten: Malen

## ALTERS- und Pflegeheim Sonnengarten

Etzelstrasse 6, 8634 Hombrechtikon  
T 055 254 40 70, F 055 254 40 80  
[info@sonnengarten.ch](mailto:info@sonnengarten.ch)  
[www.sonnengarten.ch](http://www.sonnengarten.ch)

Bank-Konto:  
ZKB Hombrechtikon 1139-0151.847  
Postcheck: 80-48649-1

## Führung durch den Sonnengarten

In der Regel findet am ersten Samstag eines jeden Monats um 14.00 Uhr eine öffentliche Führung statt. Anmeldung erforderlich.

**Gesamtleitung:** Christian R. Haas

**Betriebskommission:** Ute van der Heide  
Christine Büchi  
Helen Baumann  
Cristobal Ortin

## Gemeinnütziger Verein Sonnengarten

### Vorstand:

Helen Baumann	Präsidentin
Philip Eric Jacobsen	Quästor
Markus Glauser	Mitglied
Peter Kunz	Mitglied
Heinz Brodbeck	Mitglied

### Sonnengarten-Post

Redaktion: Christine Sacks  
Christian R. Haas  
Konstanze Brefin Alt

Gestaltung: Sibylle Schneider

Fotos: Diverse Sonnengarten

Druck: St-Print, Wolfhausen