

# Sonnengarten Post 73

Herbst 2022

## Inhalt

### Ausstellung

«Anfang ist immer, immer ist Anfang», Werke von Anne Joris

Interviews zum Thema Leben im Sonnengarten mit

- Pfarrer Cristóbal Ortín
- Pfarrer Marc Heise
- Vreni Stockvis und Adrian Courvoisier
- Susanne Schadde und Christian Schikarski
- Franz Ackermann
- Verena Franz
- Leentje Weckherlin
- Jürg Hochholdiger

Textbeiträge von Anne Joris, Regula Schmid, Christian Hurter und Tony Ryser

Foto: Innenhof Wohnsiedlung

Sonnengarten mit Skulptur

«Aus der Rose»

von Raoul Ratnowsky

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das Alter war in den letzten zwei Jahren oft in den Medien und Anlass für viele Sorgen und Entscheidungen, die pauschal galten und weniger der einzelnen Individualität Rechnung trugen. Die Altersheime standen plötzlich im Fokus, ohne dass sie selber aktiv wurden, die Gesellschaft, die Politik handelten, ohne Rücksprache mit den eigentlich Betroffenen zu nehmen. Manchmal ist es sinnvoll, den Blick in eine Richtung zu lenken, die sich nicht in den Vordergrund drängt. Es ist ja nicht so, dass Altersheime im Trend liegen, oder dass das eigene Altern immer mit Freude verbunden ist und gerne publik gemacht werden möchte, doch der Einbezug dessen, was im Blickfeld liegt, ist ein Grundsatz, der nicht übergangen werden darf.

Das Leben im Alter steht uns allen bevor, oder wir sind schon mittendrin. Es gehört zum Leben, auch wenn es mit dessen Ende verbunden ist. Das Alter ist die Fülle aller Erlebnisse und Taten, es beinhaltet unsere Biographie und unser Menschsein.

Wie möchte ich mein Alter verbringen, wo soll mein Lebensort sein? Das Altersheim ist für Viele nicht die erste Wahl. Und doch hatten die Gründer des Sonnengartens die Idee, dass die Bewohner möglichst früh in den Sonnengarten eintreten, um diesen Ort mitzugestalten und darin tätig zu sein. Am eigenen Lebensort möchte man nicht Gast sein. Aufgrund der vergangenen zwei Jahre, wo das Selber-Mitgestalten

und eigenständige Entscheiden innerhalb eines Heimes plötzlich nicht mehr im gewohnten Masse möglich war, hat das Altersheim als Lebensort nicht gerade an Attraktivität gewonnen.

Es ist aber eine Tatsache, dass im Alter unsere Kräfte abnehmen und unser Radius kleiner wird. Es ist wie eine Art Verdichtung und ein Loslassen zugunsten der Vorbereitung auf das, was uns

*Das Alter ist die Fülle aller Erlebnisse und Taten, es beinhaltet unsere Biographie und unser Menschsein.*

auf der anderen Seite des Lebens erwarten wird. Dieser Lebensabschnitt will bewusst gestaltet werden. Was gibt es Schöneres, als an einen Ort zu kommen, an dem dieses Mitgestalten geschätzt, ermöglicht und unterstützt wird.

Der Sonnengarten mit seinem vielfältigen Angebot an Wohn- und Lebensmöglichkeiten ist ein Ort, an dem der Einzelne mit seinen Erfahrungen und seinem Können, ohne Reisen unternehmen zu müssen, zur Geltung kommen darf.

Wenn ich im Sonnengarten zu Besuch bin, freue ich mich jedes Mal, für einen Moment Teil dieser Gemeinschaft zu sein. Es ist so viel Erfahrung, Wissen und Weisheit, die einem entgegenkommt, dass man all das dankbar in Empfang nimmt, was einem zugetra-

gen wird. Die Gestaltung der Räume, die Gestaltung der Umgebung und die Sorgfalt, die dem kulturellen Angebot zugrunde liegt, unterstützen geradezu das eigene Tätigsein und regen den Austausch, das Verbinden und das Pflegen von Begegnungen an.

Die Fülle an Persönlichkeiten und Lebensgeschichten sind ein Reichtum, der dazu einlädt zu teilen. Man ist als Mensch gefragt mitzuwirken, Einfluss zu nehmen und seinen Beitrag zu leisten.

Der Sonnengarten ist ein Lob auf das Alter. Hier kann das Eigene mit der Gemeinschaft geteilt werden und gleichzeitig bekommt man die Gelegenheit, Neues zu entdecken und sich durch das Angebot anregen zu lassen.

Die Sorgfalt der Begleitung, die Anerkennung der Würde des Alters wird bewusst gestaltet und gepflegt. Der Übertritt vom eigenen Zuhause – mit all seinen Vorzügen, aber auch kräftezehrenden Aufgaben – hinein in die Gemeinschaft des Sonnengartens kann eine Belebung der Kräfte und der Interessen bewirken. Man kann sich ganz den Dingen zuwenden, die einen interessieren.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine anregende Lektüre und freue mich, wenn Sie den Sonnengarten als Gäste, als Besuchende oder als Bewohnende mit Ihrer Anwesenheit bereichern.

Herzlichst, Helen Baumann-Müller

*Herzlichst, Helen Baumann-Müller  
Präsidentin*

# Anfang ist immer, immer ist Anfang

Ausstellung von Anne Joris



Vernissage mit Apéro  
Samstag,  
22. Oktober 2022  
15.00 Uhr  
Grosser Saal

Im Sonnengarten Hombrechtikon,  
Etzelstrasse 6, Telefon 055 254 45 00

## Zur Ausstellung von Anne Joris

Die ausgewählten Werke von Anne Joris sind ein Gang durch die Pflanzen-, Tier- und Menschenwelt und sollen den Dialog der Künstlerin mit dieser Dreiheit in Material, Formen und Farben zum Ausdruck bringen. Es sind gelebte und erlebte Geschichten, welche vom Betrachter weitergeführt und ergänzt werden möchten.

Es sind Anfänge und Einladungen im Dargestellten den Geheimnissen des Unsichtbaren auf die Spur zu kommen.

Auf die Spur finde ich nur im Anfang, im Zugehen auf ein Neues, noch Unbekanntes und mir bis anhin Fremdes.

Während ich diese Zeilen schreibe, fängt draussen das grosse Verblühen an, wie jedes Jahr, und doch jedes Jahr neu und anders.

Anfang eines Neuen – hinein in eine dunklere Zeit, hin zu Michaeli.

Auf diesem Weg können die Bilder von Anne Joris helfende Begleiter sein, durch ihre kräftigen Farbstimmungen der Pflanzenwelt, die wunderbaren Formgebungen der Tiere und die zutiefst berührenden Gesten der dargestellten menschlichen Gestalten.

Wir stehen ja nicht nur jahreszeitlich vor der Aufgabe, einen Umgang zu finden mit den Dunkelheiten und Drachenkräften. Sie sind Zeitsignatur.

Das Ringen mit diesen Kräften ist auch im Werk von Anne Joris enthalten. Die Bilder zeugen von einem sorgfältigen und achtsamen Umgang der Künstlerin mit der sie

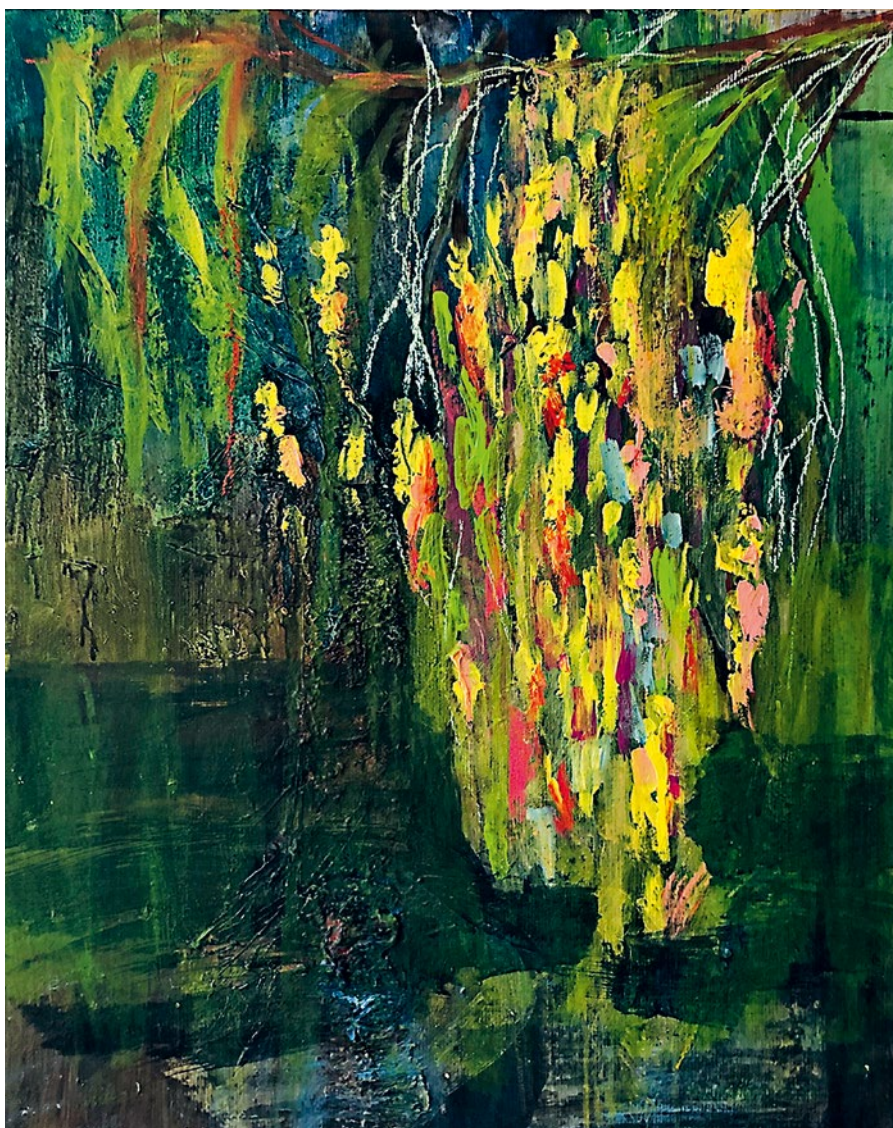
umgebenden Welt, mit all ihren Erscheinungen und sind gleichzeitig Wegweiser in eine hellere, offene Zukunft.

Da, wo wir die Kindheitskräfte des ewigen, schöpferischen Neuanfangs zu bewahren vermögen und im Untergang auch Durchgang und Neubeginn erleben, sind wir begleitet von jener Kraft, die zu Weihnachten

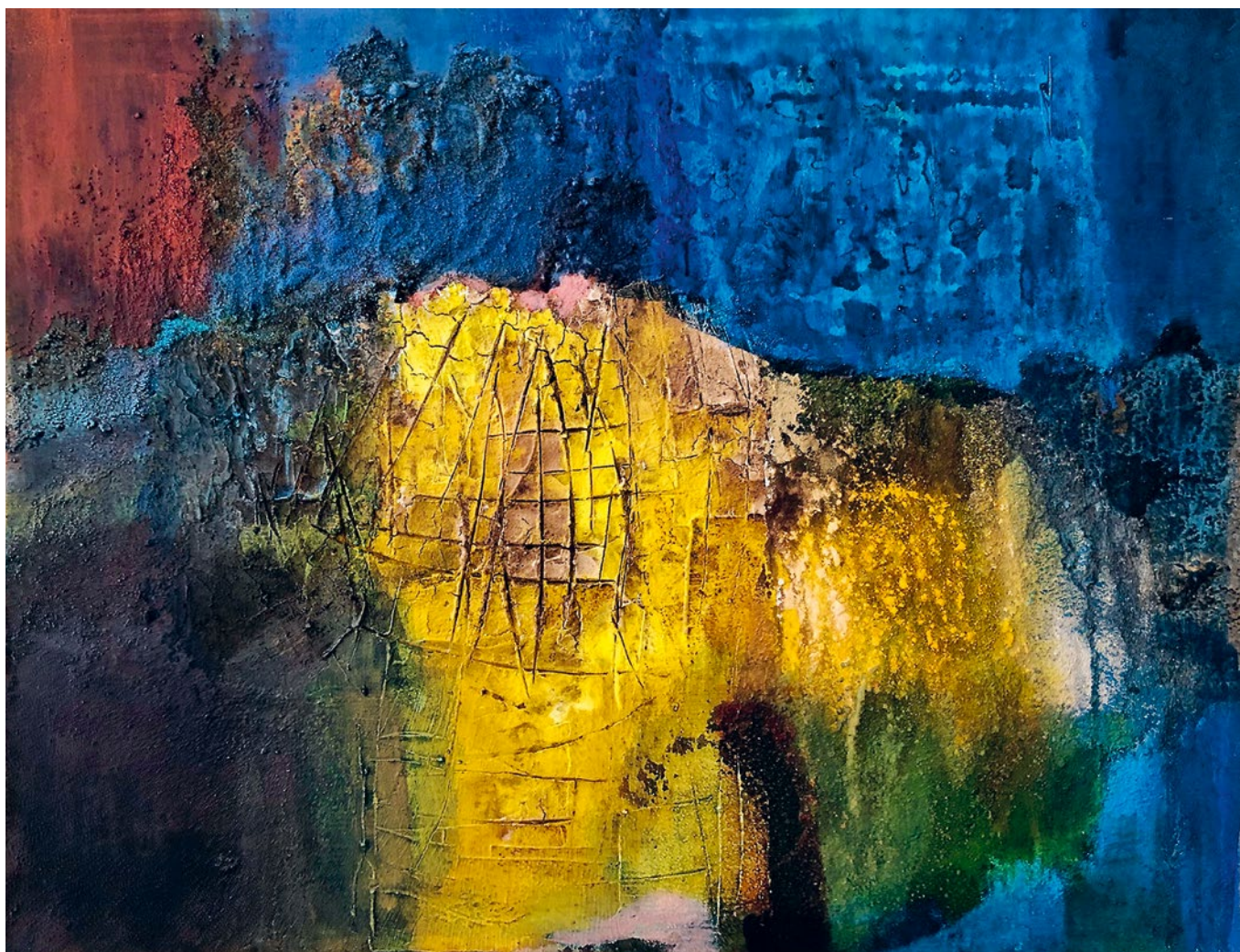
durch die Geburt eines Kindes fort-dauernden Neubeginn geschaffen hat.

Davon zeugen auch die Bilder von Anne Joris und dafür sei ihr herzlich gedankt.

*Regula Schmid*



## Material ist Inspiration und Widerstand



Wenn ich eine Arbeit beginne, erkenne ich kaum, wohin ich mich begeben, versuche mich zunächst in dem Stoff zu verankern. Kohle, Sand, Asche, Pigmente, Linnen und Papier...

All die Materialien zeigen Spuren, haben Fäden, sind Geschichten, Gelebtes.

Und je hemmungsloser ich mich dem Stoff hingebe, desto mehr trete ich in einen neuen Schaffensraum. Die Intentionen werden sichtbar und die in-

neren Eigenschaften des Materials erscheinen in einem neuen Licht.

Die Malerei ist in ihrer Unmittelbarkeit, für mich die am weitest reichende Beschäftigung mit dem Stofflichen.

Licht ist Stoff, Stoff ist Licht. Raum, Fläche, Licht vorne, Licht hinten.

Die Farbe ist Stoff, sie ist greifbar, sie ist tastbar. Ihre Selbstverständlichkeit überwinden, ihre vielfältigsten Charaktere, in der Auseinandersetzung mit anderen Farben, immer wieder neu zu entdecken. Das inter-

essiert mich derzeit in meiner Arbeit.

Die Entdeckung von Papier als Material mit seinem jeweiligen ureigenen Charakter.

Sensibles Japanpapier. Grobes Packpapier.

Es lässt sich reißen, zerknüllen, zerschneiden, falten, verknüpfen, aufweichen und wiederverwenden.

Spuren des Gebrauchs setzen die ersten Formen. Der Widerstand für die Linien beeinflussen die Fließbewegung der aufgetragenen Farbe.

### Meine Autobiographie

1952 bin ich in Kinshasa (Belgisch-Kongo), Afrika, geboren.

Nach unserer Übersiedelung nach Belgien besuchte ich zunächst einige Jahre eine Kunst-Akademie, hatte dann aber das starke Verlangen, kranken Menschen zu helfen, und entschied mich, eine Pflegeausbildung in Antwerpen zu machen.

Als Krankenschwester brachte mich mein Weg an den Hermannsberg, eine anthroposophische Lebensgemeinschaft, wo ich eine 3-jährige Ausbildung in der anthroposophischen Heilpädagogik machte.

1981 kam ich an die Ita Wegman Klinik, Arlesheim, wo die Erweiterung zur anthroposophischen Krankenpflege erfolgte und ich für insgesamt 10 Jahre eben dort tätig war.

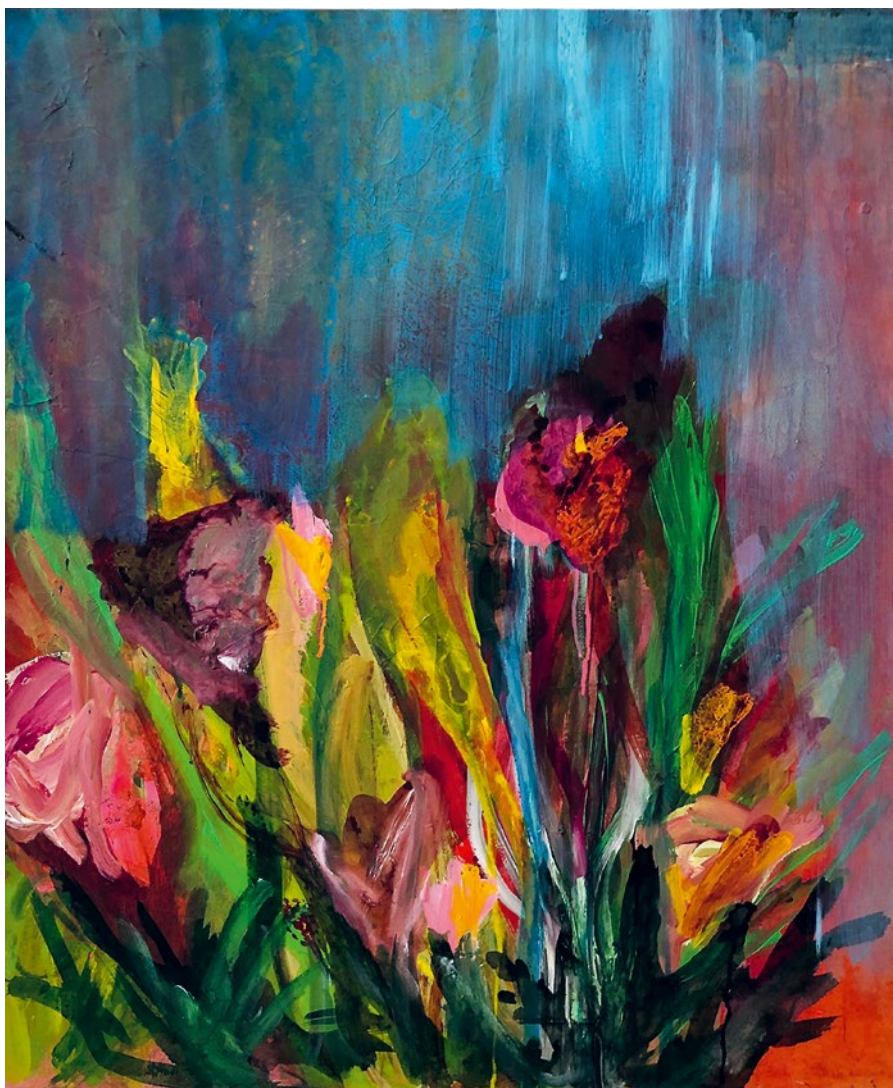
1991 folgte ich einem Ruf nach Australien und Neuseeland, wo ich für weitere 10 Jahre als Pflegerin und Ausbilderin in anthroposophischer Pflege tätig war.

Ab 2000, zurückgekehrt an die Ita Wegman Klinik, nahm ich neben der pflegerischen Tätigkeit in der Klinik, im Rahmen des IPMT (Med. Sektion am Goetheanum) Unterrichtsaufgaben in Nepal, Japan, Korea, Taiwan und den Philippinen wahr.

2011 nahm ich meinen ganz frühen Impuls, die Liebe zur Malerei, wieder auf und absolvierte eine 4-jährige Kunstausbildung im Fach Malerei an der Visual Art School, Basel.

Seit 2015 bin als freischaffende Malerin im eigenem Atelier tätig.

*Anne Joris*



Liebe Leserinnen und Leser

Wir leben in einer konfliktgeladenen Welt. Aber Konflikte gibt es, seit es Menschen gibt. Denn der Mensch hat individuelle Bedürfnisse, Wünsche und Erwartungen. Und diese stossen sich regelmässig am fremden Wollen, also an abweichenden Bedürfnissen, Wünschen und Erwartungen des anderen.

«Leben in der Liebe zum Handeln und Lebenlassen im Verständnis des fremden Wollens ist die Grundmaxime des freien Menschen.» Dies ist ein vielzitiertes Satz aus der *Philosophie der Freiheit* von Rudolf Steiner.

Lebenlassen im Verständnis des fremden Wollens? Das heisst nichts anderes, als dass ich deine Bedürfnisse, Wünsche und Erwartungen akzeptiere, also leben lasse. Aber wir Menschen beweisen täglich, dass das mit dem Lebenlassen eine grosse Herausforderung ist und es den meisten im besten Fall bei ihren absoluten Lieblingsmenschen gelingt, immer oder fast immer tolerant zu sein und immer oder fast immer ihr Sosein zu akzeptieren.

Überall dort, wo Menschen aufeinander treffen, besteht die Gefahr oder zumindest die Möglichkeit von Konflikten. Hier im Sonnengarten ist das nicht anders. Jeder sieht die Welt ein bisschen anders. Ich sage oft: Es gibt nur eine Erde, aber es gibt bald 8 Milliarden Welten, weil jeder Mensch seine eigene Wahrnehmung hat und die Welt ein bisschen anders sieht. Oder wie es eine Bewohnerin letzthin auch schön ausgedrückt hat: «Es ist,

wie wenn jemand vom Westen an den Sonnengarten schaut und ein anderer schaut vom Osten. Das ist eben nicht dieselbe Sicht. Eigentlich müsste man ja um den Sonnengarten herum gehen und von allen Seiten schauen.» Und ein anderer Bewohner hat dann angefügt: «Ja, und dann auch noch von oben und unten.» Und diese andere Sicht und diese andere Wahrnehmung führt oft zu Konflikten. Konflikte sind unbequem und mühsam. Sie kosten Zeit, Energie und Nerven.

### *Ich bin gut – du bist gut.*

Und doch beinhalten sie eine unbändige Kraft, auch Dinge in uns zu verändern. Wer geistig offen ist, kann von ihrer formenden Kraft profitieren. Im Konflikt reiben wir uns aneinander. Die Wirkung muss aber nicht zerstörerisch sein. Wenn wir Konflikte als gestalterische Kraft aushalten können und nutzen lernen, werden sie zu einer Gelegenheit der Veränderung.

Was heisst zum Beispiel ein guter Christ zu sein oder auch, sich intensiv dem Studium der Anthroposophie zu widmen: Das heisst nicht, Einsiedler zu werden, sich zurückzuziehen und im stillen Kämmerlein spirituelles Wissen anzuhäufen, Selbstreflexion zu betreiben und zu hoffen, dass man

dadurch Weisheit erlangt und erfährt, was man bei all dem zu verstehen versucht. Anthroposophie leben, ein guter Christ sein, heisst auch rausgehen und sein angehäuften Wissen und das Erfahrene im täglichen Umgang mit anderen Menschen leben, vertiefen und verankern. Und dies mit allen Fortschritten und Rückschlägen. Und dabei soll man nicht arrogant wirken und auch nicht missionieren.

Wenn wir hinausgehen und Konflikte aushalten, dann formen sie uns. Jeder von uns kennt das:

Im Mit-mir-allein-Sein werden meine Ecken und Kanten nicht abgeschliffen, sondern zugespitzt, und ich werde mehr und mehr zu einem Extrem meiner selbst. Erst im Konflikt mit anderen Menschen wird meine Einseitigkeit relativiert. Und dadurch habe ich die Chance, ausgeglichener zu werden und zur Mitte zu finden.

Ich möchte Konflikte nicht verharmlosen. Konflikte sind schwierig und können auch sehr schmerzlich sein. Aber vielleicht können wir unsere Einstellung zu Konflikten ändern im Wissen, dass wir von Konflikten eben auch profitieren können. Stellen wir uns also den Menschen, bei denen das Potenzial für Konflikte vorhanden ist. Begegnen wir ihnen nicht in der stillen Hoffnung, dass nichts schiefgehen wird, sondern begegnen wir ihnen lieber in einer bewussten Gelassenheit, dass es zum Konflikt kommen wird und wir damit Zugang zu einer formenden Kraft erhalten, die sich eben auch positiv auf unseren eigenen Charakter auswirken kann.

In anderen Worten: Wenn wir lernen, Konflikte weise zu bearbeiten durch bewusste Gelassenheit, durch das Anerkennen des anderen und durch Akzeptieren was ist, werden wir auch konfliktfähiger und ruhiger. Ganz nach dem Motto: Ich bin gut – du bist gut.

*Herzlich  
Franz-Josef Oggier*

## Früher oder später – wann ist der richtige Moment für einen Eintritt in den Sonnengarten?

Die Antwort auf diese Frage ist sehr individuell und hängt von den unterschiedlichsten Umständen ab. An erster Stelle steht grundsätzlich, inwiefern eine Altersinstitution überhaupt in Betracht gezogen wird. Nie, wünscht sich die eine Gruppe, ja, die zweite, eine dritte verdrängt das Thema und eine vierte meint: es kommt darauf an. Die nachfolgenden Betrachtungen sollen einen bewussten Umgang mit der

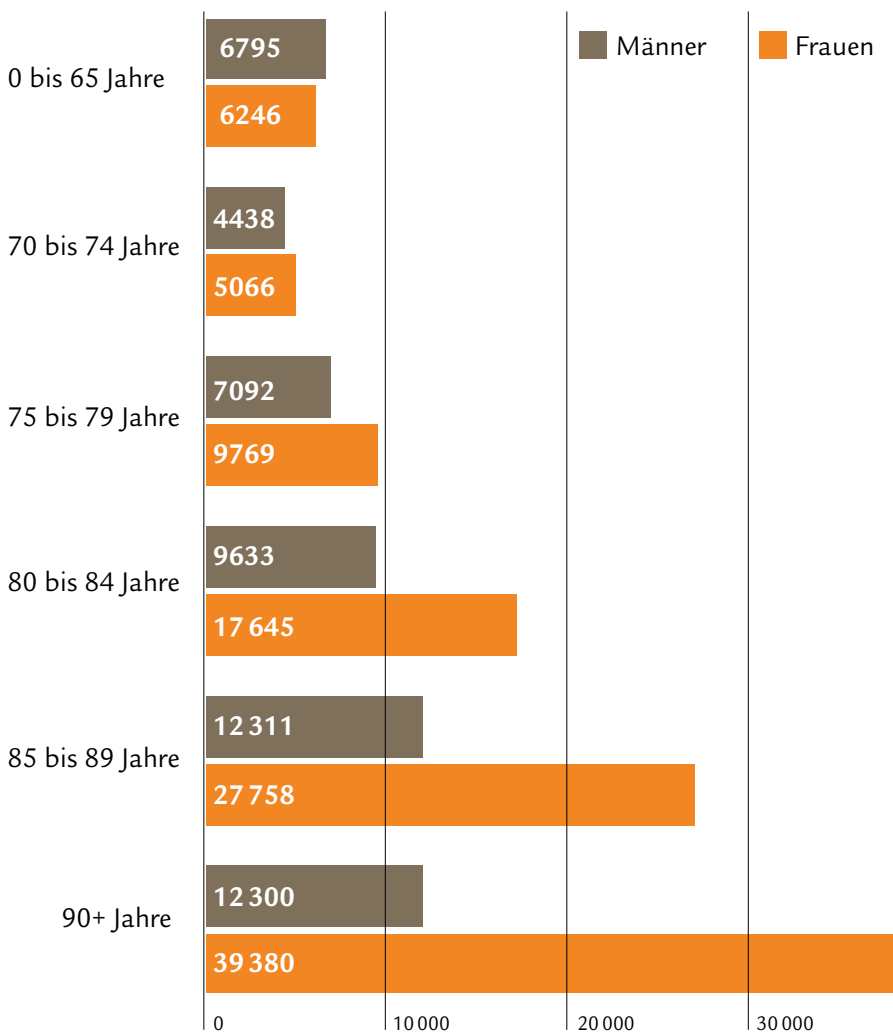
Frage unterstützen, einen selbstbestimmten Entscheid fördern und Anhaltspunkte zum möglichst «richtigen Zeitpunkt» geben.

In der Schweiz gibt es ca. 1550 Altersheime, welche rund 100 000 Plätze anbieten. Das sind rund 60 Plätze auf 1000 Menschen über 65. Das Bundesamt für Statistik weist für das Jahr 2020 folgende Belegungsübersicht aus:

Daraus ist ersichtlich, dass 80% aller Bewohnenden einer Altersinstitution in der Schweiz der Altersklasse 80 plus angehören. Vor ihrem Eintritt lebten im Kanton Zürich nahezu alle in einer Mietwohnung, deren Miete ein Drittel des Renteneinkommens nicht überstieg. Rund Dreiviertel dieser Menschen lebte alleine.

Offenbar treten um das 80. Altersjahr Umstände ein, welche dazu führen, dass sich Menschen aktiv mit ihrer aktuellen Wohn- und Lebenssituation auseinandersetzen. Einige dieser Umstände sprechen klar für einen Eintritt in eine Altersinstitution.

### Klientinnen und Klienten in Alters- und Pflegeheimen 2020



Quelle: BFS – Statistik der sozialmedizinischen Institutionen (SOMED)

### Eintritt aufgrund von Veränderungen

#### Wohnsituation

Durch die Abnahme der Mobilität entwickelt sich die bestehende Wohnsituation über die Jahre zum vertrauten Lebenszentrum für viele Menschen in diesem Alter. Natürlich unterliegt dieser Lebensraum Veränderungen. Wird die Liegenschaft saniert, so kann die höhere Miete auf einmal nicht mehr bezahlt werden. Schliesst der Lebensmittelladen um die Ecke, so wird der Einkauf zur unüberwindbaren Hürde. Zieht die hilfsbereite Nachbarin weg, bleiben verschiedene Verrichtungen unerledigt. Dies sind einschneidende Veränderungen, auch für weitgehend selbstständige Menschen. Können diese nicht durch das Umfeld der Betroffenen aufgefangen werden, so ist ein Eintritt ins Heim prüfenswert.



### **Gesundheit**

In vielen Fällen sind es gesundheitliche Gründe, welche zur Prüfung eines Heimeintrittes führen. Sei dies durch ein akutes Ereignis, einen Spitalaufenthalt oder im Zusammenhang mit einem Arztbesuch. Oder die Pflege zu Hause wird so umfangreich, dass Angehörige oder die Spitex diese nicht mehr sinnvoll leisten können. Oder die betreuende Person wird selbst pflegebedürftig. Ein Eintritt in eine Altersinstitution erfolgt in diesen Fällen meist plötzlich und ungeplant. Die Unterbringung erfolgt eher nach Verfügbarkeit einer Möglichkeit als nach dem Wunsch der betroffenen Person. Es muss nicht in jedem Fall soweit kommen. Das Loslassen von persönlichen Fähigkeiten geht langsam und fast unbemerkt vor sich. Wurde noch vor kurzer Zeit die Treppe problemlos erklommen, so hält man sich heute mit beiden Händen am Geländer fest. Gabs erst noch drei Mahlzeiten täglich, so sind es heute noch eine bis zwei. Strahlte die Wohnung erst noch in sauberem Glanz, so sammelt sich heute der Staub an. Zwischen diesen Realitäten vergeht oft viel Zeit. Es ist die persönliche Wahrnehmung, die diese Veränderungen nicht wahrnimmt oder nicht wahrnehmen will. Doch sind diese alltäglichen Verrichtungen ein guter Gradmesser um die Selbständigkeit beurteilen zu können. Hilfreich erweist sich das Erstellen einer Liste. Aufgelistet werden alle Tätigkeiten, welche heute erledigt werden. Damit kann man einen objektiveren Vergleich mit der Situation zu einem späteren Zeitpunkt machen.



*Das Hochbeet einer Bewohnerin*

### **Vereinsamung**

Menschen, deren soziale Vernetzung über die Jahre abgenommen hat, nehmen diese besonders stark wahr. Aussagen wie: in den letzten drei Tagen habe ich kein einziges Wort gesprochen, sind keine Seltenheit. Gerade das Gespräch ermöglicht vielen aus den eigenen vier Wänden ausbrechen, um Anteil zu nehmen am Leben, welches sie umgibt.

### **«Bürokratie»**

Die administrativen Anforderungen an jeden Einzelnen nehmen jedes Jahr

zu. Wo früher noch Formulare gang und gäbe waren, sind es heute webbasierte Lösungen. Gerade die Generation der über 80-Jährigen ist in vielen Fällen mit den neuen Technologien nicht genügend vertraut. Steuererklärung, Bankkontakte oder Zahlungen usw. erscheinen kompliziert und verwirrend. Die Überforderung ist gross und oft begleitet von Scham, dass dies nicht mehr bewältigt werden kann. Können die administrativen Aufgaben nicht mehr selbstständig bewältigt werden, ist dies ein guter Moment, einen bewussten Blick

auf die persönliche Situation zu werfen.

### **Kosten**

Ein Eintritt in eine Altersinstitution ist auch von höheren Kosten begleitet. Gerade dies ist ein sensibles Thema. Das bestehende finanzielle Gleichgewicht gerät für viele aus den Fugen. Private Rücklagen müssen eingesetzt werden in denjenigen Fällen, in denen die Renteneinkommen nicht ausreichend sind. Dies steht oft im Widerspruch zum Wunsch, den Nächsten ein Erbe zu hinterlassen. Tatsache ist, dass aufgrund der höheren Lebenserwartung die Rücklagen meist aufgebraucht werden und danach die Allgemeinheit die Kosten trägt. Dies sind längst keine Einzelfälle mehr, sondern ist bei Betagten immer mehr der Normalfall.

Diesem Umstand trägt der Sonnengarten in seiner Tarifgestaltung Rechnung. So ist ein Eintritt von Menschen (mit Steuersitz im Kanton Zürich) möglich, deren finanzielle Situation angespannt ist.

### **Selbstbestimmter Eintritt**

Zunehmend entscheiden sich Menschen aktiv für einen Eintritt in eine Altersinstitution. Dies trifft auf viele Bewohnerinnen und Bewohner im Sonnengarten zu. Sie haben sich ganz bewusst für einen Eintritt entschieden. Sie haben den Sonnengarten gewählt, um auch im Alter aktiv und selbstbestimmt leben zu können. Es gibt viele Gründe, die sie in Betracht ziehen. Im Folgenden werden die wichtigsten angesprochen.



*Unsere zehn Bienenvölker helfen mit im Garten und Park*

### **Sicherheit**

Im Zentrum steht der Wunsch nach Sicherheit und nach Fürsorge. Diesen Menschen ist die Absicherung für den Fall, dass sie mehr Unterstützung benötigen, wichtig. Der Sonnengarten bietet diese Sicherheit nicht nur im Hinblick auf Pflege, sondern auch bezüglich der Bewältigung des Alltags oder als Anlaufstelle für die sich verändernde Umwelt. Dies gibt ihnen das Gefühl in einem sicheren Hafen angekommen zu sein.

### **Selbstbestimmung**

Selbstbestimmt durchs Leben gehen, ist für die meisten Menschen ein wichtiges Gut. Das Schicksal selbst in die Hand nehmen, aktiv die Wohnsituation den sich verändernden Bedürfnissen anpassen – haben doch die meisten genau dies für die unterschiedlichen Lebensphasen in ihrem Leben gemacht. Darum erstaunt es

nicht, dass Selbstbestimmung hier an zweiter Stelle steht. Selbst diesen Schritt gestalten, solange sie noch selber entscheiden können und die Kraft haben, den Umzug umzusetzen.

### **Rücksicht**

Niemandem zur Last fallen, ist eine weitere Aussage, die immer wieder gemacht wird. Mit der zunehmenden Lebenserwartung erhält diese Aussage eine neue Dimension. Richtete sich die Rücksichtnahme früher an Angehörige mittleren Alters, so sind diese Personen heute oft selbst in der dritten Phase des Lebens angekommen.

### **Leben im Sonnengarten**

Von einer Altersinstitution wird erwartet, dass sie die wichtigsten Wohnaspekte abdeckt. Dies sind Geborgenheit, Sicherheit, Hilfe in Notsituationen



Unsere New Hampshire Hühner mit Gärtner Stefan Brunner

und bei Krankheit. Das heisst, es werden die Grundbedürfnisse abgedeckt. Unser Anspruch im Sonnengarten geht weit darüber hinaus.

### **Leitgedanke**

Dieser Gedanke findet sich auch im Leitbild zum Sonnengarten wieder: *Wir bieten unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein positives, achtsames und inspirierendes Umfeld für eine persönliche und selbstbestimmte Lebensgestaltung. Wir begleiten sie mit Wertschätzung, Freude und Mitgefühl und stellen ihre Persönlichkeit und ihr Wohlergehen in den Mittelpunkt unseres Schaffens. Im Bewusstsein, dass der Mensch auch im hohen Alter wandlungsfähig bleibt, geben wir seiner individuellen Entwicklung bewusst den dafür erforderlichen Freiraum. Unsere Mitarbeitenden finden im Sonnengarten ein motivierendes und sinnstiftendes Umfeld, in dem sie fachlich gefordert und gefördert werden und ihr Potenzial ausschöpf-*

*fen können. Die Grundlage unserer Arbeit bildet das geisteswissenschaftliche Menschenbild Rudolf Steiners.*

Wie versuchen wir, dies im Sonnengarten umzusetzen?

### **Kultur**

Mit der Abnahme der Mobilität wird ein Besuch eines Konzertes oder ein Gang in die Oper immer beschwerlicher. Erscheint der Weg zur Veranstaltung noch machbar, so scheuen doch viele spätabends den Weg nach Hause. Wir im Sonnengarten bringen die Kultur zu den Bewohnenden und lassen dadurch einen sozialen Kulturraum im Haus entstehen. Unser reichhaltiges kulturelles Programm umfasst Konzerte, Vorträge, Aufführungen, Ausstellungen und das Feiern der Jahresfeste. Die Veranstaltungen sind öffentlich und leisten dadurch auch einen kulturellen Beitrag für die Region.

### **Kurse**

Künstlerische Kurse wie Eurythmie, Sprachgestaltung, Malen, Arbeiten mit Ton, Chorsingen und Musizieren sind ebenfalls Bestandteile des Kulturprogramms. Auch für das Studium der Anthroposophie bieten wir Raum und unterschiedliche Gefässe an. Die verschiedenen Konfessionen pflegen im Sonnengarten ihr religiöses Leben.

### **Aktivierung und Integration**

Mit der Aktivierungstherapie bieten wir eine Vielzahl von Aktivitäten an. Sie schafft und weckt Impulse zu eigenem Tun. Geistige und soziale Fähigkeiten der Bewohnerinnen und Bewohner sollen erhalten, angeregt und gefördert werden.

Ziel ist es unsere Bewohnerinnen und Bewohner zu inspirieren und den Austausch untereinander zu fördern. Gruppengespräche, Bewegung und Sinnstiftendes wird angeboten. Das persönliche Gespräch kommt dabei auch nicht zu kurz. All das erleichtert auch unseren Neueintretenden eine rasche Integration in die Sonnengartengemeinschaft.

### **Ernährung**

Bewusste, gesunde und abwechslungsreiche Ernährung ist ein weiterer Pfeiler unserer Werte im Sonnengarten. Alters- und bedürfnisgerechte Malzeiten, sowie die Verwendung von vorwiegend biologisch-dynamischen bzw. biologischen Nahrungsmitteln ist dem Sonnengarten wichtig. 85% der verwendeten Nahrungsmittel entsprechen diesem Anspruch. Damit regen wie die Lebenskräfte der Bewoh-

nenden an und leisten zugleich einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit von Mensch und Natur.

### ***Betreuung, Therapie, Pflege***

Pflege und Betreuung in der Zeit des Älterwerdens und Sterbens heisst, diese Phasen als Entwicklungsschritte zu verstehen und zu begleiten.

Die Grundlage bildet für uns das anthroposophisch erweiterte Pflegeverständnis und die in der heutigen Alterspflege zukunftsweisenden therapeutischen Methoden. Wir ergänzen diese durch Produkte und therapeutische Anwendungen der anthroposophisch erweiterten Medizin und Pflege. Wir fördern den Kontakt mit den Angehörigen und deren Teilnahme am Leben der Bewohnenden. Unterstützt werden wir dabei durch zahlreiche freiwillige Helferinnen und Helfer, diese stehen den Bewohnenden auf Wunsch zur Seite.

Natürlich ist die ärztliche Betreuung im Sonnengarten frei wählbar. Anthroposophisch orientierte Ärzte stehen im Sonnengarten regelmässig für Sprechstunden und Patientenbesuche zur Verfügung.

### ***Palliative Begleitung***

Der Begleitung von sterbenden Menschen schenken wir besondere Aufmerksamkeit. Mitbewohnende, Angehörige sowie zugewandte Menschen unterstützen uns in dieser Aufgabe. Nach dem würdevollen Übergang ermöglicht eine Aufbahrung im Sonnengarten den Angehörigen und Bewohnenden Abschied zu nehmen, sofern dies gewünscht wird.



### Architektur und Park

Architektur, Innenausbau und gesunde Baumaterialien erhöhen die Lebensqualität im Sonnengarten. Der Sonnengarten steht inmitten einer naturnah gestalteten und gepflegten Umgebung. Biodiversität ist uns sehr wichtig. Unser idyllischer Park beinhaltet viele verschiedene Baumarten, Wildpflanzen und Sträucher. Wir haben einen grossen Blumen-, Kräuter- und Obstgarten, in dem sich unsere Bewohnenden auch aktiv einbringen. Neben Enten, Hühnern und Bienenvölker gibt es im Sonnengarten im Sommer und Herbst auch Schafe, die unsere Wiesen abgrasen. Der Lützelsee liegt nur 15 Gehminuten entfernt und bietet sich als beliebtes Naherholungsgebiet an. Vom Sonnengarten aus startet man den Rundweg und flaniert durch eine saftig grüne Landschaft dem glitzernden See entlang.

### Warteliste, Überweisung oder Not-situation – wie gestaltet sich eine Aufnahme in den Sonnengarten?

Früher war es üblich, sich mit der Pensionierung auch im Altersheim anzumelden. «Man weiss ja nie», lautete die Devise und da ist es vorteilhaft, schon mal auf der Warteliste zu sein. Dies gestaltet sich heute ganz anders. Aufgrund der demografischen Entwicklung erhalten wir im Sonnengarten viele Anfragen. Das bedeutet, dass wir eine Warteliste derjenigen Personen führen, die den Entscheid zum Eintritt bereits gefällt haben. Die Wartezeiten hängen dann stark von der Belegungssituation und allfälligen Notfällen ab. In der Regel kann von drei bis sechs Monaten bei planbaren Eintritten ausgegangen werden.

### Wie läuft eine Aufnahme ab?

Der erste Schritt ist bei vielen die Teilnahme an einer der monatlichen Führungen oder eine telefonische



Tony Ryser

Anfrage. Meist wird auch ein persönlicher Termin mit Tony Ryser zum Gespräch vereinbart. Offene Fragen zum Sonnengarten, zum Eintritt oder zur Finanzierung werden dabei beantwortet und Informationen ausgetauscht. Der administrative Schritt ist das Einreichen eines Antrages zur Aufnahme in den Sonnengarten zusammen mit einem aktuellen Arztbericht. Der Antrag umfasst alle administrativen Angaben zur Person und der persönlichen Situation. Der Arztbericht umfasst alle Information zum allgemeinen Gesundheitszustand sowie eine Liste der Medikamente. Aufgrund dieser Dokumente prüfen wir die Anfrage.

Sind alle Unterlagen geprüft und beurteilt, wird die Person in die Warteliste aufgenommen. Sobald sich eine Aufnahmemöglichkeit abzeichnet, nimmt der Sonnengarten mit der interessierten Person für eine Besichtigung der Wohnung Kontakt auf. Als nächster Schritt wird der Eintrittstermin abgesprochen und die Vertragsdokumente aufbereitet. Zu den Dokumenten gehören neben dem Pensionsvertrag auch Informationen zum Leben im Sonnengarten und zu den Rechten der Bewohnenden.

### Früher oder später?

Die Antwort auf diese Frage ist so individuell wie das Leben selbst. Daher

können wir dies nicht beantworten. Wüssten wir, wann unsere Lebenszeit abgelaufen ist, so wäre diese Frage viel leichter zu beantworten. Der grosse Gegenspieler des frühzeitigen Eintritts ist die gewohnte Umgebung, der vertraute Rhythmus und die Angst vor Veränderung.

Menschen, welche sich für einen frühzeitigen Eintritt entscheiden, entscheiden sich für Zeit.

Zeit, sich einzugewöhnen, sich seine Umgebung selbst zu gestalten, Zeit, Kontakte und Freundschaften aufzubauen, Zeit, Themen für die Gemeinschaft aktiv zu gestalten. Sie geniessen die sorglose Teilnahme an Veranstaltungen und Aktivitäten im Sonnengarten. Sie schätzen die Vorzüge der Gastronomie und das soziale, medizinische und pflegerische Sicherheitsnetz.

### Eine Investition in Zeit – Lebenszeit.

Tony Ryser  
stellv. Leiter Mensch & Kultur

#### Quellennachweis:

<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/gesundheit/gesundheitswesen/alters-pflegeheime.assetdetail.19704801.html>

Warum ins Heim? Studie Susanne Zwinggi, Hans Rudolf Schelling, September 2005, Zentrum für Gerontologie, Universität Zürich  
Leitbild und Betriebskonzept Sonnengarten.

## Streifzug durch den Sonnengarten

Der Entscheid, die letzte Lebenszeit im Sonnengarten zu verbringen, stand schon früh fest – wenn es denn dazu kommen sollte. Unterdessen bin ich schon ein paar Jahre hier und die Heimleitung bittet mich, ein wenig darüber zu berichten.

Ich bin in einer ausgesprochen protestantischen Umgebung aufgewachsen. Mit eindrücklichen Erlebnissen, aber auch mit vielen Fragen im Rucksack bin ich von Zuhause ausgezogen. Nach der Lehre und dem Architekturstudium hat es mich – und zum Glück auch meine Braut – gedrängt, zu heiraten. Meine durchaus gläubige Frau liess sich von meiner Grübeleien anstecken. Gemeinsam sind wir allmählich zur Anthroposophie gestossen. Zu dieser Zeit ist auf der anderen Seeseite – wir wohnten in Wädenswil am Zürichsee – der Sonnengarten entstanden. Wir wurden Vereinsmitglieder, hatten Kontakte mit Herrn Ruedi Hartmann, dem langjährigen Leiter, und es wurde klar, dass wir, halb Protestanten, halb Anthroposophen, hier das hohe Alter verbringen wollten. Meine liebe Frau ist vor dieser Zeit, im eigenen Hause, verstorben.

In Sachen Wohnen bin ich zugegebenerweise verwöhnt. Nicht immer, aber doch ein paar Jahrzehnte lang durfte unsere Familie ein Haus mit hohen Qualitäten, umgeben von grossem Gelände, ihr Eigen nennen. Der Sonnengarten – etwa zehnmal so gross – hat konzeptionelle Ähnlichkeiten. Das war auch ein Grund, dieses Heim zu bevorzugen. Wer verzichtet schon gerne?

Vom Garten her gesehen erscheint mir das wuchtige Hauptgebäude wie ein Ozeandampfer vor Anker. In seinem Innern findet man ein Raumprogramm von einer kaum zu überbietenden Vielfalt – in interessanter Abfolge. Und der Dampfer steht in einem grosszügigen, weitläufigen Garten. Hier, wo man frei atmen kann, ist es uns BewohnerInnen vergönnt, die alten Tage zu verbringen.

Und wie gestalten sich diese? Nun, eine stattliche Anzahl Menschen wohnt hier, sodass man von einem kleinen Dorf sprechen kann. Man trifft sich, kommt aufeinander zu – oder auch nicht. «Wie gaht's?» – «Häschi guet gschlaffe?» – «En schöne Tag!» – So oder ähnlich begegnet man sich, hält einen Schwatz, tauscht sich kurz aus. Auch längere und tiefere Gespräche finden statt, nach Abmachung oder nach Zufallsprinzip.

Im Gegensatz dazu gibt es die Tagesstruktur, die ich nicht missen möchte. Weil wir nicht mehr selber kochen, begegnen wir uns regelmässig im Speisesaal. Hier sitzt die Dorfgemeinschaft dicht beieinander; den einen behagt dies, den anderen weniger. Meinerseits schätze ich die Tischgemeinschaft bei einem guten Mahl. Wir Dörfliker können uns glücklich schätzen, aus einem vielfältigen Kulturprogramm mit Vorträgen, Musik, Anthroposophie, künstlerischen Darbietungen auswählen zu dürfen. Auch eine grosse Bibliothek steht uns zur Verfügung. Eigene Aktivitäten wie Malen, Lesen, Singen, Gärtnern und vieles mehr sind möglich. Etliche an-

throposophisch geprägte Veranstaltungen finden statt.

Sonnen-Garten – ja, dieser Name ist zutreffend: Die Lage ist ausgesprochen sonnig und der grosse Garten bildet einen wichtigen Teil des Heimes. Ich schätze die wohltuende Ruhe. Hin und wieder hört man sanftes Kirchengeläute. Lediglich an einzelnen Stellen stört zeitweise der Verkehrslärm. Ein Hinweis sei erlaubt: Schön wäre die eine oder andere Pergola – fürs Kaffeekränzli oder für Aufenthalte mit Besuchern, usw. Heute sind fast nur «LangstreckenläuferInnen», die ihre Runden drehen, unterwegs.

Aber es schwinden unsere Kräfte und ein Rückzug vom allgemeinen Tagesgeschehen findet statt, meistens in Etappen, was die aufkommenden Probleme mildert. So dürfen wir je länger je mehr die Pflege und Fürsorge in Anspruch nehmen. Und schliesslich kommt der Abschied von dieser Erde. Ich bin beeindruckt, wie die Sonnengartengemeinschaft damit umgeht. Es ist eine unsentimentale und trotzdem liebevolle Kultur, an der ich gerne Anteil nehme. Und ich weiss, dass es dann beim eigenen Sterben schlicht verläuft.

Weil der Sonnengarten auch Pflegeheim ist, vollziehen sich manche Schicksale im Stillen, von denen die MitbewohnerInnen wenig oder nichts vernehmen. Doch jeden Dorfbewohner und jede Dorfbewohnerin und auch die Menschen im Demenzhaus und in der Wohnsiedlung sollten wir im Bewusstsein haben. Und mit ihnen Kontakte pflegen, wenn es sich machen lässt.

Das Gemeinschaftliche, hier nur in Ansätzen geschildert, füllt die Tage nicht aus. Daneben gibt es den persönlichen Bereich: Wir verziehen uns in unser Wöhnigli und verbringen hier die meiste Zeit des Tages. Es ist im Dorf der zweite Ort für die persönliche Lebensgestaltung. Was gelingt uns, was nicht? Ich muss gestehen: Oft habe ich Mühe, die Tage sinnvoll zu gestalten. Zudem bin ich (wohl nicht der Einzige) immer wieder schnell matt und müde und gönne mir ein Ausspannen respektive er-tappe mich beim Zeitvergeuden! Eine gewisse Leistungsfähigkeit ist auf der anderen Seeseite hängengeblieben! Dies soll aber kein Grund zur Klage sein.

Und doch hatte ich mir eine grössere Arbeit zugemutet: ein Büchlein über den Lyriker Hermann Kükelhaus zu schreiben. Sein kurzes Leben (1920–1944) war geprägt von den politischen Ereignissen der 1920er-Jahre und dem Zweiten Weltkrieg. Sein 100. Geburtstag hat mich bewogen, seinen dramatischen Lebensgang zu dokumentieren. – Die Schrift befindet sich auch in der Sonnengarten-Bibliothek. Und der zweite Streich folgt sogleich: Über Hugo Kükelhaus (1900–1984), den Philosophen, Künstler, Pädagogen und älteren Bruder von Hermann, ist eine Biografie am Entstehen. Der Autor hat mich gebeten, einen Text beizusteuern. Hugo Kükelhaus hielt sich oft in der Schweiz auf. Ich gehörte zu seinem Arbeits- und Freundeskreis.

Ich kenne ja meine Zukunft nicht. Vermutlich gibt es keine weiteren



*Der Ozeandampfer vor Anker*

Streiche. Von der Anthroposophie inspiriert, befasse ich mich mit projektiver Geometrie. Dies gehört, hoffentlich noch eine Zeitlang, zu meiner persönlichen Lebensgestaltung. Selbstverständlich nimmt die Alterung ihren Lauf. Aber es folgt nun keine Krankengeschichte. Nur soviel: Ich bin recht fortschrittlich im Altern. Dafür ein kleines Zeichen: Die Handläufe entlang den Wänden, noch vor kurzem nicht für nötig befunden, sind doch äusserst praktisch!

Es ist die Zeit gekommen, sich zu fragen, ob der Entscheid richtig war, das hohe Alter im Sonnengarten verbringen zu wollen. – Ja, das war er! Was mich tief beeindruckt, sei am Schluss ausgesprochen: Ich erlebe die Besatzung des Dampfers so frohgelaut, herzlich, einsatzfreudig, kompetent. Davon profitiere ich täglich, fühle mich gar fürsorglich umhüllt. Dafür dem Team meinen allerherzlichsten Dank!

Mit Worten von Goethe schliesse ich meinen Bericht:

*Glücklich, wem die Tage fliessen,  
wechselnd zwischen Freud und Leid,  
zwischen Schaffen und Geniessen,  
zwischen Welt und Einsamkeit.*

*Christian Hurter*

## Seelsorge als Entwicklungsperspektive

Die Pfarrer Cristóbal und Ulrike Ortín und David Schiffer der Christengemeinschaft Zürich begleiten die Bewohnenden und Mitarbeitenden des Sonnengartens auf der spirituellen Ebene, «damit das geschehen kann, was geschehen soll», so umschreibt es Cristóbal Ortín im Gespräch, das Franz-Josef Oggier und ich mit ihm führen. Er meint damit, dass «sich die Menschen im Sonnengarten in einer speziellen Entwicklungssituation befinden, die wir unterstützen. Bei einer Pflanze ist es ja so: wir haben den Keim, daraus entwickeln sich die ersten Blättchen, dann zeigt sie sich immer mehr und kommt zur Blüte; danach findet eine Umkehrung statt, die Pflanze geht in die Verwelkung, während die Entwicklung nach innen geht. Waren zuvor die Bildekräfte nach aussen gerichtet, verwandeln sie sich nun und werden nach innen gebildet in die Reifung und Samenbildung für Künftiges. So stellt sich in der Entwicklung neben die Evolution die Involution. Das ist für uns das Hauptmotiv: Die Aufmerksamkeit auf die Involution des Lebens zu richten. Selbstverständlich findet auch im Kind involutive Entwicklung statt, aber am Anfang des Lebens geht es hauptsächlich um evolutive Entwicklung. Und im Grunde ist das unsere Aufgabe in einem Alters- und Pflegeheim, auf ganz unterschiedlichen Wegen und Ebenen diese involutive Entwicklung zu unterstützen.»

### **Involution – der Weg nach innen**

Die Seelsorge, wie sie in der Christengemeinschaft gepflegt wird, ist im-

mer eine Ich-Begleitung, wie Cristóbal Ortín mit einem Beispiel deutlich macht: «Da war eine Dame, deren Tischnachbarin kam immer zu spät zum Mittagessen, was sie aufregte. Im Gespräch wurde ihr klar, «wenn ich mich ärgere über andere, ist das nicht, weil sie mich ärgern, sondern weil ich ein ärgerlicher Mensch bin. Das Einzige, was ich tun kann, ist mein Ärgernis überwinden und dann schauen, was geschieht, weil ich ja kein ärgerlicher Mensch sein will!» Daran hat sie gearbeitet und angefangen geduldig zu sein und liebevoll auf ihre Tischnachbarin einzugehen. Und siehe da: Die andere Dame kam plötzlich pünktlich – ohne dass das im Geringsten abgesprochen war.» Es geht also nie darum, was der andere tun sollte, «sondern darum, was ich tun kann. Das ist so ein Involutionmoment. Einmal kam eine ältere Frau auf mich zu und sagte: «Jetzt muss ich wegen meinem kranken Fuss Geduld üben.» Worauf ich antwortete: «Seien Sie froh, Geduld können Sie mit über die Schwelle nehmen, einen gesunden Fuss nicht.» Sie strahlte und meinte: «Vielen Dank, Sie haben mir den Tag gerettet.» Eine andere Dame wurde zusehends blinder. Das ist natürlich ein schwieriger Verlauf. Als ich sie wieder einmal besuchte, war sie ganz fröhlich und erzählte mir: «Ich habe gestern Nacht darüber nachgedacht und verstanden: Das Augenlicht ist ein Gottesgeschenk, aber wenn jemand kommt und mir etwas vorliest, ist das ein Geschenk von Menschen – und das ist viel grösser.» Sie erlebte also durch ihr

Schicksal etwas, das viel grösser ist als das Gegebene.» Eine andere Bewohnerin, die sehr Wert auf ihre Selbständigkeit gelegt hatte, wurde bettlägerig. Bei einem Besuch schilderte sie Cristóbal Ortín, «dass sie gerade ihre wichtigste Zeit ihres Lebens erfährt, weil sie durch die Abhängigkeit von der Pflege die Beziehung zu den Menschen, die sie pflegen, ganz anders aufnehme, ja Schicksalsverbundenheit erlebe. So gibt es hier jeden Tag viele Beispiele, und unsere Aufgabe ist es, unsere Aufmerksamkeit darauf zu richten, um den Menschen zu seinem eigenen Ich zu führen im Sinne von: Ich bin für mein Schicksal verantwortlich, ich kann mich verändern und ich bilde meine Zukunft, indem ich nach innen arbeite.»

Das setzt jedoch eine Zukunftsperspektive voraus. «Ja, das bedeutet natürlich für uns, zu helfen, das Bewusstsein, das normalerweise sich zwischen Geburt und Tod bewegt, zu weiten», erklärt Cristóbal Ortín, «auf die Vorgänge vor der Geburtsschwelle und nach der Todesschwelle, um die «Zufälle» in unserem Schicksal als das Gesetzmässige aus der Herkunft und der Zukunft zu verstehen.» Viele Probleme im Alter machen grade, wenn das Leben mit dem Tod aufhört, keinen Sinn. «Weitet man jedoch das Verständnis dahingehend, dass aus der Zukunft heraus jetzt etwas durchgemacht wird, weil die daraus entstehenden Kräfte für etwas Neues gebraucht werden, kann diese Einsicht ein Trost sein. Aber nicht als blinde Glaubenssache, sondern wenn die Einsicht: Was ich durchmache, ist



eine Kraftquelle für Künftiges, wirklich zum Erlebnis wird.»

Die Frage, ob er mit diesem Ansatz auch Menschen helfen kann, die keine anthroposophische Orientierung mitbringen, beantwortet er so: «Unbedingt. Zu den Festeszeiten machen wir regelmässig Betrachtungen. Das sind Momente, wo Menschen auf uns zukommen und wissen wollen, wie die dargelegten Aspekte gemeint seien. Oft führt das dann zu vertieften Gesprächen, die auch in eine Schicksalsbegleitung münden können, ohne dass die Menschen Mitglied der Christengemeinschaft oder der Anthroposophischen Gesellschaft werden.»

### **Es blüht und sprosst, weil Ostern ist**

Auch das Feste-Feiern mit den Bewohnenden unterstützt also die Begleitung der Involution. Dazu Cristóbal Ortín: «Es gibt sehr unterschiedliche Feste. Ein Geburtstag ist ein Lebensfest, das hier sehr schön gefeiert wird. Über die Schwelle gehen ist auch ein Fest. Da hat man sehr viel geleistete Arbeit abgeschlossen und erfüllt und geht in die Heimat zurück. Das ist auch ein Lebensfest, das wir begleiten für die, die das wollen – im Darauf-Zugehen und auch bei der Bestattung, für die wir uns intensiv mit dem Lebenslauf befassen, um neben dem Kultus in einem kurzen Hinblicken das Lebensmotiv dieses einen Menschen aufleuchten zu lassen: Was war seine Aufgabe und was war der Sinn für die Zukunft. Das ist auch für uns immer ein Fest, da werden wir und die Bewohnenden immer beschenkt. Und es gibt die Jahresfeste, zu denen wir min-



*Pfarrer Cristóbal Ortín*

destens vier- bis fünfmal jährlich eine allgemein christologische Betrachtung machen zum Christuswirken im Jahreslauf. Etwa – um ein Beispiel zu machen –: Es ist nicht, dass wir Ostern feiern, weil Frühjahr ist, sondern es blüht und sprosst, weil Ostern ist! Zum Aspekt Feste gehört auch der Perspektivenwechsel. Normalerweise wird vom Menschen aus gedacht, was er braucht, wohin er sich entwickelt. Wir schauen oft von der anderen Seite her: Wie ist es für den Engel, für die Hierarchien, wie ist es für die Verstorbenen? Der Blick auf die im Geistigen Lebenden hat in unserer Arbeit mindestens so viel Gewicht wie der Blick auf die Hilfestellung für die Menschen.» Und da ist das Gebet von einzelnen oder auch in Gruppen, die innere Arbeit, die innere Entwicklung, die im Erdenleben nicht so in die Sichtbarkeit gelangen, das, was nährt, das, was leuchtet. «Und so gesehen, ist die vierzehntägig am Donnerstag stattfindende Menschenweihehandlung unser Hauptfeuer. Schau ich auf die ganze geistige Tätigkeit, auch die der Katholiken und Protestanten, geht in dieser Beziehung viel im Haus.» Schliesslich weist Cristóbal Ortín noch auf die Tagesfeste: «Die Feste des Tages sind die Mahlzeiten. Und das ist hier im Sonnengarten grossartig: Das Mittagessen ist nicht einfach ein Fertigteller auf einem Tab-

lett, das einem zugeschoben wird, sondern es ist richtig schön und gut, mit Personal, das dies sehr gediegen präsentiert. Das gibt Rhythmus, so werden Morgen, Mittag und Abend zu Momenten, die ein Fest bedeuten. An den Mahlzeiten sind wir Pfarrer natürlich nicht beteiligt, ausser als Gäste. Aber dies gehört zu den wichtigen Festeszeiten dazu.»

Die Pfarrer der Christengemeinschaft haben auch begonnen, eine Einführung in die Anthroposophie zu geben, hält Franz-Josef Oggier fest: «Das war ein grosses Bedürfnis vom Leitungsteam, weil neu eintretende Bewohnende merken, ohne dass wir irgendetwas aufzwingen würden, dass sie in einem anthroposophisch geführten Haus sind. Viele möchten etwas über diesen Hintergrund erfahren, andere würden sich gerne integrieren. Das war bisher eher schwierig, weil die anthroposophischen Lesekreise die Schwelle eher erhöhen als senken.» Cristóbal Ortín legt dar: «Es gibt Themen wie den drei- und den viergliedrigen Menschen, in die man eintauchen kann und dort etwas verweilt. Das Ganze abdecken in einer Art Jahreskurs kann man nicht. Wir schauen einfach, wo ist es für die Interessierten grundlegend als Orientierung, was sind die Fragen und Erfahrungen, die sie mitbringen.»

## «Ich habe alles, was ich brauche»

Heleen (Leentje) Weckherlin, ehemalige Lehrerin, auch Waldorflehrerin in den Niederlanden und der Schweiz, ist seit drei Jahren im Sonnengarten und sehr zufrieden: «Der Garten, das Kulturprogramm und die anthroposophische Arbeit, die ich hier weiterführen kann... Ich fühle mich sehr wohl hier und habe alles, was ich brauche.»

Sie hat viel erlebt und gesehen; machte oft in Jakarta, Peking, Bali und in Chengdu Ferien – lebte nur verhältnismässig kurze Zeit in den Niederlanden, dann in der Schweiz: «Wohin es mich nach meiner jahrelangen Frauen-Entwicklungsarbeit im Rahmen der «Dutch Volontiers» in Kamerun, zog. Hier habe ich geheiratet und bin Schweizer Bürgerin geworden.» Prägend war danach die Geburt ihres Sohnes: «Während der ich ein Christuserlebnis hatte, welches mein Leben komplett auf den Kopf gestellt hat. Unter anderem führte es mich zur Anthroposophie... Sie ist mir eine treue und kraftspende Begleiterin im Leben. Als Mitglied der Allgemeinen Anthroposophischen Gesellschaft in Dornach mache ich aktiv mit im Zweig und in den Klassenstunden.»

Kaum war Heleen Weckherlin im Sonnengarten Hombrechtikon eingezogen, brach die Pandemie aus; im Rückblick schildert sie diese Zeit als «still, sehr still. Ich war ganz mit mir verbunden. Und gerade bevor die Massnahmen auch hier spürbar wurden, machte Dr. Christian Schikarski in einer Ansprache darauf aufmerksam, dass für eine gute Abwehr in einer Pandemie spirituelle Betätigung wichtig sei. Das habe ich ernst genommen. – Und ich hatte die

ganze Zeit Kontakt übers Handy mit meiner Familie.»

Von Anfang an hatte Heleen Weckherlin mit der Bewohnerin Sigrid Seewer eine «Sonnengartenpatin» an ihrer Seite – was früher, so ergänzt Franz-Josef Oggier, die Regel war. «Wir treffen uns etwa alle zwei Monaten für ein Gespräch... Mit ihr kann ich über alles sprechen. Wir arbeiten auch manchmal an anthroposophischen Inhalten zusammen.» Die beiden Frauen geben sich Impulse, Feedbacks – sie haben ein Auge aufeinander.

Heleen Weckherlin war glücklich darüber, dass während der Pandemie ein so breites Kulturprogramm im Sonnengarten Hombrechtikon aufrechterhalten werden konnte. Gespiessen wurde es einerseits durch einige Bewohnende mit Vorträgen, mit Musik und anderen Beiträgen für die Mitbewohner und -Bewohnerinnen, zudem hat die Leitung so viele Veranstaltungen mit externen Referenten und Künstlern organisiert – ohne externe Besucher – als die Massnahmen und das Massnahmenkonzept zuliesse. Erst kurz vor Weihnachten 2021 verzeichnete der Sonnengarten Hombrechtikon die ersten Coronafälle.

Mit ihrem chronischen Nierenleiden bräuchte Heleen Weckherlin eigentlich regelmässig eine Dialyse. «Aber das will ich nicht, deshalb bekomme ich jede Woche eine Nieren-Kupfer-Einrei-



Parzival



Leentje Weckherlin

bung. Um die letzte Weihnachten herum hatte ich etwas Mühe, morgens in meinen Körper zu kommen, das habe ich der Pflege gesagt. Und gleich am Nachmittag kam Pia Helfenberger von der anthroposophischen Spitex, um mir eine Pentagramm-Einreibung (dies ist für Notfälle) zu machen. Danach ging es mir wieder gut.»

Lächelnd erzählt Heleen Weckherlin, wie sehr sie ihre Zimmerlage liebt: «Ich wohne unten in einem Zimmer, das auf dem Weg zum Personal-Bistro liegt... So treffe ich nicht nur viele Bewohnende, sondern auch viele Mitarbeitende von der Reinigung, der Wäscherei, der Küche, dem Speisesaal, sowie Pflegenden und das Leitungsteam – und kann mit jeder und jedem sprechen!»

Heleen Weckherlin ist für den letzten Lebensabschnitt vorbereitet. Sie erzählt vom Parzival-Bild in ihrem Zimmer, das sie selbst gemalt hat. Dieses Bild ist sehr wichtig für sie, da sie es gemalt hat, als ihr Sohn zwölf Jahre alt war und dieses Bild ihr sehr viel Kraft, Mut und Freude bereitet. «Bis es aber so weit ist», fügt sie lächelnd an, «möchte ich noch viel Schönes im Sonnengarten erleben.»

KBA

## «Wenn man mich ruft, komme ich»

Nach 8-jähriger Tätigkeit in der Kirchgemeinde Kloten und 16-jähriger Tätigkeit in der Kirchgemeinde Bärenwil arbeitet Pfarrer Marc Heise seit dem 1. Januar 2022 in der gerade neu fusionierten Reformierten Kirchgemeinde Stäfa-Hombrechtikon. Mit dem Schwerpunkt Senioren ist er nun in sieben Alters- und Pflegeheimen zuständig für die Andachten (in Hombrechtikon sind das Breitlen, Sonnengarten, Refugium und Brunisberg, in Stäfa Lanzeln, Wiesengrund und Geren). Aufgrund seiner Erfahrung weiss Marc Heise, dass die Menschen in Altersheimen der ständig kleiner werdende Radius drückt. «Die Leute sind ja auch körperlich eingeschränkter und oft nicht ganz freiwillig im Altersheim. Und sie empfinden den Verlust der Freiheit, des Selber-Bestimmens. Dann hör ich natürlich zumeist «ich weiss es ja schon... aber es ist eben trotzdem schwierig!» oder: «ja sie sind ja schon nett hier, aber...» Dann versuche ich, das Positive der Situation zu benennen. Im Sinne von: «Das ist ja auch schön. Jetzt müssen Sie nicht mehr selbst kochen und sitzen nicht mehr alleine an einem Tisch. Und wenn ein Notfall eintritt, sind Menschen, die sofort verstehen, was los ist, in der Nähe. Es wird Ihnen umgehend geholfen. Sie sind gut aufgehoben!» Ich versuche einfach den Blick auf das Positive zu lenken.» Kontakt hat Marc Heise vor allem mit den Menschen in den Altersheimen, die in die Andacht kommen, die sich je nach dem dann bei ihm melden, «um zum Beispiel über ihre Beerdigung zu sprechen. Dann kann es vorkommen, dass sie mir schon halbwegs

ihren Lebenslauf diktieren. Manchmal bittet mich auch jemand um einen Besuch, an dem sie dann ein wenig aus ihrem Leben erzählen. Und oft kommt dann in dem Moment, wo ich eigentlich weiter sollte, das wirklich Wichtige – oder mein Gegenüber sagt mir: «Es gibt noch etwas in meinem Leben, das wichtig wäre, aber darüber kann ich nicht reden!» Manchmal lass ich das stehen, manchmal mach ich jedoch darauf aufmerksam: «Ja, aber jetzt haben Sie doch schon angefangen!» Oft ist dann die Schwelle, solche Dinge, die belasten oder beschäftigen, zu erzählen – trotz der Stunde, die man schon miteinander geredet hat, und dem Bedürfnis, darüber zu sprechen –, hoch, manchmal sehr hoch. Das schmerzt dann manchmal etwas. Aber ich kann die Menschen ja nicht zwingen...»

Die Bewohnenden vom Sonnengarten erlebt Marc Heise als sehr interessiert und präsent: «So wurde ich in der Osterzeit um ein Abendmahl gebeten, wofür sie sich sehr bedankt haben. Weil es so geschätzt wurde, habe ich dann noch eines um Pfingsten gemacht. Nach einer Andacht kann es sein, dass noch ein persönliches Gespräch vereinbart wird. Einer der Senioren im Sonnengarten, er ist jetzt 90 Jahre alt, hat für jede Andacht am Klavier das Eingangsspiel, Zwischenspiel und das Schlusspiel gemacht und die Lieder begleitet, war immer vorbereitet, hat alles eingeübt. Und jetzt hat er mir vor den Sommerferien gesagt: «Du, wir müssen mal miteinander reden, ich bin langsam etwas alt...» Nun löst ihn eine Bewohnerin langsam ab. Aber ich möchte dann noch gerne ein Abschiedsdankfest machen. Übrigens, was im Sonnengarten deutlich feststellbar ist, wie affin, wie wach die Bewohnenden für Musik, überhaupt für Kunst sind.»

Sterbende Menschen oder deren Angehörige melden sich immer seltener von sich aus beim Pfarrer. Marc Heise sagt, dass die Menschen letztlich erst dann



*Pfarrer Marc Heise*

auf ihn zukämen, wenn eine angehörige Person gestorben ist, wenn eine Beerdigung organisiert werden muss. Diese Schilderung lockt Franz-Josef Oggier aus der Reserve: «Genau das möchten wir aber hier im Sonnengarten anders machen. Wir wollen, dass die Pflegenden bei den Sterbenden und ihren Angehörigen nachfragen, ob es den Wunsch gibt, dass ein Geistlicher kontaktiert werden sollte. Das ist mir ein absolutes Herzensanliegen!»

Erfreut über diese Bemerkung, erzählt Marc Heise, dass er als Pfarrer innerhalb einer Stunde kommt, wenn jemand im Sterben liegt: «Wenn man mich ruft, komme ich immer. Für diese Fälle gelten weder Bürozeiten noch freie Wochenenden – das gehört für mich zum Pfarrersein dazu, dass die Leute dann Seelsorge bekommen, wenn sie es brauchen.»

Marc Heise ist noch dabei, sich in die vielfältigen Aufgaben der Kirchgemeinde Stäfa-Hombrechtikon einzuarbeiten. Auf Nachfrage kann er sich gut vorstellen, auch an den Festtagen mit den Bewohnenden reformierte Andachten oder ein Abendmahl zu gestalten.

## «Wenn wir schon in ein Altersheim müssen, dann hierher»

Verena Franz kam Anfang dieses Jahres in den Sonnengarten. Ihr Mann war ursprünglich Architekt, wurde dann Pfarrer in Wald im Zürcher Oberland. Nach der Pensionierung kauften die beiden das Gästehaus Bergfrieden auf 1600 m Höhe in Braunwald mit 21 Betten – es war das ehemalige Schwesternhaus der Diakonissen – und führten es rund zehn Jahre: «Wir haben das ganze Haus, das <Chlöschterli>, wie mein Mann es nannte, ökologisch saniert, das war uns immer wichtig, und haben es als Bio-Hotel garni geführt. Dort hatten wir auch Kurse. Im Haus war die Kapelle nach der Sanierung ein wunderschöner Raum.» Später verkauften sie das Chlöschterli dem Fernsehmoderator Röbi Koller, heute ist es ein buddhistisches Zentrum.

All das vermisste Ursula Franz sehr, als sie mit ihrem Mann wieder zurück nach Wald zog. Ihre Gesundheit verschlechterte sich, als ihr Mann starb. Und schliesslich kam sie wegen eines Schwächeanfalls in Wald Anfang dieses Jahres für einen Monat vorübergehend, weil im Sonnengarten kein Platz frei war, in das dortige Altersheim: «Für meinen Mann und mich war das immer klar. Wir hatten Freunde in Herrliberg und die hatten uns schon lange den Sonnengarten empfohlen. Worauf mein Mann und ich uns das angeschaut haben, auch mal an einem Konzert waren, und wir sind mit jedem von unseren vier Kindern hier essen gegangen... Ihnen gefiel es hier sehr gut und uns auch. Deshalb erklärte ich ihnen, dass wir, wenn wir in ein Altersheim gehen müssen, unbedingt hierher in den Sonnengarten wollen.»



Verena Franz

Einen Monat später war Verena Franz dann wirklich hier. «Ich bin hier sehr zufrieden... Heute morgen habe ich schon viermal die Runde in diesem schönen Garten gemacht. Und mir kommt sehr entgegen, dass die Küche hier biologisch ist, weil mein Mann und ich seit jeher so gegessen haben.» Gefragt, welche Gedanken sie sich gemacht habe, bevor sie sich entschieden habe, ins Altersheim zu gehen, meinte Verena Franz, die 16 Enkel und zwei Urenkel hat: «Ich mache mir nicht so viele Gedanken, es kommt sowieso anders. Zudem habe ich mich nicht so aktiv entschieden. Ich habe einen intensiven Kontakt mit meiner Tochter in Amsterdam – weil ich wegen eines Kreislaufkollaps auf dem Boden lag und nicht ans Telefon kam, erreichte sie mich nicht und alarmierte meinen Sohn in Uerikon. Er entschied für mich, dass ich zunächst ins Spital

Männedorf zur weiteren Abklärung kam. Dort dann zeigte sich, dass nun die Zeit fürs Altersheim gekommen war und so kam ich zunächst in das neue in Wald und dann hierher.»

Der Verlust der Selbständigkeit hat Verena Franz zu Beginn zu schaffen gemacht – auch wegen der Pandemiemassnahmen, des wieder neu Einstellen der Medikation mit den Ärzten und vor allem auch wegen der vielen Intoleranzen, die sie bei der Ernährung berücksichtigen muss. «Aber jetzt bin ich zufrieden, das Essen ist gut – zudem kann ich mir mit meinem Hochleistungsmixer Smoothies machen. Und ich hab viele Leute kennengelernt. Es wird hier gut geschaut zu den Menschen.» Die Bank bei der Bogggiabahn ist ihr Lieblingsplatz im Garten, wo sie schon manche gute Begegnung hatte. Und als Franz-Josef Oggier von ihr dort ein Foto machte, erzählte sie ihm, wie glücklich sie über das Alphorn-Konzert hier am 1. August war, das sie an Braunwald erinnert habe.

KBA

## Von Schmetterlingen und Schwellenübergängen

Im Gespräch mit Vreni Stokvis und Adrian Courvoisier dreht sich alles um Schmetterlinge, genauer um den «Schwalbenschwanz». Die beiden lebten lange im zweiten Stock des ehemaligen Mitarbeiter-Hauses Baumgarten – «Pizzeria Baumgarten» steht da. Es hat Alice Huber, der Stifterin des Sonnengartens, gehört. Weil das Haus nun abgebrochen wird, sind sie dabei, in eine andere Wohnung in Hombrechtikon zu ziehen. Beide sind sehr mit dem Sonnengarten verbunden.

Adrian Courvoisier, der zu Ruedi Hartmanns Zeiten fünfzehn Jahre Mitarbeiter im Sonnengarten war und jetzt freiwilliger Helfer ist, erklärt, dass seine Aufgabe beim Projekt der Schmetterlingszucht das Dokumentieren, Fotografieren umfasst, «auch ein paar Filme sind entstanden... Und Vreni ist zuständig für das Leben. Sie geht auch mit den Faltern hinüber ins Wohnheim und zeigt sie den Bewohnern in den verschiedenen Stadien.»

Vreni Stokvis – sie kam mit ihrer Pensionierung nach Hombrechtikon und ist auch freiwillige Helferin im Sonnengarten – entdeckte das Schmetterlingszüchten, als Helena Zehnder 2014 als Bewohnerin des Sonnengartens in der Cafeteria einen Schmetterlingskasten aufstellte und betreute. «Und als ich von einer Bekannten selbst einen Schmetterlingskasten erhielt, war das der Anfang dieses «Hobbies». Als mein Sohn mir ein Hochbeet schenkte, konnte ich selber Fenchel pflanzen. Dadurch kamen die Falter und legten ihre Eier auf das

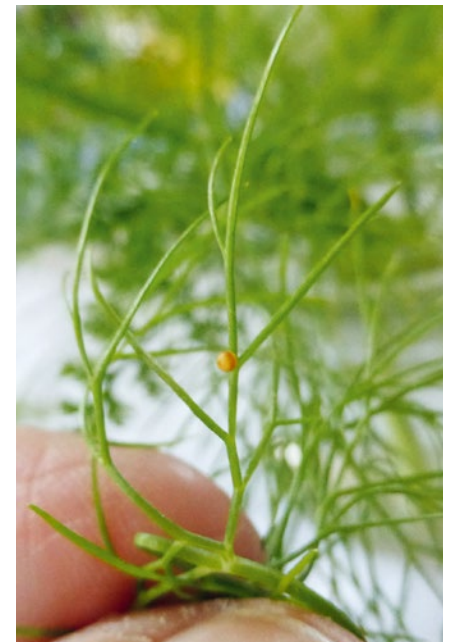
Kraut des Fenchels.» «Es ginge auch Dill oder Weinraute oder Rübli-kraut», ergänzt Adrian Courvoisier, «denn man nennt diese Raupen auch Rübli-Raupen».

Und gegenwärtig habe es auf den Wiesen und an den Strassenrändern viele wilde Rüben, weiss Vreni Stokvis, «die im Verhältnis zu den anderen Pflanzen sehr spät kommen. Da der erste Schwalbenschwanz seine Eier schon im April oder Mai legt, braucht es genügend Doldenblüten. Wobei ich vermute, dass es noch viel mehr Möglichkeiten gibt, aber wir wissen es nicht...»

Der Schmetterlingskasten von Vreni Stokvis befindet sich in ihrem Garten bei den gedeckten Veloständern, etwas erhöht, sodass er leicht zu bewirtschaften ist, denn mit der Zeit muss man den Kasten zweimal täglich reinigen. Wenn die Schmetterlinge ihre gelben, stecknadelgrossen Eier ins Fenchelkraut des Hochbeets gelegt haben – «das erkennt man an



*Vreni Stokvis und Adrian Courvoisier*





ihrem unruhigen Flatterflug», sagt Adrian Courvoisier –, nimmt Vreni Stokvis die Ästchen erst mal ins Haus, denn: «die Marienkäfer, Ameisen und andere Insekten würden die Eier aussaugen. Das ist der Grund, warum die Schmetterlinge in einen Kasten genommen werden...» So ein Kasten hat eine Glastür und rundherum ein feines Netz, damit die Raupen mit viel Luft umgeben sind, aber die Insekten nicht an sie herankommen. Vreni Stokvis erklärt: «Nach dem Eierlegen verfärbt sich das gelbe Ei und ist nach zwei Tagen braun, hat manchmal einen braunen Ring, dann wird es schwarz, das ist eigentlich schon die kleine Raupe, weil die Haut ganz durchsichtig ist. Nach ungefähr einer Woche schält sich das Räumchen heraus, was man mit viel Glück beobachten kann. In diesem Moment hat es ganz feine Härchen – die hat es



später nicht mehr. Das Erste, was die Raupe dann frisst, ist die Haut des Eies.»

«Es ist ja ein völlig geheimnisvoller Vorgang», nimmt Adrian Courvoisier den Faden auf: «Die Vielfalt der Raupenformen steht derjenigen der Schmetterlinge in nichts nach. In den nächsten zwei bis drei Wochen häutet sie sich viermal und sieht immer wieder anders aus: nach der ersten Häutung wirkt die Raupe des Schwalbenschwanzes wegen des weissen Striches wie ein Vogeldreck. Bei der nächsten ist der weisse Strich weg, dann ist die Raupe mehr so orangebraun-grau-schwarz, von da an wird sie immer grüner. Wenn sie so richtig saftig grün ist, hört sie plötzlich auf zu fressen. Dann wird sie ganz unruhig und «tigert» im Kasten umher... Sie sucht einen Ort, wo sie sich verpuppen kann. Wenn sie den gefunden hat, entleert sie sich. Sie schrumpft. Dann beginnt sie einen Faden zu spinnen – das geht rund 40 Minuten. Es ist unglaublich; ich hab auch das sogar filmen können, vor allem diesen letzten Moment, wenn sie ihren Kopf unter die Fadenschlingen schiebt. Nach etwa 30 Stunden, in denen sie in ihrem selbstgesponne-

nen Faden hängt, reißt oben hinter dem Kopf die Haut nach unten auf und innert weniger Minuten kommt die grüne Puppe zum Vorschein. Was sich da unsichtbar unter der Raupenhaut gebildet hat, ist etwas völlig Neues. Nach etwa drei Wochen bricht die Puppenhülle oben auf und ein wunderschöner Falter kriecht in wenigen Sekunden aus der Puppenhülle heraus. Es ist so beeindruckend! - Der Falter lebt dann etwa zwei bis vier Wochen.»

Im Sommer entstehen so zwei Generationen Schmetterlinge – es sind jeweils rund 30 Puppen im Kasten. «Dann gibt es noch eine dritte Generation, die überwintert, und im April des nächsten Jahres fliegen die Falter aus, paaren sich und die Weibchen legen ihre Eier. Damit gründen sie die erste Generation des nächsten Jahres», führt Vreni Stokvis aus.

Das Wunder dieser Entwicklung fasziniert die beiden. Vreni Stokvis beobachtete mal einen frisch geschlüpften Schmetterling und realisierte: «Am Anfang kann er noch nicht fliegen, die Flügel müssen trocken sein. Es kommt aber auch vor, wenn einer etwas lange im Kasten ist, dass ich nur die Tür zu öffnen brauche und

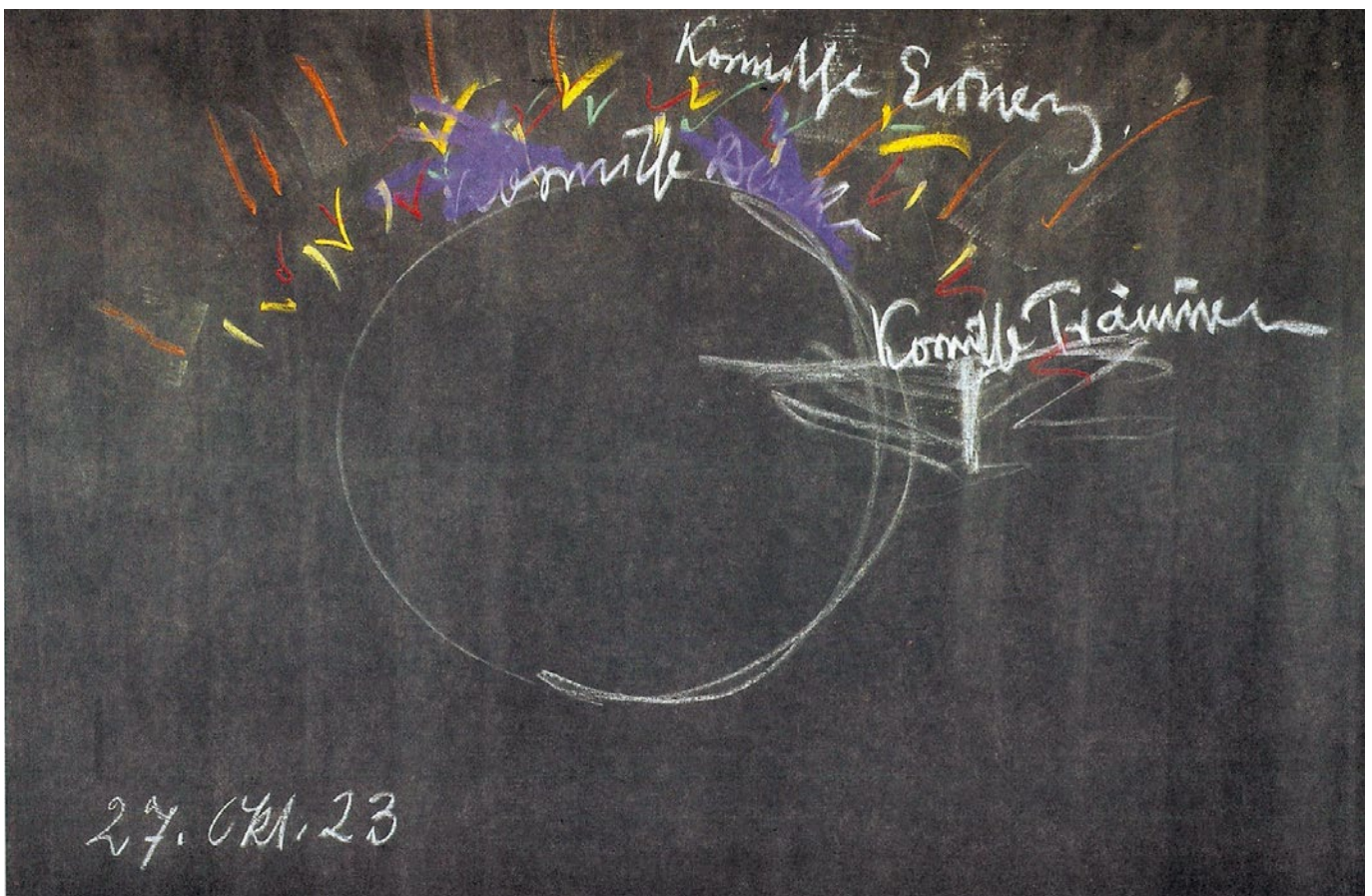


weg ist er... Dieses Flüggewerden ist immer ein schönes Erlebnis. Dass die Falter noch nicht sogleich fliegen können, wenn sie die Puppe verlassen haben, ist für mich ein Vorteil – denn

so kann ich sie in den Sonnengarten bringen und zeigen.» So kam sie auch zu ihrem Titel «Schmetterlingsfrau». «Unser Schmetterlingskasten wird auch rege besucht. Heute Morgen um

sechs Uhr kam schon jemand, um zu sehen, ob alles gut ist oder einer der Schmetterlinge schon geschlüpft ist, dann hätte er uns benachrichtigt und wir hätten den Falter befreit...»

«Eigentlich ist es ein Geburtsvorgang», führt Adrian Courvoisier aus. «Soviel ich weiss, hatte Rudolf Steiner den Lehrern empfohlen, den Kindern das Sterben eines Menschen mit dem Bild des die Puppe verlassenden Falters nahezubringen. Der Falter steht für Seele, die sich von der irdischen Leibeshülle befreit. Elisabeth Kübler-Ross (1926–2004) hat – wenn ich





das recht erinnere – darauf hingewiesen, dass Kinder in den Konzentrationslagern, in denen sie auf ihren Tod zulebten, begonnen hätten, Schmetterlinge an die Wände zu malen. Das Verlassen des Falters vom Erdverhafteten der Raupe ist ein Urbild für das Freiwerden der Seele. Rudolf Steiner spricht auch davon, dass Schmetterlinge nicht wirklich flögen, sie bewegten sich eigentlich im Licht, würden von der Sonne hochgezogen. Die Bewegung geht ganz zum Lichte hin, auch die Eier werden ganz ins Licht gesetzt. Der Schmetterling ist ja auch fast wie ein Blütenblatt...»

Vom Bild geht es unmittelbar ins Leben, und Adrian Courvoisier erzählt, dass Vreni Stokvis immer wieder Menschen im Sonnengarten beim Sterben

begleitet hat – oft auch mit Klängen auf ihrer Leier. Sie wurde jeweils von der Pflege oder von befreundeten Bewohnern gerufen. Auch Helena Zehnder hatte sich gewünscht, dass Vreni Stokvis mit der Leier bei ihrem Sterben dabei sein möge. Dazu Vreni Stokvis: «Sie hatte das so gewünscht, weil sie bis zum Schluss wach sein wollte.»

Adrian Courvoisier fällt ein, dass «wohl damals, als Helena Zehnder im Sonnengarten ihren Schmetterlingskasten einrichtete, im Garten ein Bereich geschaffen wurde, der <Schmetterlingsgarten> – der wurde sogar mit einem Schild markiert...»

«... das war doch unter der Anleitung von Martin Gossweiler, der dort schmetterlingsfreundliche Pflanzen aussäte...», fügt Vreni Stokvis an.

Dieses Leben mit dem Schwellenübergang zeigt sich auch jeweils zu Allerheiligen am 1. November, wenn die beiden zusammen mit Verena Müller das alljährliche Totengedenken – oft mit Barockmusik – musikalisch umrahmen. Franz-Josef Oggier, der Heimleiter, entsinnt sich: «Da ist das Transzendente der Leier sehr gut erlebbar.»

KBA

Bilder: Adrian Courvoisier





## «Sie kam nach Hause ... und ich bin glücklich hier»

Als 2010 Jürg Hochholdinger mit seiner Frau in sein Elternhaus im Albulatal zog, zeigten sich bei ihr erste Anzeichen von Vergesslichkeit, 2015 wurde zu 50% Alzheimer diagnostiziert. Von da an wurde die Frage bewegt, welche Hilfe sie brauche. Im Mai 2017 gingen die beiden auf eine Probeweche in den Sonnengarten und bezogen ein Gästezimmer im gerade (2016) eröffneten Pavillon. «Und schon beim ersten Abendessen sind vier, fünf Bekannte von Winterthur und Zürich auf uns zugekommen, und haben uns begrüsst, das freute uns sehr!» Nach einem Unfall im Winter 2016/17, bei dem Jürg Hochholdinger sich die Schulter verletzte, konnte Angela zum Glück in den geschützten Wohnbereich im Sonnengarten aufgenommen werden. Dort fühlte Angela sich schnell zu Hause. Jürg Hochholdinger blieb im Bündnerland und besuchte seine Frau rund einmal wöchentlich: «Drei Stunden runterfahren, eine Stunde beim «Fraueli», manchmal auch zwei, und dann wieder hoch... Manchmal konnte ich auch zwei, drei Tage in einem Gästezimmer bleiben, was sehr gut war und mir und Angela auch Zeit zusammen geschenkt hat. Denn manchmal, wenn ich eine Woche weg war, erkannte sie mich kaum mehr. Einmal hat ein Pfleger zu ihr gesagt: «Das ist Ihr Mann, Frau Hochholdinger.» Sie schaute mich an und teilte mir mit: «Mit dir will ich nüüd z tue ha.» Sie drehte sich um und lief weg, ich hinterher, «Es Buurebüebli» singend. Sie blieb stehen und umarmte mich herzlich.»

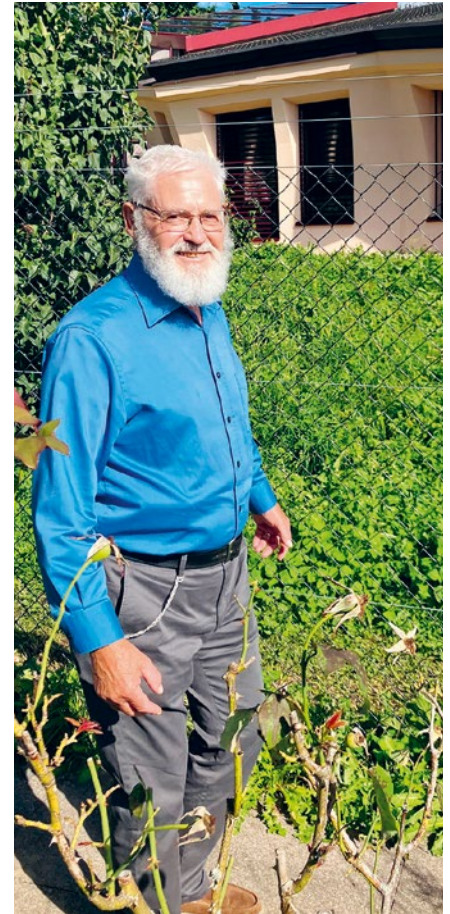
Ein versonnenes Lächeln huscht über Jürg Hochholdingers Gesicht: «Wir ha-

ben viel gesungen, sind in den Garten singen gegangen, das hat ihr gutgetan. Ich bekam über das Singen einen immer besseren Zugang zu ihr. Wenn sie mich singen hörte, stimmte sie mit ein und sang die zweite Stimme...»

Als Diabetiker wurde ihm das Hin- und Herreisen immer schwerer, brauchte er doch jeweils ein, zwei Tage Erholung nach einem Besuch. So entschloss er sich, auch nach Hombrechtikon zu ziehen. «Es war eine grosse Räumerie, in dem Haus im Albulatal gibt es drei Wohnungen und mit unseren Möbeln habe ich nun eine davon eingerichtet, bevor ich am 1. April 2022 in der Wohnsiedlung des Sonnengartens meine eigene Wohnung bezog. Das war ein grosses Glück, weil ich so meine Angela die letzten drei Monate ihres Lebens begleiten konnte, und wir – ich und meine drei Töchtern – vorbereitet waren, als sie am 28. Juni 2022 starb.»

Zufrieden hält Jürg Hochholdinger fest: «Und jetzt bin ich hier. Es gefällt mir sehr gut, ich bin glücklich und ich bleibe. Ich bin auch dabei, die ganze Umgebung zu erkunden, die Wälder, die Schluchten...» Er lacht: «... ich beobachte, welche Tiere und Vögel hier zu sehen sind...»

Ursprünglich war die Beerdigung seiner Frau in Winterthur geplant. «Ich begegnete eines Abends Heinz Traub – er erzählte mir, dass er noch auf den Friedhof müsse. Ich wollte wissen, warum er denn hier auf den Friedhof wolle. Worauf er antwortete: «Meiner Frau ein Kerzlein anzünden.» Da wurde mir bewusst, dass ich, würde ich die Urne nach Winterthur brin-



Jürg Hochholdinger

gen, das nicht könnte... Darauf habe ich mir den Friedhof in Hombrechtikon angeschaut. Bei den neuen Urnengräbern hat es eine schöne alte Föhre, diesen Platz habe ich meinen Töchtern gezeigt, die freudig zustimmten, dass dort das Mami hinkommt und später dann der alte Bergler beim letzten Umzug auch.»

KBA

## Für Franco

Mit Jürg Hochholdinger verbindet mich eine unvergessliche Singwoche mit Verena Zacher Züsli und Franco Züsli in der Kathedrale von Chartres im Oktober 2010. Höhepunkt war der Freitag jener Woche, als wir um sechs Uhr früh die Kirche ganz für uns alleine hatten und die eine Woche eingeübten Lieder unter anderem von Hildegard von Bingen sangen – jeder für sich irgendwo in diesem wunderbaren Sakralraum, verbunden durch die einmalige bauliche Akustik, die unsere Stimmen zusammenhielt. Dass jetzt ich am 28. Juli 2022 ausgerechnet zwei Tage nach dem Hinschied von Franco hier im Sonnengarten Hombrechtikon die Interviews für die Ausgabe 73 der «SonnengartenPost» machte und einer meiner Interviewpartner Jürg Hochholdinger war, dem ich seit diesem Erlebnis in Chartres nur einmal an einer Tagung begegnet war, konnte ich in diesem Moment nicht als Zufall sehen, zumal er mich darauf aufmerksam machte, dass ich im Aufbahrungsraum noch von Franco Abschied nehmen könne. Wie schon zu Lebzeiten bei kleinen und grösseren Dingen, schien er auch jetzt sehr bereit für seine Reise. Als läge er in einer Barke, die nur noch angestossen werden müsste, um in die Geisteswelt zu gelangen, wartete er lächelnd, ja fast grüssend. Und wie in den verschiedenen Singwochen und Begegnungen mit ihm und Verena erlebte ich nochmals die feine und ausgesprochen aufmerksame Heiterkeit, die ihn leitete und umgab und mit der er ausgleichend im Umfeld unterwegs war.



*Dankbar für diese Fügung, Konstanze Brefin Alt*

## «Wir bauten während der Pandemie auf Eigenverantwortung»

Der Sonnengarten hat während der zwei Jahre der Pandemie in erster Linie auf Eigenverantwortung der Bewohnenden, der Mitarbeitenden und der Angehörigen gebaut – und gleichwohl einen Weg gefunden, die Pandemiemassnahmen einzuhalten, ohne seine Bewohnenden zu isolieren oder auf Kulturveranstaltungen, Kurse und Aktivitäten zu verzichten.

Im Gespräch mit unserer Heimärztin Dr. Susanne Schadde und unserem langjährigen Arzt Dr. Christian Schikarski hält Franz-Josef Oggier fest: «Wir haben während der ganzen Zeit alle behördlichen Pandemievorgaben eingehalten, aber es kam für uns nicht infrage, unsere Bewohnenden zu isolieren. Wir haben es hier schliesslich mit erwachsenen Menschen zu tun, deshalb bauten wir auf Eigenverantwortung.»

Gefragt, was für ihn diese Pandemie bedeutete, antwortet Christian Schikarski:

«Am Anfang war nicht zu durchschauen, was da auf uns zukam. Dann kamen im Frühling 2020 diese schrecklichen Bilder aus Bergamo, und wir wussten noch nicht, womit wir es zu tun hatten. Später bekam ich einen Bericht aus einem amerikanischen Pflegeheim in die Hände, in dem beschrieben wurde, wie die Betroffenen in der ersten Woche mit leichten bis mittleren Beschwerden zu tun hatten, und erst in der zweiten Woche die Sache kippte und sich ein Krankheitsbild zeigte, wo sich in den Organen ein Infekt zerstö-

rerisch festgesetzt hatte. Da war für mich klar: Es wurde bereits in den ersten zwei Tagen etwas verpasst, das nur dann gemacht werden kann. Denn in der zweiten Woche ist das Virus schon in die inneren Gemächer vorgedrungen. Deshalb darf in der ersten Woche, um eben die Fieberreaktion und damit die natürliche Abwehr in Gang zu bekommen, keinesfalls das Fieber gesenkt werden, sondern muss mit Hit-

*«Wir haben während der ganzen Zeit alle behördlichen Pandemievorgaben eingehalten, aber es kam für uns nicht infrage, unsere Bewohnenden zu isolieren. Wir haben es hier schliesslich mit erwachsenen Menschen zu tun, deshalb bauten wir auf Eigenverantwortung.»*

Franz-Josef Oggier

zebädern, mit Iscador hochgehalten werden, weil in diesem Moment das Fieber die natürlich körperliche Abwehr gegen das Virus darstellt...»

«... und dass man», ergänzt Susanne Schadde, «sofern jemand mit Fieber reagiert, eben auch Kopfschmerzen nicht mit fiebersenkenden Mitteln bekämpft, um den Fieberprozess nicht zu unterdrücken oder zu stören, sondern zu unterstützen. Denn der Körper weiss, warum er Fieber macht – selbst Reptilien legen sich in die Sonne, wenn sie eine Infektion haben. Es ist zwar

verständlich, dem Patienten gegen das Unwohlsein bei Fieber zu helfen, aber es ist für den Krankheitsprozess überhaupt nicht hilfreich bei einer Viruserkrankung.»

«Und ich habe bisher noch kein Krankheitsbild gesehen, das so funktioniert wie dieses Virus. Zudem waren die primären Informationen, die von Schulmedizinern beschrieben worden sind, zu unpräzise. Denn diese Hyperinflammation, vor der überall gewarnt wurde, entwickelt sich erst in der zweiten Woche und tritt nur ein, wenn in der ersten Woche etwas schiefgelaufen ist. Deshalb waren die Interpretationen der Schulmediziner in diesen Studien oft keine wirkliche Hilfe. Wir hatten hier im Sonnengarten nicht einen einzigen solchen Fall... Aber wir lernten mit der Zeit, diesem Virus zu begegnen.»

Die Diskussion, wie sie in verschiedenen Medien geführt wurde, ob Menschen mit oder an Corona gestorben seien, ginge in einem Altersheim ins Leere, so Susanne Schadde: «Die meisten haben Grunderkrankungen und ein hohes Alter. Es sind wohl ein paar Menschen ein wenig früher gestorben wegen dem akuten Verlauf und es gibt einige, die es überstanden haben wie eine Grippe oder eine andere Infektion. Seltsam war, dass für den Krankheitsverlauf oft die Frage, ob jemand geimpft oder ungeimpft war, keine grosse Rolle spielte. Sicher ist: es gab kurz vor und um Weihnachten 2021 einen Clustereffekt, weil wir 32 Menschen mit Corona

hatten, von denen leider acht verstorben sind.»

«Das hat sich in der Gemeinschaft der Bewohnenden recht ausgewirkt», ergänzt Christian Schikarski. «Wobei ich auch sagen muss, dass diese Gemeinschaft schon seit Herbst 2020 gut unterwegs war, haben sich die Bewohnenden doch auch selber um Kultur gekümmert. Sie haben sich gegenseitig seelisch unterstützt und waren füreinander da. Das hat mich sehr beeindruckt.»

«Während der akuten Zeit um Weihnachten 2021 ist das ein wenig abgebrochen. Das steckt uns heute noch in den Knochen», resümiert Franz-Josef Oggier. «Da ging einiges an Kommunikation verloren, weil wir den Speisesaal schliessen und die Menschen in ihren Wohnungen essen mussten – so konnten sie sich nicht mehr dreimal täglich im Speisesaal treffen. Auch haben sich die Bewohnenden selbst aus Eigenverantwortung zurückgenommen und sich etwas isoliert. In dieser Zeit, von Mitte Dezember bis Mitte Januar, haben sie seelisch viel Energie verloren. Es war dann absehbar, dass die eine oder der andere krank würden, wenn nicht wieder etwas Normalität im Haus einkehrt. Deshalb haben wir den Speisesaal Mitte Januar 2022 nach Abklingen der Corona-Welle wieder geöffnet. So hatten wir letztlich «nur» vier Wochen verschärfte Schutzmassnahmen mit Einzelmahlzeiten und ohne Kulturveranstaltungen, aber der Abbau der Lebenskräfte war bereits sichtbar.»

Susanne Schadde bestätigt: «Über die Weihnachtsfeiertage war das natürlich besonders hart, weil man dann gerne



*Susanne Schadde und Christian Schikarski*

zusammen ist, in die Andacht geht oder in Konzerte – und das musste ja dann grösstenteils auch alles ausfallen. Wobei wir da den Weg fanden, dass die Bewohnenden aus den Fenstern am Weihnachtskonzert teilhaben konnten, weil die Opernsängerin Melanie Forgeron mit einem Verstärker auf dem Leiterwagen Weihnachtslieder sang und so Weihnachtsstimmung in den Sonnengarten brachte. Wobei, im Vergleich mit anderen Heimen hier in der Schweiz und erst recht mit Deutschland, war die schlimmste Zeit hier kurz und insgesamt mit so wenig Einschränkungen als möglich

verbunden: Die Bewohnenden durften auch in der vierwöchigen Isolationszeit zusammen mit der besten Freundin, dem besten Freund im Zimmer essen, damit sie sich wenigstens zu zweit austauschen konnten. Denn wir sind davon ausgegangen, diese Menschen treffen sich eh und es ist ein Risiko, das abschätzbar ist. Und ganz wichtig: Wenn jemand schwer krank war oder palliativ, dann haben wir immer Besuche zugelassen und irgendwie ermöglicht – im Wissen darum, dass das Seelische einen grossen Beitrag zur Gesundheit und Krankheit leistet, haben wir die Menschlichkeit hochgehalten.

Denn wenn jemand vereinsamt, ist er viel krankheitsanfälliger...»

Im Sonnengarten wurden auch in regelmässigen Abständen Impfungen durchgeführt, an denen sich die Bewohnenden und die Mitarbeitenden impfen lassen konnten.

Die Entscheidung jedoch, so Franz-Josef Oggier, «für oder gegen eine Impfung lag

immer beim Einzelnen. Das war uns ganz wichtig. Weil zur Eigenverantwortung gehört auch die Entscheidungsfreiheit – und, vor allem, dass wir diesen Impfscheid streng vertraulich behandelt haben.»

«Das war extrem wichtig, dass das streng vertraulich war», sagt Christian Schikarski, «damit sich die Gemeinschaft hier nicht spaltet, denn das hätte sich in beide Richtungen zu einem Kainsmal auswirken können.»

Franz-Josef Oggier ist auch sehr froh, dass es «auch keine Szenarien gab, wo Ungeimpfte hätten Maske tragen müssen, im Gegensatz zu den Geimpften. Für die Mitarbeiter galt einfach generell Maskenpflicht.»

Den Ausnahmefall für die Bewohnenden schildert Christian Schikarski: «Nach einem Spitalaufenthalt oder wenn sie ein paar Tage bei ihren Kindern zu Besuch waren, dann mussten sie einige Tage als Quarantänemassnahme im Haus Masken tragen. Das ist den Leuten schwergefallen und ich habe immer ein wenig mitgelitten.»

«Und als dieser Corona-Ausbruch Ende 2021 im Haus war, da haben dann schon alle Bewohnenden vier

Wochen lang ihre Maske angezogen. Ansonsten haben sich die Mitarbeitenden, Ärzte, Therapeuten – alle, die in engen Körperkontakt mit den Bewohnenden gekommen sind – sowie

*«Wenn jemand vereinsamt,  
ist er viel krankheitsanfälliger...»»*

Susanne Schadde

die Externen an die Massnahmen des Bundesamtes für Gesundheit gehalten», fügt Susanne Schadde an. «Was tatsächlich schwierig war: Wir haben nicht erlaubt, dass Kinder unter zwölf Jahren ins Haus kommen, weil bei ihnen nicht ausgeschlossen werden konnte, dass sie symptomfrei das Virus ins Haus bringen – was selbstredend für so manche Gross- oder Urgrosseltern unter den Bewohnenden hart war.»

Für künftige Pandemien – das bestätigen sowohl die beiden Ärzte wie auch der Heimleiter – hat man viel gelernt. «Aber», so Susanne Schadde, «be-

währt hat sich, dass wir uns von Anfang an vorsichtig vorwärtstastend verhalten haben. Und jeweils gut geschaut haben, was ist wirklich nötig und was ist möglich und da eine Grat-

wanderung gemacht haben. Und das werden wir auch künftig tun.» Zudem hofft sie natürlich, dass, sollte nochmals eine Covid-Welle kommen,

diese nicht so schwer verlaufen würde.

Tatsächlich ist man, nachdem nun seit ein paar Monaten wieder der Courant normal herrscht im Sonnengarten langsam am Aufatmen. «So wie in der Gesellschaft auch, wo die Menschen erst langsam wieder ausgehen, sind auch wir daran das, was der Sonnengarten vor der Pandemie war, diesen Begegnungs- und Kulturort, wieder aufzubauen. Langsam, aber sicher», rundet Franz-Josef Oggier das Gespräch.

KBA

## Sterben – ein Verwandlungsprozess in Neues

Franz Ackermann – er war ursprünglich Waldorflehrer, ist ehemaliges Vorstandsmitglied der Anthroposophischen Gesellschaft in der Schweiz, Mitinitiant des Forums für Sterbekultur ([www.sterben.ch](http://www.sterben.ch)) und der Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur ([www.sterbekultur.ch](http://www.sterbekultur.ch)), die er Anfang Jahr in jüngere Hände übergab –, hat seit langem eine Beziehung zum Sonnengarten. «Ich kenne den Sonnengarten, seit er eine Baustelle war. Johannes Wirth hat sich in Zürich sehr für das Projekt eines Alters- und Pflegeheims eingesetzt, was ich über Jahre mitverfolgt hatte. Ich war glücklich, dass es in Hombrechtikon landete. Schon 1984/85, grade nach seiner Eröffnung, konnte ich mit meinen Schülern der Steinerschule Wetzikon hier Aufführungen realisieren.»

1985 gab Franz Ackermann seinen Lehrerberuf auf und half ein Alters- und Pflegeheim in Volketswil aufzubauen, dessen Leitung ihm anvertraut war. Worauf seine Mutter ihm mitteilte, dass sie dann mal zu ihm kommen werde... «Das war mir eine Sorge, denn ich fand das nicht ideal – und in Wirklichkeit wollte sie gar nicht in ein Heim. Sie genoss ihr Einfamilienhaus mit schönem Garten. Irgendwann kam der Moment, wo sie mir von Beschwerden berichtete, die für mich nach Altersheim tönnten, was ich ihr sagte. Und sie stimmte zu.» Zu dieser Zeit leitete er ein Alterszentrum in Fällanden; Doris Ackermann aber zog es nach Hombrechtikon. «Wir besichtigten den Sonnengarten und der Herbstgarten war so schön, da hat sie nicht mehr lange diskutiert und ist zwei Monate später

eingezogen.» 16, 17 Jahre war sie hier, «und ich begleitete sie – im Grunde schon seit dem Tod meines Vaters, als ich sieben war. Dieser frühe Verlust war mein erstes Aufwacherlebnis fürs Thema «Sterben» – es durchzieht mein ganzes Leben... Gab es doch einige Todesfälle in meiner Umgebung und auch Suizide.» Vertieft wurde die Sterbeerfahrung, als er zwischen 40 und 43 Jahren in der Midlife-Zeit auf das Sterbealter von 43 Jahren seines Vaters zuzug. Gerade hatte Franz Ackermann den Lehrerberuf aufgegeben, war mit dem Aufbau eines Altenheimes beschäftigt. Da regelte er auch alles für seinen eigenen Todesfall. An seinem 43. Geburtstag war es, als sei ihm ein neues Leben geschenkt worden: «Ich lebte immer in dieser seltsamen Spannung: Mit dem Lehrerberuf ganz mit der Geburt, dem Werden, dem Ankommen auf der Erde verbunden – innerlich jedoch klang immer die andere Seite des Lebens an, das Vergehen, Loslassen, das Sterben.»

Die Frage, ob er, da er sich seit so vielen Jahren mit Sterbebegleitung befasst, auch seine Mutter, die letztes Jahr mit 102 Jahren gestorben ist, begleitet habe, beantwortet Franz Ackermann relativierend: «Was will man unter diesem Begriff sehen, wann beginnt Sterbebegleitung? So war etwa der Entschluss, das eigene Haus zu verlassen, ein vehementer Sterbeprozess – und das lange vor dem eigentlichen Sterben... Meine Mutter hatte kein einfaches Leben, da gab es Krisen, gesundheitliche Sorgen und Schmerzen. Von sich aus wäre sie nie 102 Jahre alt geworden. Zwischen 92 und 98 Jah-

ren war das Thema Sterben sehr akut, war eine Sehnsucht; sie fühlte sich vom «lieben Gott» vergessen, hatte sie doch aus ihrer Sicht das Leben abgeschlossen. Das sind immer auch Aspekte in der Begleitung mit der Auseinandersetzung mit dem Tod. Man kann auch meine Erinnerung, als mein Vater starb und ich am Mittagstisch sass und ich auf meinem Teller das Wienerli im Reis begraben habe, als eine Art Sterbebegleitung sehen – für mich selbst, aber auch für meine Mutter... Begleiten bedeutet eigentlich das Umgehen mit dem Sterben, mit der Endlichkeit. Die Todessehnsucht meiner Mutter verwandelte sich: Mit 98 stürzte sie und dachte: «Jetzt ist es soweit, jetzt kann ich sterben!» Tatsächlich aber kam sie nun in den Rollstuhl, brauchte mehr Pflege und wurde abhängiger... – und sie bekam mehr Zuwendung, vor der sie so viel Respekt hatte, denn sie war einerseits in der Körperlichkeit etwas scheu und andererseits eine unglaublich selbständige, autonome Persönlichkeit und das war auch ihr wichtigstes Anliegen. Auch mir gegenüber wollte sie nie Druck ausüben. Und ich war natürlich froh, dass sie Respekt vor meinem Freiheits- und Selbstständigkeitsdrang hatte... Nach dem Sturz konnte sie die Pflege annehmen und begann auch, die damit verbundene Wärme und Zuwendung zu geniessen. Sie hatte in diesen vier letzten Jahren ein neues Selbstverständnis gefunden und gelebt. Dieser Prozess war nicht gesucht worden, aber er war nun dran und meine Mutter wurde ruhiger, zufriedener. – Gleichwohl, wenn jemand hereinkam und sie in einer befremdli-

chen Art ansprach, konnte sie «räs» reagieren.»

Einmal habe eine Angestellte der Pflege Franz Ackermann darauf angesprochen und ihm gesagt, dass sie sich wünschte, es gäbe mehr solche Bewohner, die sich wehren und melden würden, was sie mögen und was nicht, weil das die Pflegenden weiterbringe. «Sterben ist ja eigentlich immer das Thema der Verwandlung... Und wenn man erkennt, dass damit das ganze Leben als Prozess verbunden ist, wird einem das Sterbethema lieb. Dann werden nämlich die Verwandlung und das Erwarten des Neuen das Grandiose und nicht der Verlust. Meine Mutter hat mir schon beim Tod meines Vaters gesagt, sie müsse nun einen schwarzen Knopf als Zeichen der Trauer tragen, aber in Indien würden die Menschen beim Tod eines Angehörigen weiss tragen – in der Erwartung, was jetzt komme. Das hat mich geprägt.»

Für Franz Ackermann ist der Arzt, Sozialökonom und Anthroposoph Bernard Lievegoed, der mit 70 alle seine Aufgaben abgegeben hat, ein grosses Vorbild für die Sozialgestaltung. «Das habe ich verinnerlicht. Mit 70 kommt etwas Neues, da wird es Zeit, sich von äusserlichen Konventionen zu befreien. Deshalb ist das der Moment, an dem ich die leitende Zuständigkeit für die Arbeitsgemeinschaft Sterbekultur an andere weitergebe, also konsequent bin mit dem Sterben gerade mit dieser Arbeitsgemeinschaft.»

In diesem Sterbe-Werde-Prozess ist für Franz Ackermann klar, «Gewand ist, was man hat und irgendwann abgeben kann, will oder muss. Was man selbst ist, was man gestalten, innerlich durchdringen kann, nur das bleibt. Es bleibt in der Verwandlung – geht weiter. Denn im Absterben bildet sich Humus, aus dem sich das Neue bildet. Das Sein ist das, was Entwicklung ist – und das ist interessant.»

«Was kommt jetzt?», will Franz-Josef Oggier wissen. Franz Ackermann holt



*Franz Ackermann*

etwas aus: «Ich habe mich mit 60 früh-pensionieren lassen, weil ich spürte, jetzt geht es um die «kleinen Brötchen», um die Beziehungen von Mensch zu Mensch, um Eins-zu-eins-Begleitung. Das Leben hat mir dann doch wieder etwas grössere Brötchen zugemutet... Aber langsam bekam ich Freiraum und stiess dabei darauf, dass die Begleitung eines Menschen nicht ein kleines Brötchen ist... Die Entdeckung: Immer das Nächstliegende ist das Kostbarste!> ist wunderbar. Damit, dass ich Menschen ganz persönlich begleite, konzentriere ich mich auf die privaten Aufgaben – was letztlich eine Kulturaufgabe ist und bleibt. So kann ich viel konkreter in der Gegenwart und Geistesgegenwart wirken. Im Augenblick bin ich dabei, eine überschaubare, in sich geschlossene Kursserie zum Nachtodlichen zu konzipieren, in der das Kosmologische – also das, was nach dem Tod geschieht bis hin zum Vorgeburtlichen – dargestellt wird. Wie verdaue ich ein altes Erdenleben, wie bereite ich ein neues vor, wie fügt sich das zusammen über mehrere Erdenleben? Dieser Bogen hat noch viel zu wenig Aufmerksamkeit. Deshalb reizt es mich, ihn anzugehen. In der Lektüre von Rudolf Steiners Vorträgen wird mir immer deutlicher, dass unser Erdensein und unser Sein

im Kosmischen als ein Ganzes angeschaut werden muss, denn das Erden-sein selbst umfasst eine kleine Passage der Menschheitsentwicklung, während die kosmischen Tätigkeiten, Entwicklungen und Bildeprozesse viel umfassender sind als alles, was wir auf der Erde machen. – Und dieses Thema ist für mich wie das Sterben Teil der Werdekultur.»

«Wir werden ja im nächsten Frühling zum Thema «Sterbekultur» hier im Sonnengarten von Franz Ackermann eine erste Vortragsreihe veranstalten, darauf freue ich mich jetzt schon», sagt Franz-Josef Oggier. Und er fragt Franz Ackermann, wie er die Sterbekultur im Sonnengarten wahrgenommen habe. «Für die Pflegenden durfte ich ja mal zu diesem Thema eine Veranstaltungsreihe machen. Wenn ich weit zurückschaue, so haben die Bewohner in der Gründungsphase dieses Sozialprojekts Sonnengarten das Thema bearbeitet. Da müssten wir wohl gemeinsam schauen, wie der Stand heute ist, zumal es gleichermassen ein Thema für die Bewohnenden wie für die Mitarbeitenden ist – aber beide Interessensgruppen einen unterschiedlichen Blick darauf haben.... Und die Angehörigen bringen nochmals neue Aspekte.»

*KBA*

# Impressionen vom Impulstag am 2. Juli



## Alters- und Pflegeheim Sonnengarten

Etzelstrasse 6

8634 Hombrechtikon

T 055 254 45 00

info@sonnengarten.ch

www.sonnengarten.ch

Bankverbindung

ZKB, 8010 Zürich

IBAN CH07 0070 0113 9001 5184 7

## Ich möchte den Sonnengarten unterstützen

durch Freiwilligenarbeit:

Mithilfe in der Cafeteria

Besorgungen für Bewohnende

Bewohnerbesuche/Betreuung

Anderes \_\_\_\_\_

durch den Beitritt zum Gemeinnützigen Verein Sonnengarten als:

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

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

durch eine Schenkung

durch wiederkehrende Beiträge:

monatlich  vierteljährlich  halbjährlich  jährlich

Ich interessiere mich für einen Eintritt in den Sonnengarten

Vorname/Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Bitte Talon senden an:

Alters- und Pflegeheim Sonnengarten, Etzelstr. 6, 8634 Hombrechtikon  
oder info@sonnengarten.ch

## Führung durch den Sonnengarten

Jeden ersten Freitag im Monat\*\*  
um 14.00 Uhr.

Telefonische Anmeldung erforderlich.

\*\*abhängig von der COVID-Situation

## Gemeinnütziger Verein Sonnengarten

Vorstand

Helen Baumann, Präsidentin

Pia Baur, Mitglied

Heinz Brodbeck, Mitglied

Philip Eric Jacobsen, Mitglied

Peter Kunz, Mitglied

Gesamtleitung

Franz-Josef Oggier

## Impressum SonnengartenPost

Redaktion

Franz-Josef Oggier

Konstanze Brefin Alt

Stefanie Drenenberg

Fotos

Franz-Josef Oggier

Produktion

Eboplan GmbH, 8634 Hombrechtikon

**Sonnengarten**

Ein Ort für persönliche  
Lebensgestaltung im Alter