Nr. 9 / September 2021

CASA Andrea Cristoforo
ASCONA

Corriere della CASA

Stufen *(erste Strophe)*

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Hermann Hesse

**Liebe Leserinnen, liebe Leser,
liebe Freunde,**

Wie wunderbar und lebensnah beschreibt doch Herrmann Hesse in der ersten Strophe seines Gedichts «Stufen» die Erfahrungen suchender Menschen auf ihrem Lebensweg! Jeder, der auf seiner Lebensreise Stufe um Stufe vorwärtsgeschritten ist, kann nur ahnen, wie eine neue Stufe aussehen wird. Wenn man ganz einer Aufgabe hingegeben ist, mag es sogar lange Zeit scheinen, als ob eine nächste Stufe in unendlicher Ferne liege. Und dann, wie aus dem Nichts, dringen neue Schicksalsrufe ins Leben, und weitere Abschiede und Neubeginne zeichnen sich ab.

So zumindest erging es mir! Als ich vor sechs Jahren die Geschäftsleitung der Casa Andrea Cristoforo übernahm, da galt es gleich vom ersten Tag an, mich mit dem besonderen Geist dieses Hauses zu verbinden und den visionären Impuls aufzugreifen, den Ita Wegman hier setzte. Ich hatte mich in die dynamischen Abläufe einzuleben, schauend und horchend alle Vorzüge und Mängel der Casa kennen zu lernen, zu verstehen welche Massnahmen unsere Institution ergreifen kann, um den Erfordernissen der Zeit mit Hilfe der Fähigkeiten und Kompetenzen der Mitarbeiter gerecht zu werden. Es galt, die grossen Herausforderungen, nicht zuletzt in finanzieller Hinsicht, denen sich die Casa damals gegenübersah, mit kreativen Lösungen und viel Elan anzugehen ...

Und alle haben dabei motiviert und mit grossem Einsatz mitgeholfen. Von der Mitarbeiterschaft über die Therapeuten und das Ärzteteam bis hin zum Vorstand; alle haben dazu beigetragen, die Casa in den letzten sechs Jahren von Stufe zu Stufe zu heben und zu weiten, so dass sie heute in vielen Bereichen saniert ist und von einer wachsenden Zahl von Gästen als eine Oase der Ruhe und Gesundung erlebt werden kann.

Und nun erreicht mich hier der Ruf, eine neue Bindung einzugehen, wie Hesse sagt: «in Tapferkeit und ohne Trauern ...» – Aber gewiss nicht ohne Dankesworte an alle Freunde, Partner, Mitarbeitenden und die zahlreichen Gäste der Casa, denen ich in diesen sechs Jahren begegnen durfte und die mich in vielen intensiven Gesprächen beschäftigt, gefordert und bereichert haben. Dank ihrer Mitwirkung und ihrer Unterstützung konnte die Casa einige Stufen weiterkommen.

Meine innere Verbundenheit mit der Casa Andrea Cristoforo bleibt – auf allen weiteren Stufen – fraglos bestehen.

Herzlichst

Ihr Stefano Corona

Casa Andrea Cristoforo · Via Collinetta 25 · CH-6612 Ascona
Telefono: +41 91 786 96 00 · Fax: +41 91 786 96 61
mail@casa-andrea-cristoforo.ch · www.casa-andrea-cristoforo.ch

Bergwiese mit Arnica Montana

Arnica montana
Ein Heilmittel für die Hausapotheke

Die Bergblume Arnika ist eine grosse Heilpflanze und ist auch unter dem Namen «Bergwohlverleih» bekannt. Auf Wanderschaft in den Bergen kann sie sehr nützlich sein – wohlgemerkt in verarbeiteter Form. Die Arnika sollte auch in jeder Hausapotheke stehen, als Essenz für äussere Anwendungen oder als Tropfen oder als Globuli zur inneren Einnahme.

Die Arnika erfreut uns von Juni bis August mit ihren warm-gelben Blütenköpfen auf den Bergwiesen in Höhen zwischen 800 und 2000 m ü.M.. Der Versuchung ein Sträusschen zu pflücken, sollte man widerstehen, da sie eine geschützte Pflanze ist. Sie mag keine gedüngten und keine kalkhaltigen Böden. Keine Probleme hat sie mit sauren Böden, morastigen Stellen, ausgesetzten oder windigen Standorten. Sie liebt das Urgestein.

Stolz und selbstbewusst steht sie da und erhebt ihren leuchtend gelben Blütenkopf. Die Blütenblätter sind dickfleischig, auch Zungenblüten genannt. Der Blütenkranz wirkt immer etwas zerzaust, fröhlich. In der Mitte ist ein Blütenkorb mit kleinen und grösseren Blütenröhren, wodurch sich erkennen lässt, dass sie zur Familie der Korbblütler gehört. Zu dieser Familie zählend sind uns auch andere Wundkräuter bekannt wie zum Beispiel die Calendula, Echinacea und Kamille mit ähnlicher Wirksamkeit.

Die Blüte der Arnika sitzt auf einem blattlosen Stängel. Etwa in der Mitte, zwischen der kräftigen Blattrosette, aus der sich ein schlanker Stängel erhebt, bildet sie ein gegenständiges Blätterpaar, als hätte sie Flügel.

Der Stängel ist dünn behaart und klebrig. Der Wurzelstock, genauer benannt ein Rhizom, ist fest mit den Wurzeln verankert und hat einen aromatisch würzigen Geruch. Der sich in der Reife bildende Samenstand zeigt sich als Pusteblume. Das Wirkprinzip der Arnika ist «Ordnung-schaffend». Denn sie vermag, verlorengegangene Formkräfte und auflösende Stoffwechselprozesse in ein Gleichgewicht zurückzubringen. Dadurch kann sie sowohl gestaltend als auch durchwärmend und entkrampfend wirken, eine Entzündung bändigen, aber auch stark Verfestigtes auflösen.

Durch ihre starke Vitalität wirkt sie in das Nervensystem hinein aufbauend, regulierend bei Durchblutungsstörungen des Gehirns und des Herzens. Als ein wertgeschätztes Heilmittel wirkt die Arnika in erster Linie wundheilend, desinfizierend und entzündungshemmend. Sie hilft Gewebe zu regenerieren und eignet sich deshalb zur Behand-

lung aller Verletzungen durch Stoss, Fall, Stich und Schnitt auf intakter Haut als äussere Anwendung mit Arnikaessenz. Die Wala hat fertig hergestellte Arnikaessenz-Tüchlein eingeschweisst, die beim Wandern in den Bergen eine grosse Hilfe sein können, wenn man zum Beispiel stürzt und ein Gelenk verstaucht. Als Sofortmassnahme kann dieses Tüchlein aufgelegt werden und Linderung verschaffen.

Bei Blutergüssen, Zerrungen von Muskeln und Sehnen, Faserrissen, Prellungen, Quetschungen wirkt Arnika entstauend und schmerzlindernd. Arnikasalben sind auch eine gute Empfehlung zur Venenpflege und zur Behandlung von Venenentzündungen. Nach sportlichen Aktivitäten und bei Muskelkater ist das Arnica-Massage-Öl von Weleda zu empfehlen.

So haben wir in der Arnikapflanze eine grosse und zuverlässige Helferin, die mit ihrer starken Ordnungskraft Vertrauen in eine gute Heilung schafft.

Liselotte Metzmaier,
Expertin Anthroposophische Pflege

Quellennachweis: Wala Pflegekompendium; Markus Sommer, Artikel im Magazin für das Leben «a tempo»; Monika Fingado, Wickel und Auflagen.

Das heilend Handfeste

Im Lied «Kinder» von Bettina Wegner heisst es:

Sind so kleine Hände
winz'ge Finger dran.
Darf man nie drauf schlagen,
die zerbrechen dann
...
Sind so kleine Seelen,
offen und ganz frei.
...

Heilende Hände während der Therapie

In den zwei Kurwochen meiner Zeit in der Casa haben Hände mich berührt, massiert, Wickel aufgelegt oder mich ganz eingewickelt. Ich wurde beHANDelt im guten Sinne des Wortes. Hier schlagen keine Hände. In der Casa durfte ich auf vielfältige Weise erleben, wie HAND anlegen heilsam und aufrüttelnd zugleich ist.

Wer sich anrühren lässt, wird berührt. Die eigene Seele und der Geist kommen in Bewegung. So kann es gut sein, dass ein eigenes Stücklein Urwald sichtbar, erfahrbar wird. Es war beruhigend, den «Urwald» der Casa immer und immer abzuschreiten, um zu erfahren, dass Unbearbeitetes, Urchiges zur Natur jedes Menschen gehört. Ein «Urwald» stärkt im Innersten das Urvertrauen. Wenn man dann in den Garten der Casa hochsteigt, wird einem vor Augen geführt, was mit Liebe, Hege und Pflege alles zur Blüte kommt.

Handeln und sich behandeln lassen, eintauchen und sich herausnehmen gehört zum Takt der Casa. «Rhythmus ist Leben» sagt Rudolf Steiner. Die Casa regt zum bewussten Leben an.

Felix Karnowski,
Gast

Gespräch mit Jürg Albertin

In der Casa Andrea Cristoforo darf ich eindrücklich erkennen, dass die Anthroposophie nicht nur tiefe Gedanken vermittelt, sondern die Realität des Lebens umfasst. Ich darf erleben, wie der Körper zurückmeldet und die Seele berührt wird.

Ähnliches ereignete sich vor 24 Jahren, als ich in Roncegno, einem Anthroposophischen Kurhaus mit therapeutischer Ausbildungsstätte in Italien, mit meinem Körper ein «Auferstehen» erfahren durfte. Und nochmals 24 Jahre früher bin ich in die Waldorfpädagogik eingestiegen. Sie sehen, die Lebenskreise verweben sich.

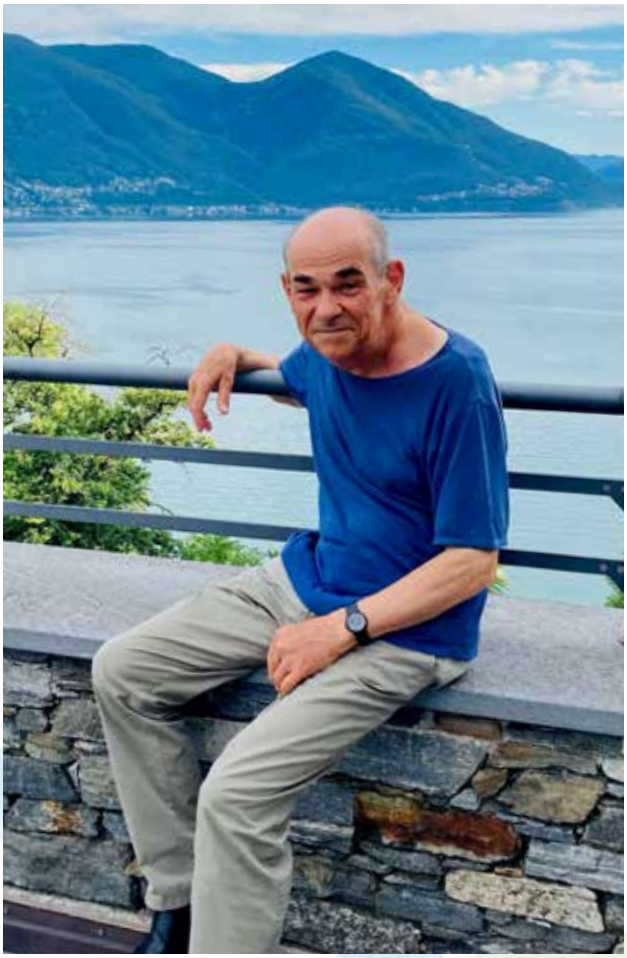
Ich schätze die offene und warmherzige Atmosphäre in der Casa. Ich habe hier so etwas wie eine Schale gefunden, in der ich mich geborgen fühlen und zur Ruhe kommen kann. Ich fasse Vertrauen in meine eigenen physischen Kräfte und Fähigkeiten.

Als Mensch und als Patient werde ich wahrgenommen und von allen Seiten unterstützt. Dies nicht nur von Pflegenden und Therapeuten, sondern auch vom Service- oder Reinigungspersonal sowie von anderen Gästen.

«Manche Begegnungen sind wie Sterne,
die uns der Himmel schenkt,
damit wir nicht vergessen,
wie schön das Leben ist.»

Mit der Heileurythmistin Susanne Böttcher arbeite ich mit Bildern und der Vorstellungskraft. Innere Impulse werden in die Bewegung geführt. Ich gehe mit und fühle mich getragen. So kann ich etwas ausprobieren und Sicherheit gewinnen. Die Bilder werden mich weiter begleiten. Ich werde auch Zuhause mit diesen arbeiten.

In der Rhythmischen Massage erfahre ich ein Gefühl von Erholung. Punkte werden gelöst und finden Erlösung.



Tafelbild vom Einführungs-Vortrag «Jahresfeste im Zusammenhang – Der Mensch im Jahreslauf – Ein- und Ausatmung»

Die Johanni-Festtage waren etwas ganz Besonderes. Das vorbereitende, gemeinsame Singen mit Susanne Böttcher und der hilfreiche Einführungsvortrag von der Eurythmistin zur Festgestaltung, mündeten in das Terrassenfest und bildeten ein Gesamtkunstwerk. Liselotte Metzmaier hat für einmal nicht als Pflegende in Weiss, sondern als gelbe Sonne die Herzen berührt. Dem Himmel entgegen zogen bewegt die Farben – einfühlsam begleitet von instrumentalen Klängen durch den Barden Johannes Metzmaier.

Blau, Rot und Gelb – mit dem Wind aufwärts …

Dieser Text ist entstanden im Gespräch zwischen Jürg Albertin, Gast und Sonja Ribi, Direktionsassistentin in der Casa Andrea Cristoforo.

Eine Seniorin berichtet

Gegenwärtig bin ich mit meinen 91 Jahren die älteste Bewohnerin in einem Senioren-Appartement der Casa, – ein Urgestein, wie ich manchmal sage. Ursprünglich stamme ich aus dem Bernbiet (Bern, später Thun), habe jedoch während der gut acht Jahre, die ich jetzt da bin, nie den Entschluss bereut, meinen Lebensabend hier zu verbringen.

In Thun hatte ich zuvor über zwanzig Jahre lang eine kleine Buchhandlung geführt («Morgenstern» – Buchhandlung und Antiquariat) und war deshalb freudig überrascht, in der Casa eine grosse, reichhaltige Bibliothek vorzufinden! Da konnte ich mich nach einiger Zeit mit meiner Erfahrung sogar ein wenig nützlich machen. Auch das kulturelle Angebot lernte ich gleich nach meiner Ankunft kennen: In den ersten Tagen konnte ich bereits ein interessantes Seminar über Meditation besuchen. Dabei machte ich schon die zweite positive Erfahrung, die sich in der Folge immer wieder bestätigte: Da die Teilnehmerzahl in einem überschaubaren Rahmen bleibt, ist stets die Möglichkeit gegeben, mit dem/der/den Vortragenden in persönlichen Kontakt zu treten. Grössere Anlässe sind viel anonymer, da fehlen solche Gelegenheiten weitgehend. In meinem Fall bei dem Meditations-Seminar ergab sich spontan ein Kontakt mit dem Leiter. Daraus entwickelte sich bald eine freundschaftliche Beziehung. Unvergessen die guten, manchmal stundenlangen Gespräche, die wir zusammen führten, meist unten in Ascona in einem Café. – Und nun doch auch zu einem Einwand, der sich allenfalls ergeben könnte: Bei den ständig wechselnden Kurgästen im Haupthaus sei es kaum möglich, eine neue Beziehung einzugehen. Das stimmt nur sehr bedingt; man trifft sich ja beim Essen und bei den Anlässen, und schon stellt man gemeinsame Interessen fest und beschliesst, in Kontakt zu bleiben.

Natürlich nutzte ich in den ersten Jahren meine Zeit auch für längere Spaziergänge in der so schönen Umgebung, aber leider wurde das Gehen für mich zunehmend schwierig. Da war ich nun doppelt froh, alles in unmittelbarer Nähe zu haben: die ausgezeichnete Pflege der Schwestern und Therapeuten, die Betreuung durch die erfahrenen Ärzte (anthroposophisch ganzheitliche

Medizin, Alternativmedizin bis hin, falls nötig, zur Schulmedizin). Nicht zu vergessen die sorgfältig geführte biologische Küche! – Und wenn ich am Abend einen Anlass besuchen möchte, muss ich mich nicht um Tickets kümmern, muss nicht frühzeitig aufbrechen, um ja noch einen Parkplatz zu finden – ich schliesse zehn Minuten vor Beginn meine Wohnungstür ab und komme rechtzeitig an den entsprechenden Ort. Was mir manchmal fehlt, ist ein guter Film, aber dem kann man ja mit DVDs abhelfen.

Zusammengefasst: Ich muss wirklich nicht in die Ferne schweifen, denn das Gute liegt praktisch vor der Wohnungstür bzw. für die Kurgäste vor der Zimmertür! So ist immer wieder für bereichernde Erlebnisse gesorgt, und ich bin sehr dankbar dafür.

Elisabeth Vergés

Es hat mich meine Lebensreise
geführt in einen sichern Port,
bin uralt, doch noch wenig weise –
Vertrauen trägt mich immerfort.
Es gibt, verlässlicher Gefährte,
das treue Buch zu jeder Zeit;
Gespräche setzen gute Werte –
da bleibt kein Raum für Einsamkeit.
Stets gibt's die Wunder der Natur
von neuem dankbar zu erleben,
und Darbietungen von Kultur
für alle, die nach Hohem streben.
Die Pflege, allgemein bekannt,
gehört zum allerbesten,
und dann gibt's noch das Restaurant,
die Bio-Kost mundet den Gästen.
Mein Fazit also – keine hohle Phrase:
gepriesen sei die Casa als Oase!

Bild eines 4. Klässlers
(Rudolf Steiner Schule)

MICHAELI FEIER in der Casa
Die Wärme des Herzens im Licht des Denkens

Mittwoch, 29.9.2021 von 16.30 – 21 Uhr:

- Gemeinsame Eurythmie (Susanne Böttcher)
- Einführung ins Thema (Christoph Schulthess):
  Betrachtung zum kosmischen und irdischen Eisen
- Kürbissuppe
- Vortrag mit Gespräch (Marjolein Schulthess-Roozen):
  Gedanken zur inneren Entwicklung des Menschen
- Eurythmie zum Ausklang (Susanne Böttcher)

Dante Alighieri zum 700. Todestag
Vortrag von Marcus Schneider

Samstag, 16.10., 19.30 Uhr:
Dante – Christlicher Seher und Genius der italienischen Sprache (Vortrag auf Deutsch)
Domenica, 17.10., 19.30 Uhr:
Dante – Veggente cristiano e genio della lingua italiana (Conferenza in italiano)

Aquarell von
Kaspar Hauser, 1833

Kaspar Hauser und die Offenbarung des Johannes
Vorträge und Seminar mit Eckart Böhmer

Intendant der Kaspar-Hauser-Festspiele, Theaterregisseur, Referent und Autor

Vorträge
Freitag, 29.10., 19.30 Uhr: Der CHRISTUS-Diener Kaspar Hauser
Samstag, 30.10., 19.30 Uhr: Kaspar Hauser und die Apokalypse des Johannes

Seminar (nur mit Voranmeldung: Tel. 091 786 96 00)
Samstag, 30.10. und **Sonntag 31.10. jeweils 9.30 – 11 Uhr**

100 Jahre Heil-Eurythmie

In diesem Jahr 2021 hat die Heil-Eurythmie 100-jähriges Jubiläum! Daran erinnern wir uns gern und dankbar, da wir die Heileurythmie als Therapie erfolgreich auch in unserem Haus anbieten. Jeden Morgen wird darüber hinaus für alle Hausgäste die Eurythmie in der Gruppe angeboten. In den dort gemeinsam bewegten Wochensprüchen aus dem Jahres-Seelen-Kalender von Rudolf Steiner wird das Jahr zum Urbilde menschlicher Seelentätigkeit und damit zu einer fruchtbaren Quelle echter Selbsterkenntnis.

Erfahrungen von zwei Gästen:

Die Eurythmie war für mich so heilsam.
...Noch nie habe ich solche Sehnsucht nach Eurythmiestunden erlebt wie hier...
Jede Stunde war eine Anknüpfung an die Anthroposophie in absolut authentischer Art. Jedes Wort war durchtränkt von Ermutigung, die geistige Welt ernsthaft in unserem Leben mitzunehmen... Ich bin nicht nur auferstanden, ich konnte wachsen hier.

Cathrin Gregor

So wie Ita Wegman initiativ war und auch in Zeiten der Not handelte, gehen heute immer noch Initiativen von dem «Sonnenort» der Casa aus. Vor zwei Jahren entstand ***eurythmie.umkreis***. Diese Initiative will die Eurythmie für alle Generationen zugänglich machen. Ein Friedens-, Kunst- und Heilimpuls.

«Wir dürfen nicht aufhören uns unentwegt zu bemühen. Helfen wir einander!» sagt die Initiatorin Susanne Böttcher. Einige Gruppen haben sich bereits durch die Initiative in der Schweiz gegründet und alle dürfen Mut fassen zu beginnen. Heute kann auch jeder Ausgangspunkt für einen Umkreis werden. Eurythmiegruppen für Erwachsene, Jugendliche und Kinder können zu Quell-Orten seelischer Kraft werden.

«Was im Geiste des Menschen lebt,
wird durch die Eurythmie beseelt...»

Rudolf Steiner

Weitere Informationen **www.eurythmieumkreis.ch**

Ein Eurythmie-Abendkurs für Anfänger und Fortgeschrittene beginnt am
Mittwoch, 6. Oktober, 19.30 Uhr in der Casa

DANKE für eine Sommerwoche:
... Empfang, Reinigung, Küche, Service, Ärzte, Pflegende, Therapeuten, Gäste ... zusammen ergab es einen Strom, in dem ich mich wieder «gesünder» schwimmen konnte! Am tiefsten und nachhaltigsten hat mich die Eurythmie «getroffen»: Ich erlebte ernsthaftes geistiges Arbeiten – hand- und fussfest umgesetzt in eurythmische Elemente. Bewegte Wahrheit, die mit jedem zu teilen möglich war... ob Neuling oder langjährig Übendem. Nachvollziehbar, voraussetzungslos...
mit der richtigen Prise Humor.
DANKE.

Judith Rosbach

Ätherisches Klingen

Seit über zehn Jahren finden in der Casa regelmässig Seminare und Konzerte nach der Methode der «Schule der Stimmenthüllung» statt. Es ist eine besondere Freude, dass dies so sein darf, da schon Ita Wegman, welche die Casa gegründet hat, und Valborg Werbeck-Svärdström, die das Singen der «Schule der Stimmenthüllung» in die Welt gebracht hat, zusammengearbeitet haben. Nun finden die beiden Impulse der Heilkunst und der Heilung durch Kunst hier wieder zusammen.

Was ist das Besondere an dem Gesang nach der sogenannten «Schule der Stimmenthüllung»? Die schwedische Sängerin hatte schon als junge Frau einen Stimmzusammenbruch, den sie dadurch kurierte, dass sie begann, auf die Töne im Unhörbaren zu lauschen. Durch dieses intensive Lauschen holte sie die Töne gleichsam zu sich heran und hatte in wenigen Wochen ihre volle Stimme wieder erlangt. Dies geschah völlig ohne Druck und Kraftaufwand. Es war etwa so, wie wenn man ein Fenster öffnet und das Sonnenlicht strömt herein. Da muss auch niemand stossen, damit die Sonne hereinscheint. So hatte sie einen neuen Zugang zum Singen geschaffen und konnte ihre Methode später mit Rudolf Steiners Hilfe ausarbeiten und vollenden. In dem gleichnamigen Buch «Die Schule der Stimmenthüllung» schrieb sie den Werdegang dieses Singens auf.

Das lauschende Singen hat zunächst eine besondere Zartheit, welche jedoch eine starke Wirkung hat. So etwas Zartes mit starker Wirkung findet man z.B. auch bei der Rhythmischen Massage und bei der Eurythmie. Sie regen die Bildekräfte an, welche dann in ihrer Wirkung unterstützt werden.

In den Seminaren «Ätherisches Klingen» liegt ein Schwerpunkt in der Vertiefung und Beweglichkeit der Atmung, so dass jeder wieder durchatmen und erfrischt aufatmen kann. Mit kleinen Melodien oder einzelnen Tönen wird auf eine sehr elementare Weise an einzelnen Silben und Lauten geübt. Jeder Laut regt die Kräfte in einem jeweils anderen Organ an. Da aus dem Wort alles geworden ist, regt das Wort auch dieses Gewordene wieder an, sich seinem Urbilde nachzugestalten. So schreibt es Johannes, der Evangelist, zu Beginn seines Evangeliums: «Im Urbeginn war das Wort… und alles ist aus ihm entstanden…». Das gestaltende Wort wird vom Klang getragen und der Klang wird von der Luft getragen. Diese drei Elemente, die jeder Mensch jeden Tag gebraucht, werden bewegt, vertieft, durchlichtet und gestaltet.

Zusätzlich zum eigenen Tun gibt es das Angebot, sich besingen zu lassen: einmal in einem Konzert und einmal in einem hygienischen Gesang. Hygiene bedeutet hier so viel, wie Hygieia, die Tochter des griechischen Heilgottes Asklepios: ordnen. Ein Gesang also, der ordnet und die innere Ordnung und Harmonie wieder herzustellen hilft. Auch «Stimmenthüllung» könnte hygienischer Gesang heissen, da die Stimme von ihren Schlacken und Schleiern enthüllt wird und in ihrer ursprünglichen Schönheit zum Vorschein kommt.

Constanze Saltzwedel,
Sängerin

Seminar in der Casa Andrea Cristoforo

Ätherisches Klingen:
Regenerieren – Vitalisieren – Immunsystem stärken

26. November bis 3. Dezember 2021

Seminarleitung: Constanze Saltzwedel, Sängerin
Michael Lehmann, Sänger

Für weitere Informationen: Tel. 091 786 96 00 oder
www.casa-andrea-cristoforo.ch/kulturelles-angebot/

Neu im Vorstand der Associazione Casa Andrea Cristoforo
Robert Zuegg

Kurzporträt

- Geboren in Bozen (Italien), Gymnasium in Österreich, Recht-Studium in Fribourg
- Promotion zum präventiven Kindesschutz bei internationalen Adoptionen
- Arbeit im Bereich Pflegekinder, straffällige Jugendliche und beim Ombudsmann des Kantons Zürich
- Zürcher Verfassungsrat, Kommission Grundrechte; Engagement für Verfassungsinitiative Komplementärmedizin
- Aufbau und Leitung einer international tätigen Audit- und Zertifizierungsgesellschaft für soziale Entwicklung sowie diverser Projekte: Kitaevaluation in Berlin, Peer-evaluation von Waldorfschulen in Ungarn, Waldorf-Stipendienfonds in Südtirol
- Verheiratet und seit 40 Jahren wohnhaft in Kilchberg

Motivation und Beziehung zur Casa Andrea Cristoforo

Was bedeutet Ihnen die Anthroposophie?
Eine beständige Herausforderung und Inspirationsquelle.

Was motiviert Sie, sich für die Casa Andrea Cristoforo einzusetzen?
Pflegende, Ärzte, Mitarbeitende in ihrem Einsatz für kranke und erholungsbedürftige Menschen so zu unterstützen, dass diese neue Kraft schöpfen können.

Wie würden Sie die Casa Andrea Cristoforo beschreiben?
Ein Ort der Besinnung, Neuimpulsierung und Heilung.

Casa Andrea Cristoforo – lavorare per un'isola di luce nel mondo

Una volta da bambino mia mamma mi raccontò una metafora di vita che mi ha sempre accompagnato per tutta la mia biografia. Mi disse che la vita era un grande mare dove noi navigavamo, ognuno con la propria barca. Delle volte trovi delle onde molto alte, delle volte trovi tempeste e delle volte l'acqua è molto serena. Non hai controllo dell'acqua e dei suoi movimenti, quella è già data. Ma più sei bravo a navigare, a mantenere una direzione, e a destreggiarti tra i momenti peggiori mantenendoti a galla, più entrerai in sintonia con i movimenti stessi dell'acqua, qualsiasi essi siano.

All'età di 34 anni ho potuto vivere in contesti sociali e culturali molto diversi tra loro, sia da un punto di vista personale che professionale. Sono nato in Venezuela, poi ho vissuto negli Stati Uniti, e la maggior parte della mia vita nel nord d'Italia, con un anno a Parigi, in Francia per fare il mio MBA (Master of Business Administration). Quest'anno (2021) è stato un anno di acque molto dinamiche e fresche. Mi ero appena trasferito a Roma, dove ho trovato l'amore della mia vita (Priscilla), abbiamo deciso di sposarci e ora siamo in dolce attesa. Nel bel mezzo di tutti questi appuntamenti di destino, quasi come tappe di isole prima di arrivare a terra ferma, sono stato chiamato per fare il direttore della Casa Andrea Cristoforo ad Ascona in Svizzera.

La mia professione degli ultimi anni mi ha permesso di entrare in contatto con diverse organizzazioni, piccole e grandi. Il mio lavoro come consulente strategico mi ha permesso di sperimentare tante realtà e vedere come alcuni elementi siano davvero archetipici, presenti in tutti gli organismi sociali. In realtà un'impresa, un'associazione o una fondazione hanno tutti un elemento comune: le persone si mettono insieme per costruire un'idea o tante idee, a seconda di quanto grande sia l'organismo sociale di cui si parla. La bellezza e la difficoltà comune è che la «barca» non è più individuale, e le tappe o «isole» prima di arrivare a terra ferma si intrecciano e si moltiplicano. Un'organizzazione è davvero un grande incrocio di destini individuali e di destino comune di quei individui tra loro! Se si osserva questo, si capisce che ognuno ha sempre qualcosa di grande valore da dare. Il successo economico dipende principalmente dalla comprensione di questo paradigma. Perché ogni individuo può sostenere il destino comune di un organismo sociale solo se ha ben chiaro da dove parte, dove si sta andando e come può mettere a disposizione le proprie competenze per quel destino comune. È altrettanto importante capire quando è giusto scendere dalla barca o quando far salire qualcuno di nuovo.

In tutti questi anni in cui Stefano Corona ha condotto la Casa Andrea Cristoforo fondata da Ita Wegman ci sono state sicuramente diverse tempeste e tanti momenti critici. La Casa è rimasta a galla malgrado tutto e si può e si deve lavorare pensando soprattutto al futuro, qualsiasi siano state le acque e qualsiasi sia la marea. In un momento storico dove in ogni angolo della terra si vivono conflitti e polarizzazioni, con un continuo restringimento delle libertà individuali, diventa uno sforzo terapeutico e coraggioso non solo rimanere a galla, ma continuare a costruire un'isola di luce per il rispetto della dignità umana in corpo, anima e Spirito. Questa è una direzione idealistica? Le idee potenti sono i movimenti del mare sociale del mondo.

Deutsche Übersetzung

Casa Andrea Cristoforo – arbeiten für eine lichtvolle Insel in dieser Welt

Als ich ein Kind war, erzählte mir meine Mutter einmal eine Lebensmetapher, die mich in meiner gesamten Biografie begleitet hat. Sie sagte mir, das Leben sei ein grosses Meer, auf dem wir segelten, jeder mit seinem eigenen Boot. Manchmal findet man sehr hohe Wellen, manchmal gibt es Stürme und manchmal ist das Wasser sehr ruhig. Du hast keine Kontrolle über das Wasser und seine Bewegungen, das ist bereits gegeben. Aber je besser du darin bist, zu navigieren, die Richtung zu halten und mit den schlimmsten Momenten umzugehen, indem du dich über Wasser hältst, desto mehr wirst du dich auf die Bewegungen des Wassers selbst einstellen, wie auch immer sie sein mögen.

Im Alter von 34 Jahren habe ich bereits in sehr unterschiedlichen sozialen und kulturellen Kontexten gelebt, sowohl persönlich als auch beruflich. Ich wurde in Venezuela geboren, lebte dann in den Vereinigten Staaten und den grössten Teil meines Lebens in Norditalien, mit einem Jahr in Paris, Frankreich, für mein MBA (Master of Business Administration). Dieses Jahr (2021) war bislang ein Jahr mit sehr dynamischen und frischen Gewässern. Ich war gerade nach Rom gezogen - wo ich die Liebe meines Lebens (Priscilla) gefunden hatte, wir beschlossen zu heiraten und jetzt erwarten wir unser Kind – als ich, inmitten all dieser Berufungen des Schicksals, fast wie Inselaufenthalte vor der Ankunft auf dem Festland, zum Geschäftsführer der Casa Andrea Cristoforo in Ascona, Schweiz, berufen wurde.

Durch meinen Beruf bin ich in den letzten Jahren mit einer Reihe von grossen und kleinen Organisationen in Kontakt gekommen. Durch meine Arbeit als Strategieberater habe ich viele Realitäten kennen gelernt und gesehen, dass einige Elemente wirklich archetypisch sind und in allen sozialen Organismen vorkommen. In Wirklichkeit haben ein Unternehmen, ein Verein oder eine Stiftung alle ein gemeinsames Element: Menschen kommen zusammen, um eine Idee oder viele Ideen umzusetzen, je nachdem, wie gross der soziale Organismus ist, von dem wir sprechen. Die gemeinsame Schönheit und Schwierigkeit besteht darin, dass das «Boot» nicht mehr individuell ist und sich die Etappen oder «Inseln» vor dem Erreichen des trockenen Landes ineinander verschlingen und vervielfachen. Eine Organisation ist ein grosses Zusammenfinden von Einzelschicksalen und das Bilden einer Schicksalsgemeinschaft dieser Individuen untereinander! Wenn man hinschaut, erkennt man, dass jeder immer etwas von grossem Wert zu geben hat. Wirtschaftlicher Erfolg hängt vor allem vom Verständnis dieses Paradigmas ab. Denn jeder Einzelne kann die Schicksalsgemeinschaft eines sozialen Organismus nur dann unterstützen, wenn er sich darüber im Klaren ist, woher dieser kommt, wohin dieser geht und wie er seine Kompetenzen in die Schicksalsgemeinschaft einbringen kann. Genauso wichtig ist es, zu verstehen, wann es richtig ist, aus dem Boot auszusteigen oder wann man jemand Neues einlassen sollte.

In all den Jahren, in denen Stefano Corona die von Ita Wegman gegründete Casa Andrea Cristoforo leitete, gab es sicherlich viele Stürme und kritische Momente. Das Haus hat sich trotz allem über Wasser gehalten, und wir können und müssen mit Blick auf die Zukunft arbeiten, egal welche Ausprägungen das Wasser und die Gezeiten der Vergangenheit hatten. In einer Zeit, in der Konflikte und Polarisierungen in allen Winkeln der Erde zu beobachten sind und die individuellen Freiheiten immer weiter eingeschränkt werden, wird es zu einer therapeutischen und mutigen Anstrengung, sich nicht nur über Wasser zu halten, sondern weiterhin an einer Insel des Lichts für die Achtung der Menschenwürde an Körper, Seele und Geist zu bauen. Ist dies eine idealistische Zielsetzung? Mächtige Ideen sind die Bewegungen des sozialen Meeres dieser Welt.

Sergio Andres Gaiti
übernimmt per 1. September 2021
die Geschäftsführung der
Casa Andrea Cristoforo

Wie der Atem der Erde

Dankbarer Nachklang von dem Pfingstfest in der Casa Andrea Cristoforo

In einem künstlerischen Dreiklang leuchtete das «Pfingstlicht» in der Casa. 11 StudentInnen vom Eurythmeum CH zeigten zwei verschiedene Programme, in wechselnder Besetzung, auf höchstem Niveau.

Die glanzvollen Abendprogramme erhoben sich in noch strahlenderem Licht durch die gemeinsame Bewegung der Gastgemeinschaft an dem Pfingstwochenende; so gelungen war das gesamte Programm angelegt.

Anregend und orientierungsgebend war der Vortrag mit dem Titel «Der Weg zur freien Individualität» von Christoph Schulthess. Dann folgte nach kurzer Pause das Angebot zum eurythmischen Üben – und um wie viel mehr lässt sich die Kunst bestaunen, wenn man sie einmal selbst versucht hat. Angeleitet durch zwei Studierende durften alle Gäste am Vormittag des Pfingstsonntages Arme und Beine bewegen. In kurzer Zeit entstand ein geistvoll-seelisch verbindendes Werk, nicht ohne Humor und zur Erfrischung der Lebensgeister.

Eine Welt traf in der Casa zusammen. Jede Individualität der Studenten des 4. Abschlussjahres kam für das Eurythmiestudium aus einem anderen Land und so berührte der Zusammenklang in der Bühnenkunst besonders das Herz, wollte man meinen, nicht nur die Dichter und grossen Komponisten erfuhren eine Wiedergeburt, sondern in einer Völkervereinigung offenbarten sie sich, auf kleinstem Raum, hier in Ascona. Das Fest kulminierte nach den grossartigen solistischen Beiträgen in den Gruppenchoreografien.

Da weitete sich der Raum und schien Himmel und Erde zu verbinden durch die Eurythmie, wie sie offenbart wurde durch jede Individualität in dem Ensemble. Begeisterung und ein Gefühl der Befreiung durchzog die Herzen auf allen Seiten.

Der Abschiedsgruss zum Publikum …

Dank sei allen Beteiligten für diese Sternstunden in der Casa!

Musikalisch virtuos begleitet wurde die Eurythmie von Hristo Kazakov (Piano) und seiner Frau Sara Kazakov (Geige), sowie von Roeland Everwijn und Babette Hasler (Sprache). Auch die Dozentin Ingrid Everwijn begleitete aktiv das Geschehen. Sie erhielt zum Dank symbolisch eine «Sonne» (und der Korb lag voller leuchtender Orangen), denn ohne das Eurythmeum CH mit seinen guten DozentInnen kann doch unmöglich so eine SchülerInnen-Meisterschaft errungen werden.

Für uns, die so ungeahnt Beschenkten, haben die jungen, hoffnungsvollen EurythmistInnen durch ihre ausdrucksvollen bewegten Plastiken in den schönsten Farben, dasjenige ausgedrückt, was Friedrich Nietzsche in seinem Gedicht sagt:

«Vergessen Furcht und Lob und Strafen,
Jetzt flieg ich jedem Vogel nach.»

Und ergriffen von der Gnade der Stunde schwingen wir weiter mit in den Versen von Nietzsche:

«Und dass ewig das Gedächtnis
Solchen Glücks, nimm sein Vermächtnis,
Nimm den Kranz hier mit hinauf!
Wirf ihn höher, ferner, weiter,
Stürm empor die Himmelsleiter,
Häng ihn – an den Sternen auf!»

Bericht: *Ruth Jo Lämmli Scheidegger und Susanne Böttcher*

Und aus dem Nachklang eines Briefes der Eurythmiestudentin Laura Rojas Palacio (aus Kolumbien) an die Kulturgruppe in der Casa:

«Wieder zurück in Dornach und wieder und weiter an der Arbeit...
Aus dem Tessin haben wir uns die Sonne mitgebracht (zum Glück!) und sehr schöne Erlebnisse. Die Gastfreundschaft und unglaubliche Herzenswärme haben uns tief berührt. Wir sind alle wirklich sehr dankbar und sehr froh, dass so was möglich wurde. »

Weihnachten in der Casa

«Das Tor des Mondes und das Tor der Sonne»

Gesetzmässigkeiten des Schicksals

Auch in diesem Jahr möchten wir Sie einladen, mit uns zusammen die Zeit der zwölf heiligen Nächte zu feiern und zu begehen.

Inspiriert von den Vorträgen, die Rudolf Steiner am 25. Januar und 16. April 1924 in Bern gehalten hat, wenden wir uns den Gesetzmässigkeiten des Schicksals mit künstlerischen Beiträgen, mit Vorträgen und gemeinsamer Lese-/Gesprächsarbeit zu. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und auf tiefgehende Erlebnisse. Das ausführliche Weihnachtsprogramm ist in Erarbeitung.

Wer bist du – Herz?

Medizinische Fortbildung in der Casa für pflegerisch, therapeutisch und ärztlich tätige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Eine Gruppe von 15 Menschen findet sich zusammen, um das Bild vom menschlichen Herzen in seiner physischen, in seiner seelischen und in seiner geistigen Dimension zu vertiefen.

Wir beginnen mit dem grössten der eindrücklichen Phänomene, welches wir uns ganz klar machen wollen: Das Herz schlägt bei jedem Menschen von der 4. Schwangerschaftswoche bis zum allerletzten Atemzug, immer, 100% sicher – ohne Pause, Tag und Nacht, jahrzehntelang! Grosses Staunen, im gefühlten Gedanken fast nicht zu glauben – aber, es ist so! immer! Wie macht es das? Wie ist das möglich? Was ist das geheimnisvolle Rezept, was ist sein Konzept des Nicht-Ermüdens? Still lauschend vernehmen wir eine Antwort, zwei Worte: «Rhythmus» und «Wahrheit».

Wir wenden uns der Frage nach dem Herzen und der Wahrheit zu und einige von uns bemerken spontan, dass hier ein Zusammenhang bestehe, der für sie spürbar sei. Während für die Frage, ob etwas richtig oder falsch sei, irgendwie der Verstand zuständig sei, müsse wahrscheinlich das Herz der Experte für wahr oder unwahr sein.

Diesen Gedanken wollen wir vertiefen. Dazu beginnt Christoph Schulthess mit einer physiologischen Betrachtung zur Entstehung des Herzens in der Evolution, wie Rudolf Steiner, der Geistesforscher, es uns überliefert. Wir sollen uns folgende Situation vorstellen (siehe Tafelzeichnung 1): eine Sphäre, die weder Zeit noch Raum kennt – das überfordert uns schon ein wenig – die aber besteht aus lauter Wärme, geistiger Wärme, so wie wir sie als innere Wärme in uns kennen, also nicht messbar mit dem Thermometer. Man könnte auch von Brutwärme sprechen, denn in dieser Wärme wird gestaltet, es entsteht etwas. Und das erste, was die Schöpfergeister in diese geistige Wärmesphäre hineinzeichnen, ist die allererste Anlage des Herzens. Man könnte sagen, das Herz wird Zeuge seiner Geburt, denn seine besondere, umfassende Begabung ist von allem Anfang an das Wahrnehmen und diese Fähigkeit hat es auch heute, wo es, nach einem unermesslich langen Entwicklungsprozess, sogar als physisch-materielles Organ in jedem Menschen schlägt. Das «WAHRNEHMEN der WAHRHEIT» war, ist und wird immer sein das grosse Thema des Herzens, und das ist im Mittelpunkt die Frage der verbindlichen Moralität, der Reinheit der Seele, die lautere Absicht.

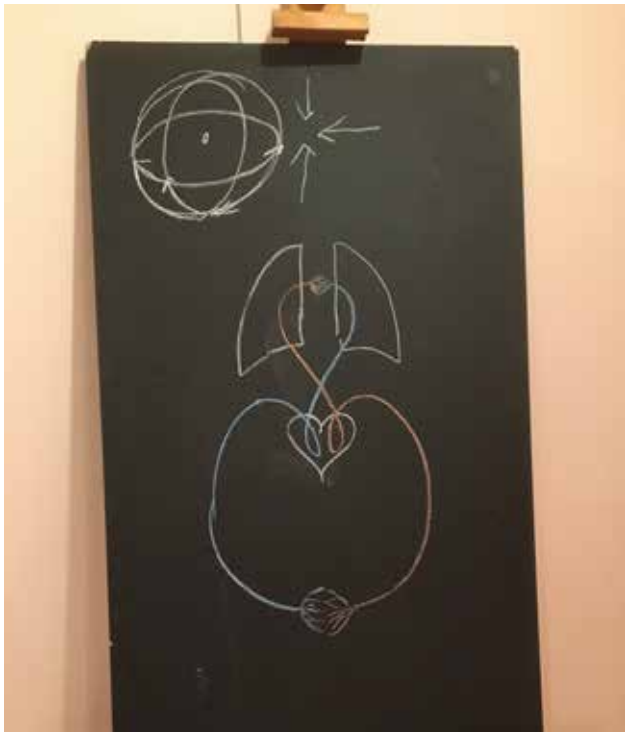
Tafelzeichnung 1: Sphäre aus Wärme

Nach diesen Gedanken, die uns dem Uranfang aller Werdeprozesse in der Wärmesphäre des alten Saturn nähergebracht und fühlbar gemacht haben, wenden wir uns dem Fliessen des Blutes, dem Blutkreislauf zu (siehe Tafelzeichnung 2) und bewundern durch die Ausführungen von Federica Tosi, wie das Blut von der linken Herzkammer sauerstoffgesättigt durch die Aorta in die Kapillarfelder aller Organe und Gewebe nach unten bis zu den Zehen und nach oben bis zum Gehirn, das heisst gleichsam in absolut jede Ecke des Körpers strömt, und so in der Begegnung mit den Geweben und Organen den Zustand von jedem Körperort immer von neuem wahrnehmend kennenlernt. Diese nicht bewussten Erlebnisfrüchte trägt das Blut von grossen Venen geführt zurück zum alles wahrnehmenden Herzen. Der Blutfluss gelangt dann in einer eleganten, spiraligen Strömung vom rechten Vorhof durch eine Herzklappe in die rechte Herzkammer, wo das Unfassbare geschieht: der Blutstrom kommt für einen kurzen Moment zum

Stehen – und das heisst eigentlich sterben! Allerdings - im Herzmysterium folgt die Auferstehung dem Tod nach einer kleinen Sekunde - in jedem Herzschlag.

Das nächste was geschieht: der Blutstrom verlässt die rechte Kammer durch die Pulmonalklappe und ergiesst sich in das riesige Kapillarnetz der beiden Lungen, um dort die Kohlensäure der Ausatmung zu übergeben und den eingeatmeten Sauerstoff in die roten Blutkörperchen aufzunehmen. Nicht lange ist der anschliessende Weg zurück zum linken Vorhof und durch die berühmte Mitralklappe in die linke Herzkammer, wo erneut das fliessende Blut zum Stillstand kommt und umgehend verjüngt das Herz durch die Aortenklappe in Richtung Peripherie verlässt.

Nach der Abendbrotpause fragen wir uns, wie dem Herzen geholfen werden kann, wenn es durch andauernde seelische Spannungen, Stress und nervöses Tätigsein müde wird oder wenn seine rhythmische Souveränität einem arrhythmischen Puls weichen muss. Wir werden in einer nächsten Ausgabe des Corriere ausführlicher berichten, wie uns Liselotte Metzmaier den Weissdorn als Heilpflanze nahe gebracht hat und Susanne Böttcher mit uns eine Eurythmie-Übung machte, die das rhythmische Einströmen und das Ausströmen des Blutes unterstützen kann.



Tafelzeichnung 2: Blutkreislauf

Christoph Schulthess,
Leitender Arzt in der Casa

Unterstützen Sie die Casa

Der Heilimpuls Ita Wegmans und die anthroposophisch orientierte Medizin mit dem damit verbundenen pflegerischen und therapeutischen Angebot ist das Herz der Casa Andrea Cristoforo.

Jede kleinere oder grössere Spende ist unserer Arbeit förderlich und trägt zum Erhalt sowie zu der Entwicklung der Casa bei. Für Ihre Verbundenheit ganz herzlichen Dank.

Das Casa-Team

☛ **Unsere Bankverbindung:**
Freie Gemeinschaftsbank
4001 Basel
PC-Kto.40-963-0
Freundeskreis Casa Andrea Cristoforo
Via Collinetta 25, CH-6612 Ascona,
IBAN-Nr. CH48 0839 2000 0005 2865 0
Bitte Zahlungszweck angeben.

Unser „Bosco“ hat seine Biografie

Vor unserem ersten Forsteinsatz im Februar 2018 war der Wald der Casa ein veritabel dunkler Dschungel. Inzwischen, nach sieben Durchgängen, erreicht das Sonnenlicht vielerorts ungehindert den Boden. Dass Kräuter und Stauden dies zu nutzen «wissen», teils zu imposanter Grösse auflaufen, wird nicht verwundern. Wie die Gehölze bilden auch sie den Ort ab, seine Biografie im wörtlichen Sinn. Neben «Standortheimischen», einheimischen Arten also, die nicht nur für die Alpensüdseite, für die tiefen Lagen des Tessins, ja ganz Insubriens stehen, sondern für die Gneise am Lago Maggiore, sind es – wiederum wie bei den Bäumen – eine Menge Zier- und (ehemalige) Nutzpflanzen, die den Weg in die Freiheit gefunden haben. Auf des Gärtners Hilfe sind sie nicht angewiesen. Nicht brachial gegen sie zu kämpfen, doch gestaltend Ordnung zu halten, wird künftige Aufgabe sein, vermehrt nicht nur im Winter, wo alles ruht, sondern im späteren Sommer, denn manche «überrennen» gerne die anderen. Ein paar wenige (!) Beispiele bieten die Bilder unseres Beitrags.

Doch lohnt sich der Blick weiter zurück, und manches Detail erschliesst sich aus dem ausgezeichneten Material der Schweizerischen Landestopographie. Es findet sich im Internet frei zugänglich unter https://map.geo.admin.ch. In der Rubrik «Zeitreise» erscheinen für das Gebiet des Lago Maggiore die Kartenwerke, angefangen bei der noch wenig differenzierten Dufour- (1868) über die Siegfriedkarte (1895) zur regelmässig nachgeführten Landeskarte der Schweiz (1:25‘000; ab 1960). Speziell interessant präsentieren sich unter https://map.geo.admin.ch/de/karten-daten-online/karten-geodaten-online/lubis.html die greifbaren Flugaufnahmen. Die erste Kampagne datiert von 1931; das Bild zeigt kaum Einzelheiten. Wesentlich schärfer ist das Foto von 1943; Ita Wegmans Sterbensjahr. Und da sehen wir: Wo nicht felsig und übersteil, waren die Hänge von Ascona bis Ronco kultiviertes weitgehend terrassiertes Rebland. Ein paar zerstreute, ja unauffällige Villen wachsen aus dem Terrain heraus. Sie sind gebaut mit Materialien des Ortes. Und unser «Bosco»? Der Fussweg lässt sich 1943 ohne weiteres erkennen, schwächer die Mauern; Wald gibt es noch nicht. 1946 waren zahlreich schon Gehölze aufgekommen; weiter vermehrt 1955. Und 1971, 1977, 2001: Geschlossenes Kronendach!

Berg-Veilchen *(Viola montana)*: einheimisch. In Wäldern auf Gneis und Granit der Südalpen weit verbreitet

Weichhaariger Hohlzahn *(Galeopsis pubescens)*: einheimisch. In lichten Wäldern der Alpensüdseite

Kermesbeere *(Phytolacca americana)*: eingebürgert und konkurrenzstark! Bis über zwei Meter hohe Staude. Stammt aus Nordamerika

Dr. Michael Zemp
Fotos: Astrid Zemp

Druck: Birkhäuser + GBC AG, Schweiz; Recycling-Papier mit dem Umweltzeichen Blauer Engel