

WEIHNACHTSRUNDBRIEF 2023

Alles beginnt mit der Sehnsucht,
immer ist im Herzen Raum für mehr,
für Schöneres, für Größeres.
Das ist des Menschen Größe und Not:
Sehnsucht nach Stille,
nach Freundschaft und Liebe.
Und wo Sehnsucht sich erfüllt,
dort bricht sie noch stärker auf.
Fing nicht auch Deine Menschwerdung, Gott,
mit dieser Sehnsucht nach dem Menschen an?
So lass nun unsere Sehnsucht
damit anfangen,
Dich zu suchen,
und lass sie damit enden,
Dich gefunden zu haben.

Nelly Sachs



Foto: Hilke Castner

Liebe Freunde,

„Wo ist in unseren Tagen die Krippenstille, die Weihnachtshelligkeit, die früher die Seelen für den Zauber der Heiligen Nacht aufgeschlossen hat? Früher war es ja auch schon so, dass die Unruhe die Menschen in der Vorweihnachtszeit gepackt hat, und es setzte sich nur schwer die Adventsruhe durch, die den Seelengrund empfänglich macht für das Licht aus den Höhen. – Es war die Adventsungeduld, die die Menschen dazu trieb, alle möglichen betriebsamen Weihnachtsvorbereitungen zu treffen. Sie war immer noch von einer heiligen Unruhe durchatmet, eben von der Vorfreude, der kindlichen Hoffnung auf den Zauber, das Beglückende des Weihnachtsfestes. Es gibt eine heilige Unruhe: die Unruhe der Erwartung. Weil sie in die unheilige Unruhe der menschlichen Betriebsamkeit hineingewoben war, schimmerte doch immer etwas von dem Frieden-stiftenden Licht der Advents- und Weihnachtszeit durch. Die Unruhe der Erwartung wurde durchatmet, durchseelt von der Ruhe der Erfüllung. Und darin lebten nicht nur die Kinder, sondern auch die Großen.

Heute ist nur die unheilige Unruhe geblieben. Von der heiligen Unruhe der Advents-erwartung, der Hoffnung, der Vorfreude auf etwas, was kommt, ist so gut wie nichts mehr da. Die Menschen haben ja keine Hoffnungen mehr. Und was sie für Hoffnungen halten, sind Illusionen. Sie klammern sich an Berechnungen, die sich alle als falsch erweisen werden. Und so mischt sich in die Unruhe unserer Tage, soweit die Menschen nicht überhaupt verzweifeln, etwas von einer unheiligen Ruhe. Das ist die Ruhe, die man empfand, wenn man nach dem Zweiten Weltkrieg durch die Trümmerfelder der Städte ging. Das war nicht nur Friedhofsstille, sondern der Bann, den Todesdämonen auf die Erde legen. Unruhe und Ruhe des Untergangs.

Wie kommen wir wieder zu einer heiligen Unruhe und durch diese zu der heiligen Ruhe, die die Voraussetzung zu dem Geheimnis des Friedens ist?“

Das ist eine bis heute wichtige Frage, die Emil Bock in seinen 1962 erstmals in Buchform veröffentlichten Gedanken „Vor dem Weihnachtsfest“ in „Der Kreis der Jahresfeste“ stellt und die jeder Mensch tief im Inneren individuell für sich zu beantworten hat. Ein Weg zur Wiedererlangung der heiligen Ruhe kann dabei das immer tiefere Erleben des Jahreskreislaufes und der Verbindung mit der Natur sein. Hierzu möchten die vielseitigen Beiträge des Rundbriefes anregen. Fühlen Sie sich herzlich eingeladen zu den verschiedenen Veranstaltungen, die PETRARCA auch 2024 gestalten wird.



Wintersonnenwende, Foto: Hilke Castner

Der Erdorganismus und das menschliche Gemüt

Impressionen aus der Arbeit am hundertjährigen Vortragszyklus Rudolf Steiners GA 223

Karin Mecozzi

„Wir dürfen nicht unterschätzen, welche Bedeutung für die Menschheit so etwas hat wie die Hinlenkung aller Aufmerksamkeit auf eine Festeszeit des Jahres. Wenn auch in unserer Gegenwart das Feiern der religiösen Feste mehr ein gewohnheitsmäßiges ist, so war es doch nicht immer so, und es gab Zeiten, in denen die Menschen ihr Bewußtsein verbanden mit dem Verlauf des ganzen Jahres, indem sie bei Jahresbeginn sich so im Zeitenverlaufe stehend fühlten, daß sie sich sagten: Es ist ein bestimmter Grad von Kälte oder Wärme da, es sind bestimmte Verhältnisse der sonstigen Witterung da, es sind bestimmte Verhältnisse da im Wachstum oder Nichtwachstum der Pflanzen oder der Tiere. - Und die Menschen lebten dann mit, wie allmählich die Natur ihre Verwandlungen, ihre Metamorphosen durchmachte. Sie lebten das aber so mit, indem ihr Bewußtsein sich mit den Naturerscheinungen verband, daß sie gewissermaßen dieses Bewußtsein hinorientierten nach einer bestimmten Festeszeit, sagen wir also: im Jahresbeginne durch die verschiedenen Empfindungen hindurch, die mit dem Vergehen des Winters zusammenhingen nach der Osterzeit hin, oder im Herbst mit dem Hinwelken des Lebens nach der Weihnachtszeit hin. Dann erfüllten die Seele jene Empfindungen, die sich eben ausdrückten in der besonderen Art, wie man sich zu dem stellte, was einem die Feste waren.

*So erlebte man also den Jahreslauf mit, und dieses Miterleben des Jahreslaufes war ja im Grunde genommen ein Durchgeistigen desjenigen, was man um sich herum nicht nur sah und hörte, sondern mit seinem ganzen Menschen erlebte“.*¹

In meiner Ausbildung in biodynamischer Landwirtschaft wurde immer wieder auf die Jahresfeste hingewiesen, auf die Atmung des Erdorganismus, bis hin zum Wirken der Ätherkräfte im Jahreslauf. In der Natur- und Landschaftsbetrachtung, wie wir sie auch in der Akademie für Landschaftskultur PETRARCA anwenden, spielen kosmische und terrestrische Rhythmen im Jahreslauf eine wichtige Rolle. Gerade beim Kräutersuchen, Sammeln und Verarbeiten ist die Arbeit weitgehend geprägt von kosmischen und irdischen Rhythmen. Von Beginn an stellte sich mir die Frage, wie sich diese Rhythmen konkret zu Mensch und Landschaft verhalten. Einerseits kennen wir die vielen Darstellungen aus der Geistesforschung Rudolf Steiners sowie modernere wie die von Hartmut Spieß². Andererseits können wir Rhythmen bzw. Periodiken selbst beobachten, z.B. im Klima, Pflanzenwuchs, im

¹ Dritter Vortrag 2.4.1923 aus: GA 223 „Der Jahreskreislauf als Atmungsvorgang der Erde und die vier großen Festeszeiten“ Dornach 31.3. – 8.4.1923

² <https://orgprints.org/id/eprint/28337/1/Spie%C3%9F2006.pdf>

Atmosphärischen. Von Jochen Bockemühl erhielt ich den weisen Rat, Jahr für Jahr zu vermerken, wie die Jahreszeiten verlaufen in Bezug auf die Pflanzen, Orte, Landschaften – und natürlich auch auf uns selbst als Agierende, Fühlende und Denkende. Ich begann mit meinen Aufzeichnungen, kleinen Skizzen, sammelte dieselben Heilpflanzenarten zu verschiedenen Zeitpunkten u.v.m.



Mistelernte (Viscum album auf Acer campestre), 19.12.23, Foto: Karin Mecozzi

Von 2011 bis 2015 kam es zusammen mit einer kleinen Gruppe von Kollegen und Freunden zur Gründung eines Arbeitskreises zum Thema des Jahreslaufes. Unter der Leitung von Dr. Stefano Pederiva, Pharmazeut und Anthroposoph, trafen wir uns vierteljährlich in Bologna und in den Marken. Wir wählten Rudolf Steiners Vortragszyklus „Der Jahreskreislauf als Atmungsvorgang der Erde und die vier großen Festeszeiten“ als Arbeitsgrundlage und Textarbeit. Wir kamen aus verschiedenen Regionen Italiens (Friaul, Lombardei, Marken, Toskana), aber auch aus verschiedenen Berufsfeldern, von der Herboristik bis zur biodynamischen Landwirtschaft und Gartenpflege, Kunsttherapie, Biographiearbeit und Pharmazie. Die Ergebnisse unserer gemeinsamen Arbeit waren erstaunlich, für alle befruchtend. Während ich schreibe, blättere ich noch in den reichhaltigen, inspirierenden Notizen. Durch die praktischen Erfahrungen, die wir einbrachten, und das Studium in den verschiedenen Jahreszeiten wurden die Inhalte der Vorträge Steiners lebendig: wir *verinnerlichten* sie und konnten sie weiterentwickeln, jeder für sich.

Die Beschäftigung mit den Jahreszeiten hat mich seither auf das Intensivste begleitet, ich konnte Beziehungen herausarbeiten zu Elementen und Temperamenten. Vor allem wurde dabei die Fähigkeit, den Jahreslauf seelisch mitzuempfinden, geschult und verfeinert. Es bildeten sich „Organe“ für das Werden, wie es in der Natur, im Erdorganismus und in uns selbst stattfindet. Und es bilden sich fortwährend eigene Kräfte, die sich z.B. dem Sterben im Herbst entgegenstellen und die Verwandlung zwischen innerer und äußerer Form wahrnehmen können.

Besagte Fähigkeiten sind seelisch-geistiger Natur und können nicht über den reinen Intellekt erworben werden. Der Mensch entwickelt einen Instinkt, wie die Erde im Verhältnis steht zum Kosmos im Jahreslauf, erlangt einen Sinn dafür, wie das Leben auf der Erde „dahinfließt“ während der Jahreszeiten und wird schließlich reif, sich in den Naturlauf hineinzustellen mit seinen Festen, mit seiner sozialen Bedeutung, so wie die Naturkräfte ihn in seinen Atmungsablauf und seine Blutzirkulation hineinstellen.

Es bedarf also des menschlichen Gemüts, und diesem widmet Rudolf Steiner die weiteren drei Vorträge in Wien, im Herbst 1923.

„Der Kopf macht den Menschen zum Eremiten auf der Erde“ (Rudolf Steiner)

Das Organ, durch das der Mensch die Welt wahrnimmt, indem er sich mit ihr verbunden fühlt, ist nicht der **Verstand**. Im Verstand isoliert sich der Mensch von der Welt. „Der Kopf macht den Menschen zum Eremiten auf der Erde“. Nach und nach wurde der Mensch in seinem Gemüt „unsehend“, während der Kopf sehend wurde und sich die Intellektualität verfeinerte.

Im **Gemüt**³ kann er das nicht. Denn das Gemüt ist nicht an den Kopf, sondern an den *rhythmischen Organismus* gebunden.

Früher vernahm der Mensch mit dem Gemüt nicht abstrakte Gedanken, indem er sie „in den Kosmos hineinsah“, sondern Bilder, grandiose Bilder in sich selbst, wie die des Kampfes Michaels mit dem Drachen. Und während sich dieser Kampf vom Äußeren ins Innere des Menschen verlagerte, wurde Michael kosmisch (ätherisch) hinter dem Menschen stehend wahrgenommen. Seit dem letzten Drittel des 19. Jh. verdichtet sich dieses Bild Michaels im Menschen so stark, dass er heute die herunterziehende Kraft des Drachens in seinem Gemüt verspürt. Gleichzeitig schaut er den leuchtenden, das Gemüt erwärmenden Engel. Im *freien Entschluss* wird es dem Menschen möglich, die Drachenkraft zu besiegen.

„Seeleninhalt wird das Leben erst wieder bekommen, wenn wir Impulse in unserem Gemüt aus dem Kosmos heraus entwickeln können.“

Als „Bürger des Kosmos“ verbindet sich der Mensch mit den Festen des Jahres, nicht mehr durch das Verständnis aus früheren Zeiten, sondern in vollem Bewusstsein und durch eine lebendige Schauung, vor der menschlichen Seele und als sozialer Impuls der Gegenwart. Er wird lernen, sich in den ganzen beseelten Kosmos hineinzustellen, wird unterscheiden lernen zwischen dem Naturbewusstsein, wie es im Frühling und Sommer entsteht, wenn er aus seinem Bewusstsein herausgeht, und dem Selbstbewusstsein, das sich „wohlfühlt während der Herbst- und Winterzeit“.

„Der Mensch ist eigentlich so innig verknüpft mit der Welt, daß er keinen Gang in die Natur machen kann, ohne daß die intimen Beziehungen, in denen er zur Welt steht, eine intensive Bedeutung für ihn haben. Wenn die Lilie auf dem Felde erwächst aus dem Keim, bis zur Blüte kommt, dann müssen wir uns schon - ohne Personifikation - ganz intensiv vorstellen, daß diese Lilie auf etwas wartet. Sie sagt sich: Es werden Menschen an mir vorbeigehen, Menschen, die mich anschauen, und wenn genügend Menschaugen ihren Blick auf mich geheftet haben werden, dann werde ich - so sagt der Geist der Lilie - aus der Verzauberung entzaubert sein und werde meinen Weg in geistige Welten antreten können! - Gewiß, Sie werden sagen: Es wachsen viele Lilien, auf die nicht menschliche Augen blicken. - Bei denen ist das eben anders. Lilien, auf die nicht menschliche Augen blicken, finden ihre Entzauberung auf einem andern Wege. Denn das erste menschliche Auge, das auf eine Lilie blickt, ruft die Bestimmung hervor, daß diese Lilie durch Menschaugen entzaubert werde. Es ist ein Verhältnis, das die Lilie zum Menschen eingeht, indem der Mensch zuerst seinen Blick auf die Lilie wirft. Überall in unserer Umgebung sind diese elementarischen Geister, und sie rufen uns eigentlich zu: Schauet doch nicht so abstrakt die Blumen an und macht euch nicht bloß die abstrakten Bilder davon, sondern habt ein Herz, ein Gemüt für das, was geistig-seelisch in den Blumen wohnt. Das will durch euch aus seiner Verzauberung erlöst werden. -

³ Gemüt und Gemütsbildung: <https://anthrowiki.at/Gem%C3%BCt>

Und das menschliche Dasein sollte eigentlich eine fortdauernde Erlösung sein verzauberter Elementargeister in den Mineralien, Pflanzen und Tieren.“

Im Sinne dieser Worte, vor hundert Jahren an die Seelen der Menschheit gerichtet als Appell an ihre Verantwortlichkeit gegenüber der äußeren Natur, aber auch gegenüber der eigenen Seelenpflege, möchte ich allen Kolleginnen und Kollegen besinnliche Weihnachtsfesttage aus dem winterlichen Apennin wünschen.

karin.mecozzi@gmail.com



Kloster Fonte Avellana im Spätsommer, Foto: Karin Mecozzi

Zum Forschungsprojekt „Ökologie des Bewusstseins und die Gestaltung der Realität“

Wahrnehmung und Beziehung: ein Experiment

Diane Keyes

Wir saßen zusammen am Tisch. Mittagspause. Die Klänge von Geschirr und vom Ausgeben der Suppe, das Quietschen der Stühle und ein warmes Geplauder füllten das Wohnzimmer. Nachdem jeder ein paar Bissen gegessen hatte, fingen wir an, über die Stunden zu reflektieren, die wir unten im Garten, in der Morgensonne verbracht hatten. Dabei ergab sich die Erkenntnis, wie wichtig für die Beantwortung unserer Forschungsfrage die Herzensebene und das Fühlen ist.

An einem Sonntag im Juni kamen wir zusammen. Ich hatte fünf Freundinnen und Freunde eingeladen und gebeten, Mut und Offenheit mitzubringen. Das, was wir machen würden, würde zum ersten Mal ausprobiert. Ich habe es die ‚Experimentelle Session‘ genannt, den Versuch, einen alternativen experimentellen sozialen Raum zu schaffen, in dem wir anhand von Übungen der Frage nachgehen können, wie sich unsere Wahrnehmung der Natur verändern ließe. Die Inspiration dafür kam aus der Beobachtung, dass wir uns in eine neue, der Natur entsprechende Wahrnehmungsweise nicht *hineindenken* können, dass wir zu einer *Verkörperung* des Neuen kommen müssen. Dafür ist das Ausprobieren von Übungen der geeignete Weg.

Ich habe mich von ‚Action Research‘ nach Kurt Lewin inspirieren lassen. Bei dieser werden wir zu unseren eigenen Versuchskaninchen. Die Teilnehmenden werden zu Mit-Forschenden und die Gruppe insgesamt fungiert als *forschende* und zugleich als *erforschte* in einer reflexiven Praxis. Teile dieser Session waren von mir im Vorfeld geplant wie die Struktur des Tages und die ersten Übungen. Andere Teile wurden offengelassen und zusammen mit den Mit-Forschenden gestaltet. Auf diese Weise hat der Tag einen zirkulären Rhythmus angenommen: *Übung* (ins Erleben kommen), *Wahrnehmen* (was macht das mit mir?), *Reflexion* (welche Erkenntnis können wir daraus ziehen?) und *Neu-Konzipieren* (aufbauend auf den gemachten Erfahrungen).

Dieses Vorgehen habe ich im Rahmen des Forschungsprojektes ‚Ökologie des Bewusstseins und die soziale Gestaltung der Realität‘ entwickelt, das durch ein Stipendium der Anthroposophischen Gesellschaft in Deutschland ermöglicht wurde. Durch experimentelle Sessions sowie Literaturrecherche, erste Person-Forschung, und Praxis-Forschung wollte ich der Frage nachgehen, wie wir durch eine vollkommene und zutiefst intime Transformation unserer Daseinsweisen in eine gesunde Beziehung zur Natur gelangen können. Die Frage nach transformativen Lernprozessen und deren Bedingungen stehen dabei im Zentrum. Welche Erfahrungen, sozialen Räume und Übungen können uns helfen, die Kluft zwischen Denken und Handeln zu überbrücken und auf eine neue, der Natur entsprechenden

Weise zu verkörpern? Wie könnte ein Programm aussehen, das uns die Erfahrungen anbietet, die zu einer neuen, der Natur entsprechenden Lebensweise führen können?

In einer Art Praxiserprobung werden die gewonnenen Einsichten in das vom Bildungswerk *fakt21* veranstaltete ‚Regenerations-Training‘ einfließen, um dann auf dialogische Weise reflektiert und den Ergebnissen entsprechend neu gestaltet zu werden. Eine nachhaltige Transformation der Ökologie wird nur gelingen, wenn die *äußere* von einer *inneren* Transformation begleitet wird. In dem Regenerations-Training bieten eine goetheanistische, von der Europäischen Akademie für Landschaftskultur PETRARCA praktizierte Wahrnehmungskultur den Zugang zum Inneren, konkrete Biodiversitätsmaßnahmen nach dem Biotopeansatz von Hans-Christoph Vahle einen Zugang zum Äußeren. Dabei ist die Wahrnehmung der Schlüssel zu beidem. Sie erschließt das Äußere und verkörpert zugleich unsere Beziehung zur Welt. Die Art unseres Wahrnehmens bestimmt sowohl, was wir wahrnehmen als auch wie wir handeln. Eine Änderung der Wahrnehmungsweise ist deshalb der entscheidende Schritt. Sie ist das Portal zu einer Transformation in Bezug auf die Klimakrise und deshalb auch ein wichtiger Bestandteil des Regenerations-Trainings.

Nun aber zurück zum Sonntag...

Unten im Garten saßen wir barfuß auf Holzbänken rund um die Feuerschale, wo die Kohlen nach einer regnerischen Nacht im Wasser lagen. Die erste Übung hieß ‚Spirit Spot‘ und wurde mir von dem Mohawk Ureinwohner Mike Lickers nahegebracht. Für etwa eine halbe Stunde sitzt man an einem Ort in der Natur und beobachtet. Die Intention ist, einfach nur da zu sein und zu merken, was man wahrnimmt. Dies macht man im besten Fall regelmäßig immer an demselben Ort. Das Potenzial dieser Übung ist groß. Ich habe selbst miterlebt, wie eine Person, die diese Übung einige Wochen hintereinander gemacht hat, eine Erkenntnis vom Sinn des Lebens hatte. Wenn sie ihren Spirit Spot verließ, vergaß sie ihn, aber sie erinnerte sich jedes Mal, wenn sie zurückkehrte. Aber das, was man bei seinem Spirit Spot erlebt, ist für jede Person und jedes Mal einzigartig. Man weiß nie, was einen erwartet.

In der zweiten Übung leitete ich durch eine Sinnesmeditation. Dabei verweilten wir einige Minuten bei jedem Sinn. Zuerst wurden die Augen geschlossen und die Atmung verlangsamt. Dann ging die Aufmerksamkeit in das, was wir physisch spüren konnten. Ein volles Eintauchen in diesen Sinn. Dann wechselten wir zum nächsten Sinn: Hören. Unsere Aufmerksamkeit widmete sich all dem, was wir hören konnten. Vogelgezwitscher, Wind durch die Magnolienblätter, das Lachen eines Kindes in der Ferne. So ging es weiter, bis wir alle unsere Sinne durchdrungen hatten.



Gartenimpression 1, Foto: Diane Keyes

In der nachfolgenden Reflektionsrunde bemerkte eine Teilnehmerin, dass sich die Stimmung der Gruppe verändert, dass sie viel ruhiger geworden war. Die Zeit verlief nun ganz anders – als ob sie aufhörte zu existieren. Viel langsamer sprachen wir und hörten einer jeden Person ganz genau zu. Eine Teilnehmerin bemerkte, dass

sie sich, obwohl sie die anderen der Gruppe kaum kannte, sehr wohl fühlte. Jeder von uns war dankbar für diese Entschleunigung und die Möglichkeit, sich mit der Natur zu verbinden. Wir merkten auch, wie unsere gemeinsame Daseinsweise von einer mehr zusammengebündelten Präsenz geprägt war. Durch diese Übungen sind wir in einen anderen Zustand geraten. Durch das Anders-Wahrnehmen kamen wir in eine neue Daseinsweise. Wir erlebten, wie nah unser innerer Zustand und unsere Wahrnehmungsweise zusammenhingen, in Wechselwirkung miteinander standen.

Nun schien die Sonne aber mit angewachsener Kraft in unsere kleine Oase. Unser schattiges Plätzchen um die Feuerschale war geschrumpft. Die große Magnolie konnte uns nicht mehr in ihrer Kühle halten. So schlossen wir die Reflexionsrunde und gingen nach oben zur Mittagspause ...

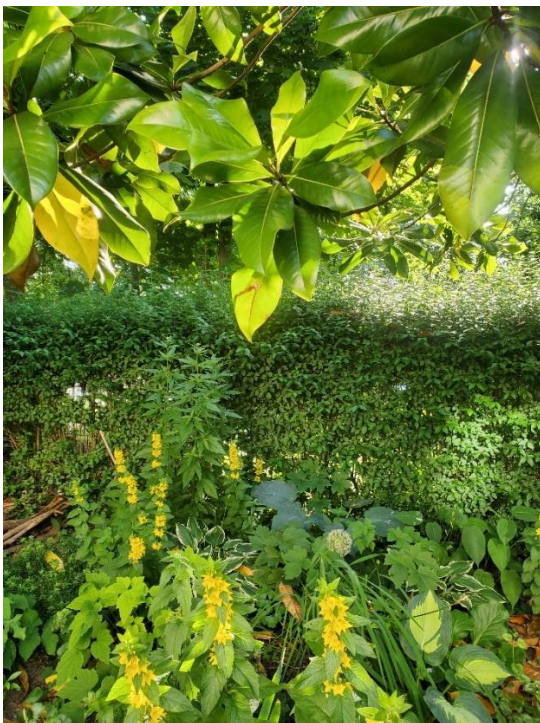


Gartenimpression 2, Foto: Diane Keyes

Nach dem Mittagsessen saßen wir im Wohnzimmer auf dem Boden. Die leeren Teetassen standen oben auf dem Esstisch und das flatternde Licht schien durch das Blattwerk hindurch zum Fenster herein. Wir saßen nach dem Abschluss einer Übung im Kreis, in der eine Teilnehmerin unsere Herzen miteinander verbunden hatte. Der Impuls, uns auf der Herzezebene zu verbinden, ist aus der Gruppe entstanden. Eine Erkenntnis vom Vormittag war, dass die Herzensverbundenheit wesentlich für unser

Wahrnehmen war. Wenn wir in naturentsprechende Daseinsweisen kommen wollen, dann spielt die Gefühlsebene eine wesentliche Rolle.

Wenn ich mich entschleunige, dann ist mein fühlender und empfindender Zugang zur Welt viel größer. Durch die Entschleunigung kann ich bewusster fühlen, spüren und empfinden. Die Mauern fallen, die mich vor der Reizüberflutung in unserer schnelllebigen Welt schützen. Meine Herzensebene wird aktiviert und ich komme in eine ganzheitlichere Daseinsweise. Die Natur in ihrer unfassbaren Komplexität kann in einem solchen Zustand *erlebt* werden. Wo unser Bewusstsein scheitert, die Fülle der Einzelheiten und die Komplexität des Ganzen zugleich im Auge zu behalten, können vielleicht andere Organe entstehen, die dazu in der Lage sind? Könnte die Herzensebene das *Verbindende* sein? Das, was ein tieferes Verständnis ermöglicht? Können wir uns der Natur entsprechend verlangsamen, auf ein Tempo, bei dem die Resonanz leichter wird, sodass wir von dort aus zu einem ganzheitlicheren Verständnis gelangen? Könnte dies zu einem Verständnis beitragen, das im Einklang mit der Natur steht? Das ist meine Vermutung. Ich bleibe aber dran, dies zu erforschen.



Gartenimpression 3, Foto: Diane Keyes

In unserer Wahrnehmungspraxis bei dem Regenerations-Training gehört das Hinspüren dazu. Was für ein Charakter hat diese Landschaft, mit der ich arbeiten will? Welche Qualitäten hat sie? Bevor ich Maßnahmen für irgendeinen Ort gestalten kann, muss ich zuerst eine Beziehung zu ihm aufbauen, muss ihn kennenlernen. Und, wie in jeder zwischenmenschlichen Beziehung, gehört da das Fühlen dazu. Die Klimakrise als Beziehungskrise: wie wäre es, wenn wir das buchstäblich und ernst nehmen würden?



Gartenimpression 4, Foto: Diane Keyes

Wie ging es weiter? Es ist nun ein paar Monate später, ich lehne mich zurück und beende mein letztes Interview. Gerade habe ich mit einem Teilnehmer gesprochen, der bei dem Regenerations-Training im Oktober dabei war. Wie beschreiben die Teilnehmenden ihre Erfahrung? Was ändert sich durch das Training – oder auch nicht? Ohne tief in die Transkripte hineingehen zu müssen, fällt etwas ähnliches wie bei unserem experimentellen Treffen auf: die Bedeutung der Gemeinschaft, die Verbundenheit miteinander und die mit der Landschaft. Das sind die Momente, die im Gedächtnis geblieben sind – Momente des Berührtseins im Miteinander und in der Begegnung mit der Natur. Ich merke, dass diese Gesten von Inklusion, von Berücksichtigung und Sich-Verbunden-Fühlen beim Klimadiskurs nicht fehlen dürfen. Wie können wir unser Denken und Handeln ändern, sodass wir die Natur mit einer gewissen Selbstverständlichkeit mitbedenken und einbeziehen? Vielleicht üben wir das gerade – miteinander. Wir bieten Räume an, in denen eine andere Art von Wahrnehmung möglich wird. Räume, in denen wir in Resonanz, ins Spüren, und letztendlich in Beziehung treten können.

Wenn Sie in Kontakt kommen möchten, freuen wir uns über eine Nachricht an: regenerations.training@fakt21.de

Mehr Information über das Regenerations-Training finden Sie auf:
<https://fakt21.de/regenerations-training/>

Zuerst veröffentlicht in: „Motive“ - Aus der Anthroposophischen Arbeit in NRW, Nr. 28, Dez 2023

Impressionen aus Pishwanton Wood

Renatus Derbidge



Pishwanton Wood, Foto: Renatus Derbidge



Das Gebäude der goetheanistischen Wissenschaft macht Winterschlaf, Foto: Renatus Derbidge



Blick von Pishwanton Wood in die östliche Landschaft von Lothian, Foto: Renatus Derbidge

***11.1.1962 | †28.9.2023**

Frank Radu gestorben

Thomas van Elsen

Frank Radu, Landwirt vom Hofgut Richerode, ist an seiner Krebserkrankung gestorben. Der zwischen Kassel und Marburg gelegene Bioland-Betrieb wird von Menschen mit Behinderung bewirtschaftet und gehört zur Hessischen Diakonie Hephata.

Zweimal führte ich meinen Kurs „Kulturlandschaftsentwicklung auf Hofebene“ auf dem Hof durch, war mit vielen auch ausländischen Exkursionsgruppen dort; Frank Radu war Partner im hessischen EIP-Projekt „Mehrwerte Sozialer Landwirtschaft für die landwirtschaftliche Erzeugung“ und davor im „The-Good-Seed“-Projekt, bei dem Besuche von Praxisbetrieben der Sozialen Landwirtschaft in mehreren europäischen Ländern organisiert wurden. Frank nahm an Hofbesuchen in Portugal und Tschechien teil. Zuletzt hatte er sich vor zwei Jahren an einer Antragstellung zum Wissenstransfer von Ansätzen und Maßnahmen zur Natur- und Landschaftsentwicklung auf Höfen der Sozialen Landwirtschaft beteiligt, bei dem es um Wissenstransfer u.a. von Erfahrungen aus Richerode für andere Höfe mit Menschen mit Unterstützungsbedarf gegangen wäre – leider war der Projektantrag nicht bewilligt worden.



13.6.2007. Im Hintergrund die gerade erst angelegte Linden-Pflanzung, Foto: Thomas van Elsen

Mehrere studentische Abschlussarbeiten fanden in Richerode statt; die erste von Marie Kalisch, die Richerode „entdeckt“ hatte im Rahmen ihrer Diplomarbeit. Ich lernte Frank 2005 bei einem Vorgespräch für diese Abschlussarbeit kennen und erinnere mich noch an den ersten Hofbesuch damals, bei dem Frank fast schüchtern und entschuldigend seine vermeintlich zu geringen Naturschutzaktivitäten beschrieb – obwohl dies gar nicht so wenig war! Eine FÖJlerin hatte ein Feldgehölz angelegt, und später organisierte Frank ein „inklusives“ Landschaftsseminar, an dem neben auf dem Hof mitarbeitende Menschen mit Behinderung auch Jäger und der Ortspfarrer teilnahmen.⁴ Als Folge des Seminars wurde eine Gehölzpflanzung

⁴ RADU, F.; KALISCH, M.; VAN ELSSEN, T. (2007): Heimat, Rückzugsgebiet und Pädagogik. Seminar zum Thema Naturschutz und Kulturlandschaft auf dem Hofgut Richerode. – Hephata aktuell 10 (31.5.2007): 7, Schwalmstadt.

entlang des Radweges zum Ort Jesberg angelegt, die auch dem Schutz von Bewohnern vor blendenden Autoscheinwerfern diene. In den folgenden Jahren wurden Naturschutzziele mehr und mehr fester Bestandteil der landwirtschaftlichen Aktivitäten in Richerode – von der Pflanzung einer Lindenallee über Schattenbäume für die Mutterkühe, die Pflege einer Waldwiese und Mahd einer Orchideenwiese bis hin zu Gehölzpflanzungen um Strommasten: Auf diese Idee hatte ihn ein betreuter Mitarbeiter gebracht, der beim Traktorfahrer Sorge hatte, die Strommasten umzufahren.



Landschaftsseminar mit betreuten Mitarbeitern in Richerode (2007). Foto: Thomas van Elsen



Landschaftsseminar mit betreuten Mitarbeitern in Richerode (2007). Das Zeichnen mit Wachsmalstiften erlaubte den Teilnehmern, Vorschläge für die Weiterentwicklung der Landschaft zu Papier zu bringen – wenn auch der Vorschlag, die durch den Hof verlaufende Bundesstraße zu verlegen, leider in der Folge nicht realisiert werden konnte ...

Überhaupt war die Förderung seiner Beschäftigten ein großes Anliegen. Bei der Anschaffung eines neuen Traktors ließ Frank die Beschäftigten die zur Auswahl stehenden Modelle testen – und ein Fabrikat mit schräg abgesenkter Motorhaube machte das Rennen, weil diese von der Fahrerkabine aus den Blick zum Boden erleichterte. Vielen Beschäftigten vertraute er wertvolle Maschinen an, nachdem er sie entsprechend ausgebildet hatte.



Landschaftskurs mit Witzenhäuser Studierenden, 25.6.2017



EIP-Projektteam-Treffen in Richerode, 11.2.2019

Ich habe Frank sehr geschätzt, er war ein tief moralischer Mensch, der als Landwirtschaftsleiter oft unter den hierarchischen Strukturen seines Unternehmens litt, immer die Förderung seiner betreuten Mitarbeiter im Blick hatte und sich beim Anbauverband Bioland für Naturschutzstandards einsetzte. Er verblüffte mich ebenso durch seine Begeisterung für den Acker-Schmalwand, einer gänzlich unscheinbaren, filigranen Pflanze, die auf den Feldern in Richerode wächst und die ich ihm bei einer Feldbegehung gezeigt hatte, wie auch durch seine Faszination für den Wim-Wenders-Film *Palermo Shooting*, der ihn veranlasste, nach Palermo zu reisen und sich die Original-Schauplätze dieses Films anzuschauen. *Palermo Shooting* thematisiert und personifiziert den falsch verstandenen Tod, der sich im Film als Geburtshelfer in eine andere Welt entpuppt, ein rätselhafter und suchender Film des genialen Wim Wenders!

Seit 24. November

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Soziale Landwirtschaft ist auf Instagram ...!

[instagram.com/sozialelandwirtschaft](https://www.instagram.com/sozialelandwirtschaft)

Im Rahmen eines EU-Projekts gab es den Wunsch, in den *Social Media* über Aktivitäten der Sozialen Landwirtschaft zu berichten. Das haben wir – beginnend mit Beiträgen zu unserer Anfang November von über 100 Menschen besuchten Tagung „Soziale Landwirtschaft als soziale und Ökologische Innovation“ - nun zum Anlass genommen, einen Instagram-Account einzurichten. Dort berichten wir über aktuelle Aktivitäten zur Sozialen Landwirtschaft, zuletzt über ein Seniorenheim in Franken, das ein altes Zisterzienser-Anwesen mit einer Sozialen Landwirtschaft beleben möchte, und über die neuesten Landschafts-Aktivitäten in der Gefängnis-Landwirtschaft der JVA Torgau. Wir freuen uns auf weitere Follower ...!

Instagram • @sozialelandwirtschaft • Instagram-Fotos und -Videos

Instagram

- Startseite
- Suche
- Entdecken
- Reels
- Nachrichten
- Benachrichtigungen
- Erstellen
- Profil
- Mehr



Veranstaltungen

Einladung zum Training

In Zeiten der **Klimakatastrophe** können wir, ohne auf die Politik zu warten, etwas gegen Trockenheit, Überschwemmung und Biodiversitätsverlust tun und uns selbst als Menschen dabei ganzheitlich weiterbilden!

Das **Regenerations-Training** zeigt auf, wie dies mit einfachsten Mitteln geht, gibt Landwirten, Aktivisten und Laien Wissen und praktische Erfahrung an die Hand, regeneriert Orte in ganz Deutschland und führt dabei **Stadt- und Landgesellschaft** zusammen.

Innerhalb des Trainings wollen wir gemeinsam neue **Biotope und Wasserrückhaltestrukturen in der Landschaft** der jeweiligen Höfe anlegen. Diese bewirken, dass schon im Folgejahr die Landschaft überschwemmungs- und vertrocknungsresilienter sein wird.

In einzelnen Bildungseinheiten lernen wir eine **Landschaft intim wahrzunehmen und ihre Potentiale lesen zu können** und, wie wir am je eigenen Ort ein Biotop anlegen und als Multiplikatoren aktiv werden können. Das Training ist so angelegt, dass wir als Teilnehmende auch selbst regeneriert und erholt in unserem eigenen Leben aktiv sein können.

Mit dabei werden Leandra Roller und Julian Stolte vom **Team-Wasserretention** sein, die einen thematischen Schwerpunkt auf natürliche Wasserretentionsmaßnahmen und Wasserkreisläufe setzen werden.

Finde weitere Infos hier: <https://www.teamwasserretention.de/>

Es wird erlebbar, wie groß der **menschliche positive Handabdruck** sein kann, wenn wir gemeinschaftlich mit natürlichen Methoden ins Handeln kommen. Unser Motto: **Klimaschutz ist Handarbeit**, Anfang Gelände!

Für mehr Informationen: fakt21.de/regenerations-training/

und schau dir unser 1,5 min. Einladungs-Video hier an:
<https://youtu.be/ZSe4GMrxFq0>.

Sei nun dabei und melde dich für das Training vom 09.-12. Mai auf Hof Weinberg an:

<https://www.tickettailor.com/events/fakt21/1094742>

Ein 4-tägiges Training organisiert von der Netzwerkinitiative
"Ökologie des Bewusstseins"

DAS REGENERATIONS-TRAINING

Natürliche Wasserretention

Regenwasser kann im Boden gespeichert werden. Die Artenvielfalt können wir steigern.

In diesem Training für Wasserretention fördern wir intakte Landschaften für biologische Vielfalt, gesunde Wasserkreisläufe und ein ausgeglichenes Klima. Durch eine tiefe Wahrnehmung der Landschaft kann eine neue und regenerierende Beziehung zur Natur wachsen.

Durch Deine Mitarbeit im 4-tägigen Seminar, werden die Wasserkreisläufe an diesem Ort regeneriert. Und darüber hinaus lernst du dies auch an deinem Ort selbst anzuwenden. Sei jetzt dabei!

09.-12. MAI 2024
HOF WEINBERG IM KALLE TAL



LANDSCHAFT LEBENDIG MACHEN!

IM TRAINING ERLEBST DU...

- Ort-Wahrnehmungskunst
- Wasserretentions-Praxis
- Die 10 Biotope - Grundlagen
- Innere Erlebnisse in der Landschaft

HIER ANMELDEN:



[FAKT21.DE/REGENERATIONS-TRAINING/](https://fakt21.de/regenerations-training/)

Eine gemeinsame Initiative von



DAS REGENERATIONS-TRAINING

Natürliche Wasserretention

09.- 12. MAI 2024
HOF WEINBERG IM KALLE TAL

Zeiten	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8.00 - 9.00		Frühstück	Frühstück	Frühstück
9.00 - 11.00		Das Potenzial des Ortes erleben Wahrnehmungspraxis	Inneres Bild der Landschaft aufbauen Landschaftskarte zeichnen	Die Veränderung wahrnehmen
11.30 - 13.00		Einführung Wasserretention und 10 Biotope	Lebendigkeit gestalten Design der Wasserkreisläufe	Ausblicke & dein persönlicher Ort
13.00 - 15.30	Anreise	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
15.30 - 18.30	Willkommen auf Hof Weinberg	natürliche Wasserretention Wahrnehmungspraxis Gang zur Quelle persönliche Naturbegegnung	Lebendigkeit umsetzen Wasserretentions-maßnahme	Abreise
18.30 - 20.00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
20.00	Regenerations-Kino Erd-Charta & globale Inspirationen	Innere Landschaften persönliche Geschichten am Lagerfeuer	Fest der Transformation	Bleibt gerne bis Montag zur persönlichen Regeneration!

[FAKT21.DE/REGENERATIONS-TRAINING](https://fakt21.de/regenerations-training/)



JETZT ANMELDEN:



Die Insel Rügen - Landschaft zwischen Ostsee und Boddenküste

Seminarwoche in goetheanistischer Landschaftsbetrachtung

Termin: 15.06-22.06.2024

Referenten: Sonja Schürger / Jan Albert Rispens u.a.

Ort: Project Bay in Lietzow / Rügen (D)

Kontakt: Sonja Schürger | tritemis@web.de | Tel. 0049/3831/9423809

www.anthrobotanik.eu

www.petrarca.info



Jasmunder Bodden auf Rügen, Foto: Tung Vu

Die Insel Rügen in der Ostsee verdankt ihre Oberflächengestalt intensiven Prozessen zwischen Meer und Land in erdgeschichtlichen Epochen. Während im Osten spornartig vorspringende Kreideplateaus, hoch aufragend steile Küstenkliffs bilden, breiten sich im Westen weite Wiesenniederungen aus, in die tief hineinströmende Boddengewässer eine vielgestaltige Küstenlinie formen.

Ursprünglich selbständige Inselkerne wurden durch sandige Meeresablagerungen verbunden, die heute breite Sandstrände und ausgedehnte Heidegebiete an der Ostküste bilden.

Weit verbreitet im Nordosten auf eiszeitlichem Geschiebelehm sind reichhaltige Buchenwälder, auf flachgründigen Kalkplateaus konnten sich Eichen-Trockenwälder entwickeln. Sanfte Muldentäler gliedern die welligen Hochflächen, die sich in Küstennähe in steile Kerbtäler mit Wasserfällen und Schluchten verwandeln mit einer jeweils ganz eigenen Pflanzen- und Tierwelt.

Die West- und Südseite der Halbinsel Jasmund umströmen der Große und der Kleine Jasmunder Bodden wie ein Binnenmeer, nur durch die Schmale Heide von der Ostsee getrennt. Ralswiek mit seinem geschützten Hafen in einer tiefen Bucht, umgeben von waldigen Höhen, war bis ins Mittelalter ein bedeutender Handelsplatz.

Der Endmoränensporn zwischen den beiden Bodden gehört zu den frühesten Siedlungsgebieten von Rügen am Beginn der Jungsteinzeit, was zahlreiche Funde von Jagdgerät aus Feuerstein belegen.

Nach Westen wird die Boddenküste flacher mit Schilfröhricht, Salzweiden, Trockenrasen auf sandigen Uferwällen, verlandeten Buchten und Seen. In dem windgeschützten, milden Klima auf der Halbinsel Liddow gedeihen die Elsbeere und die Stechpalme als wärmeliebende Gehölze.

Auf den fruchtbaren Böden der welligen Grundmoräne entwickelte sich besonders im 19. Jahrhundert eine reiche Gutskultur, die mit großzügigen Parkanlagen, markanten alten Bäumen und weitläufigen Alleepflanzungen bis heute die Landschaft prägt.

Seit der Mitte des 20. Jahrhunderts haben industrielle Landwirtschaft und die Siedlungsentwicklung für den Tourismus einseitige und zerstörerische Formen angenommen. Wie lässt sich ein aufbauender Kulturimpuls mit der Landschaft in die Zukunft hinein entwickeln?

Das beginnt mit der liebevollen Wahrnehmung und dem bewussten Miterleben der Landschaft als Ganzes und ihrem unverwechselbaren Charakter, der Pflanzen als lebendiges Bild der Umgebungskräfte, der Gebärdensprache der geologischen Grundlage und der Stimmung, die Tiere durch ihr Verhalten prägen.

Innere und äußere Erfahrung – sinnliche Wahrnehmung und aufmerksame Selbstbeobachtung – formen sich zu bewusst erarbeiteten Bildern, die den Genius loci zum Sprechen veranlassen. Aus diesem – goetheanistischen – Zwiegespräch kann der Mensch, in Freiheit neue Motive für sein handelndes Zusammenleben mit der Landschaft erlangen.

LIEBE HEILPFLANZENFREUNDE!

Für den kommenden *Sommer 2024* haben wir folgende **Heilpflanzenwochen** geplant:

1. **WEGE ZUR HEILPFLANZE** (*KORBBLÜTLER*)

Termin: 06.07.-13.07.2024

2. **DIE SPRACHE DER HEILPFLANZEN** (*PRIMELGEWÄCHSE*)

Termin: 20.-27.07.2024

Innerhalb der für die heutige Zeit wichtigen **Korbblütler** werden wir die Gruppe der *Distelartigen* genauer unter die Lupe nehmen, wie sie als großer Anreger der menschlichen Verdauung eine Rolle spielt. Aus verschiedenen Vertretern der **Primelgewächse** werden in der anthroposophischen Medizin wichtige Heilmittel hergestellt. Die Primel selbst ist Bestandteil des 100 Jahre alten Herzheilmittels Cardiodoron. Neue Entwicklungen sind Heilmittel aus dem Alpenveilchen bei bipolarer Krankheit und aus dem Pfennigkraut als Salbe bei aus der Haut ausbrechenden Karzinomen. Auch den Ackergauchheil werden wir auf seine therapeutische Relevanz untersuchen.

Auf unserer Website <https://www.anthrobotanik.eu/seminare/> findet Ihr außerdem Informationen zu der Landschaftswoche auf Rügen und der Karawanken-Wanderwoche.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen auf Rügen oder in den Karawanken!

Vesna Forštnerič-Lesjak, Sonja Schürger und Jan Albert Rispens



27. Juli 2024

Halbinsel Devin

Wanderung mit Naturwahrnehmung zum Sonnenuntergang

Sonja Schürger | Stralsund

19.00 – 21.00 Uhr | Stralsund, Parkplatz Naturschutzgebiet Devin

Teilnahme: 10 Euro

Kontakt: Dr. Angela Pfennig | kontakt@stralsunder-akademie.de |

Tel. 0049 | 3831 | 289379 | www.stralsunder-akademie.de



Steilküste auf der Halbinsel Devin, Foto: Angela Pfennig

10. August 2024

Wege zu einer lebendigen Beziehung des Menschen mit der Natur

Seminar mit Naturwahrnehmung

Sonja Schürger | Stralsund

Dr. Angela Pfennig | Stralsund

10.00 Uhr – 18.00 Uhr | 18573 Ramin auf Rügen, Kapelle des Klosters

In Zusammenarbeit mit PETRARCA – Europäische Akademie für Landschaftskultur und Häuserverein „Leben ins Kloster Ramin“ e.V.

Teilnahme: 40 Euro | Studierende: 20 Euro

Kontakt: Dr. Angela Pfennig | kontakt@stralsunder-akademie.de |

Tel. 0049 | 3831 | 289379 | www.stralsunder-akademie.de



Schmuckplatz und Langes Haus im Kloster St. Jürgen Rambin, Foto: Sabine Koburger

Sie können die Erstellung des Rundbriefes und die Arbeit der Europäischen Akademie für Landschaftskultur gern finanziell unterstützen.

Bankverbindung

PETRARCA – europ. Akademie f. Landschaftskultur Deutschland e.V.
 (GLS Gemeinschaftsbank eG Konto)
 IBAN DE74 4306 0967 6004 8778 00
 BIC GENODEM1GLS

Bitte informieren Sie sich über Veranstaltungen auch unter:
<http://www.petrarca.info/aktivitaeten-workshops>

Kontakt Rundbrief: Angela.Pfennig@petrarca.info, Tel. +49 (0)3831 289379