

## OSTERRUNDBRIEF 2024



*Apfelsämling, Foto: Holger Coers*

Liebe Freunde,

*„Wie immer die auf engem Raum zu Hunderttausenden zusammengedrängten Menschen auch bemüht waren, die Erde zu verunstalten; wie immer sie die Erde mit Steinen bepflasterten, um jedes Wachstum zu unterdrücken, jeden hervorsprossenden Grashalm ausgerissen, die Luft durch Steinkohlenqualm und Petroleumgeruch verpesteten, die Bäume verstümmelten und alle Tiere und Vögel verscheuchten – Frühling blieb dennoch Frühling, selbst in der Stadt. Die Sonne wärmte allenthalben; nicht nur auf den Rasenflächen der Boulevards, nein, auch zwischen den Pflastersteinen wuchs und grünte, soweit es nicht ausgemerzt war, wieder auflebendes Gras; Birken, Pappeln und Faulbeerbäume entfalteten ihre klebrigen, duftenden Blättchen, und an den Linden brachen die schwellenden Knospen auf; Dohlen, Spatzen und Tauben bauten bereits mit frühlingsmäßiger Geschäftigkeit ihre Nester, und an den von der Sonne erwärmten Mauern summten Fliegen. Alle Pflanzen, alle Vögel, Insekten und Kinder waren von Frohsinn erfüllt. Allein die Menschen – die Großen, die erwachsenen Menschen – hörten nicht auf, sich gegenseitig zu täuschen und einander das Leben schwer zu machen. Die Menschen hielten nicht diesen Frühlingsmorgen für heilig und wichtig, nicht die Schönheit der Welt Gottes, die sich zum Wohle aller Lebewesen darbot und, so sollte man meinen, zu Friedfertigkeit, Eintracht und Liebe stimmte, sondern für heilig und wichtig hielten sie nur, was sie selber ersonnen hatten, um übereinander zu herrschen.“*

Aus: Lew Tolstoi, Auferstehung



Foto: Geert-Christoph Seidlein

## „Die Kraft der grünen Resilienz. Wie Kräuter und Pflanzen heilen“

**Karin Mecozzi**

Das Bild einer alten Schwarzpappel erfüllt mich, sie wächst an einer Quelle und sendet ihre Knospen wie Pfeile in den klaren Märzhimmel. Die Knospen sind prall, glänzend und sehr spitzig. Wie jedes Jahr sammle ich einen Beutel davon für Tinkturen und Auszüge, wobei ich darauf achte, von jedem Zweig eine angemessene Menge zu entnehmen, um dem Baum nicht zu schaden. Schon bald sind meine Hände voller brauner, klebriger Flecken und roter Punkte. Ich nehme eine besonders große Knospe, drücke fest an ihrer Spitze. Bewundernd stelle ich fest, dass eine dickflüssige, durchsichtige Flüssigkeit austritt, eine Art korallenrotes, oder besser blutrotes Gel.

Im Herzen der Knospe bildet sich das Gewebe der zukünftigen Blüten und Blätter. In kurzer Zeit entstehen in diesem kleinen, duftenden „Wesen“ die lebenswichtigen Organe des Baumes, die es ihm ermöglichen, zu atmen und sich durch Photosynthese zu ernähren. Die Knospen der Schwarzpappel und aller Baum- und Strauchpflanzen auf unserer Erdhalbkugel sind im Frühjahr die ersten, die sich nach dem langen Winter regen. Das neue Leben können wir an den eiförmigen Gebilden beobachten, den Knospen, die aus dicht zusammengepressten Schichten meristematischer Zellen, das sind teilungsfähige Zellen im Sprossgewebe der Pflanzen, bestehen und durchtränkt sind mit ätherischen Ölen und Harzen. Im Laufe des Sommers, Herbstes und des Winters verändern sie Form und Zusammensetzung, bis sie sich im Frühling endlich öffnen.

Wie ein Pfeil, der zum Himmel zeigt, braun wie die Erde, golden wie der Schild eines Engels, rot wie das warme Blut der Säugetiere und voller Heilstoffe: die Knospen der Schwarzpappel bergen eine Botschaft für alle, die Gesundheit, Inspiration und Kraft suchen: „Vertraue dich dem natürlichen Fluss des Lebens an, stärke deine Resilienz“.  
Auszug aus dem Buch

In meinem Herzen  
Strahlt die Kraft der Sonne  
In meiner Seele  
Wirkt die Wärme der Welt.  
Ich will atmen  
Die Kraft der Sonne  
Ich will fühlen  
Die Wärme der Welt.  
Sonnenkraft erfüllt mich  
Wärme der Welt durchdringt mich  
Rudolf Steiner, 1923, O.O. 268



Karin Mecozzi  
**Wie Kräuter und Pflanzen heilen**  
**Die Kraft der grünen Resilienz**  
176 Seiten mit 204 Abbildungen  
Format 15 x 21 cm  
Hardcover  
ISBN 978-3-8319-0833-2

€ 19,95 [D] / € 20,60 [A]

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
im Ellert & Richter Verlag:

RAPHAEL IWANCZUK  
Tel. (040) 39 84 77 15  
presse@ellert-richter.de  
Borselstraße 16c  
22765 Hamburg

### INFORMATIONSTEXT

Resilienz ist die Fähigkeit, sich nach einer belastenden Situation zu regenerieren, sein Leben in die Hand zu nehmen und trotz schwieriger Umstände einen Schritt nach vorne zu machen.

In diesem Buch finden Sie Rezepte, Praktiken und Methoden, mit denen Sie Ihre schützende Wärmehülle aufbauen, Ihre Widerstandskräfte stärken und schwierige Zeiten meistern können. Mit Heilpflanzenextrakten, der Kunst der Kräuterteezubereitung, äußerlichen Anwendungen, vitaler Kost, Bewegung und Meditation führt die Autorin durch eine Kräuterreinigungs-Kur.

*Ich lade dich ein, JETZT kurz innezuhalten. Setz dich hin, kehre zum Atem zurück, lass Anspannung und Sorge los. Betrachte die Kräuter am Wegesrand, atme tief und bewusst ein und aus, spüre deinen Körper und nimm dich als Teil der Natur wahr – möge dieses Buch der Beginn einer neuen Reise für dich sein. Ich wünsche dir aus ganzem Herzen die Kraft der grünen Resilienz!*

Karin Mecozzi

### DIE AUTORIN

**Karin Mecozzi**, diplomierte Herboristin, Gesundheitsberaterin, Autorin von „Ars herbaria, Heilpflanzen im Jahreslauf“ im Verlag am Goetheanum. Ausbildung an der Universität Urbino in Heilpflanzenkunde, langjährige Praxis in der biologisch-dynamischen Landwirtschaft, Weiterbildung in anthroposophischer Naturheilkunde und Meditation. Lebt im grünen Apennin, Marken, Italien, Wildsammlung und Anbau von Heilkräutern und Verarbeitung zu Kräuterprodukten. Kursorganisatorin, Referentin, Forscherin, setzt sich international für eine ganzheitliche Gesundheitsprävention mit Heilpflanzen und Landschaftskultur ein.  
[www.karinmecozzi.com](http://www.karinmecozzi.com)



27/28

Aprile  
2024

Corso  
teorico pratico

“L’Alchimia  
della **N**atura”

Erboristeria pratica  
e cucina naturale  
in primavera

Sede del corso

MONASTERO DI  
FONTE AVELLANA

*Serra Sant’Aabbondio (PU)*

a cura di  
*Karin Mecozzi*  
*Ida Profanter*  
*Giorgio Bortolussi*  
Associazione culturale  
Thaleia

**ffa** MONASTERO DELLA  
SANTA CROCE  
DI FONTE AVELLANA

## Einladung zum Regenerations-Training auf Hof Weinberg

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 Wasserrückhalte-Strukturen 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/](https://www.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 KALLETAL



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



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