

## MICHAELI-RUNDBRIEF 2024

*Wohl ist alles in der Natur Wechsel,  
aber hinter dem Wechselnden ruht ein Ewiges.*

Goethe



*Foto: Hilke Castner*

Liebe Freunde,

*„Wer diesen Jahreslauf miterleben kann, der fühlt sein ganzes Menschenleben ungeheuer bereichert durch solches Miterleben. ...*

*Und wie man den Tageslauf erlebt im morgendlichen Frischsein, im Bereitsein zur Arbeit am Vormittag, im Auftreten des Hungers, im Auftreten der Ermüdung am Abend, wie man da die inneren Vorgänge, das innere Weben und Leben der Kräfte und Materie innerhalb der Haut verspürt, so kann man dadurch, daß man sich die von der Beschreibung sinnlicher Ereignisse ganz abweichenden anthroposophischen Ideen zu Gemüte führt, dieses Gemüt bereiten, daß es wirklich empfänglich, sensitiv wird für dasjenige, was im Jahreslauf webt und lebt. Und dann kann man dieses Miterleben des Jahreslaufes immer mehr und mehr vertiefen, bereichern, dann kann man es wirklich dazu bringen, daß man nicht so sauer, möchte ich sagen, als Mensch innerhalb seiner Haut dahinlebt und die äußeren Dinge an sich vorübergehen läßt, sondern dann kann man es so erleben, daß man mit jeder Blume selber in seinem Gemüte blüht, daß man das Blühen der Blume miterlebt, daß man das Sich-Aufschließen der Knospen miterlebt, daß man im Tautröpfchen, aus dem die Sonnenstrahlen erglänzen, im erglänzenden Lichte miterlebt dieses wunderbare Geheimnis des Tages, das uns eben in dem erglänzenden Tautröpfchen am Morgen entgentreten kann. ...*



Tribohmer Bachtal, Foto: Angela Pfennig

*Nun ist es heute so, daß der Mensch eigentlich nur glaubt, in der Natur zu leben, wenn er das Sprießende, Sprossende, das Wachsende und Keimende, das Fruchtende miterlebt. Es ist eben so, daß der Mensch in der Gegenwart, wenn er auch darauf nicht eingehen kann, wenn er auch nicht miterleben kann das Keimende, Fruchtende, so doch mehr Herz und Sinn hat für dieses Keimende, Fruchtende, als für das Ersterbende, Ablähmende, sich Abtötende, das im Herbste herankommt.*

*Aber eigentlich verdienen wir nur mitzerleben das Fruchtende, Wachsende, Sprossende, Keimende, wenn wir auch miterleben können, wenn der Sommer zur Neige geht und der Herbst herankommt, das sich lähmende, das sich ertötende, das hinuntersinkende, das welkende Leben, das mit dem Herbste eintritt. Und steigen wir in einem kosmischen Wachschlaf im Hochsommer hinauf mit den Elementarwesen in die Region, wo die planetarische Wirksamkeit sich außen und dann auch in unserer inneren Seele entfaltet, dann müssen wir eigentlich auch hinuntersteigen unter den Frost des Winters, unter die Schneedecke des Winters zu den Geheimnissen im Erdenchoße während der Hochwinterzeit, und wir müssen mitmachen das Absterbende, das Welkende der Natur, wenn der Herbst beginnt. ...*

*Aber es wäre trostlos für den Menschen, wenn er dies nur in der Naturgestalt miterleben könnte, wenn er nur ein Naturbewußtsein erlangen würde über die Herbstes- und Wintergeheimnisse, wie er ein Naturbewußtsein selbstverständlich erlangt über die Frühlings- und Sommergeheimnisse. Aber wenn die Herbstes- und Winterereignisse herankommen, wenn die Michaelizeit kommt, dann muß der Mensch allerdings sensitiv miterleben das Welkende, Absterbende, sich Lähmende, Tötende, aber er muß nicht so wie dann, wenn die Hochsommerzeit herankommt, sich hingeben dem Naturbewußtsein. Er muß im Gegenteil sich gerade dem Selbstbewußtsein hingeben. Er muß in den Zeiten, wo die äußere Natur erstirbt, die Kraft des Selbstbewußtseins entgegenstellen dem Naturbewußtsein.“*

Rudolf Steiner: Das Miterleben des Jahreslaufes in vier kosmischen Imaginationen, GA 229 (1984), Erster Vortrag, Dornach, 5. Oktober 1923

## Aukrust Gard - eine Kulturlandinsel in Norwegen

Thomas van Elsen (Text und Fotos)<sup>1</sup>



*Nordgard Aukrust in Bøverdalen / Norwegen im August 2024*

---

<sup>1</sup> Weitere Fotos: [www.instagram.com/sozialelandwirtschaft](https://www.instagram.com/sozialelandwirtschaft)

„Landschaft wahrnehmen und entwickeln“ – Thema einer Jubiläumsveranstaltung auf Nordgard Aukrust in Bøverdalen / Norwegen im August 2024. Ola Aukrust übernahm den Hof 1986, stellte ihn um auf biologisch-dynamische Wirtschaftsweise und hat hier eine Kulturlandinsel geschaffen. Im PETRARCA-Seminar leiteten Laurens Bockemühl, Angela Pfennig und Thomas van Elsen Wahrnehmungsübungen an und Ola Aukrust gab Einblick in seine Geländegestaltung. Nach dem PETRARCA-Landschaftsseminar gab Michael Straub, langjähriger Heilpflanzen-Anbauberater und Buchautor, Einblick in sein umfangreiches Wissen über Heilpflanzen und ihre Wirkung auf Menschen. Teils sind die vorgestellten Arten in Teemischungen des Hofes enthalten, die im Hofladen erhältlich sind, teils wachsen sie im Kräutergarten, andere werden angebaut oder gesammelt.



*Michael Straub stellt Heilpflanzen vor*

### Eine Kräuterei auf der Sonnenseite des Bøvertals

„Wenn es eine Bäckerei, eine Molkerei, eine Metzgerei gibt – muss es dann auch eine Kräuterei geben?“ So ist auf der Homepage von Nordgard Aukrust <https://aukrust-nordgard.no/> zu lesen. 1992 hat der Hof mit der Kräuterverarbeitung begonnen; außer selbst angebauten Kräutern werden Tees und Gewürzmischungen für Norsk Øko-Urt, einer Genossenschaft norwegischer Kräuteranbauer, in Bio-Qualität verarbeitet. Die Spezialisierung von Nordgard Aukrust auf Kräuteranbau bringt Blüten- und Farbenvielfalt in diese Kulturlandinsel im Bøvertal, in dem von November bis Februar keine Sonne scheint.



*Kräuteranbau auf den flussnahen Ackerflächen*



*Kräutertees im Hofladen*

Aukrust Gard wirtschaftet auf der „Sonnenseite“ des Bøvertals im Regenschatten des Hochgebirges Jotunheimen, im Mittel fallen nur 350 mm Niederschlag, in weniger nassen Sommern wie diesem muss aus dem Gebirgsfluss Bøvra bewässert werden. Auf den fruchtbaren Böden in Flussnähe wird geackert, oberhalb finden sich Wiesen, die mit großem Aufwand von Feldblöcken und Steinen befreit worden sind, und weiter hangaufwärts Weiden, die von Birken, Kiefern und Wachholder durchsetzt sind. Wie in einem Landschaftspark entfalten mächtige und teils mehrstämmige Birken ihre Kronen. Darüber folgt ein lichter Wald aus Birken, Kiefern und Fichten

bis zur Baumgrenze. Dort finden sich auch Relikte eines früheren Bewässerungssystems, mit dem Wasser vom Berg für die landwirtschaftlichen Flächen gesammelt wurde, als man noch keine Möglichkeit zum Hochpumpen des Flusswassers hatte.



*Nordischer Eisenhut (Aconitum septentrionale), Waldameisen und Lesesteine*



*Birken und Wacholder*



Artenreiche Magerrasen

### Was nicht wahrgenommen wird, bleibt unentdeckt

Diese Abfolge schauten wir uns beim Landschaftsseminar an, beginnend mit einer Sammlung der fast 30 Arten Ackerwildkräuter, die zwischen den angebauten Kräutern wachsen, darunter auch einige wenige, die es in Mitteleuropa nicht gibt. Und entlang der Straße wächst in einem schmalen Streifen der Salzschwaden (*Puccinellia distans*), ein salzverträgliches Gras, das auch an deutschen Straßenrändern auf den winterlichen Streudienst hinweist. Pflanzenarten zu erkennen, sie „anzusprechen“, wie der Botaniker sagt, kann wie ein Lesen im Umkreis der jeweiligen Standorte sein, denn sie erzählen über das momentane Dasein hinaus die Bedingungen, unter denen sie wachsen.

Den Bogen zur Gestaltung des Hofumfeldes bildete ein Vortrag über „Ornamented Farms“ von Angela Pfennig aus ihrer Perspektive als Gartenhistorikerin – „das Schöne mit dem Nützlichen verbinden“.



Gartengestaltung im Hofumfeld



*Überraschung über die Vielfalt an Ackerwildkräutern in den Anbauflächen*



*Aukrust Gard im PETRARCA-Landschaftsbuch (links) und Salzschwaden (*Puccinellia distans*) am Straßenrand (rechts) – was nicht wahrgenommen wird, bleibt unentdeckt*

## Über das Hochgebirge an den Sognefjord

Zum Abschluss der Seminarwoche eine Exkursion in die Berge: von Lom aus über das westliche angrenzende Hochgebirge Jotunheimen und vorbei am Galdhøpiggen, dem höchsten Berg Skandinaviens (2469m), ging es weiter zum Sognefjord und der ältesten Stabkirche Norwegens in Urnes (erbaut 1130). Im milden Atlantikklima der Fjordlandschaft gedeihen Obstbäume und Beerenobst; Nordgard Aukrust bezieht von hier ökologisch angebaute Äpfel für seine Fruchteemischungen.



*Jotunheimen – der entdeckte Lemming hat sich dem Fotografen entzogen*



*Urnes: die älteste erhaltene Stabkirche Norwegens*



*... und die Stabkirche in Lom, mit Denkmal des Dichters Olaf Aukrust*



*Teilnehmer des Seminars vor dem Schaugarten des Hofes*

Vieles kann auf dem Hof nur mit der Unterstützung vieler Praktikantinnen und Praktikanten realisiert werden. Nach dem Seminarende brauchte es kaum mehr als einen Tag für die Unterstützer aus Österreich, Belgien, Frankreich und Deutschland,

den orangen Ringelblüten-Streifen zu beernten: Viele Hände, schnelles Ende! Die Calendula-Blüten werden in von unten belüfteten Kisten schonend getrocknet und sind später in Teemischungen erhältlich. Der hohe Zaun um die Anbauflächen soll Elche von der Beweidung abhalten!



*Calendula-Ernte mit internationaler Besetzung*



*Seminar mit Michael Straub*

## Blicke zurück und nach vorn

Vor dem Landschaftsseminar hatte es eine Buchvorstellung über biologisch-dynamischen Landbau in Norwegen mit den Autoren Emil Mohr und Morten Ingvaldsen gegeben, abgerundet durch ein Konzert von „Rosenrot“. Diese Jubiläumsveranstaltung zu „100 Jahren Landwirtschaftlicher Kurs“ auf norwegischer Sprache war Auftakt zu den dann folgenden Seminartagen, die immer wieder auch Anlass für einen Blick zurück waren: 1999, vor genau 25 Jahren, fand hier mit dem Titel „Atmosphäre norwegischer Landschaft“ die „Übungswoche zur Landschaftswahrnehmung und -gestaltung“ der Naturwissenschaftlichen Sektion am Goetheanum statt, mit Jochen Bockemühl und mehr als 70 Teilnehmern, darunter ein Drittel aus Norwegen<sup>2</sup>.



*Orgel-Klavier-Konzert im Kulturhaus, Foto: Angela Pfennig*

Seither hat sich viel verändert: Das damals angedachte Kulturhaus als Veranstaltungs- und Begegnungsort für Ausstellungen, Konzerte, Vorträge konnte realisiert werden, ebenso ein großes Gewächshaus, und Ola und Franziska Aukrust haben mit vielen Helfern eine vielfältige Kulturlandinsel entwickelt, die ein Bild der Gesinnung ist, aus der an der Pflege und Entwicklung der Naturgrundlage gearbeitet wird. Veranlagtes wird aufgegriffen und weiterentwickelt; die hier praktizierte Landwirtschaft ist ein Beispiel für ökologische Inklusion. In vielen Sozialen Landwirtschaften sind Menschen mit Unterstützungsbedarf die Türöffner für solche ökologische Inklusion – hier ist es die Begeisterung von Ola Aukrust für die Kräuter, die zu einer

---

<sup>2</sup> van Elsen, T. (2000): Landschaft als soziales Ereignis. Eindrücke von der Landschaftswoche der Naturwissenschaftlichen Sektion in Norwegen (14. bis 21. August 1999). – Beilage zur Wochenschrift „Das Goetheanum“ (Nachrichtenblatt 3/2000) 79 (3): 7-9, Dornach.

wirtschaftlich tragfähigen Spezialisierung geführt hat. Vor 20 Jahren hatte eine Witzenhäuser Diplomarbeit hier eine Käserei geplant, als die Kühe noch gemolken wurden – stattdessen wurde die traditionelle Milchviehhaltung dann auf Mutterkuhhaltung umgestellt, weil Kräuterei UND Käserei für einen Familienbetrieb mit fünf Kindern nicht zu leisten waren. So bietet der Hof für kommende Generationen noch weitere Potenziale.



*Kulturhaus ...*



*... und Landschaftstempel im Bau!*

## **Augentrost (*Euphrasia rostkoviana* L.)**

Michael Straub

Am 1. August konnten wir auf einem Spaziergang über die Weiden und Wiesen vom Hofgut Aukrust zwischen den höchsten Bergen Norwegens einige interessante botanische Entdeckungen machen. Eine der Heilpflanzenarten möchte ich hier vorstellen, den Augentrost (*Euphrasia rostkoviana*). Die Pflanze findet hier auf dem Hof von Ola Aukrust optimale Bedingungen, denn sie mag es sonnig, karg und im Winter kalt. Typisch ist auch der Standort bei Ola Aukrust, eine wenig gedüngte, lichtreiche Wirtschaftswiese in den norwegischen Bergen auf Böden mit niedrigem pH-Wert. Gute Bedingungen findet der Augentrost hier in der Höhenlage, wo es im Winter richtig kalt wird.



*Euphrasia* auf dem Hof Aukrust, Foto: Michael Straub

## Licht und Freude für die Augen

Das Leuchten der kleinen Blüten zieht das Auge magisch an, erhellt den Blick, erfreut und stärkt die Seele – wie der Blick in die Augen eines fröhlichen Menschen.

Die zarte kleine Pflanze wächst am liebsten an sonnigen Standorten, und das Licht, das sie einfängt, kann sie wieder an das Auge vermitteln. Auch im übertragenen Sinne kann sie erhellend wirken, den Blick für das Wesentliche öffnen, für das hinter den Dingen liegende geistige Prinzip.



*Augentrost*

Konkurrenz um Sonnenlicht mag sie gar nicht – zu starkes Wachstum, zu viel Vitalität um sich herum verträgt sie nicht. Deshalb fühlt sie sich am ehesten an ganz mageren Standorten in Höhenlagen wohl, wo wir sie am häufigsten finden.

*Euphrasia* ist ein Halbschmarotzer (auch Halb- oder Semiparasit). Weil ihr schwach ausgeprägtes Wurzelsystem nicht genügend Wasser und Nährstoffe aufnehmen kann, verbindet sie sich mit einer Begleitpflanze und zapft deren Xylemstrom an, das holzige Leitgewebe. Dazu dienen ihr Haustorien, knötchenförmige Saugorgane.

Der Semiparasitismus, die geringe Größe, das spärliche Blattwerk, die Neigung zum Verholzen – eine frühe Verinnerlichung und Verfestigung, somit ein Rückzug vom Lebensprozess – sowie die reduzierte Vitalität der Umgebung: All das gibt uns

Hinweise auf ähnliche Prozesse beim Auge, denn dort dürfen die versorgenden Prozesse auch nicht überhandnehmen, sonst kann es zur Erkrankung kommen.

Ähnlich dem Auge des Menschen, das sich nachts schließt und erholt, sammelt *Euphrasia* im winterlichen Samenstadium neue Kraft. Und es braucht auch eine Weile frostige Temperaturen, um schließlich die Samenruhe (Dormanz) zu brechen und spät im Frühjahr neu auszutreiben.

#### Die Affinität des Auges zum Winterlichen

Der Augentrost mit seiner Affinität zu mageren Bergwiesen und zur Kälte ist eine typische Winter- und Höhenpflanze. Nicht umsonst ist die charakteristische Blüte, an der sich die Heilwirkung der *Euphrasia* ablesen lässt, umso größer, je höher die Lage und je kälter das Klima ist, in dem die Pflanze wächst.



*Augentrost, Foto: Holger Coers*

Das Auge bringt als Sinnesorgan in besonderer Weise den Charakter des „Winterlichen“ und Kristallinen zum Ausdruck; nicht nur, dass viele Anteile des Auges (wie Horn- und Bindehaut, Linse, Glaskörper) durchsichtig sind wie ein Eiskristall. Die Vitalität und der Stoffwechsel in diesen durchsichtigen Strukturen sind auf ein Mindestmaß reduziert – so wie das in der äußeren Natur im Winter und mehr oder weniger ganzjährig in bergigen Höhen der Fall ist.

Euphrosyne war eine der drei griechischen Göttinnen der Anmut und verkörperte den Frohsinn. Nach ihr ist diese zarte Pflanze mit den leuchtenden Blüten benannt – eine Vermittlerin von Freude und Licht. Augentrost ist der volkstümliche Name – denn *Euphrasia* ist die Heilpflanze für das Auge. Vor allem bei Bindehautentzündungen ist sie seit Jahrhunderten bewährt.

Sie wird 5–30 cm hoch. Die rhythmisch aufgebaute Hauptachse kann mehr als zwölf Seitentriebe mit zusammengezogenen, stark ausdifferenzierten Blättern bilden. In ihren oberen Achseln sitzen ährenförmig die kleinen dreifarbigem, weithin leuchtenden Blüten. Diese beginnen sich ungefähr ab Juli nach und nach stammaufwärts zu öffnen, sodass Blüten und reife Kapseln zeitgleich auf derselben Pflanze zu finden sind. Die Frucht ist eine 5 mm lange, 2 mm breite Kapsel und enthält viele Samen, die etwa 1 mm lang, fahl bräunlich, gerippt und geflügelt sind.

### Wildsammlung und Anbau

Weil konventionell bewirtschaftete Wiesen und Weiden immer stärker landwirtschaftlich genutzt und intensiv mit Stickstoff gedüngt werden, findet Augentrost zwischen dem dichten Bewuchs immer weniger Licht und Raum – deshalb sind die Bestände in Mitteleuropa sehr zurückgegangen. 1997 wurden 46 Augentrostarten in die Rote Liste der weltweit gefährdeten Pflanzenarten der IUCN aufgenommen. Anders auf dem biologisch-dynamisch bewirtschafteten Betrieb von Ola Aukrust, wo eine enorm hohe Pflanzenvielfalt zu finden ist.

Die meisten in der Pharmazie und Kosmetik verarbeiteten Augentrostpflanzen kommen nach wie vor aus Wildsammlung. *Euphrasia* anzubauen ist aufgrund ihrer besonderen Ansprüche schwierig. Für viele Kulturstandorte ist sie ungeeignet, da die Konkurrenz der Begleitpflanzen schnell zu groß wird. Aber auch die Sammlung in einer Wiese ist sehr aufwendig, da die Pflanzen klein sind und auch hier oft von ihren Begleitpflanzen überwachsen werden. Weil Wildstandorte generell gefährdet sind durch intensive Landwirtschaft, Luftverunreinigung oder Überbauung und Zerstörung, wurden immer wieder Versuche zur Inkulturnahme durchgeführt, die in kleinem Maßstab erfolgreich waren. Eine Inkulturnahme ist bei Weleda nach mehrjähriger systematischer Bearbeitung 2002 erstmals gelungen.

### Eine Winterpflanze für das Auge

Aus der Wuchsform und Zeitgestalt einer Pflanze lassen sich Heilwirkungen meist nicht auf den ersten Blick ablesen – das „geistige Band“, das alle lebendigen Wesen, das Natur und Mensch miteinander verbindet, ist selten so offensichtlich. Ihm nachzugehen, ermöglicht es aber in den meisten Fällen, die Heilwirkungen und die oft sehr lange Erfolgsgeschichte bereits bekannter Arzneipflanzen zu verstehen. Im Falle von *Euphrasia* wollen wir den Blick auf eine Heilpflanze werfen, die seit Jahrhunder-

ten und Jahrtausenden in West und Ost – von den Alpen bis zum Himalaja – in den unterschiedlichsten Kulturen übereinstimmend für im Wesentlichen ein Organ, nämlich das Auge, verwendet wird.

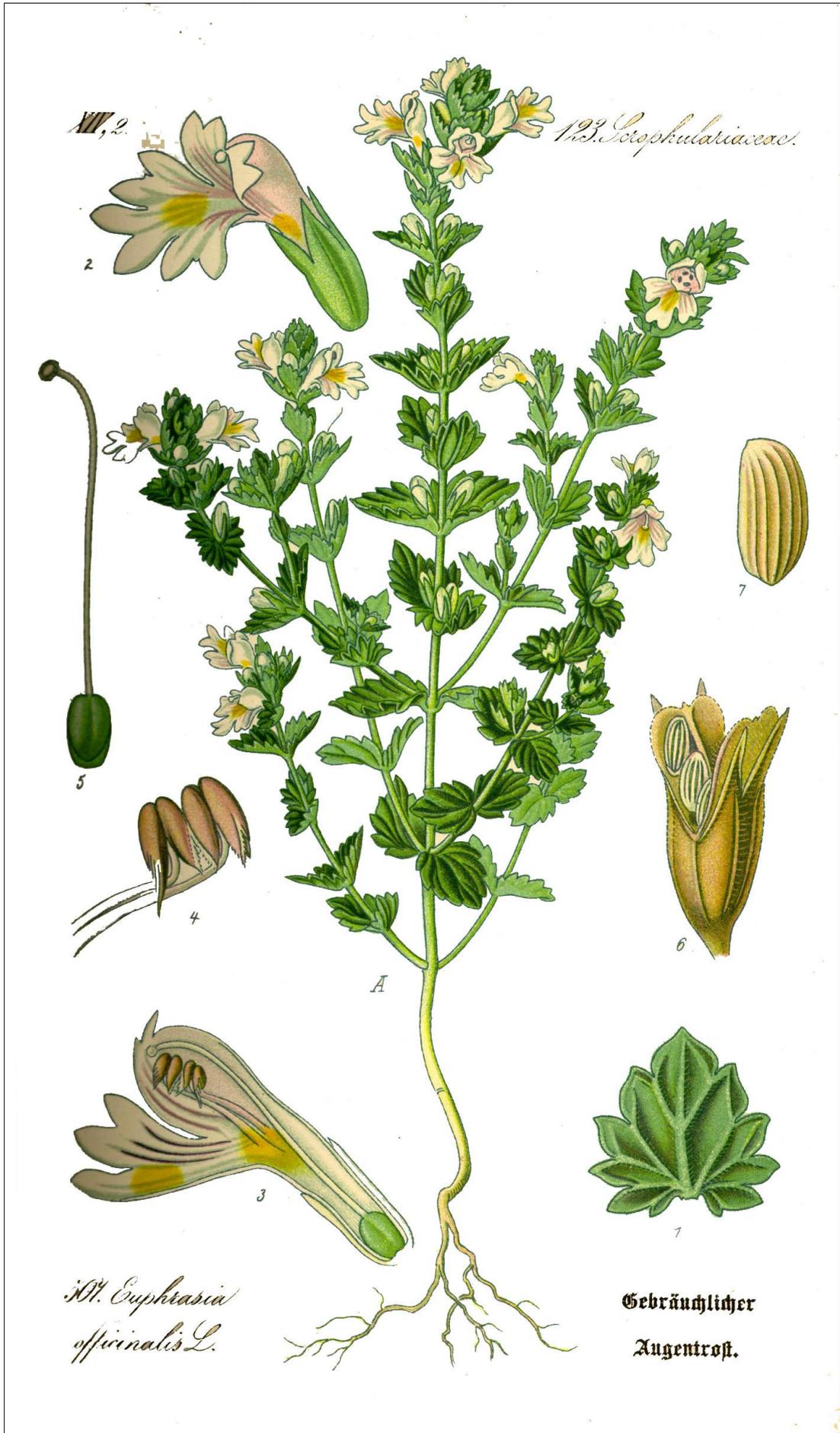
*Euphrasia* ist die Pflanze für das Auge schlechthin. Sie wird in einem so hohen Maße mit dem Auge in Verbindung gebracht, dass sie zeitweise sogar einfach nur Ophthalmica oder Ocularis (griechisch/lateinisch: Auge) genannt wurde. Der Bezug zu einem einzelnen Organ steht hier so im Vordergrund, wie das nur bei wenigen Pflanzen der Fall ist, und es ist zu erwarten, dass hier diese innere Verwandtschaft zwischen Pflanze und menschlichem Organ auf besonders eindruckliche Weise in Erscheinung tritt.

### Der anthroposophische Blick

Für die Stellung von *Euphrasia* in der Anthroposophischen Medizin spielt neben den botanischen Eigenheiten der Standort eine besondere Rolle. Rudolf Steiner hatte, ohne *Euphrasia* ausdrücklich zu nennen, in einem medizinischen Vortrag im September 1924 eine allgemeine Regel formuliert: „Winterpflanzen“, speziell solche, die auf nährstoffarmen, kristallinen Untergründen in den Bergen wachsen, hängen aufgrund der von ihnen bevorzugten kargen und winterlichen Umweltbedingungen mit dem „Winterlichen“ in uns zusammen – mit dem Nerven-Sinnes-System, mit den Organen des menschlichen Kopfes, also dem Gehirn und den Sinnesorganen sowie deren Krankheiten. (Umgekehrt meiden viele Pflanzen, die sich für Erkrankungen des Stoffwechsel- und Gliedmaßensystems eignen, die winterlichen Höhen eher und bevorzugen nährstoffreiche irdische Ablagerungen als Untergrund.)

Steiner sagte damals: „Nehmen wir an, wir seien jetzt ein Heilmittelsammler in der Welt, und wir wollen dafür sorgen, dass jene Geisteskräfte, die bei einer in der Nerven-Sinnes-Organisation wurzelnden Krankheit auftreten, geheilt werden durch den Geist in der Außenwelt, kriechen wir hinauf in die hohen Berge, sammeln dort die Mineralien und Pflanzen und bringen von dort die Heilmittel für die Kopfkrankheiten. Wir verfahren aus unserem schöpferischen Denken heraus. Es bringt unsere Beine in Schwung zu jenen Dingen in der Erde, wo wir das Entsprechende finden müssen.“

Bereits Paracelsus erwähnte, dass *Euphrasia* in sich die Form und das Bild der Augen hätte. Daraus folgt, dass sie sich in ihr Glied und in die Form des Gliedes stellt, wenn sie innerlich verwendet wird, sodass sie ein ganzes Auge wird. Welche Arznei gibt es, die eine andere zu den Augen führen und in das Auge stellen könnte?“



## Äußerlich und innerlich bei Augenerkrankungen

In der Volksheilkunde und Homöopathie wird Augentrost seit Jahrhunderten äußerlich und innerlich zur Behandlung von Augenerkrankungen eingesetzt, insbesondere bei Entzündungen, vor allem mit scharfen und lokal reizenden Absonderungen – auch von Hals, Nasen und Ohren. Nicht nur in Europa, sondern auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin und in der Tibetischen Medizin wird *Euphrasia* für das Auge verwendet. In Asien nutzt man einheimische, unter anderem im Himalaja verbreitete Arten der insgesamt sehr artenreichen Gattung.

## Bindehautentzündungen

Mit Abstand am häufigsten wird *Euphrasia* in Form von Augentropfen sowie als Tee zur Behandlung der Bindehautentzündung (Konjunktivitis) eingesetzt. Häufig tritt sie im Rahmen eines grippalen Infekts auf, zusammen mit einer Erkältung, einem Schnupfen oder einer Nasennebenhöhlenentzündung. Warum die Bindehaut (Konjunktiva) unseres Auges so empfindlich und anfällig für Entzündungen ist und bei vielen Menschen eine schnell gestresste Schwachstelle darstellt, ist eine Frage, die selten gestellt wird. Ihre Beantwortung ist aber entscheidend für die Wahl einer ursächlich wirkenden und die Struktur stärkenden Therapie. Wenn man sich nicht damit begnügen will, die Symptome durch abschwellende, durchblutungsvermindernde und antiallergische Augentropfen zu unterdrücken oder beteiligte Keime mit Antibiotika abzutöten, muss man einen ganzheitlichen Blick auf den Aufbau, die Entwicklungsgeschichte und die Embryologie des Auges werfen, um die konstitutionelle Ursache der Bindehautentzündung zu erkennen, und daraus eine ganzheitliche Behandlung ableiten.

## Das Auge – ein besonders komplexes Organ

Augen findet man bereits bei über 500 Millionen Jahre alten Fossilien. Als eines der entwicklungs geschichtlich ältesten Organe besteht das Auge aus hoch spezialisierten Strukturen. Diese sind teilweise unterschiedlichen, ja gegensätzlichen Ursprungs. Einerseits ist das Auge aus Teilen des Vorderhirns entstanden, andererseits aus Abschnitten der Haut. Im Laufe der Embryonalentwicklung schiebt sich ein Bläschen aus Nervenzellen, das sogenannte Augenbläschen, gegen die Oberfläche des Gesichts vor und stülpt sich ein, um schließlich einen Becher zu bilden, der mit den vorderen, aus der Haut stammenden Augenabschnitten verschmilzt.

In dem ursprünglich aus einer polaren Zweiheit hervorgegangenen Auge lässt sich nun zwanglos die Dreigliederung des menschlichen Organismus erkennen: Die hinteren, am weitesten innen gelegenen Abschnitte des Auges (Netzhaut, Sinneszellen und Sehnerv) sind der Nerven-Sinnes-Pol des Auges. Die vorderen Abschnitte (Lider, Bindehaut, Hornhaut und Lederhaut) bilden hingegen den Bewegungs- und

Stoffwechsell. Die mittleren Strukturen (wie Glaskörper, Ziliarkörper, Iris) sowie die Aderhaut stellen das rhythmische System des Auges dar.

Gestresste oder gereizte Augen haben heutzutage viele Menschen – durch Bildschirmarbeit, visuelle Reizüberflutung und Umweltbelastungen. Bei solchen leichten Funktionsschwächen empfiehlt sich die Anwendung von *Euphrasia*-Augentropfen, um einer schwereren Erkrankung vorzubeugen. Auch bei und nach besonders intensiver Einwirkung von Schadstoffen, zum Beispiel bei Feuerwehrmännern, die starkem Rauch ausgesetzt waren, kann man sich mit *Euphrasia*-Augentropfen sicher schützen. Kontaktlinsenträger, die häufig gereizte Augen haben, können *Euphrasia*-Augentropfen regelmäßig anwenden, um die Augen zu kräftigen und zu pflegen und stärkeren Beschwerden sowie Entzündungen vorzubeugen.



*Augentrost*, Foto: Michael Straub

### Ein gestörtes Gleichgewicht wiederherstellen

Der Teil der Bindehaut, welcher der Rückseite der Augenlider und der Lederhaut anliegt, dient dazu, die Hornhaut bei jedem Lidschlag mit Tränenflüssigkeit zu benetzen, sie feucht zu halten. Die Tränenflüssigkeit hat die Aufgabe, durch engen Kontakt mit der Hornhaut zu gewährleisten, dass dort eine minimale Vitalität erhalten bleibt. Die Hornhaut, die mangels Blutgefäße glasklar ist, wird von der Bindehaut über ein spezielles Blutgefäßnetz, das Randschlingennetz, ernährt. Als Schleimhaut weist die Bindehaut unter allen Strukturen im Auge die deutlichste Beziehung zum Stoffwechselsystem auf. Schleimhautentzündungen treten oft an unterschiedlichen Orten im Körper gleichzeitig auf. Erkrankungen der anderen Schleimhäute - von Rachen, Nase und Nasennebenhöhlen, Magen und Darm, Harnröhre und Gelenken - gehen daher oft mit einer Bindehautentzündung einher.

Auch wenn sie das Stoffwechselsystem des Auges repräsentiert, so sind doch die Prozesse von Stoffwechsel und Durchblutung in der zarten und durchsichtigen Bindehaut im gesunden Zustand so weit reduziert, dass sie gerade noch zur Ernährung der stoffwechselarmen Hornhaut ausreichen. Kommt es zu einer Schwächung des Menschen, zum Beispiel im Rahmen von Infekten, Stress, inneren Erkrankungen oder durch Einwirkung der genannten äußeren Faktoren, dann fällt die Bindehaut aus diesem funktionellen Eingebundensein in das Sinnessystem heraus. Sie verliert das labile Gleichgewicht, in dem sie sich im gesunden Zustand befindet, und wird von den sich nun ungehemmt entfaltenden, entgleisten Stoffwechselprozessen in Form einer Entzündung ergriffen und überflutet, was mit all den bereits genannten Symptomen und Beschwerden einhergeht.

Eine ursächlich wirkende Therapie der Bindehautentzündung muss also darauf abzielen, das soeben beschriebene gestörte Gleichgewicht wiederherzustellen. Das mag, insbesondere bei schweren und infektiösen Formen der Bindehautentzündung, nicht immer als alleinige Maßnahme ausreichend sein. *Euphrasia* sollte aber als ganzheitliche pflanzliche Basistherapie immer mit dazugehören - gegebenenfalls zusätzlich zu Antibiotika, Glukokortikoiden (kortisonhaltigen Augentropfen) und so weiter.

### So wirkt *Euphrasia*

Die Wirkung von *Euphrasia* bei der Konjunktivitis (und in ähnlicher Weise bei anderen entzündlichen Augenerkrankungen) beruht auf den Eigenschaften, mit denen die Pflanze als Halbparasit anderen Pflanzen die Lebenskräfte entzieht. So wie der Augentrost in der Natur mit seinen Haustorien saugend den Graswurzeln aufsitzt und deren überquellende Vitalität schwächt, so dämpft die Zubereitung aus dem Kraut am Auge die krankhaft entgleisten und im akuten Entzündungsgeschehen eskalierenden Stoffwechselprozesse. Damit begrenzt *Euphrasia* die

Stoffwechselaktivität der Bindehaut auf ein gesundes Maß und bindet diese Struktur wieder stärker ins Sinnessystem beziehungsweise in das Auge ein. Zugleich wirken die Formkräfte, die sich in den fein ausplastizierten und in Farbe und Gegenfarbe, Gelb und Violett, gezeichneten Blüten zeigen, gestaltend und formbildend bei Schwellungen und Flüssigkeitsansammlungen (Ödemen) der Augenbindehäute und Augenlider. Diese Formkräfte tragen dazu bei, die gesunden Strukturen am vorderen Augenabschnitt zu bewahren und, wo nötig, wiederherzustellen.

Dieser Text enthält wesentliche Teile aus dem Buch „12 Magische Heilpflanzen“ Verlag Eugen Ulmer 2022 von den Autoren Dr. Frank Meyer und Dipl.-Ing. Agr. Michael Straub.

Schätzen Sie Naturheilverfahren wie Phytotherapie, Anthroposophische Medizin und Homöopathie? Möchten Sie wissen, warum Pflanzen Krankheiten heilen können? Dieses Buch geht über bloßes Wissen und Erklärungen hinaus. Es öffnet Ihnen Türen, durch die Sie treten können, um selbst eine Beziehung zu den heilenden Pflanzen aufzunehmen.

Heilpflanzen sind faszinierende Wesen. Sie besitzen einen ganz eigenen Charme und Charakter und sind eigenständige Persönlichkeiten. Auf eine ganz besondere Weise sprechen sie uns Menschen an. Selbst wenn sie wissenschaftlich gründlichst untersucht sind, nimmt ihnen das nichts von ihrer Magie. Denn sie bezaubern uns stets aufs Neue, erfreuen unsere Sinne, erfüllen uns mit Erstaunen und überraschen uns mit ihren Heilkräften.

In ganzheitlich ausgerichteten Pflanzen-Porträts schreiben die Autoren über die tiefe Beziehung heilender Pflanzen zu uns Menschen. Die charaktvollen „Magischen 12“ und ihre Verwandten sind starke Verbündete für eine grüne Gesundheitswende. Sie haben sich seit Generationen in der Anwendungspraxis von Ärztinnen, Ärzten und allen anderen heilpflanzenkundigen Menschen bewährt und ihren Platz in unzähligen Praxen, Apotheken und Haushalten gefunden. Sind dort nicht wegzudenken - ebenso wenig wie aus den meisten Heilpflanzengärten, die es weltweit gibt, oder dem Portfolio engagierter Sammler für die pharmazeutische Industrie oder den Hausgebrauch. Die „Magischen“ dienen bei unterschiedlichen Beschwerden von Kopf bis Fuß als außergewöhnlich vielseitige Helfer. Einige sind Altbekannte mit einer jahrtausendealten Heiltradition, andere haben erst durch die Homöopathie oder die Anthroposophische Medizin in den letzten beiden Jahrhunderten größere Bedeutung erlangt. Entsprechend vielfältige Darstellungen erwarten Sie in diesem Buch. Sie reichen von Mythen und Legenden bis zu konkreten Arzneimittelbildern, von Insidertipps für Sammlung und Anbau bis zu praktischen Empfehlungen für die Selbstbehandlung, von der Inhaltsstoffangabe bis zur poetischen Annäherung an das Wesen der Pflanze.

Jede einzelne dieser Pflanzen ist auf ihre Weise vollkommen und eröffnet ganz eigene Wege der Heilung. Die innere Beschäftigung mit ihnen kann ein neues, inniges Verhältnis zu den Pflanzen und ein tieferes Verständnis für ihre Heilkraft schaffen. Jede und jeder wird hier ihre respektive seine Lieblingspflanze finden, ihre oder seine Pflanze der Kraft als inspirierende, heilsame Verbündete im Garten, am Wildstandort und als Arznei. Hinzu kommt als Extra die Mistel als übergeordnete „Magische Heilerin“ mit ihren systemübergreifenden Wirkungen bei der Zeitkrankheit Nr. 1, dem Krebs - einem Thema, das viele Menschen direkt oder indirekt betrifft. Genaue Angaben über Zubereitungen und Darreichungsformen eröffnen die Möglichkeiten der wirkungsvollen Selbstbehandlung. Auf diese Weise möchten wir gerne unsere Begeisterung für die grünen Helfer mit Ihnen teilen, Neugierde wecken und zur Selbstanwendung anregen. Genaue Angaben über Botanik, Anbau, Inhaltsstoffe und Signaturen machen sie mit den Pflanzen vertraut und erklären ihre Heilwirkungen beispielhaft.

Sie, liebe Leserin und lieber Leser, wollen wir herzlich dazu ermutigen, eine sensible und mitfühlende Beziehung zu den Pflanzen und ihrer Umwelt zu entwickeln. Wir laden Sie ein, die künstliche Trennung zwischen Mensch und Natur in Ihrem eigenen Erleben und Handeln zu überwinden und ein neues Miteinander von Mensch, Tier, Pflanze und der mineralischen Welt zu begründen. Der praktische Nutzwert, der sich daraus ergibt, ist immens und kommt uns allen zugute. Die weitere Anwendung pflanzlicher Arzneimittel, die solche aus chemischer Produktion ersetzen können, entlasten Mensch und Umwelt gleichermaßen von Arzneimittelrückständen und irreparablen Schäden.

#### Die Autoren:

Michael Straub (Jahrgang 1959) ist Diplom-Agraringenieur und Inhaber der Beratungsfirma Straub Eco-Consulting. Er berät weltweit Landwirte, Gärtner und Verarbeiter von Heil-, Gewürz- und Kosmetikpflanzen. Er hat langjährige Erfahrung in Forschung, Beratung und Betriebsleitung. Er war 23 Jahre Leiter des Weleda Heilpflanzengartens und der Pflanzenforschung. Als Buchautor und Dozent begeistert er Menschen für ökologische Zusammenhänge und ist Vorstandsmitglied der Vereine Netzwerk-Kräuter BW e.V. und Hortus officinarum.

Dr. med. Frank Meyer (Jahrgang 1960) ist anthroposophischer Arzt und Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur. Seit 1994 praktiziert er als Hausarzt in Nürnberg. Im Laufe seiner Karriere hat er sich mit traditionellen Medizinsystemen aus West und Ost auseinandergesetzt. Seit den 1990er-Jahren ist Dr. Meyer zudem als Gesundheitsautor aktiv und engagiert sich in der Ärztefortbildung. Als Buchautor und Redner teilt er seine Erfahrungen im Umgang mit den heilenden Kräften der Natur und inspiriert Menschen auf der ganzen Welt.

Dr. med. Frank Meyer und  
Michael Straub



Mit besonderem  
Schwerpunkt auf  
Anthroposophischer  
Medizin und  
Homöopathie

# 12 MAGISCHE HEILPFLANZEN

*und ihre Vielfalt in der  
Pflanzenheilkunde*

ISBN 978-3-8186-1653-3

## Nachruf auf Jan Diek van Mansvelt

1. Februar 1943 in Rotterdam – 22. Juli 2024 in Muiderberg

Bas Pedroli



Jan Diek van Mansvelt war ein begeisterter Mensch, der viele Kollegen, Studenten und Bekannte inspiriert hat für einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Land, den Pflanzen und Tieren, vor allem in der Landwirtschaft. Nachdem die Universität in Amsterdam ihm und seinem Mitstudent Ferdie Amons nicht gestattete, ihre vielversprechende Forschung zur Wirkung homöopathischer Verdünnungen fortzusetzen, begründete er zusammen mit Ferdie Amons ein eigenes Forschungsinstitut, das Louis Bolk Institut, dessen Vorstandsvorsitzender er fünfzehn Jahre war. Das Institut, an dem heute mehr als fünfzig Forscher arbeiten, hat eine bedeutende Stelle in der angewandten Forschung der biologischen Landwirtschaft, Ernährung und Medizin.

Ab 1975 war van Mansvelt elf Jahre Direktor der Biodynamischen Landwirtschaftsfachschule Warmonderhof, und seit 1981 auch außerordentlicher Professor an der Wageningen Universität. Mutig und herzhafte entwickelte er eine neue Didaktik von Naturunterricht, Mensch zu werden an der Landwirtschaft. Jochen Bockemühl war einer seiner Inspiratoren in der Richtung einer Wissenschaft des Lebens, und Goethes Metamorphose der Pflanze kam oft in seinen Vorlesungen vor. Leider wurde die Professur nach sechs Jahren durch die Universität nicht weiter unterstützt. Jan Diek und seine Kollegen konnten aber den Unterricht an der Uni noch bis 1999

fortsetzen, in dem sie sehr viele Studenten haben begeistern können für die phänomenologische Naturwissenschaft und die biologisch-dynamische Landwirtschaft. Es war eine Zeit, in der er sehr viel arbeitete und oft unterwegs war, unter anderem in europäischen Forschungsprojekten.

Nach 2000 erlaubte ihm seine Frühpension sich noch mehr seinen nationalen und internationalen Netzwerken zu widmen, aber auch sich etwas ruhiger zu besinnen. Er war zum Beispiel Präsident des niederländischen Biodynamischen Vereins und von IFOAM, des Internationalen Forum für Ökologische Landwirtschaft. In dieser Zeit war er auch drei Jahre lang Koordinator von PETRARCA. Wir haben gemeinsam vielfach beigetragen zu den Konferenzen der Europäischen Landschaftskonvention in Straßburg und darüber auch veröffentlicht. PETRARCA verdankt Jan Diek viel für seinen Beitrag zum Aufbau der Organisation.

Er war Vorstand in vielen anderen Vereinen und begründete viele Initiativen auf den Gebieten Landnutzung und -besitz, Community Supported Agriculture, genetische Manipulation, Spiritualität, Landwirtschaftliche Coaching usw. Er war ein begabter Redner und wurde viel gefragt für Vorlesungen im In- und Ausland. Andererseits hatte er sich dort, wo er wohnte, auch immer eingesetzt für lokale Initiativen.

Im April und Mai dieses Jahres hatte Jan Diek mit seiner Freundin der letzten sechs Jahre noch eine sechswöchige Camper-Reise gemacht durch Frankreich, Spanien, Portugal, und auf dem Rückweg noch einmal zur Kathedrale von Reims. Diese intensive Neubegegnung mit der europäischen Kultur und Landschaft hat er ungemein genossen. Er war nach der Heimkehr nur sehr ermüdet gewesen, dies musste er erkennen. Ende Mai hatte er dann einen Termin mit dem Onkologen, der ihm mitteilte, er hätte vielleicht noch ein paar Monate zu leben. Als ich ihn wenige Wochen später besuchte, saß er ruhig auf der Couch, munter rückschauend auf das, was er alles im Leben mitgemacht hatte. Manchmal hatte er noch seinen typischen, humorvollen und fast spöttischen Gesichtsausdruck, wenn er mit seiner etwas heiseren Stimme über misslungene Unternehmen sprach. Er hatte Frieden damit und sagte, er freue sich ‚heimkehren‘ zu können.

Er bat Tom Saat von der biodynamischen Stadsboerderij Almere darum, dass seine Bestattungsfeier dort stattfinden könne. Und so kamen am 26. Juli etwa einhundertfünfzig Verwandte und Freunde zusammen, um Jan Diek inmitten einer Pracht von Sommerfeldblumen unter dem Dach der offenen Scheune, wo die Spatzen bei dem schönen Wetter lustig zwitscherten, zu verabschieden. Viele Menschen bezeichneten Jan Diek als Pionier und Kamerad in Sachen des Mensch-Naturverhältnisses und der biologischen Landwirtschaft. Sie benannten dankbar die Inspiration, die seine großen Geschichten und kleinen Beobachtungen, seine Mutigkeit angesichts kritischer Einwände, seine Standhaftigkeit und zugleich seine Leichtigkeit gebracht haben.

## Ökologie des Bewusstseins

### Netzwerk Ökologie des Bewusstseins

In einem Forschungsprojekt zur *Ökologie des Bewusstseins* hat sich Diane Keyes mit den Grundlagen des Regenerationstrainings befasst. Es entsteht ein Handbuch, das die philosophischen Grundlagen und die regenerative Praxis des Regenerationstrainings aufzeigt. Mit dabei sind unter anderem systemische und ökosystemische Perspektiven, der goetheanistische Zugang zur Landschaft als eine innere Entdeckungsreise aus dem Petrarca-Netzwerk, das Konzept der Zehn Biotope von Hans-Christoph Vahle und die Methoden der natürlichen Wasserretention.

Das Regenerationstraining wurzelt in der Initiative, aus einem inneren Wandel in unserer Beziehung mit der Natur heraus praktisch in der Landschaft tätig zu werden. Eine kulturelle Kern-Frage darin lautet: „Wie können wir uns selbst und einander dabei unterstützen, Erfahrungen zu machen, die es uns ermöglichen, uns wieder neu auf die Natur auszurichten?“ (Keyes, 2024). Inwiefern das Herz das Vermittelnde in unserer Beziehung mit der Natur, dem Lebendigen, ist, beleuchtet Diane im Zuge der Ausarbeitung über Transformatives Lernen – also ein Lernen, durch das wir etwas wirklich Neues in uns selbst und in der Welt verwirklichen.



Regenerationstraining auf Hof Weinberg (2023), Quelle: Netzwerk Ökologie des Bewusstseins

## Herz als das Vermittelnde

Das Engagement des Herzens ist wesentlich. Es ist das Herz, das eine Brücke zwischen unserem Denken (Kopf) und unserem Tun (Hände) schlagen kann und uns hilft, eine Integration und Verkörperung des Neuen zu erreichen. Durch das Herz bilden wir neue Beziehungen. Auf diese Weise kann das Herz als Vermittler auf unserem Weg zur Verkörperung von etwas Neuem verstanden werden. [...]

## Herz und Resonanz

*„Empathisch zuzuhören heißt, sich in Resonanz zu befinden. Es heißt, dass wir uns öffnen und unseren eigenen inneren Raum für das Andere zur Verfügung stellen. Indem wir in Resonanz treten, lassen wir uns berühren und bieten zugleich eine Hülle, ein Gefäß, in dem das Andere es selbst sein und sich seinem Wesen entsprechend entfalten kann. Was würde es heißen, wenn wir unsere Empathie der Natur schenken würden? Was könnte entstehen, wenn wir unseren inneren Werde-Raum für die Natur öffnen würden? Was würde aus unserer beiderseitigen Beziehung dadurch werden?“*

*Dieses In-Resonanz-Sein formt ein Doppelportal: ein Portal zum Werden und zur Würde des Anderen und zu unserer eigenen immanenten Möglichkeit zur Transformation. Dieses Berührt-Sein ist die Tür zu einem Neuen, der Zugang zu einer anderen Realität. Zumindest für diesen kleinsten Moment des Eintauchens in das Andere sind wir tatsächlich anders. Die Welt sieht anders aus, wenn im eigenen Erleben die Realität des Anderen nachgebildet wird. Wir empfinden anders, wir fühlen anders – wir sind anders!*

*Wenn wir in Resonanz treten, werden wir bewegt. Wir schwingen innerlich mit. Wir werden (mit)geschwungen und verkörpern dadurch, wenn auch nur für kurze Momente eine andere Frequenz, eine andere Art des Daseins, eine andere Logik. Wir nehmen eine andere Realität wahr durch diesen neuen Zustand. Inspirationen springen aus neuen Quellen und andere Möglichkeiten und Handlungsspielräume werden sichtbar. Wir denken und fühlen dem Anderen entsprechend. Das ist aber kein statisches Bild, sondern etwas Bewegtes, Lebendiges. Es sind Bewegungen, die die Natur in uns malt und die uns auch selbst wieder neu bewegen.*

*Können wir durch Empathie und Resonanz zu neuen Daseinsweisen finden, die uns beiden, der Natur und uns selbst entsprechen?“ (Keyes, 2023).*

Auszug aus Kapitel II: Transformatives Lernen und Übungen - ein erlebbarer Weg dorthin

Das Herz ist nicht nur integraler Bestandteil der Verkörperung des Neuen, sondern spielt auch eine Schlüsselrolle bei der Resonanz, die uns neu in Beziehung bringt. Resonanz resultiert aus einem tiefen Zuhören und kann als Tor zum Verstehen des Anderen gesehen werden.

Auch haben wir uns im Netzwerk *Ökologie des Bewusstseins* vor zwei Jahren innig mit dem Wasser beschäftigt. „Das Wasser weist den Weg“ lädt zu einer Entdeckungsreise in die Welt der Qualitäten des Wassers ein. Genauso bezaubernd wie die Formen des Wassers und voller Regenerationspotential ist der nun erschienene Film dazu: Tauchen Sie für 3,5 Minuten mit in die belebende Welt des Wassers ein!

<https://youtu.be/sed6H96UzJ8>



Quelle: Netzwerk *Ökologie des Bewusstseins*

## **Das Modul „Kulturlandschaftsentwicklung, Erkenntnisprozesse“**

Thomas van Elsen

Jedes Jahr im Sommersemester findet am Fachbereich Ökologische Agrarwissenschaft der Universität Kassel in Witzenhausen das Modul „Kulturlandschaftsentwicklung, Erkenntnisprozesse“ statt. Im ersten Teil der Lehrveranstaltung geht es um Erkenntnisprozesse, um Wahrnehmung und Urteilsbildung in Theorie und Praxis. Anhand von Beobachtungsübungen, insbesondere zur Blattmetamorphose, dem Aufsatz „Der Versuch als Vermittler von Objekt und Subjekt“ von Goethe und Beispielen wird der Erkenntnisprozess selbst beleuchtet. Daniel Kusche steuert Übungen aus der „Theorie U“ bei und Jürgen Fritz aus seiner Forschung zur Qualitätsbeurteilung mittels der Kupferchlorid-Kristallisation, so dass die Studierenden selbst methodische Schritte zu Wahrnehmen und Erkennen in verschiedenen Forschungsfeldern machen.

Der zweite Modulteil – Kulturlandschaftsentwicklung auf Betriebsebene – bezieht die zuvor erarbeiteten Grundlagen ein und wendet sie auf die Zielsetzung der Entwicklung von Landschaft und Biodiversität auf Biohöfen an. Wie haben die Bewirtschaftung und die Intentionen von Menschen Landschaft und Artenvielfalt historisch geprägt, und welche Potenziale haben Biobetriebe heute, Kulturlandschaft und Artenvielfalt durch Maßnahmen bewusst weiterzuentwickeln? Wie lassen sich an der Wahrnehmung der Landschaft Gesichtspunkte und Umsetzungsschritte dafür erarbeiten? Welche übergeordneten Ziele lassen sich einbeziehen?

Die Autorin des folgenden Aufsatzes hat am Exkursionswochenende teilgenommen, studiert in Witzenhausen Ökologische Landwirtschaft und hat vor dem Studium eine dreijährige Ausbildung zur Gemüsegärtnerin auf einem Camphill in England absolviert. Aktuell unterstützt sie mich als studentische Mitarbeiterin in den Erasmus+ - Projekten EcoSocial Farming und SoFarm. Der Aufsatz erscheint auch im Rundbrief 51 der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Soziale Landwirtschaft, für den ihn die Autorin verfasst hat.

### **Ein Wochenende mit den Fleckenbühlern**

#### **Im Rahmen des Moduls L56 „Erkenntnisprozesse, Kulturlandschaftsentwicklung“ der Universität Kassel in Witzenhausen vom 24.-26. Mai 2024**

Anna Holtmann

Im Rahmen des Mastermoduls L56 „Kulturlandschaftsentwicklung, Erkenntnisprozesse“ der Universität Kassel-Witzenhausen fand eine mehrtägige Exkursion zur Lebensgemeinschaft „die Fleckenbühler e.V.“ statt, begleitet von Thomas van Elsen. Der landwirtschaftliche Betrieb der Fleckenbühler befindet sich nur unweit von Cölbe bei Marburg. Der Betrieb ist 1984 gegründet worden und wirtschaftet seitdem

biologisch-dynamisch. Mittlerweile gibt es verschiedene Betriebszweige, wie eine Brasserie, ein Umzugsunternehmen und einen Hofladen. Die Fleckenbühler sind eine Lebensgemeinschaft, die aus Menschen mit Suchtproblemen besteht, welche zusammenleben und arbeiten. Es gibt kein medizinisches Fachpersonal innerhalb der Gemeinschaft, sondern die Gemeinschaft sorgt für die Unterstützung, welche jeder Bewohner auf seinem Weg benötigt. Dieses Alleinstellungsmerkmal macht „die Fleckenbühler e.V.“ zu einer ganz besonderen Lebensgemeinschaft.

Freitag, 24. Mai 2024: Um Punkt 8 Uhr machten sich zwei Uni Busse voller Master-Studenten auf den Weg nach Fleckenbühl. Bereits auf der Busfahrt wurde sich angeregt über die im Vorhinein ausgehändigten Fragen zum Thema Kulturlandschaft unterhalten. So etwa: „Welche Intentionen in Bezug auf „Landschaft“ begegnen uns bei verschiedenen Menschen, die wir treffen? Was meint man, wenn man sagt, eine Landschaft sei mehr als die Summe ihrer Teile?“

Aufgrund des angeregten Austausches verging die Fahrt recht schnell und alsbald erreichten wir unser Ziel. Wir gelangten in einen riesigen Innenhof, umgeben von langgestreckten Gebäuden. Den Mittelpunkt des Ganzen bildet ein Brunnen. Vor Ort wurden wir sehr herzlich von den Menschen in Empfang genommen. Ganz besonders von dem Landwirt Uwe Weimar.



Nachdem wir unsere Zelte unter den vier Linden aufgeschlagen hatten, machten wir uns gemeinsam mit Uwe und einer Bewohnerin der Lebensgemeinschaft auf den Weg, die Hofstelle zu erkunden. Die Studierendenschaft war sehr interessiert und Uwe und die Bewohnerin waren sehr offen dafür, alle Fragen,

die gestellt wurden, genau zu beantworten. In der Lebensgemeinschaft gibt es drei

zentrale Regeln, welche uns Uwe vor Augen führte. Wer sich nicht an diese Regeln hält, muss die Lebensgemeinschaft unverzüglich verlassen.

1. Es dürfen keine Drogen konsumiert werden.
2. Es darf keine Gewalt oder die Androhung von Gewalt ausgeübt werden.
3. Es darf nicht geraucht werden.

Jedes Jahr kommen ca. 500 Menschen auf die Fleckenbühler zu, die abhängig sind und die Teil der Lebensgemeinschaft sein wollen. Allerdings verlässt ein Drittel dieser Menschen die Lebensgemeinschaft schon wieder am folgenden Tag. Das zweite Drittel der Menschen bleibt ca. 2 Wochen und nur ein Drittel der ankommenden Menschen bleibt längerfristig auf dem Hof. Das allgemeine Gesprächsthema des Wochenendes war jedoch nicht dem Thema Soziale Landwirtschaft, sondern dem Thema Kulturlandschaften gewidmet. Aus diesem Grund machten wir uns gut gestärkt nach dem Mittagessen auf den Weg zu einem höhergelegenen Punkt des Geländes, um einen ersten Überblick über die Kulturlandschaft des Betriebes zu bekommen. Die Hofstelle liegt in einem Tal und die Flächen auf beiden Seiten des Tals werden von den Fleckenbühlern bewirtschaftet. Allerdings ist die Bodenqualität der beiden Seiten sehr unterschiedlich. Auf der einen Seite des Tals sind die Böden sehr lösshaltig und auf der anderen Seite findet man eher tonige Böden. Die Biodiversität der einzelnen Flächen ist sehr verschieden. Am höchsten Punkt angelangt, hatten wir einen sehr guten Blick auf die Flächen auf der gegenüberliegenden Seite.

Diese sind mithilfe von Hecken unterteilt, welche 1986, kurz nach der Entstehung der Fleckenbühler Lebensgemeinschaft von dieser angelegt wurden. Uns wurde später von Uwe geführt, welche Bedeutung diese Hecken nicht nur für die Biodiversität, sondern auch für das Erscheinungsbild der Kulturlandschaft haben. Uwe zeigte uns im Anschluss an den kleinen Rundgang Bilder von den Flächen aus den 1970er-Karten und Fotos, als die Hecken noch nicht existierten. Dabei wurde uns bewusst, wie kahl und trist diese Bilder im Vergleich zu den heutigen Flächen wirkten.



Geplant und konzipiert wurde die Heckenanlage durch den damaligen Landwirt Marcus Sperlich. Der heutige gepflegte Zustand ist insbesondere Klaus Renner zu verdanken, welcher sich seither mit viel Sorgfalt um die Pflege der Kulturlandschaft kümmert. Ihm zu verdanken sind auch angelegte Steinhäufen mit Lesesteinen aus dem Acker oder Baumschnitthäufen, welche einen besonderen Lebensraum für Flora und Fauna bieten. Die Pflege der Hecken wird so gestaltet, dass einzelne Hecken-

abschnitte jedes Jahr in bestimmten Abschnitten heruntergeschnitten werden, sodass immer ein Teil der Hecken stehengelassen wird.



Nachmittags bekam die Gruppe der Studierenden eine Übung zur Aufgabe. Jeweils 4-5 Personen sollten versuchen, die Natur aus der Sicht der vier Naturreiche zu beobachten (Mineralien, Pflanzen, Tiere und Menschen). Danach wurden die Beobachtungen, die man dabei gemacht hat, im Plenum geteilt. Ganz besonders auffällig war es, wie unterschiedlich die einzelnen Gruppenwahrnehmungen waren. Sie waren sehr davon abhängig, welche Sinne die Teilnehmenden verstärkt nutzten und auch wie das eigene Vorwissen und die eigenen Erfahrungen waren.



Das Abendbrot war sehr reichhaltig und divers. Uwe erzählte, dass viele Menschen, die als Bewohner nach Fleckenbühl kommen, erst einmal ein paar Kilo zunehmen, da sie versuchen, mit dem Essen ihre Sucht zu kompensieren. Abends am Lagerfeuer neigte sich der erlebnisreiche Tag langsam dem Ende zu.

Samstag, 25. Mai 2024: Nach dem Frühstück blickten wir auf den gestrigen Tag zurück. „Was war neu, was war überraschend, welche neue Frage hat sich für mich ergeben?“ Im Anschluss waren zwei Aktivitäten geplant. Deshalb teilten sich die Teilnehmenden in zwei Gruppen auf. Die eine Gruppe ging gemeinsam mit Klaus Renner zu einer Fläche, die er vorher im Schachbrettmuster gemäht hatte, weil auf der Wiese einige seltene Pflanzenarten, wie der große Wiesenknopf, vorkommen. Das gemähte Gras wurde von den Studierenden zusammengereicht.

Die andere Gruppe machte sich mit Uwe Weimar auf den Weg in ein sehr feuchtes Gebiet am Rande eines Roggenfeldes. Dort befand sich recht viel stumpfblättriger Ampfer, welcher von uns gestochen werden sollte, weil er sich teilweise schon in der Blüte befand und auszusamen drohte. Wie es Uwe Weimar ausdrückte, ist Ampfer unter den Beikräutern im Feld „der würdigste Gegner, weil man ihn wirklich Mann gegen Mann bekämpfen muss“, um eine Pflanze mit Wurzel entfernen zu können.





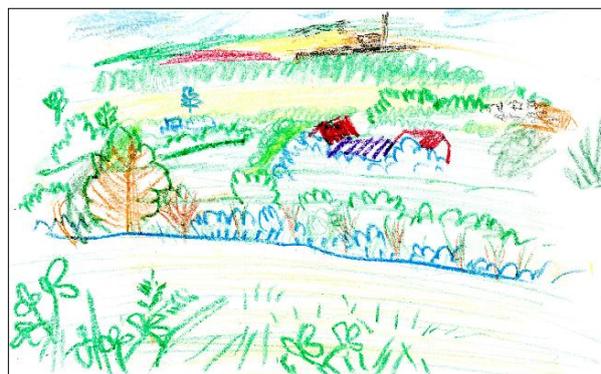
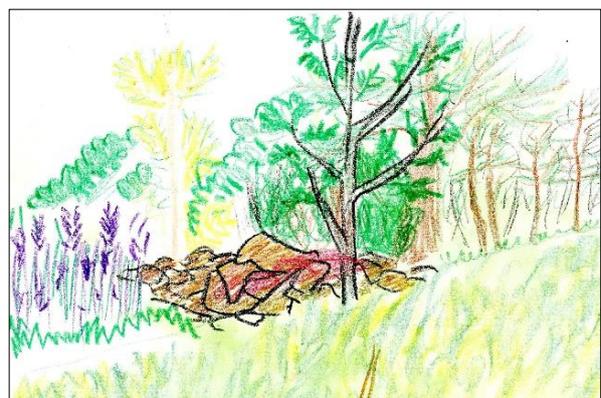
Am Nachmittag begaben wir uns auf einen recht langen Spaziergang in Richtung der anderen Seite des Tals, wo sich die Heckenreihen befinden. Aus der Nähe betrachtet, konnte man gut erkennen, wie sich die Pflege der Hecken gestaltet. Auf unserem Weg passierten wir immer wieder stillgelegte Flächen, welche ganz unterschiedliche Grünlandgesellschaften aufweisen. Natürlich wurden zwischendurch fleißig viele verschiedene Pflanzen von den

Studierenden bestimmt. Außerdem zeigte uns Uwe den Dipgraben. Dies ist ein Graben, der nicht angelegt wurde, sondern auf natürliche Weise entstanden ist. Vermutlich dadurch, dass sich dort das Wasser sammelt und erst einen flachen, aber wie wir dann an anderer Stelle sehen konnten, einen tiefen Graben bildete. Diesen Graben gingen wir hinunter und es war wirklich beeindruckend zu sehen, wie schnell sich ein Wechsel der Vegetation abzeichnete. Unten angelangt, fließt ein kleiner Bach und in diesem Bach stehen Kopfweiden, welche das letzte Mal vor 10 Jahren von Klaus Renner beschnitten wurden. Momentan gibt es leider die Situation, dass sich Klaus Renner und Uwe Weimar aufgrund des voranschreitenden Alters nicht mehr so intensiv um die Pflege der Kulturlandschaft rund um Fleckenbühl kümmern können. Deshalb hoffen sie, dass sich Menschen in der Lebensgemeinschaft finden, welche in ihre Fußstapfen treten werden.

Zwischendurch machten wir eine Übung zur Wahrnehmung der Kulturlandschaft. Dafür stellten wir uns in einem Kreis auf, drehten uns nach außen und jede Person begann mit Wachsmalstiften zu zeichnen, was sie vor sich sehen konnte. Nach einer



gewissen Zeit erklang ein Glöckchen und jede Person ging zwei Bilder weiter und zeichnete weiter an diesem Bild. Solange bis jede Person wieder bei ihrem eigenen Bild angekommen war. Es stellte sich heraus, dass jede Person die Landschaft auf eine ganz eigene Weise wahrnimmt und dies so auf das Papier zu bringen vermag.





Der zweite Tag fand seinen Ausklang ebenfalls in einem Lagerfeuer. Hervorzuheben ist dabei noch, dass sich zum Lagerfeuer, aber auch zu den Gruppenübungen immer wieder Menschen der Lebensgemeinschaft dazugesellten und dies eine besondere Atmosphäre und ganz andere Eindrücke schaffte.



Sonntag, 26. Mai 2024: Am Sonntag machten wir uns alle schon früh aus den Federn. Um 6:30 Uhr startete die Vogelwanderung mit Thomas van Elsen. Allerdings war es

gar nicht mehr so leicht die einzelnen Vogelstimmen auseinanderzuhalten, da diese um die Uhrzeit schon sehr stark durcheinander sangen. Beispielsweise hörten wir den Zilpzalp, der immer seinen Namen singt, und noch einige weitere Vögel.



*Mönchsgrasmücke und Wacholderdrossel, gemalt von Teilnehmerin Elena Baarck*

Anschließend an das Frühstück, welches am Sonntag in Fleckenbühl immer ein Brunch ist, machten wir einen kleinen Rückblick auf den gestrigen Tag und danach sollte jede Person einen kleinen Blumenstrauß mit allen Gräsern und Kräutern sammeln, die er oder sie auf dem erneuten Weg zum Aussichtspunkt auf dem Fleckenbühler Gelände finden konnte.



Nach einer Weile breiteten wir ein großes weißes Bettlaken aus und reihum durfte jede Person aus dem eigenen Blumenstrauß eine Pflanze vorstellen. Zwar wurde das Bettlaken mit der Zeit immer voller, aber die Sträuße wurden einfach nicht kleiner. Es war sehr beeindruckend zu sehen, wie viele Pflanzen auf der kleinen Wegstrecke wachsen. Einige waren ganz versteckt und unscheinbar, wie das Mäuseschwänzchen.

Andere wiederum waren in fast allen Sträußen wiederzufinden, wie das Knaulgras („Diplom-Landwirte-Gras“). Im Anschluss an diese Übung suchte sich jede Person einen anderen Platz und wir malten ein sogenanntes Falschfarbenbild mit den Farben rot, blau und gelb. Rot stand für „trocken und warm“, blau stand für „nass

und kühl“ und gelb stand für „hell und lichtdurchflutet“. Je nachdem, welches Element in der Landschaft die Person mit diesen Adjektiven assoziierte, malten wir es in dieser Farbe auf unser Blatt Papier.



*In den gesammelten Blumensträußen fanden sich auch seltene Arten wie das Mäuseschwänzchen*



Solche „expressionistischen“ Malversuche können dabei helfen, die Atmosphäre verschiedener Räume in der Landschaft zu verobjektivieren. Ehe die Übung besprochen werden konnte, war es schon Mittagszeit und die Gruppe machte sich auf den Weg, die Zelte abzubauen. Als wir anschließend den Innenhof betraten, war das anstehende Hoffest schon in vollem Gange. Überall gab es leckere Köstlichkeiten zu erwerben, Kinder turnten auf den aufgestellten Strohbällen herum und es wurde sogar ein Schubkarrenrennen angeboten. Es herrschte eine wirklich lebhafte und heitere Stimmung.



# ECO Social Farming

Im Rahmen des Fleckenbühler Hoffests findet am Sonntag, 26.5.2024 um 14:00 Uhr ein Naturschutz-Spaziergang mit Uwe Weimar statt. Dabei sind auch die Studierenden des Mastermoduls „Erkenntnisprozesse und Kulturlandschaftsentwicklung auf Hofebene“ der Universität Kassel in Witzenhausen.

Der Naturschutz-Rundgang ist gleichzeitig ein Workshop des Erasmus + Projekts „EcoSocial Farming“, in dem die Potenziale Sozialer Landwirtschaft für Natur und Landschaftsentwicklung untersucht werden.

Kontakt: Dr. Thomas van Elsen, [www.soziale-landwirtschaft.de](http://www.soziale-landwirtschaft.de)



## EcoSocialFarming-Projekt

Unser letzter Programmpunkt war die Naturschutzwanderung gemeinsam mit Besuchern des Hoffestes. Unsere Route war dieselbe wie am Vortag. Dennoch war es gut, nochmals einige Informationen von Uwe Weimar zu hören, welche er zuvor ein wenig anders erzählt hatte. Unter anderem berichteten wir den Besuchern von unserem Kurswochenende und hielten am Ende des Rundgangs einen Workshop ab, welcher von dem EcoSocialFarming Projekt handelte. Dieses Projekt ist ein Erasmus+ Projekt, welches die positiven ökologischen Aspekte, welche durch die Soziale Landwirtschaft entstehen, untersucht. Mit den Projektpartnern hatten wir im Oktober 2023 in Fleckenbühl in Zusammenarbeit mit Uwe Weimar ein internationales Projekttreffen abgehalten. Die Teilnehmer zeigten sich beeindruckt von den Möglichkeiten, wie Soziale Landwirtschaft Kulturlandschaft und Biodiversität aktiv entwickeln kann. Zum Ende des Workshops bedankten wir uns herzlich bei Uwe und der gesamten Hofgemeinschaft für dieses besondere Wochenende. Wir alle konnten schnell noch einmal über das Hoffest schauen bevor wir uns müde, aber voller Erlebnisse und Gedanken auf die Heimreise machten.





*Rundgang im Rahmen des EcoSocialFarming-Projektworkshops, Foto: Dieter Eser*



*Teilnehmer des Kurswochenendes; rechts die Autorin  
Fotos: Thomas van Elsen, sofern nicht anders genannt*

## Veranstaltungen

### Landschaftsgänge für jahreszeitliche Naturinspirationen: Michaeli

In den natürlichen und kulturellen Jahreszeiten und Festen sind jeweils unterschiedliche Eigenschaften zu beobachten und wahrzunehmen. Während der Frühling sowohl die Natur als auch die Menschen mit neuer Kraft durchdringt, lädt um Weihnachten herum alles dazu ein, sich nach innen zu kehren.

Wie können wir uns von der Natur und ihren Zyklen bereichern lassen? Zu den Haupt-Jahresfesten (Michaeli, Weihnachten, Dreikönig/Epiphanie, Ostern) und weiteren wichtigen naturzyklischen Tagen (zum Beispiel Tag- und Nacht-Gleiche) laden wir auf jeweils einen der Höfe im Windrather Tal ein.

Nach einer gemeinsamen Einstimmung mit Klängen oder Eurythmie wird jeder einen individuellen Gang durch die Landschaft machen. Im Anschluss wird sich in einer geselligen Atmosphäre bei einem gemischten Mitbring-Buffer über das Erlebte ausgetauscht.

Zeit: Samstag, 5. Oktober 2024, ab 15:00 Uhr

Ort: 42555 Velbert, Demeterhöfe des Windrather Tales

Kosten: auf Spendenbasis

Dozent: Helmut Weithauer

Informationen: klaus@weithauer.de oder 015774693184

Veranstalter: fakt21

Select tickets - Landschaftsgänge für jahreszeitliche Naturinspirationen: Michaeli - Velbert (tickettailor.com)

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: [AngelaPfennig@gmx.de](mailto:AngelaPfennig@gmx.de), Tel. +49 (0)3831 289379