

Aus hundert Augen

**Aufgabe: die Dinge sehen, wie sie sind!
Mittel: aus hundert Augen auf sie sehen können, aus vielen Personen.**

Friedrich Nietzsche

Wir genießen die ländliche Idylle am Hof, aber oft herrscht ein reges Treiben wie auf einem vollen Marktplatz. Eltern, Seminargäste, Künstler, Postboten, Gäste des Hofcafés, Bauern, Menschen, die Interesse an freiwilliger Mitarbeit haben, Bauarbeiter, Professoren, Freundesgruppen, die eine Führung möchten, Schüler, die einen Praktikumsplatz suchen ... sie alle bewegen unseren Alltag und lassen keinen unserer Arbeitstage gleich aussehen. Diese Begegnungen fordern uns heraus, flexibel zu bleiben und jedem Menschen eine individuelle Beziehung zum Hof zu ermöglichen. Immer wieder sind wir berührt, wie Menschen auf ihre

Art und Weise am Hofgeschehen Anschluss finden und dadurch gewissermaßen zum Hof dazu gehören.

Einen berührenden Moment hatten wir unlängst mit einem Mann, der bei uns die Bio-Kontrolle durchführt. Alleine schon das Wort Kontrolle löste leichte Nervosität bei uns aus. Obwohl wir wissen, dass wir nichts zu verbergen haben, kam zunächst trotzdem ein mulmiges Gefühl auf. Die Situation entspannte sich jedoch schnell: Mit einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen aus dem Hofcafé begaben wir uns ins Büro. Während der Arbeit wurden wir immer wieder von Menschen unterbrochen, die ins Büro kamen und uns fragten, was wir tun. Da gleichzeitig eine Bildungsveranstaltung an der Akademie stattfand, war er gewissermaßen sofort „mittendrin“ im Trubel unseres Alltags und bekam kleine Einblicke in unsere Art zu arbeiten.

Vor allem unsere Getreide-Verpackungen begeisterten ihn und er freute sich auch, Lukas kennenzulernen, der für das Schreiben der Schriftzüge verantwortlich ist. „So was hab ich ja noch nie gesehen ... Wirklich ganz toll, was ihr hier macht“, murmelte er immer wieder. Sichtlich erfreut verliebte er uns wieder. Bei der Bio-Kontrolle ist alles gut gegangen, aber diese war am Ende fast nebensächlich. Eine von vielen unerwartet schönen Begegnungen.



Komm auch du gerne mal vorbei! Wir freuen uns über deine individuellen Anliegen, denn mit ihnen bewegt sich unser Hof.

- Maria arbeitet seit 2019 am Hof und ist für den Hofladen und das Hofcafé zuständig.
- Sophie ist seit 2019 in der Vermarktung tätig.



UNSERE OBSTBAUMWIESE

Wie für jeden Bauern und jede Bäuerin, so stellt sich auch für uns die Frage: „Wie wollen wir mit dem Land, das uns anvertraut ist, umgehen?“ Für uns ist klar, dass wir einen achtsamen Umgang damit pflegen wollen. Aber was ist das eigentlich, ein „achtsamer Umgang“? Wir wollen versuchen, das am Beispiel unserer Streuobstwiese in Feldkirchen zu verdeutlichen:

Stimmen gegen die Flächenversiegelung

Etwas außerhalb von Feldkirchen an der Donau, wo die fruchtbare Ebene geprägt ist von Maiskulturen und Apfelplantagen, in der Nähe einer Bundesstraße und eines großen Betriebsbaugebietes, liegt eine Wiese, die sich im Eigentum der Gemeinde Feldkirchen befindet. Es handelt sich um das Gelände einer ehemaligen Schottergrube, und auch heute wird in der Nähe weiterhin Schotter abgebaut. Die Landschaft wirkt weitgehend ausgeräumt, doch in Feldkirchen selbst herrscht eine rege Bautätigkeit. Der Ort blüht, aber gleichzeitig werden die Stimmen lauter, die auf die heute allgegenwärtigen Probleme der Flächenversiegelung, des Verlustes der Artenvielfalt oder auf das Thema der Nachhaltigkeit hinweisen. Kurz: Viele BürgerInnen wünschen sich einen „achtsameren Umgang“ mit dem Boden. So entstand die Idee der Anlage einer Streuobstwiese auf der gemeindeeigenen Fläche.

55 Obstbäume gepflanzt

Da Obstbäume immer einen deutlich höheren Arbeitsaufwand bei der Pflege bedeuten, war der bisherige Pächter nicht mehr dazu bereit, die Wiese weiter zu bewirtschaften. Dieser verwies den Bürgermeister jedoch an uns, und es dauerte nicht lange, bis klar war, dass wir dieses Projekt gemeinsam umsetzen möchten. Auch die örtliche Jägerschaft wurde ins Boot geholt. Die Jäger pflanzten sofort tatkräftig eine Hecke, die die Wiese seither umrahmt und einen wertvollen Rückzugsraum für Wildtiere darstellt. Schließlich wurden im Rahmen des Includtrain-Projektes im Herbst 2019 von Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen aus verschiedenen europäischen Ländern gemeinsam 55 Obstbäume gepflanzt, die ihre Tätigkeiten aufmerksam gegenseitig beobachteten (was ja eine entscheidende Aufgabe bei Includtrain ist). Der Bürgermeister, der uns zur Stärkung Wurstsemmeln spendierte, staunte dabei nicht wenig. Tatsächlich wurzelten alle Bäume gut an und zeigten im darauffolgenden Frühling grüne Triebe. Uns fiel ein Stein vom Herzen, weil die Bäume zuvor aufgrund einer Unachtsamkeit einmal ziemlich vertrocknet waren.

Artenreiche Blumenwiese

Das Gras der Wiese wird nun zu Heu, die Bäume müssen behutsam gemäht werden und beides bedeutet viel Handarbeit, jedoch entsteht durch die achtsame Bewirtschaftung langsam eine artenreiche Blumenwiese. Entscheidend sind auch unsere selbst gemachten Baumschürzen zum Schutz vor Wildverbiss und das regelmäßige Schneiden der Bäume, das ein wunderbares Lernfeld für unsere Gärtnerlehrlinge darstellt. Zu Beginn wurde unserer Wiese viel Beachtung geschenkt, deutlich erkennbar an den verdrehten Köpfen der Autofahrer, die uns verwundert beobachteten. Mittlerweile macht sich ein gewisser Gewöhnungseffekt bemerkbar und die Beachtung der Vorbeifahrenden nimmt deutlich ab.

Die Bäume stehen aber immer noch da und wachsen langsam und beharrlich einer mehr als ungewissen Zukunft entgegen. Und doch: Durch die Verbundenheit mit vielen Menschen, ihr eigenes Wachstum und ihre immer tieferen Wurzeln sichern sie sich letztlich selbst ab und verwandeln den Ort, an dem sie stehen, für den aufmerksam Wahrnehmenden doch auf eine erstaunliche Weise.

- Konrad arbeitet seit 2003 am Hof. Er ist in der Gärtnerei tätig und Teil des Hofleitungsteams.



Unser newsletter informiert Sie laufend über die aktuellen Veranstaltungen. Sie können sich auf unserer Homepage anmelden.

<https://www.loidholdhof.at>

Liebe Freundinnen und Freunde, liebe Förderinnen und Förderer unserer Gemeinschaft!

Ihre Spende an die Integrative Hofgemeinschaft Loidholdhof IBAN: AT76 6000 0000 9207 2929 wird automatisch vom Finanzamt als Sonderausgabe anerkannt, wenn Sie Ihren Vor- und Zunamen sowie Ihr Geburtsdatum auf dem Erlagschein angeben.

Gerade durch so eine Spende war es uns möglich, zwei neue Steinbacköfen anzuschaffen.

Vielen herzlichen Dank!
Ihre Hofgemeinschaft

Danke



Impressum:
Medieninhaber, Redaktion und Hersteller:
Integrative Gemeinschaft Loidholdhof
Oberhart 9, 4113 St. Martin im Mühlkreis
Telefon: 07232 / 36 72
Fax: 07232 / 36 72-13
E-Mail: office@loidholdhof.at
Internet: www.loidholdhof.at
Redaktionsteam: Josef Fragner, Konrad Grünberger,
Maria Grünberger, Achim Leibing
Gestaltung: Gertrude Plöchl
Fotos: Archiv Loidholdhof, pixio
Verlags- und Herstellungsort: 4113 St. Martin
Zeitung der Integrativen Hofgemeinschaft Loidholdhof
IBAN: AT76 6000 0000 9207 2929
BIC: BAWAAT33

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/53401-2305-1014

DREISEITER

news

LETTER DER INTEGRATIVEN HOFGEMEINSCHAFT AM LOIDHOLDHOF

1/2023

www.loidholdhof.at



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Ein Auslöser für weitere Innovationen am Loidholdhof war die Begegnung mit einer Kunstinstallation auf Urtica de Vijfsprong, einem befreundeten Hof in Holland. Dort stand eine große eiserne Kuh vor dem Kuhstall und auf unsere fragenden Blicke erzählten sie uns die Geschichte von der wandernden Kuh „Telos“.

„Telos“ (von gr. télos „Ziel“) geht auf ein philosophisches Konzept von Aristoteles zurück, das besagt, dass alle Lebewesen ein eigenes Ziel haben, wie auch das Bestreben, dieses Ziel zu verwirklichen. Leider stehen heute bei vielen Menschen nicht die eigenen Ziele, sondern der eigene Nutzen im Vordergrund. Unsere Konsumgewohnheiten und Produktionsweisen wirken sich nachteilig auf andere Lebewesen aus und belasten zukünftige Generationen, deshalb stehen wir in der Verantwortung und müssen uns fragen, was unser „Nützlichkeits-Telos“ denn für die anderen Lebewesen bedeutet, für deren eigenes Bedürfnis, sich ihrem Wesen gemäß zu verwirklichen.

In einer Welt, in der die Menschen wirklich Freunde der Natur und der Tiere sind und nicht deren Nutzer und Ausbeuter, zählt, dass jedes empfindungsfähige Lebewesen die Möglichkeit haben soll, sich in seiner charakteristischen Lebensform zu entfalten. Achtsam müssen wir die jeweilige Lebensform erkunden. Indem wir im Moment ganz da sind, ohne zu bewerten, zu kommentieren oder zu verurteilen, entstehen Räume, in denen das Bewusstsein für das Lebendige Platz hat. Einige Momente der Achtsamkeit im gemeinsamen Leben auf dem Hof will Ihnen dieser „Dreiseiter“ vermitteln.

Ihr Redaktionsteam

Dreiseiter Sponsoring Mail
Österreichische Post AG
SM 232043705 S

Retour an: Loidholdhof,
Oberhart 9, 4113 St. Martin

Freudige Tischgemeinschaften

Heute gibt es Fisch, freut sich Peter. Der Duft aus der angrenzenden Küche lockt um die Mittagszeit in den gemütlichen Essraum. Einige nehmen auf der Terrasse mit weitem Blick auf das ferne Gebirge Platz. Vom Feld und aus den Werkstätten strömen alle zusammen zur Tischgemeinschaft, das tägliche Ritual. Das Team in der Küche hat sich redlich bemüht. Schon beim Servieren entstehen Geschichten, die den Tischnachbar:innen erzählt werden. Wie man die Fische mit dem Netz aus dem Teich gefangen, die Erdäpfel ausgegraben und den Salat, aus kleinen Pflänzchen gezogen, am Vormittag im Garten gepflückt hat. Alle freuen sich auf das genussvolle Essen, es herrscht heitere Geselligkeit.

Tischgemeinschaften bringen Menschen zusammen, sie eröffnen eine Vielzahl sinnlicher und kommunikativer Räume. Essen ist etwas Schönes und nichts, was wir so schnell wie möglich hinter uns bringen sollten. Essen verbindet. „Anfang und Wurzel alles Guten ist die Freude des Magens“, hat schon der griechische Philosoph Epikur gelehrt. Deshalb ist das gemeinsame Essen ein zentrales Konzept der Gastlichkeit hier in der Gemeinschaft am Loidholdhof.

Genuss und Liebe zum Leben

Das Essen bringt uns zusammen, Genuss und Gefühle nehmen am Tisch Platz. Das Gedächtnis des Gaumens führt uns in die eigene Vergangenheit. Es entfalten sich Düfte und Aromen der Kindheit. Wir spüren noch die wohlige Atmosphäre des Feuers am Herd. Vieles erinnert uns, dass wir von klein auf umsorgt und genährt wurden. Besonders glückliche Momente entstehen beim Essen, wenn Sorgen und Nöte sich im

Gespräch auflösen. Eine gute Küche und ein gutes Essen fördern die Atmosphäre für eine gelingende Kommunikation.

Der Genuss ist immer mit dem Leben verbunden und rückt den verbindenden Charakter zwischen uns in den Vordergrund. Sobald wir essen, stehen wir in Beziehung zu allen anderen Lebewesen, den gegenwärtigen, vergangenen und zukünftigen.

Richtig und gut

Wenn wir gemeinsam eine gesunde und köstliche Mahlzeit genießen, wenn wir wissen, woher die Lebensmittel kommen, wenn wir sie selbst produziert haben und somit ihren Wert schätzen, dann breitet sich diese Achtsamkeit auch während der Tischgemeinschaft aus. Bio-Produkte, wie sie der Loidholdhof in ausgezeichneter Qualität herstellt, machen es möglich: Das ethisch Richtige ist zugleich auch das geschmacklich Gute. Die Achtung vor allen anderen Lebewesen, der Umwelt und der gesamten Biosphäre zeigt sich besonders deutlich in dem, was wir uns beim Essen auf den Teller legen. Diese Achtsamkeit verfolgt das Ziel, dass sich alle Menschen in einer gemeinsamen Welt entfalten können, die es zu bewahren gilt.

Der Nachtisch wird im schattigen Innenhof im Hofcafé serviert. Lisa hat eine schmackhafte Apfeltorte gebacken, alle lassen sich diese Köstlichkeit schmecken. Die Äpfel sind selbst gepflückt, das Mehl vom eigenen Getreide feinst gemahlen, den Honig liefern die Bienen von nebenan. Schlagsahne und frisch duftender Kaffee runden den Genuss ab. Aus dem Stimmungsgewirr hebt sich freudige Geselligkeit ab, die ansteckend wirkt.

- Josef Fragner ist Angehörigenvertreter.

Nicht vom Brot allein lebt der Mensch ...



Wer erinnert sich nicht an die heimelige Atmosphäre in der Küche seiner Kindheit, den wärmenden Ofen, die zarten Düfte, die noch heute Emotionen hervorrufen, die leckeren Kostproben, bevor das Essen serviert wurde? Auch am Loidholdhof bildet die Küche mit dem angrenzenden Esszimmer einen magischen Anziehungspunkt. Viele verschiedene Köch:innen zaubern dort täglich ihre Spezialitäten mit frischen Zutaten direkt aus der Gärtnerei und Landwirtschaft auf den Tisch. Wir haben mit einigen gesprochen.



Wolfgang arbeitet im Wohnbereich, er ist auch ein leidenschaftlicher Koch:

„Achtsamkeit bedeutet für mich, die Dinge, die wir im Leben sehen und erleben, aus einem anderen Blickwinkel betrachten zu können.

Privat versuche ich schon seit einigen Jahren meine Lebensmittel in einem Umkreis von maximal drei Kilometern regional zu kaufen. Dadurch erlebe ich auch einen anderen Zugang zu Nahrungsmitteln: Sie sind mehr als eine bloße Notwendigkeit im Leben, gute Lebensmittel bringen eine gute Stimmung und Schwingung mit.

So ist es auch, wenn ich am Hof koche. Durch diese direkte Beziehung begegne ich den Lebensmitteln auf eine Art und Weise, die ich achtsam nennen würde.“

Karina sorgt mit ihrem Team (Jasmin, Ursula, Sonja, Vivian und Günter) seit Herbst für das Mittagessen:

„Bei uns gibt es ja immer frisch Geerntetes aus dem Garten. Es sind nur ein paar Schritte vom Gemüsebeet auf den Tisch, so bleibt es frisch und knackig und schmeckt auch am besten. Bei der Wochenplanung ist es wichtig, dass wir uns mit den Gärtnern absprechen, damit wir einen guten Überblick haben, was verwendet werden soll. Im Frühling freuen wir uns über den ersten Bärlauch, Spinat und Salat. Ab Herbst, wenn das Lagergemüse geerntet und eingebracht ist, kochen wir viel mit Kartoffeln, Karotten, Sellerie, Lauch, Kraut und Rüben, eben der Jahreszeit entsprechend.

In unserer Küche ist uns eine positive Arbeitshaltung und ein sich gegenseitiges Unterstützen enorm wichtig. Dazu gehört auch wahrzunehmen, wenn es jemandem einmal nicht so gut geht, und herauszufinden, wie wir bestmöglich unterstützen und helfen können.

Und es soll auch allen Spaß machen, mit so tollen Lebensmitteln kochen zu dürfen und zu sehen, wie es allen schmeckt.“

Anja arbeitet in der Weberei, steht aber manchmal auch am Herd:

„Da die Arbeitsbereiche am Hof sehr flexibel sind, helfe ich selber oft in der Küche aus.

Ich koche meistens ohne Rezept. Stattdessen schaue ich ins Kühlhaus, in den Keller oder in den Garten, was dringend verwendet werden soll. Am liebsten mache ich jedoch mit dem Gemüse, das wir zurzeit haben, meine Gemüse-Hirse-Lasagne. Zur Tomaten-Gemüse-Soße gebe ich etwas Hirse hinzu und lasse alles leicht köcheln, bevor ich mit Kräutern verfeinere und mit Lasagneblättern und Béchamelsoße in die Formen schichte.

Für mich ist es immer aufregend, für so viele Menschen zu kochen. Ich hoffe natürlich, dass es schmeckt, aber auch, dass ich die richtige Menge zubereitet habe. Dabei achte ich auf die Portionen, die auf den Teller kommen. Die Augen sollten nicht die Menge bestimmen. Auf den eigenen Körper hören zu lernen schafft eine gute Verbindung zum Essen und ist für mich eine der Grundlagen der Achtsamkeit.

In den letzten Jahren backe ich auch fast wöchentlich Brot. Wir haben viele Getreidesorten, die bei uns verarbeitet werden, bei denen auch immer Reste bleiben, wie zum Beispiel Flockenmehl. Daraus backe ich Sauerteigvollkornbrot, das man noch nach einer Woche genießen kann, wenn man es richtig lagert und sorgsam damit umgeht.

Brot lässt sich auf verschiedene Art verwerten. Auch wenn es älter wird, kann man Pizzabrötchen im Rohr machen, Brotchips, Suppeneinlagen oder es zu Bröseln reiben.

Der schönste Moment für mich ist, wenn Mitarbeiter:innen vom Brotduft in die Küche gelockt werden und ich dort eine kleine Brotverkostung veranstalten kann.“



Viele verschiedene Köch:innen zaubern täglich ihre Spezialitäten mit frischen Zutaten direkt aus der Gärtnerei und Landwirtschaft auf den Tisch.

Neu in der Gemeinschaft

Was ist für neue Mitarbeiter:innen ein hervorstechendes Merkmal im täglichen Umgang miteinander, worauf legen sie in ihrer Arbeit besonderes Augenmerk? Hier zwei Antworten:



Der respektvolle und wertschätzende Ton

Die Wertschätzung der einzelnen Personen und ihre unterschiedlichen Fähigkeiten berühren mich besonders. Man fragt sich stets, welche die Stärken einer Person sind und wie man diese in den Arbeitsalltag integrieren kann. Im Umgang miteinander finde ich es spannend, wie jede Meinung gehört und in Erwägung gezogen wird. Man begibt sich dann auf die Suche nach Lösungen. So werde ich hier in ein liebevolles Umfeld integriert, wo man als Mensch gesehen und akzeptiert wird. Ich kann die Menschen und Dinge um mich herum achtsam wahrnehmen, wofür ich dankbar bin.

● Florian macht seit Herbst sein Praktikum am Hof



Nonverbale Signale erkennen

In meiner Arbeit am Loidholdhof versuche ich, in einer wertungsfreien und wertschätzenden Haltung mich mitfühlend in einen Menschen und seine Lebenswelt hineinzuversetzen. Dabei gilt es, im gegenwärtigen Moment präsent zu sein und sich bewusst mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Empfindungen wahrzunehmen, ohne zu urteilen oder sich von ihnen überwältigen zu lassen. Das Erkennen auch nonverbaler Signale ermöglicht mir, die individuellen Bedürfnisse und Herausforderungen zu verstehen, die diesen Menschen gerade beschäftigen. Ich versuche immer, den anderen Menschen mit Achtung und Würde zu begegnen.

● Julia arbeitet seit 2021 im Wohnbereich und in der künstlerischen Gestaltung

ACHTSAM DER NATUR UND DEN TIEREN GEGENÜBER

Unser Demeter-Betrieb mit knapp 60 ha Agrarflächen steht in St. Martin im Mühlkreis (OÖ), idyllisch oberhalb der Donau gelegen. Er ist Arbeitsstätte für gut zwei Dutzend Menschen, die aufgrund ihrer körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung Unterstützung in unterschiedlichem Maße benötigen. Die Hälfte davon wohnt auch auf dem Hof, gemeinsam mit einigen der Betreuerinnen und Betreuer samt Familien.

Der Fokus liegt auf der Getreide- und Saatguterzeugung alter Sorten, im Gemüse- und Obstbau sowie der Milchviehhaltung mit alten Rassen (Waldiviertel Blondvieh) und einer Mutterschafherde mit Nachzucht (Böhmisches Waldschaf). Darüber hinaus bevölkern Pferde, Esel, Sulmtaler Hühner, Gänse, Enten und Bienenvölker unseren Bauernhof. Neben den landwirtschaftlichen Bereichen und dem Haushalt gibt es vielfältige Tätigkeiten in der hofeigenen Tischlerei, Weberei, Bäckerei, Wäscherei, dem Hofcafé und im Rahmen der Vermarktung der eigenen Erzeugnisse. Denn Gemüse, Obst, Backwaren, Kräuter, Honig etc. dienen nicht nur der Eigenversorgung, sondern werden zusammen mit den Produkten der Holzwerkstatt und der Weberei im Handel, im Hofladen und online verkauft.

Zentral für die Arbeits- und Wohngemeinschaft am Loidholdhof ist das gelebte Miteinander. Auf einen achtsamen und wertschätzenden Umgang untereinander wird dabei großes Gewicht gelegt.

- Achim Leibing ist Hofsprecher und lebt mit seiner Familie auf dem Hof. Wir haben ihn um seine Gedanken über die neuesten Entwicklungen und Ansätze in der Landwirtschaft gebeten.

Hineinversetzen in die Perspektive des Anderen

Das Hineinversetzen in ein anderes Lebewesen, seien es Pflanzen oder Tiere, ist für mich immer wieder ein Schlüsselerlebnis. Was möchte beispielsweise eine Kuh? Damit eine Kuh Milch geben kann, braucht sie ein Kalb. In der herkömmlichen Landwirtschaft wird das Kalb gleich nach der Geburt der Kuh weggenommen, um möglichst die ganze Milch selber zu verwerten. Die Kuh möchte auch mit ihrem Kalb zusammen sein. Sie möchte ihren Mutterinstinkt ausleben, das Kalb umsorgen, es schützen und auch das Kalb möchte natürlicherweise bei der Mutter sein. Wird es ihr nach der Geburt gleich weggenommen, können beide diese elementaren Bedürfnisse nicht leben. Wir schauen nicht auf das Wohl der Kuh, sondern benutzen sie für unsere Bedürfnisse. Deshalb haben wir auf muttergebundene Tierhaltung umgestellt, das bedeutet, die Kälber bleiben länger bei ihren Müttern, gehen eine Zeit lang mit auf die Weide.

Wir arbeiten mit dem Boden, den Pflanzen und Tieren zusammen

Wir haben aufgehört, den Boden umzubrechen, um das ganze Bodengefüge und die natürliche Bodenschicht nicht ständig durcheinanderzubringen. Das heißt, wir arbeiten seit drei Jahren „pfluglos“. Gleichzeitig haben wir auf Direktsaat umgestellt und arbeiten mit permanenter Bodenbegrünung. Bei der Düngung gehen wir in Richtung Stimulierung und Impulsierung der natürlichen Bodenprozesse. Wir fragen uns, wie wir den Boden oder die Pflanzen in ihren Prozessen unterstützen können.

Viele Böden haben ein Verdauungsproblem

Jeder, der sich ernsthaft mit Bodenkunde auseinandersetzt, kommt um das Thema Mikroorganismen nicht herum. Grob betrachtet gibt es bei der Bodenbildung zwei Schichten. Eine obere Zersetzungsschicht, in der Stoffe, Pflanzenreste etc. abgebaut und zerkleinert werden, sowie eine untere Schicht, in der Nährhumus aufgebaut wird. Beide Schichten arbeiten ineinander, sind jedoch von den Lebensprozessen sehr verschieden. Wir haben festgestellt, dass viele Böden ein Verdauungsproblem haben, weil Grünmasse zu tief eingearbeitet wird, folglich unter anaeroben Bedingungen verfault und damit den Unterboden vergiftet. Um diese Rotteprozesse zu lenken, vermeiden wir das Vergraben von Grünmasse und arbeiten sie nur oberflächlich ein. Gleichzeitig impfen wir den Boden mit aktiven Mikroorganismen – das sind bakterielle Milchsäurekulturen – und erreichen dadurch eine Art Fermentierung im Abbauprozess, die wiederum dem Boden sehr gut bekommt. Diese Mikroorganismen erzeugen wir selber am Hof. Man kann die Erlösung bei uns kaufen und entweder direkt verwenden oder selbst weiter vermehren.

Heilkomposte durch Mikrobiologie

Bei uns wird schon seit mehr als 20 Jahren der ganze Mist und Pflanzenabfall aus der Gärtnerei verkompostiert. Dabei haben wir immer schon die biologisch-dynamischen Kompost-Präparate, die wir am Hof selber herstellen, eingesetzt. Nun haben wir diesen Umsetzungs- und Verwesungsprozessen noch einmal viel Aufmerksamkeit geschenkt. Wir wollten noch besser verstehen, warum es sich da eigentlich handelt. Wir haben begonnen, sogenannte Heilkomposte zu bereiten, mit allen erdenklich guten Zutaten und ganz speziellen Mischungsverhältnissen, bei denen wir dann die einen mehr in die bakterielle, die anderen mehr in die pilzliche Verrottung gelenkt und dann wieder miteinander vereinigt haben. Die Mikrobiologie hat uns für das Verständnis der Natur viel gelehrt. Es ist ein ständiger Lern- und Bildungsprozess. Für uns ist klar, dass es der richtige Weg ist. Die Tiere, der Boden und die Pflanzen zeigen uns das Tag für Tag. Die Veränderungen spiegeln sich auch in der Qualität und in den Erträgen wider. Die Evidenz gewinnen wir aus der unmittelbaren Erfahrung. Man kann ein Gefühl der Stimmigkeit und der Richtigkeit erleben und beginnt sich zu fragen, warum man es nicht schon viel früher so gemacht hat.



Achtsamkeit ist der Moment, in dem ich berührt werde

Wenn aus der Perspektive des Anderen heraus gehandelt wird, entstehen Erfahrungen und Beziehung wie auch Bewusstsein. Es sind Momente des Berührtseins, und es ist so, als würden einem die Augen aufgehen. Man beginnt, aus dieser Erfahrung heraus zu handeln. Es ist ein Sehen auf der einen und ein Gesehenwerden auf der anderen Seite. Diese Momente sind bedeutsam, einerseits für einen selber, denn es sind Erkenntnismomente. Andererseits sind sie auch bedeutsam für dasjenige, das gesehen und erkannt wird. Es macht etwas mit der Kuh, der Pflanze, dem Boden, dem anderen Menschen, wenn sie gesehen werden. Dies ist eine Erfahrung. So ist man in Beziehung in diesem Sehen und Gesehenwerden. Achtsamkeit entsteht in dem Moment, in dem ich berührt werde: vom Wesen der Kuh oder von dem Prozess im Komposthaufen.

Balance zwischen Fülle und Leere

Mir kommt es vor, als ob es den Moment des Nichtwissens, der inneren Leere, als eine Art Voraussetzung bräuchte, um zu diesem Berührtsein, Wahrnehmen und Erkennen zu kommen. Den Punkt, an dem ich es nicht weiß. Wenn dieser Punkt durchschritten wird, kann ein Bildungsprozess gelingen. Diese Leere ist für mich eine Voraussetzung dafür geworden, dass ein Erkenntnisprozess in Gang kommt. Viele Orte sind so überfüllt mit Ideen, Wissen und Konzepten, dass gar nichts mehr entstehen kann. Für eine Entwicklung aber, für einen Bildungs- und Erkenntnisraum, braucht es die Momente des Nichtwissens. Diese „Freiräume“ haben für mich etwas mit Ich-Entwicklung zu tun. Es stellt sich für mich die Frage, wie diese Freiräume, welche auch Momente der Verinnerlichung und der Verwesung sind, in den Alltag integriert werden können. Ich denke, das hat auch viel mit Gesundheit zu tun. Die Balance zwischen Fülle und Leere bzw. Verinnerlichung und zwischen Nutzen und Verzicht. Was braucht der/das Andere im Moment für eine Gabe, für eine Handlung, für einen Impuls, dass er das Seine besser tun kann und dadurch vielleicht kompletter, ganzheitlicher und schöner wird?

