

DREISEITER

news

LETTER DER INTEGRATIVEN HOFGEMEINSCHAFT AM LOIDHOLDHOF

1/2021

www.loidholdhof.at



Foto: Robert Maybach

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Es war eine lange Zeit der Kälte. Die Natur erholt sich zwar in diesen Wochen, sattes Grün in den verschiedensten Schattierungen lässt unsere Augen erblühen. Doch die Spuren fehlender Wärme werden sichtbar: Das Wachstum hat sich verzögert, einige wärmeliebenden Kulturen mussten wir ein zweites Mal anbauen, weil sie erfroren sind. In diesem Jahr wird besonders deutlich: auch die Pflanzen brauchen, damit sie gedeihen können, die so lebenswichtige Wärme.

Als Menschen haben wir diese Wärme auch in letzter Zeit oft vermisst. Zurecht sehnen wir das Ende der Krise, die Berührungen, die Nähe, die fröhliche Geselligkeit und alte Freundschaften herbei. Die Krise war ein weltweiter Beweis, wie sehr der Mensch den anderen braucht, welchen Stellenwert in der Gesellschaft jene Dienste haben, die sich um den anderen kümmern. Viele haben gelernt, Verantwortung für das Wohlergehen des jeweils anderen zu übernehmen, also die individuelle Freiheit mit der Gemeinschaft zu verschränken. Es war schön zu sehen, zu welchen Leistungen die Gesellschaft fähig ist, wenn sie nicht nur auf individualistische Interessen setzt.

Jetzt sollten wir die Gelegenheit nutzen zu überlegen, wie es nach der Krise anders weitergehen könnte. Wir gehen hoffnungsvoll in die Zukunft, schauen auf die positiven Seiten des Lebens, nehmen die stärkenden Anteile der Gesundheit in den Blick, schauen dass jeder Mensch mit der umgebenden Natur, den Pflanzen und den Tieren seine harmonische Balance findet.

Eingebettet in ein respektvolles Miteinander, das jede und jeder von uns braucht wie die Natur die lebensspendende Sonne.

Ihr Redaktionsteam

Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt

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

Es braucht Leben, um das Leben zu stützen.

Julien-Joseph Virey

Der Atem des Lebendigen

Die Welt fiebert, der schützende Regenwald löst sich in Rauch auf, aber nicht nur die Natur wird von Zerstörungskräften bedroht, auch das menschliche Zusammenleben ist nicht gefeit vor Selbstzerstörung. Viele haben derzeit das Gefühl, der Freiheit beraubt und vom zwanghaften Kreislauf des Produzierens, des Konsumierens und des Wegwerfens umgeben zu sein.

Einige Initiativen, wie die von jungen Leuten initiierte *Friday for future* Bewegung, machen mobil gegen die Gefährdung ihrer eigenen Zukunft. Sie treten ein für ein gemeinsam gewahrtes und solidarisch organisiertes Leben. Sie wollen eine neue Ordnung vorwegnehmen, eine Ordnung, die Leben nicht zerstört, die Natur nicht aussaugt, sondern mit der vielfältigen Schöpfung achtsam umgeht. Ihre Botschaft ist eindeutig: Wir könnten auch anders leben.

Wir können Leben retten statt zerstören, schreibt die Philosophin Eva von Redecker. Sie ist auf einem Biohof aufgewachsen, hat dort viel über die Arbeit auf einem Hof gelernt und ist jetzt wieder in eine Gemeinschaft auf das Land gezogen. Dort lässt sie sich direkt berühren vom Rhythmus der Natur, vom Aufgang der Sonne, dem Duft der Kräuter am Wegesrand, von der Magie der Dinge. Sie fühlt das Glück der Verwurzelung in der Gemeinschaft. „In einer neuen Kultur der Gemeinsamkeit können wir uns umsorgen und füreinander da sein“, so ihre Erfahrungen. Das ist ein Aufstand des Lebenden gegen die Lebenszerstörung.

Es gibt historische Vorbilder für eine solche Lebensweise. Eine kleine, vor den Nazis geflüchtete Gruppe aus Wien um Karl König traf sich vor 80 Jahren im schottischen Dorf Camphill und initiierte eine Bewegung, die weltweit ausstrahlte. Das gemeinsame Leben in der Gemeinschaft und die gesamte Umgebung soll

der Gesundung des Einzelnen und der Gemeinschaft dienen. Wertvolle Ernährung, die achtsame Pflege des Körpers, sinnerfüllte Arbeit bis zu spirituellen Anregungen sind Grundpfeiler einer solchen Gemeinschaft.

Heute sind vier Säulen entscheidend für das Leben: der Schutz der Biosphäre, die Gesundheit, die Gerechtigkeit und die Achtung allen Lebens. Das „Leben von“ ist also eingebettet in das „Leben mit“ und in das „Leben für“. Das „Leben für“ fängt schon mit der Welt der Nahrung an. „Leben von“ heißt von einer guten Suppe oder einem köstlichen Nachtisch ebenso zu leben wie von Licht und frischer Luft, von anstrengender Arbeit und erholsamen Spaziergängen, von aufmerksamer Liebe und ruhigem Schlaf, am Land wie in der Stadt. Wenn die Umwelt zur Nahrung wird, breitet sich das Leben in all seinem Wesen aus. So entsteht die Liebe zum Leben.

Wir halten uns für rationale Wesen, die denken und sprechen, unser Körper ist aber ganz und gar sinnlich. In-der-Welt-sein bedeutet vor allem, im Sinnlichen zu sein, die Welt zu schmecken, zu ertasten, zu erfüllen und damit die Welt auch immer wieder neu zu erschaffen. „Die Welt ist die Wirklichkeit des Atems der Lebendigen“, wie es der italienische Philosoph Emanuele Coccia so schön ausdrückt. „Die Welt ist eine ewige Ansteckung“.

Manchmal möchte ich noch jung sein und mit der zukünftigen Generation mitmachen. Dann würde ich überhaupt nicht zögern, in die Gemeinschaft am Loidholdhof zu ziehen. Denn ich bin überzeugt, dass diese Gemeinschaft kein antiquiertes, längst überholtes Modell des Lebens ist, sondern ein Modell der Zukunft, das die Unzertrennlichkeit allen Lebens zu verwirklichen sucht.

● Josef Fragner ist Angehörigenvertreter.



Das Kaminzimmer, selten so leer, meist ein Ort des gemütlichen Beisammenseins

„Ich fühl mich hier richtig wohl“

Die einzelnen Formen des Wohnens am Hof richten sich nach den unterschiedlichen Bedürfnissen. 13 Personen wohnen in Einzelzimmer, 2 in einer Paarwohnung, teilweise begleitet oder voll betreut. Aber auch Familien- und Mitarbeiterwohnungen sind im Gebäude verstreut. So ist die individuelle Autonomie garantiert, aber auch die Gemeinschaft bleibt erhalten. Einige haben uns freundlicherweise in ihren privaten Bereich hereingebeten.

Christian mitten im Geschehen: Christian wohnt seit August 2016 am Loidholdhof. Sein Zimmer ist im Erdgeschoß, der Raum ist hell und freundlich. An den Wänden hängen zahlreiche Fotos. Die Lage seines Rückzugortes ist ideal für Christian, weil er sehr offen und gesellig ist und deshalb gerne nah am Geschehen lebt. Von seinem Zimmer aus ist er schnell an den wichtigen Orten des Loidholdhofes wie Kaminzimmer, Speiseraum, Küche, aber auch Hofladen oder Hofcafé sind für ihn rasch erreichbar. Für Christian ist sein Zimmer eigentlich eher Schlaf- und Aufbewahrungsraum. Er hält sich gerne dort auf, wo etwas passiert, wo seine Mitbewohnerinnen und Mitbewohner sind. Mit seiner Freundin Corina sitzt er gerne an einem der bequemen Tische im Kaminzimmer, wo er malt oder Gesellschaftsspiele spielt. Aber auch der Innenhof mit seinen zahlreichen Verweilgelegenheiten oder die große Küche gehören zu seiner Wohnfläche. Dort wo er sich wohl fühlt, wo er mit netten Menschen ins Gespräch kommen kann, da lebt Christian auf, da wohnt er.

Ursula genießt gerne die Ruhe: Ganz anders ist das Zimmer von Ursula gestaltet. Sie braucht ihr Zimmer als einen Rückzugsort, wo sie sich nach der täglichen Arbeit in der Landwirtschaft in Ruhe mit großer Ausdauer ihren gesammelten Zeitschriften widmen kann. Ursula wohnt im 2. Stock und genießt es inmitten von Gästen und PraktikantInnen zu leben. „Ich kümmere mich gern um die Gäste hier am Hof und unterhalte mich mit ihnen. Es ist spannend immer wieder neue Menschen kennenzulernen“. Ohne den vielen Tieren hier am Hof würde sich Ursula aber bei weiten nicht so wohl fühlen, sie übernimmt gern Verantwortung und arbeitet fleißig im Stall.

Peter gestaltet immer wieder neu: Peter sorgt in seinem „Studio“ gerne für Überraschungen. Er stellt gerne und oft die Möbel um oder dekoriert Wände und Decke neu. Dabei verfügt er über großes handwerkliches Geschick und viel Gefühl für kleine Details. Dort wo heute das Bett steht, befindet sich vielleicht morgen der Kleiderkasten und übermorgen sein DJ-Pult. Peters Studio ist für ihn Wohn- und Arbeitsraum zugleich. Er besitzt eine umfangreiche Platten- und CD-Sammlung, einen Tisch mit Mischpult und leistungsstarke Lautsprecherboxen und regelmäßig tönt seine Musik durch die Weiten des Loidholdhofes. Wenn Peter sein Studio neu gestaltet hat und die zahlreichen T-Shirts, Poster und Fahnen ihren neuen Platz an den Mauern gefunden haben, sendet er gerne kurze Filme mit einer detailreichen Beschreibung seiner Umgestaltung. So ganz zufrieden ist Peter jedoch nie mit seinem Studio und so ist es nur eine Frage der Zeit, bis man ihn wieder beim Umstellen, Hämmern und Umdekorieren beobachten oder hören kann.

Anna und Manfred wohnen zusammen: Anna und Manfred sind schon seit 2004 ein Paar und teilen sich eine 2-Zimmer-Wohnung mit einer kleinen Küche. Eines der beiden Zimmer ist Manfred's Büro, eingerichtet mit vielen Ablagen, einem richtigen Chefsessel und einer gemütlichen Couch. Er verbringt viel Zeit an seinem Schreibtisch mit „Schreiben“ und „CD's hören“ und genießt dabei gern eine Tasse Kaffee. Anna verweilt nach der Arbeit gern im 2. Zimmer, ihrem gemeinsamen Schlafzimmer, welches auch als Wohnzimmer dient. „Ich lebe gern mit Manfred zusammen, wir schauen oft am Abend DVDs,“ erzählt Anna aus ihrem Privatleben.

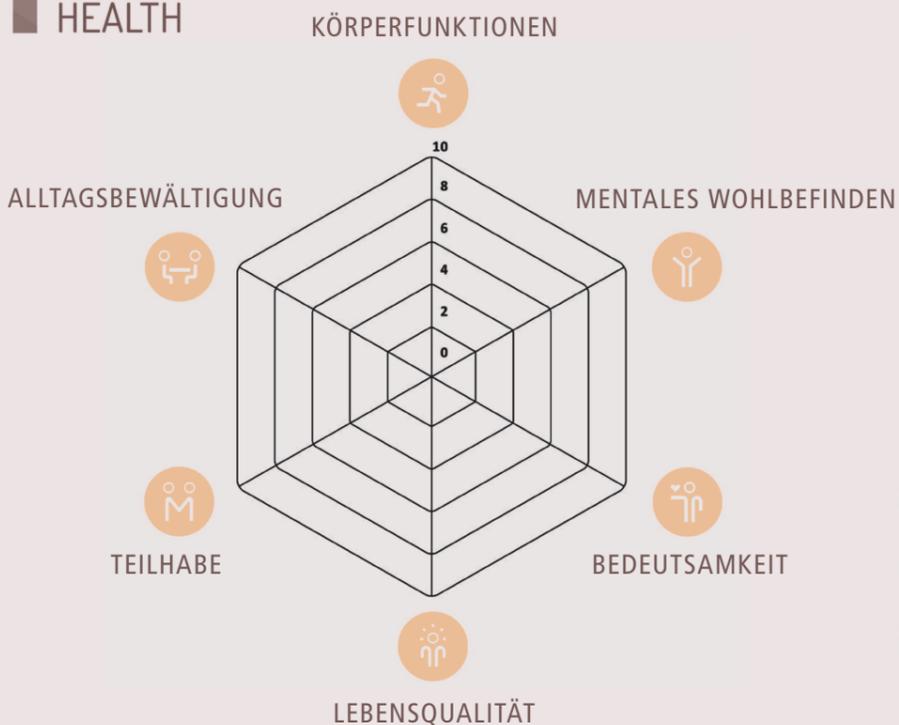
Gutes Zeugnis bei Befragung: Wie zufrieden sind aber unsere Bewohnerinnen und Bewohner? Das durchleuchtete in einer Befragung das Team von Proqualis im Auftrag des Landes OÖ. Da ging es um das eigene Zimmer, ob es selbst eingerichtet werden darf, ob und wann jemand das Schlafengehen und Aufstehen bestimmen darf, ob er in der Freizeit machen kann, was er will, ob sich die Betreuer genügend Zeit nehmen bei Pflege und Gesprächen, ob über Partnerschaft und Sexualität gesprochen wird, ob jemand auch mit dem gewünschten Partner gemeinsam wohnen darf, ob es auch Schutz vor sexueller Belästigung gibt, ob es eine starke Interessensvertretung gibt und vieles mehr. – Das Ergebnis des 158 Seiten starken Endberichts ist sehr erfreulich – es gab fast ausschließlich positive Antworten, worüber wir uns sehr gefreut haben.

- Claudia Zeller ist seit 2013, Klaus Weger seit 2015 und Josephine Schatzl-Palmelhofer seit 2019 im Team der Wohnbegleitung. Zeller ist auch Mitglied des Hofleitungsteams, Schatzl-Palmelhofer bietet auch tiergestützte Therapien an.

POSITIVE HEALTH

Die positiven Kräfte im Bereich Gesundheit zu stärken, darauf legen wir derzeit besonderen Wert am Loidholdhof. Wir orientieren uns dabei am Ansatz „Positive Health“, der besonders in den Niederlanden schon weit verbreitet ist und von Machteld Huber entwickelt wurde. Positive Health arbeitet mit dem Positiven, mit dem, was richtig ist, eine gute Gesundheit zu erreichen und aufrechtzuerhalten. Gesundheit ist dabei nicht nur die Abwesenheit von Krankheit. Positive Health soll die Art und Weise verändern, wie wir über Gesundheit und Gesundheitsfürsorge denken. Dabei steht der ganze Mensch im Mittelpunkt mit seinem Alltag, seiner Lebensqualität, seiner sozialen Teilhabe und einem sinnerfüllten Leben.

MY
POSITIVE
HEALTH



Gesundheit neu in den Blick nehmen

Nach jahrelanger Praxis als Hausärztin und vielen schweren Krankheitsverläufen, die sie am eigenen Leib erfahren hatte, versucht Machteld Huber den Begriff „Gesundheit“ neu zu denken. „Wir vergessen, den Menschen als Ganzheit, in seiner Individualität und seiner Kraft zu sehen“.

Die Wissenschaft muss dabei nicht vernachlässigt werden, vielmehr geht es darum, den Blick zu öffnen für die Beziehung zwischen Körper, zu unseren Vorstellungen und Wünschen, unserem Bewusstsein, aber auch den Menschen und Aufgaben um uns herum.

Spinnennetz der positiven Gesundheit

Machteld Huber hat mit ihrem Team die zentralen Faktoren dieser positiven Gesundheit zusammengefasst. Die einzelnen Bereiche, aufgegliedert in verschiedene Aspekte, werden erhoben und visualisiert in einem Spinnweben-Diagramm. So bekommt jeder Mensch einen Überblick über sein eigenes Erleben. Dabei wird man angeregt, selbst nachzudenken wie man mit diesem Ergebnis weiterarbeiten möchte. „Menschen in Gesundheitsberufen müssen jetzt lernen zuzuhören und ihrem Gegenüber die Möglichkeit geben, selbst zu Erkenntnissen zu kommen; selber Schritte zu setzen.“

Denn im Grunde wissen Menschen selber, welche Schritte für sie nötig sind, und sie wissen auch, was sie am besten vermeiden sollen. Kommt diese Erkenntnis jedoch nicht von innen, ist keine wirkliche Veränderung möglich. „Einen Anfang aus sich selbst zu setzen ist der einzige Weg zur Freiheit“.

Von „sorgen für“ zu dafür „sorgen, dass“

Je mehr ich mich mit diesen Ansätzen rund um Gesundheit beschäftige, desto mehr fühl' ich mich auch als Betreuerin aufgerufen, aufs Neue nachzudenken über meine Rolle am Loidholdhof. Betreuen wird oft gesehen als eine Art Fürsorge; die Tätigkeit, sich um jemanden zu bemühen, der diese Hilfe nötig hat.

Doch wofür sorgen wir letztendlich? Nehmen wir Menschen einfach nur Tätigkeiten ab, oder regen wir wirklich zur Selbstständigkeit und zur eigenen Sinnsuche an? Weiß ich überhaupt, welche Lebensweise dieser Mensch, der mir täglich begegnet, als sinnvoll empfindet? Oder stülpe ich ihm nur meine eigenen Werte und Sichtweisen über? Und wo ist eigentlich die richtige Mitte zwischen sich einbringen und sich raushalten? Diese Fragen schwirren mir in letzter Zeit im Kopf herum.

Gelernt hab' ich aber, wie wertvoll es ist, diese Fragen einfach mitzunehmen in den Alltag und eines Tages, wie Rilke sagen würde, vielleicht in die Antwort hineinzuleben. Ich bin auf jeden Fall gespannt, welche neuen Denkrichtungen wir am Loidholdhof mit Hilfe dieses Konzeptes einschlagen werden und wie sich auch mein Berufsverständnis als Betreuerin dadurch entwickeln darf.

- Maria Grünberger ist seit 2019 am Loidholdhof. Sie arbeitet im Wohnbereich und betreut das Hofcafé.



Jannick Fallmann

Schon seit ich denken kann fasziniert mich die Landwirtschaft mit all ihren Facetten. Meinen Wunsch, tiefer in die landwirtschaftliche Arbeit einzutauchen, habe ich mir schließlich mit einem Praktikum auf einer Alm in Tirol erfüllt. Bald war mir der Umgang mit den Milchkühen und dem Jungvieh vertraut, der Drang nach mehr Wissen und Erfahrung jedoch blieb. Daher habe ich meinen Zivildienst auf einem integrativen, landwirtschaftlichen Betrieb geleistet und dabei vor allem die gemeinsame Arbeit in der Natur

und mit den Tieren schätzen gelernt. Zur Zeit studiere ich Biotechnologie und Umwelttechnik an der FH Wels und schließe in den nächsten Monaten das Bachelorstudium ab. Nach den ersten beiden Semestern habe ich die Tätigkeiten der integrativen Landwirtschaft vermisst und mich auf die Suche nach einer passenden Hofgemeinschaft gemacht. Bei meinen Recherchen bin ich schnell auf den Loidholdhof gestoßen und der erste Arbeitstag lag nur wenige E-Mails und ein paar Tage entfernt.

Seit Mitte Oktober 2019 bin ich nun stolzer „Ehrenamtlicher“ am Loidholdhof und darf am regen Hofleben, wann immer es mein Stundenplan zulässt, teilnehmen. Nach über 1000 freiwillig geleisteten Arbeitsstunden und einer 6-wöchigen Feriarbeit im letzten Sommer wartet immer noch jeder Arbeitstag mit spannenden Überraschungen auf mich. Zu meinen Tätigkeiten am Loidholdhof zählen neben den üblichen landwirtschaftlichen Aufgaben auch die Mitarbeit bei der Getreidewirtschaft – angefangen von der Ernte über die Lagerung von Getreide und Mehlen bis zum Backen von Broten, Gebäck und Pizza in der hofeigenen Backstube. Eine besondere Leidenschaft habe ich in den letzten Monaten für die Verarbeitung der hofeigenen Mehle und Nebenprodukte entwickelt. Mittlerweile backe ich wöchentlich mindestens einmal, vorwiegend mit meinem Lichtkornroggen-Sauerteig, um bestehende Rezepte an unsere Produkte anzupassen oder neue Rezepte zu entwickeln. Ein erstes Rezept verrate ich Ihnen hier. 



Wir wurden freundlich empfangen von der Betriebsleiterin Frau Elfriede Haindl (li) und Herrn Reinhard Bayer (Bildmitte), dem Braumeister von Schlägl. Interessiert und begeistert waren beim „Einbrauen“ noch dabei (von links): Elisabeth Pichler, Antonia Huber, Thomas Klein, Günther Eckersdorfer, Simon Saxinger, Christian Harding und Konrad Grünberger. Foto: Stift Schlägl

Mehr Bier!

Zusammenarbeit mit der Stiftsbrauerei Schlägl

Beflügelt durch den großen Erfolg unseres „Goldblumenweizen-Biers“, das wir gemeinsam mit der Brauerei Hofstetten in St. Martin im Mühlkreis produzieren, haben wir beschlossen, unsere Kooperationen mit lokalen Unternehmen noch weiter auszubauen.

Da lag es nahe, mit der Idee eines Bieres aus unserem „Lichtkornroggen“ an die Stiftsbrauerei Schlägl heranzutreten. Wir wissen, dass das Stift großen Wert auf Regionalität, Menschlichkeit und bewusstem Umgang mit unseren Ressourcen legt. Tatsächlich erhielten wir von den Chorherren schnell eine Zusage – sie wollten einen Versuch wagen!

Lichtkornroggen ist eine Roggensorte mit hellen Körnern. Diese Sorten waren früher in Mitteleuropa häufiger anzutreffen. Mit Beginn der neuzeitlichen Roggenzüchtung wurden aber die grau-grünen Kornfarben bevorzugt und verdrängten die hellkörnigen Sorten. Seit einigen Jahren kultivieren wir diese ursprüngliche Sorte auch auf unseren biologisch-dynamischen Feldern am Loidholdhof.

Wir bedanken uns bei den Verantwortlichen der Stiftsbrauerei Schlägl für die Offenheit, sich mit uns auf dieses Projekt einzulassen und besonders für die Großzügigkeit, den gesamten Erlös des Verkaufs „unseres“ Bieres als Spende dem Loidholdhof zukommen zu lassen.

Unser neues Lichtkornroggen-Bier gibt es in der Stiftsbrauerei Schlägl und bei uns am Loidholdhof im Hofladen. Wir freuen uns schon auf einen Sommer, bei dem es hoffentlich wieder viel zu feiern gibt, vielleicht mit unserem Bier!

- Konrad Grünberger arbeitet seit 2003 am Loidholdhof. Er ist Mitglied im Hofleitungsteam



Abgefüllt wird das Bier in 0,33 Liter-Flaschen, das Etikett stammt wieder von unserem „Schriften-Maler“ Lukas Prinz, der es gemeinsam mit Hannes Weigert in unserem Atelier entworfen hat.

Saaten rösten - Brot zum Trösten

In der Backstube / Foto: Robert Maybach



Aller Anfang ist schwer. Die Küche voller Mehl, Teig klebt an den Händen, das Brot staubt schon am zweiten Tag aus dem Mund. So ist es wohl den meisten Hobbybäckern bei den ersten Brotbackversuchen ergangen. Wählt man jedoch das richtige Rezept, gelingen zuhause Brote wie vom Bäcker. Dieses Mal möchte ich Ihnen ein Kürbiskernbrot-Rezept vorstellen, welches durch den Weizenmehlanteil leicht zu verarbeiten ist. Das Brühstück aus gerösteten Saaten und der Roggensauerteig sorgen für eine besonders gute Frischhaltung.

Als Hobbybäcker und Naturwissenschaftler habe ich es mir natürlich nicht nehmen lassen, die Suche nach einem Brot mit guter Frischhaltung und einfacher Verarbeitung analytisch anzugehen. Für die Frischhaltung ist es von Vorteil, neben Sauerteig auch möglichst viel Flüssigkeit in den Teig zu bringen. Um einen allzu klebrigen Teig zu vermeiden, schaffen etwas Fett und ein Brühstück Abhilfe. Nach einem Blick in den Hofladen ist die Lösung auf der Hand gelegen. Saaten bringen Fette ins Brot und um das Rezept nicht unnötig kompliziert zu gestalten, sind sie auch gleich die Basis für das Brühstück. Nach einigen Recherchen habe ich schließlich das erste Prototypen-Brot zuhause gebacken. Nachdem das Kürbiskernbrot meine Familienmitglieder überzeugt hatte, habe ich den Schritt in die Backstube des Loidholdhofs gewagt und bereits beim zweiten Versuch ansprechende Exemplare aus dem Holzbackofen holen können. Da ich nun auch die Hofbewohner begeistern konnte, freue ich mich Ihnen das Rezept präsentieren zu dürfen.

Kürbiskernbrot mit Sauerteig und Frischhefe

Zubereitungszeit
gesamt: 16 Stunden

ZUTATEN

Sauerteig

- 70g bio-Lichtkornroggen Vollkornmehl
- 70g Wasser
- 7g Anstellgut

Brühstück

- 65g bio-Kürbiskerne
- 33g bio-Sesam
- 32g bio-Sonnenblumenkerne
- 70g bio-Haferflocken
- 220g Wasser

Hauptteig

- Sauerteig
- Brühstück
- 325g bio-Weizenmehl T700
- 100g bio-Lichtkornroggen Vollkornmehl
- 220g Wasser
- 12g Salz
- 10g Frischhefe

Menge in Laiben
1 à 1200g

ZUBEREITUNG

Sauerteig

Für den Sauerteig alle Zutaten zu einer cremig-weichen Masse verrühren und bei 26-27°C für 12-14h reifen lassen.

Brühstück

Kürbiskerne, Sesam und Sonnenblumenkerne in einer unbeschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze anrösten, bis diese zu duften beginnen. Anschließend in eine Schüssel umfüllen, mit den Haferflocken mischen und mit dem kochenden Wasser übergießen. Das Brühstück abgedeckt bei Raumtemperatur für 12-14h ruhen lassen.

Hauptteig

In einer Rührschüssel werden der Sauerteig, die beiden Mehle, Wasser, Salz und Hefe 3min gemischt und 10min etwas schneller zu einem glatten Teig ausgeknetet. Zwei Minuten vor dem Ende der Knetdauer wird das Brühstück zugegeben und kurz mitgeknetet. Den Teig anschließend abgedeckt für etwa 60min ruhen lassen. Den reifen Teig zu einer Kugel schleifen und in einem gemehlten Gärkorb mit dem Schluss nach oben für 45min gehen lassen.

Backen

Bevor das Brot in den auf 250°C vorgeheizten Backofen geschossen wird, dieses stürzen, mit Wasser bepinseln, kreuzförmig einschneiden und mit Kürbiskernen bestreuen. Nach einer Backzeit von 10min wird die Temperatur auf 220°C gesenkt und das Brot weitere 35min gebacken.

Alle Produkte gibt es in unserem Hofladen und in gut sortierten Bioläden. Unsere Partner finden Sie unter: www.loidholdhof.at

DAS BEWUSSTSEIN DER MALEREI

ENSEMBLE NR. 1

Herausgegeben von Hannes Weigert, Freie Akademie am Loidholdhof, Ostern 2021
128 Seiten, Format 28x29,7 cm, Fadenheftung, Preis: 30,00 Euro (plus Versand)
Bestellungen richten Sie bitte an: office@loid

Bilder und Texte von David Taublee Anderson, Ludwig Arnold, Aina Bergsma, Yves Berger, Bo Werner Eriksson, Tor Janicki, Lars Krüger, Reidun Larsen, Jules Linglin, Patrick Müllerschön, Bodo von Plato, David Rabinowitch, Arnkjell Ruud, Walter Johannes Stein, Rudolf Steiner, Lukas Prinz, Gerard Wagner, Miriam Wahl, Hannes Weigert, Sibylle Wissmeyer, Jerry Zeniuk

Unmittelbar, wenn man das schön gestaltete Buch aufschlägt, tritt man in die Bilder direkt hinein. Hannes Weigert, der 10 Jahre die Malerwerkstatt Vidarasen in Norwegen leitete und jetzt am Loidholdhof künstlerische Akzente setzt, webt ein dichtes Ensemble von Bildern und Texten.

Viele Bilder zeugen von Schwellenerfahrungen, von Riten des Übergangs, von Zäsuren in Zeit und Raum, die es zu „passieren“ gilt, wie Walter Benjamin sagen würde. Die Malerei in ihrer Form und Intention produziert ja Übergänge. Die Schrift, zwar auch ein Übertragungsfigur zwischen „Phoné“ und „Graphé“, ist nachgestellt, sie findet sich immer wieder eingestreut zwischen den Werken der Künstlerinnen und Künstler.

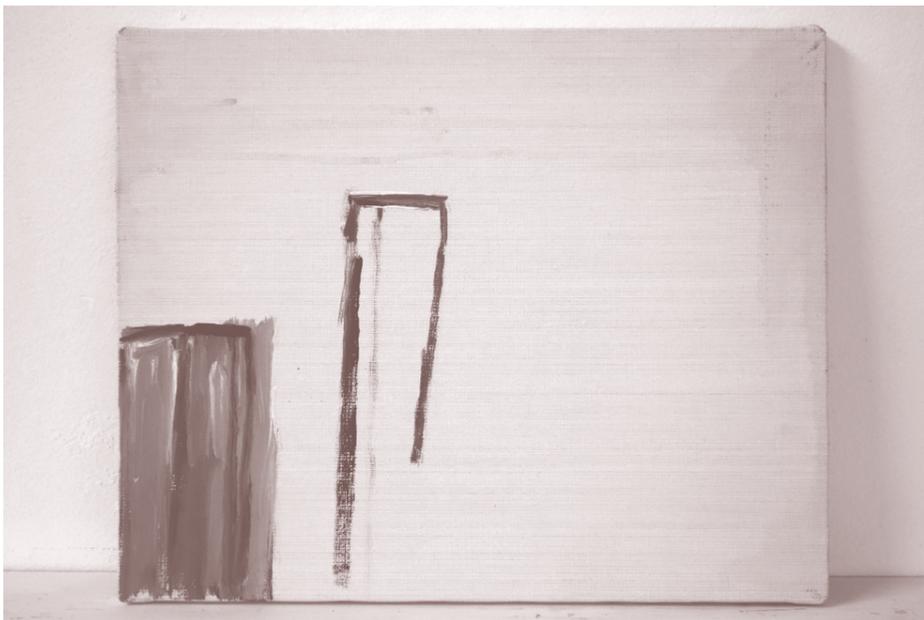
Die Schwelle ist, im Unterschied zur starren Grenze, eine Zone des „Zwischen“. Foucault spricht von einer heterogenen Ordnung, von unscharfen Rändern der kulturellen Grenzen, in der Fremdes und Eigenes verschmelzen, aber sich auch neue Räume zwischen den Grenzen eröffnen. Steiner spricht vom „Hüter der Schwelle“, von einer Suche nach Wirklichkeit, auch nach der Wirklichkeit der Schwelle und ihres Hüters.

Im Herz des Buches, als Doppelseite aufklappbar, setzt sich Hannes Weigert mit dem größten zivilen Verbrechen in Norwegen auseinander. 77 Menschen wurden damals im Jahre 2011 in Oslo und auf der Insel Utøya von einem fanatischen Rechtsextremisten ermordet. Es sind 77 Köpfe, die fortgehen, eine Schwelle überschreiten oder schon überschritten haben. Die Bilder erzwingen eine intensive Auseinandersetzung, sie entziehen sich einer flüchtigen Betrachtung.

Ein Buch, das man immer wieder in die Hand nimmt und das einen einlädt, in bisher unentdeckte Gebiete des eigenen Bewusstseins vorzustoßen. Sprache beschreibt die Wirklichkeit nur symbolhaft, ohne das zu erfassen, was letztlich dahintersteht. Vielleicht schafft es die Malerei, die Zwischenräume der Beziehungen auf verschiedenen Bedeutungsebenen zu betreten. Zwischenräume setzen uns selbst der Verletzungsgefahr aus, sie bieten uns aber auch die Möglichkeit, die Angst in der eigenen Seele zu überwinden und den Anderen mit grenzenlosem Respekt zu begegnen.

● Josef Fagner

Ruud/Weigert, Fragment II (World Trade Center), Malerwerksted 2016



Ita Wegman (1876–1943), eine tatkräftige, mutige Ärztin

Jeder Mensch ist anders. Deshalb hat auch jeder Mensch, sei er krank, sei er gesund, ganz individuelle Bedürfnisse. Darauf basiert die Anthroposophische Medizin, die sich nicht als Alternative zur konventionellen Medizin versteht, sondern als deren Erweiterung und Ergänzung. Die Anthroposophische Medizin geht auf Rudolf Steiner zurück. Gemeinsam mit der Ärztin Ita Wegman hat er die Anthroposophische Medizin entwickelt. Dieser erweiterten Medizin liegt ein Menschenbild zugrunde, das auf der Kraft der menschlichen Mitte aufbaut, welche die Balance zwischen verfestigenden und auflösenden Krankheits-tendenzen hält, wobei jeder Mensch seine ihm eigene Balanceregulierung hat.

Ita Wegman, geboren als Tochter holländischer Kolonialisten in Indonesien, studierte Medizin an der Universität Zürich, wo damals bereits Frauen studieren konnten und baute vor genau 100 Jahren die erste anthroposophische Klinik in Arlesheim/Schweiz auf. Sie sorgte dafür, dass neue Heilmittel entwickelt werden konnten. So begründete sie die Heilmittelfirma Weleda, die heuer auf 100 Jahre Geschichte zurückblickt. Für jede Person, nicht nur für ihre Patientinnen, sondern auch für jüdische Kinder, erschöpfte Mitarbeiterinnen, hatte sie ein offenes Ohr und ein mitfühlendes Herz.

Das Ita Wegman Therapeutikum Linz, 1984 gegründet von Dr. Hermann Rabensteiner, fühlt sich dieser Tradition verpflichtet und bietet eine Fülle von medizinischem und therapeutischem Angebot an: <https://www.therapeutikum-linz.com>

Vergessend meine Willenseigenheit
Erfüllet Weltenwärme Sommerkündend
Mir Geist und Seelenwesen
Im Licht mich zu verlieren
Gebietet mir das Geistes schauen
Und Kraftvoll kündet Ahnung mir:
Verliere dich um dich zu finden.

Foto: H. Weigert

Aus der Malerwerkstatt am Loidholdhof:

FÜHLENDES SELBSTERKENNEN

Schon seit vielen Jahren wird jeden Morgen zu Beginn der Arbeit ein Wochenspruch aus dem „Seelenkalender“ von Rudolf Steiner vorgelesen. Kurz vor Ostern dieses Jahres begann Victoria Öttl damit, jeweils den Spruch der kommenden Woche mit Pinsel auf einem großen Bogen Papier niederzuschreiben. So steht zurzeit immer ein solches Blatt während einer Woche auf einer Staffelei im Festsaal. Hier zeigen wir Victorias Schriftbild vom Spruch der ersten Juni-Woche. – „Es ist an ein fühlendes Selbsterkennen gedacht“ (Rudolf Steiner).

Unser newsletter informiert Sie laufend über die aktuellen Veranstaltungen.

Sie können sich auf unserer Homepage anmelden.

<https://www.loidholdhof.at>

Liebe Freunde und Förderer unserer Gemeinschaft!

Kurz auf einen Kaffee mit der besten Freundin, nach der Arbeit gemütlich den Tag ausklingen lassen, Besucher empfangen und Gäste bewirten. Bei schönem Wetter geht's dabei in den Innenhof. Hier halten sich alle gerne auf. Oft werden die Sitzgelegenheiten zu wenig, auch haben Wind und Wetter ihre Spuren hinterlassen. Mit einer Spende für den Ankauf und der Sanierung wäre uns allen sehr geholfen.

Sie können Ihre Spende an uns steuerlich absetzen! Falls Sie Ihren Vor- und Zunamen sowie Ihr Geburtsdatum auf dem Erlagschein angeben, wird Ihre Spende automatisch von der Finanzverwaltung als Sonderausgabe anerkannt.

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 Fagner, Konrad Grünberger,

Maria Grünberger, Achim Leibing

Gestaltung: Gertrude Plöchl

Fotos: Archiv Loidholdhof

Verlags- und Herstellungsort: 4113 St. Martin

Zeitung der Integrativen Hofgemeinschaft Loidholdhof

IBAN: AT76 6000 0000 9207 2929

BIC: BAWAATWW

 **Klimaneutral**
Druckprodukt
ClimatePartner.com/53401-2105-1024