

Eines der Kernthemen ist die abnehmende Qualität der Lebensmittel, in der es nicht um Verminderung von Stoffen geht, sondern um die Anregung des Stoffwechsels des Menschen bzw. beim Futter der des Tieres. Dies beruht auf ätherischen und astralen Kräften, die durch die bio-dynamische Methode verstärkt werden sollen, um die Nahrungsqualität wieder zu stärken. Dazu „müssen die Kräfte aus dem Geistigen geholt werden“, der ganze Himmel ist mitbeteiligt.

Peter Krause: Anthroposophische Grundlagen der biologisch-dynamischen Landwirtschaft. Band II: Der Landwirtschaftliche Kurs (1). 184 S. Hrsg. Von Demeter NRW. Info 3 Verlag Frankfurt 2023. 20,- Euro

Vom Ernährungssystem zum Ernährungsorganismus

Das Ziel diese Broschüre ist die Änderung unserer Einstellung zum Lebensmittel. Dies geht nur über eine Änderung des Denkens. Ausgangspunkt ist das Ernährungssystem, das Produktion, Verarbeitung, Handel, Zubereitung und Konsum umfasst. Es muss transformiert werden, wie unschwer an den vielen Krisen erkennbar ist. Dabei ist der erste Schritt, nicht mehr vom System zu sprechen, sondern die einzelnen Bereiche als Glieder eines Organismus zu sehen. Ein Organismus besteht aus

Am Ende jedes Kapitels sind Übungsaufgaben angeführt, die das Lernen der Inhalte anregen. Die Lösungen finden sich am Ende des Buches.

Der Autor Peter Krause ist Journalist und interessiert an sinnerfühltem Naturerleben. Er wurde fachlich unterstützt von Marcel Weidhausen, Referent von Demeter im Westen.

Petra Kühne

seinen Organen, die sich gegenseitig wahrnehmen, aufeinander beziehen und somit lebendig und lernfähig sind. Der Mensch mit seinem Ich steht im Mittelpunkt und er kann diesen Organismus steuern und formen. Dazu braucht es aber ein Bewusstsein und eine Verbundenheit. Nach diesen Ausführungen leitet die Autorin, Fachbereichsleiterin Ernährung



in der Sektion für Landwirtschaft zur praktischen Umsetzung an. Dazu hat sie 7 Übungsmethoden zusammengestellt, um die Verbundenheit mit den Lebensmitteln und der Ernährung zu fördern. Dies beginnt mit drei Fragen zum achtsamen Essen, über das Führen eines Ernährungstagebuchs, dem Betrachten der Essbiografie im Laufe des Lebens, einer erweiterten Sensorik, dem Malen von Düften und Aromen, der Wirksensorik bis zum Leben mit dem Seelenkalender Rudolf Steiners. Dr. Jasmin Peschke ist selber zertifizierte Wirksensorik-Trainerin, des von Uwe Geier entwickelten Wahrnehmens von Gefühlen nach dem Verzehr bestimmter Lebensmittel. Dieses kleine Handbuch regt an, solche Übungen selbst auszuprobieren, sie in Gruppen einzusetzen und Verbraucher zu sensibilisieren. Es greift somit eine zentrale Aussage des

landwirtschaftlichen Kurses von Steiner auf, der vom „landwirtschaftlichen Organismus“ sprach und erweitert diesen Begriff auf den bio-dynamischen Ernährungsorganismus, den die Autorin in einem Fünfstern mit dem Menschen als Mittelpunkt darstellt.

Die Broschüre ist sehr bereichert durch farbige Bilder von Jasminka Bogdanovic, welche die Autorin als freilassende Unterstreichungen des Inhalts aus dem Bilderzyklus „Fraktal“ der Künstlerin zusammenstellte. Die Broschüre ist frei von der Homepage der Sektion für Landwirtschaft in deutscher und englischer Sprache herunterzuladen. Gedruckte Exemplare standen begrenzt auf der Landwirtschaftlichen Tagung 2024 zur Verfügung. Ein Nachdruck ist nicht absehbar und erfolgt wahrscheinlich in englischer Sprache.

Petra Kühne

Jasmin Peschke: Vom Ernährungssystem zum Ernährungsorganismus. Wie die Transformation gelingen kann. Impulse und Übungen. 28. S. mit Bildern von Jasminka Bogdanovic. Hrsg. Goetheanum. Sektion für Landwirtschaft. Dornach 2024 https://www.goetheanum.org/fileadmin/landwirtschaft/Ern%C3%A4hrung/Peschke_Ernaehrungsorganismus.pdf