

# Erdenfrüchte – Himmelskräfte

Demeter-Lebensmittel aus  
biologisch-dynamischer  
Landwirtschaft



**anthrosana**

Verein für anthroposophisch  
erweitertes Heilwesen

Heft Nummer  
**206**

© 2003

anthrosana

Verein für anthroposophisch

erweitertes Heilwesen

Postplatz 5, Postfach

4144 Arlesheim

Telefon 061 701 15 14

Telefax 061 701 15 03

E-Mail [info@anthrosana.ch](mailto:info@anthrosana.ch)

Internet [www.anthrosana.ch](http://www.anthrosana.ch)

ISBN 3-905364-06-9

Weitere Vereine in:

Belgien, Deutschland, Finnland,

Frankreich, Italien, Österreich,

Polen, Schweden, Spanien,

den Niederlanden und USA

# Erdenfrüchte – Himmelskräfte

Demeter-Lebensmittel aus biologisch-dynamischer Landwirtschaft

## Inhalt

Vorwort	3
Der Landwirtschaftsimpuls von nahem	5
«Man isst sich krank und verdaut sich gesund»	13
Demeter ist Genuss und vieles mehr	17
Rezepte	25
«Was dich im Brote speist»	28
Tiere ihrem Wesen gemäss halten	33
Autorin und Gesprächspartner	39
Adressen	41
Literatur	43

Überreicht von: **Freie Gemeinschaftsbank BCL** – Gerbergasse 30 – 4001 Basel  
Telefon 061 269 81 00 – [www.gemeinschaftsbank.ch](http://www.gemeinschaftsbank.ch)

Das Brot ernährt dich nicht:  
was dich im Brote speist,  
ist Gottes ewiges Wort,  
ist Leben und ist Geist.

Angelus Silesius

## Vorwort

Wer lebt muss essen, will essen und das Essen geniessen. Menschen tun dies auf unterschiedlichste Weise und stellen auch verschiedene Anforderungen an die Lebensmittel. Häufig steht dabei nicht die Qualität im Vordergrund, sondern der schnelle Genuss oder der Preis.

Sind bei Nahrungsmitteln Qualitätsunterschiede überhaupt sichtbar oder messbar? Was zeichnet ein gutes Lebensmittel aus? Ist es die Frische oder zum Beispiel die Grösse einer Karotte oder Rande? Ist es der Anbau ohne Pestizide? Oder mit Hilfe von Gentechnik? Gibt es andere Faktoren, die für den Menschen direkt von Bedeutung sind, da sie sein Physisches, Seelisches und Geistiges beeinflussen?

Die von Rudolf Steiner angeregten, von Ehrenfried Pfeiffer und Lili Kolisko ausgearbeiteten und in den letzten Jahren von verschiedenen Forscherinnen und Forschern wieder aufgenommenen Analysen mit den bildschaffenden Methoden vermögen die feinsten in einem Lebensmittel vorhandenen Kräfte zu zeigen. Oft wird hierfür der Begriff «Vitalqualität» oder «Lebenskraft» verwendet. So konnte Dr. Ursula Graf zwischen Produkten aus biologisch-dynamischem, organisch-biologischem und konventionellem Anbau deutliche Unterschiede feststellen. In den vielen, über Jahre gemachten Analysen hat sich gezeigt, dass die Vitalqualität der biologisch-dynamischen Produkte am höchsten ist.

Im «Landwirtschaftlichen Kurs» hat Rudolf Steiner bereits 1924 dargestellt, wie der Boden und die Pflanzen gepflegt werden sollen, damit die Erde fruchtbar bleibt und Lebensmittel entstehen, die den Menschen auch in Zukunft umfassend ernähren, d. h. ihn anregen, ihn regsam und offen machen. Damit hat er eine zentrale Aufgabe hinsichtlich Gesundheit und der Zukunft von Mensch und Erde in die Hände der Bauern gelegt.

Mit Beginn der Arbeitsteilung und der zunehmenden Verstädterung haben es die Bauern mehr und mehr übernommen, die Lebensmittel auch für alle andern Menschen zu produzieren. Heute ist dies nur noch eine ganz kleine Gruppe der Werktätigen, in der Schweiz etwa 4%, und die Mehrheit der Konsumentinnen und Konsumenten hat kaum noch einen konkreten Bezug zur Landwirtschaft. Die Entfremdung nimmt zu, das Verständnis für die Bauern und die Bedeutung der landwirtschaftlichen Produktion nimmt ab. Aufgrund einer 1999 durchgeführten Studie erklärte der Präsident des Europäischen

Verbandes der Jungen Landwirte (CEJA), Arnold Puech d'Alissac, dass das Wissensdefizit über Agrarprodukte und die Landwirtschaft ein europäisches Phänomen ist. Besonders Kinder haben Probleme, die Verbindung zwischen dem Rohstoff und dem Endprodukt herzustellen. Bei einer Umfrage in Deutschland zeigte sich, dass rund 40 Prozent der Kinder meinen, Nudeln würden auf Bäumen wachsen. In Wien waren 4 von 5 Kindern im Alter von 10 Jahren noch kaum je auf einem Bauernhof, und in England und Holland glaubt ein Viertel der Kinder, dass in ihrem Land Orangen und Oliven wachsen.

Täglich entscheiden die Konsumenten/-innen beim Einkaufen, welche Qualität weiterhin angebaut wird und mit wie viel Vitalqualität sie ihren Körper als Grundlage des Seelisch-Geistigen ernähren wollen. Mit jedem Kaufentscheid ist eine grosse soziale und ökologische Verantwortung verbunden.

Dieses Heft möchte einen Einblick geben, wie vielfältig, anspruchsvoll und spannend die Arbeit der biologisch-dynamischen Bäuerinnen und Bauern ist. Im Dienst von uns allen und für unsere Zukunft arbeiten sie eng mit der Natur zusammen. Dass gute Rohstoffe sorgfältig weiterverarbeitet werden sollen, erfahren wir von Köchen, welche aus Erfahrung wissen, dass Nahrungsmittel wichtige Lebensgrundlagen sind.

Allen Gesprächspartnerinnen und -partnern, die sich für dieses Heft aus ihrem Alltag und von ihrer Arbeit haben weglocken lassen, sei an dieser Stelle herzlich gedankt. Ein ganz besonderer Dank geht an Konstanze Brefin Alt, die sämtliche Gespräche geführt und «verarbeitet» hat. Nicht vergessen werden sollen aber auch die andern Mitglieder der vorbereitenden Arbeitsgruppe, Dr. Urs Krattiger, Susanna Küffer Heer, Willi Doebeli und Herbert Holliger; sie haben ebenfalls dazu beigetragen, dass ein so vielfältiges wie «genussvolles» Bild entstanden ist.

Der Herausgeber

## **Was bedeuten «biologisch-dynamisch» und «Demeter»?**

**Biologisch-dynamisch** oder kurz **biodynamisch** bezeichnet die vom Begründer der Anthroposophie, Dr. Rudolf Steiner (1861–1925), impulierte Landwirtschaft, wie er sie im Juni 1924 den anwesenden Bauern in acht Vorträgen darlegte.

**Demeter** ist nicht nur die griechische Göttin des Ackerbaus und der Feldfrucht, sondern auch das international geschützte Qualitäts- oder Warenzeichen für Produkte aus biologisch-dynamischer Landwirtschaft. Mit dem Demeter-Label ausgezeichnete Produkte erfüllen die Demeter-Richtlinien für Anbau, Verarbeitung und Kennzeichnung. Alle Bauernhöfe und Verarbeiter werden jährlich kontrolliert und zertifiziert.

## Der Landwirtschaftsimpuls von nahem



**Kurt und Brigitta Huber-Stöcklin** holen mich am Stanser Bahnhof ab, um mit mir nach Büren zum Hof von **Andreas und Käthi Würsch** zu fahren. Die Hubers wohnen in Schwarzenberg bei Luzern, er ist als Gestalter im grafischen bis in den architektonischen Bereich tätig. Was mir bei unserer Unterhaltung auffällt, ist die enge Verbundenheit der beiden zum Würscher Hof, der sie seit Jahren mit Gemüse und Obst versorgt.

Auf Büren zu kommen wir ins Engelbergertal, durch das die Engelberger Aa fließt; rechterhand erhebt sich das Stanserhorn. Den Ort hinter uns lassend, fahren wir an frisch geschnittenen Wiesen vorbei Richtung Hof, der sich geheimnisvoll «Sagensitz» nennt. Brigitta Huber legt ihrem Mann die Hand auf den Arm: «Fahr langsamer ...». Dann zu mir gewendet: «Sehen Sie, das ist, worüber ich jedesmal neu staune: Hier, wo der Hof beginnt, habe ich das Gefühl, dass ich ausatmen kann. Der Unterschied zu den anderen Böden ist deutlich sichtbar



in der Satttheit und Differenzierung der Farben, in der Stärke der Pflanzen.» Ich sehe es auch, doch dies ist nicht der einzige Unterschied. Denn, so nah am Hang, sieht man vor allem Futterwiesen – hier sind aber Gemüse- und Salatbeete, dazwischen Obstbäume und ein kleines blaues Gartenhaus. Auf der anderen Seite der Strasse, dem Hang zu wachsen Apfelspindeln<sup>1</sup>; jedes Zeilenende wird von einem «Steinmannli» bewacht. Mitten im Blumenmeer daneben steht ein Häuschen mit sechseckigem Grundriss. Das Bienenhaus, wie ich später erfahre. Nun biegt Kurt Huber auch schon in die steile Hofeinfahrt ein.

Wir sitzen am grossen Tisch in der Stube, in der Andreas Würsch mit seinen acht Geschwistern aufgewachsen ist. Am Kopfende haben Kurt und Brigitta Huber Platz genommen, mir gegenüber sitzt Käthi Würsch, zu ihrer Rechten Selina (11), neben mir Andreas Würsch, und hinten auf dem Bett sind Elias (9) und Linus (7), die mithören wollen.

Das Ehepaar Huber hat seit Jahren ein Hof-Abonnement; Brigitta erzählt, wie sie sich immer wieder auf das vierzehntägliche Gemüsebouquet freut, «weil immer alles so schön aussieht, wirklich fast wie ein Blumenstrauss». «Das Bereitstellen des Gemüses macht mir auch wirklich Spass», sagt Käthi Würsch. «Es ist das Ergebnis unserer Hände Arbeit. Und es ist für mich eine grosse Freude, das dann für unsere rund 60 Kundinnen und Kunden einzupacken.» – «Die Ware erhalten wir immer sauber», bemerkt Brigitta Huber anerkennend, «der Nüsslalat zum Beispiel ist schon gerüstet, ich muss ihn nur noch waschen.» Mein Staunen beantwortet Andreas Würsch mit dem Bekenntnis: «Das ist mein Hobby, ich könnte stundenlang Nüsslalat oder Rosenkohl putzen!»

Bei einer Lieferung alle zwei Wochen und in dieser Quantität, frage ich mich, wie denn das Gemüse frisch gehalten wird, und erfahre, dass Hubers einen kühlen, trockenen Raum haben, in dem sich die Nahrungsmittel ideal lagern lassen. Und wie kommen sie mit dem Angebot zurecht? «Wenn das eine manchmal ausgeht, so hat man etwas anderes, mit dem es dann reicht. Manchmal müssen wir etwas dazukaufen, weil z. B. die Engerlinge die Erdbeeren gefressen haben», antwortet Brigitta Huber-Stöcklin, Käthi Würsch übernimmt: «Ja, oder die Pfauen die Tomaten», und übergibt an Andreas Würsch: «Oder die Lauchmotten den Lauch». Brigitta Huber: «Dadurch, dass wir fast ausschliesslich das essen, was auf dem Hof gedeiht, und dann eben mal etwas fehlt, das saisonal dran wäre, sind wir gleichsam Teil des Hofes, haben dadurch im Bewusstsein, was hier lebt, was gelingt ...»

Andreas Würsch lacht: «... und was noch nicht so gelingt. Denn im Grunde sind wir immer am Umstellen in der biodynamischen Bewirtschaftung!» – «Sei nicht so bescheiden! Du hast einen lizenzierten Demeter-Hof, machst die Präparate selber und gibst sie auch weiter», widerspricht Kurt Huber. Bauer Würsch wird nachdenklich: «Als der Sturm Lothar in unseren Wald eine Schneise gerissen hat, wurde mir bewusst, dass ich den Wald, als Teil des Gesamtorganismus Hof, vergessen hatte. Der war ja einfach da. Die Präparate habe ich nur auf den Nutzflächen ausgebracht. Dass auch unser Wald Zuwendung braucht, gespritzt werden muss, um widerstehen zu können, erkannte ich zu spät. Das meine ich damit, wenn ich sage, wir seien immer am Umstellen. Überall dort, wo ich noch schlafe, entstehen letztlich Löcher im Angebot – und denen gehen Bewusstseinslöcher voraus. Diese Wahrnehmungsschwächen, diese Defizite in der Aufmerksamkeit bekommt unsere Kundschaft mehr oder weniger bewusst mit. Wenn sie sich wie Brigitta und Kurt ganz auf ein Hofprojekt einlassen, müssen sie dies eben auch ertragen und mittragen.» Nun lacht Andreas Würsch wieder.

Am Tisch wird jetzt das Konsumenteninteresse an biodynamischen Produkten thematisiert. «Wenn die Menschen im anthroposophischen Umfeld Demeter-Qualität wollen – und damit in Wirklichkeit ja auch wollen, dass Bauern biodynamisch wirtschaften –, warum unterstützen sie dann nicht eben diese Bauern, damit sie ihre Höfe erhalten können?», wendet sich Kurt Huber mit kritischem Unterton an mich. Da ich nicht für andere antworten kann, bitte ich Hubers, doch einfach zu erzählen, wie sie zu ihrem Engagement gekommen sind. Brigitta: «Da war ein Kreis von Menschen, die biodynamische Lebensmittel wünschten. Damals gab es in der Zentralschweiz noch kein Demeter-Angebot. So machte denn unser Kreis die entsprechenden Höfe ausfindig. Es war ein ziemlicher Aufwand, den wir da trieben. Wir richteten es so ein, dass pro Woche immer nur einer von Hof zu Hof fahren und einkaufen musste ... Eines Tages, nach Jahren, erschien, angeregt durch seine Schwester, Andreas Würsch in unserer Arbeitsgruppe.»

«Das, was meine Schwester erzählte, beschäftigte mich», sagt Andreas Würsch, «und so ging ich mit, um in der Gruppe den «Landwirtschaftlichen Kurs»<sup>2</sup> zu lesen – teilte den anderen aber gleich mit, dass ich auf keinen Fall auf Demeter umstellen könne!» Denn er hatte gerade von seinem Vater einen extrem intensiv bewirtschafteten Hof übernommen. Nun wollten 600 Schweine gefüttert werden, das hiess pro Jahr 180 Tonnen Getreide, importiert aus Brasilien, aus Australien ... Angesichts des Hungers in der Welt, der sich häufenden Landwirtschaftsskandale und aufgrund des Steinerschen Gedankenguts zu einer überfälligen Agrarreform geriet er vor gut 10 Jahren in eine Sinnkrise. Sein Berufsbild war nicht mehr intakt. Ihm wurde allmählich klar,

### **Fachausbildung für biologisch-dynamische Landwirtschaft**

Seit mehr als 20 Jahren gibt es diese von biologisch-dynamischen Bauern gegründete Fachausbildung. Träger der Ausbildung ist der Verein für biologisch-dynamische Landwirtschaft. Die Ausbildung dauert 4 Jahre. Sie findet in Blockkursen und jedes Mal auf einem anderen biodynamischen Hof statt. Der Bauer/die Bäuerin zeigt in einem Betriebsrundgang den Lehrlingen und Lehrerinnen die Besonderheiten des Betriebs und beantwortet die gestellten Fragen jeweils ausführlich. So gewinnen die Lehrlinge und Lehrerinnen einen grossen Einblick in die Praxis der biodynamischen Arbeit. Anschliessend sollte der Absolvent / die Absolventin nach ein bis zwei Jahren Berufserfahrung in der Lage sein, einen biologisch-dynamischen Betrieb selbstständig zu führen.

Unterlagen zu dieser Fachausbildung können bei Demeter Schweiz in Arlesheim bezogen werden (Adresse siehe Seite 41).



dass er zum Sklaven eines industriellen Systems geworden war: «Permanent war der Güllekasten voll und musste geleert werden, ich wusste nicht mehr wohin damit. Und so war ich bald einmal, entgegen allen Erwartungen, entschlossen, das, was ich als falsch erkannt hatte, zu verändern», indem die Demeter-Richtlinien zum Zuge kommen sollten. Er verkaufte die Schweine, sehr zum Leidwesen seines Vaters und zum Erstaunen der bäuerlichen Umgebung. Rindvieh- und Ziegenhaltung und das Herstellen von Ziegenkäse behielt er bei – das war seit je seine Spezialität und vertrug sich natürlich auch mit seiner Neuorientierung.

Dank eines Menschenkreises, vorab Kurt und Brigitta Huber-Stöcklin, die als Hofgötti und -gotte Andreas und Käthi Würsch mit Rat und Tat unterstützten, war von Anfang an ein starkes Beziehungsnetz gegeben. Und noch etwas stärkte die Familie: «Da war unser Sohn Johannes; er war behindert und erforderte Käthis Beistand, die wie selbstverständlich seine Betreuung und die Arbeit unter einen Hut brachte ...» – «Ich hatte, solange er lebte, sehr viel mehr Kraft zur Verfügung als heute», sagt Käthi Würsch. «Obwohl er vor vier Jahren starb, fühle ich ihn noch immer stark anwesend in allem, was wir hier tun und erleben.»

Würschs kennen die glücklichen Seiten des Lebens: «Viele Landwirte kommen in der Umstellungsphase in eine Krise, denn es sind so viele ungewohnte Dinge zu beachten, es ist ganz anders wahrzunehmen, viel mehr Interesse zu investieren, dass man schnell überfordert ist. Manchem wachsen so nach vier, fünf Jahren die Anforderungen über den Kopf. Was bei einem Landwirtschaftsbetrieb zwangsläufig mit existenziellen Problemen verbunden ist. Das mussten wir gottseidank nicht erleben ... Die Innerschweizer Demeter-Bauern sind gut organisiert und stehen sich gegenseitig bei.»

Ob denn bei der Umstellung alles glatt gegangen sei, möchte ich wissen. Andreas Würsch verneint: «Natürlich nicht; wie gesagt, ich bin nach wie vor dabei, in die Aufgabe hineinzuwachsen. Allerdings setzte ich von Anfang an die Präparate kräftig ein, und ich glaube, dass mir das geholfen hat, die kritische Zeit zu überbrücken.»

Sowohl dem Produzenten wie auch dem Konsumenten fordert ein Demeter-Projekt Treue, Fantasie und Ausdauer ab. Der Anbieter muss Innovationsfreudigkeit mit Durchhaltevermögen verbinden können, der Abo-Kunde lernen, mit dem gerade zur Verfügung Stehenden vorlieb zu nehmen. Denn auch wenn das Anbauspektrum des Lieferanten gross ist, kann die Ernte, wie schon angedeutet, diversen Schwankungen unterworfen sein.<sup>3</sup> Käthi Würsch: «Wir verkaufen ausschliesslich aus eigener Produktion. Unser Sortiment ist so breit als möglich<sup>4</sup>, wir bieten auch Milch, Quark und Käse an. Im Winter gibt es Lagergemüse und Wintersalate, aber keinen Kopfsalat, weil er nicht in diese Jahreszeit gehört.» Und dann nennt sie ein Beispiel dafür, was die Qualität eines Wintersalats ausmacht: «Brüsseler pflanzen wir im Sommer an. Dann

kommt das Blattwerk, an dem sich eine Wurzel ausbildet; aus dieser Wurzel wächst dann im Winter der Salat. Und das bedeutet nichts anderes, als dass die Pflanze selber Sonnenkräfte im Sommer für den Winter gespeichert hat.»

Wie steht es eigentlich um die Befindlichkeit des Biodynamikers Würsch? «Meine Zufriedenheit, aber ebenso den Ansporn zur inneren wie professionellen Weiterentwicklung finde ich in der Arbeit. Ob geistige Aspekte berücksichtigt wurden oder nicht, zeigt sich unmittelbar in der Wirksamkeit des eigenen Tuns. So ist es ein entscheidender Unterschied, ob ich manuell arbeite oder mit Hilfe einer Maschine. Nehmen wir das Anrühren der Präparate: Ginge es nur darum, dass das Präparat in das Wasser gemischt wird, könnte ich dies ein Gerät machen lassen. Aber ich will ja Kräfte in den Boden bringen, die dort noch nicht sind, die die Pflanzen befähigen, Schöpferkräfte aufzunehmen und weiterzugeben. Um das zu erreichen, ist es notwendig, dass ich mir Zeit nehme, anwesend bin im Prozess des Rührens, und dass ich das, was ich mitgeben kann an innerer Teilnahme, auch gebe.»

«Es ist die gleiche Geschichte wie mit den Samen», fügt Käthi Würsch an. «Im normalen Handel gibt es bald nur noch Hybriden<sup>5</sup>. Das ist dann das so schön aussehende Gemüse auf dem Markt. Aber Hybriden stehen ganz am Ende einer Entwicklungslinie, man kann sie nicht züchten. Versucht man weitere Generationen zu ziehen, zerfallen sie in ein diffuses Erscheinungsbild. Vorteile bringen sie letztlich der Chemie, denn sie machen die Bauern abhängig von deren Saatgut und den dazugehörigen Schutzmitteln. – Wir beziehen das Gros unserer Samen bei Sativa, einer Organisation für biodynamisches Saatgut. Zwei, drei Gemüse müssen wir via Handel beziehen, weil das Anbauergebnis sonst nicht befriedigend wäre.»

Auf die Frage, was der innerste Antrieb sei, das Motiv, das hinter diesem Engagement steht, erhalte ich im Grunde vom Produzenten wie vom Konsumenten die gleiche Antwort: Einsicht. Für den Bauern nämlich ist klar: «Wenn ich etwas erkannt habe, dann muss es ganz durch mich durch, bis in die Glieder, es muss in mein Schaffen, sonst ist die Erkenntnis wertlos.» Und Kurt Huber: «Ich mag schlicht das wässrige Zeug aus dem Supermarkt nicht essen!»

Mit Blick auf die Qualität der Nahrungsmittel muss man leider sagen: Der Preiszerfall ging seit Beginn des 20. Jahrhunderts mit der Qualitätseinbusse einher. Parallel dazu wurde das Angebot immer exotischer. Heute ist alles jederzeit zu kaufen, unbesehen der Saison. Das Ergebnis kennen wir alle und sehen es überall: Grosses, saftig erscheinendes Obst und Gemüse, das schon nach einem Tag – wenn es heiss ist, bereits nach Stunden – zusammenfällt und zu faulen beginnt. – Nur, so richtig wohl wird mir nicht beim Gedanken, dass ich mir mit einem tieferen Griff ins Portemonnaie die gewünschte Qualität erkaufen kann. Angesichts der wirtschaftlichen Situation auch in unseren Breitengraden könnte sich die Ernährungsfrage zur sozialen Frage auswachsen, weil sich irgendwann vielleicht nur noch Wohlhabende schmack- und