



## erdverbunden

**dem Boden begegnen im Gartenbau und im eigenen Körper**  
Ein Workshop der Akademie für angewandtes gutes Leben (gutes-leben-akademie.de)  
zum Erdfest (erfest.org)

Erde – so bezeichnen wir sowohl den Planeten auf dem wir leben, als auch die dünne Humusschicht, die ihn umgibt und uns ernährt. **Wie können wir die Verbundenheit mit beidem pflegen?**

In diesen Zeiten großer Krise und großen Umbruchs beginnen wir Menschen zu begreifen, wie sehr wir uns getrennt und entfernt haben von so ziemlich allem, was lebendig ist. Wir haben buchstäblich den Boden unter den Füßen verloren, nehmen ihn nicht mehr wahr. Wir gehen ausbeuterisch sowohl mit unserem eigenen Körper, als auch mit dem Planeten um.

Dieser Workshop lädt dazu ein, wieder in Beziehung zu treten zu dem Körper, der wir sind und der Erde auf und mit der wir leben – physisch, spürbar, wahrnehmbar.

Wir werden das Phänomen erleben, das Sir Isaac Newton „Schwerkraft“ nannte: zwei Körper, die sich Kraft ihrer Masse anziehen – gegenseitig! Wir kleben an diesem Planeten und er an uns.

Und wir werden uns der eigenen Haut widmen, dem Wahrnehmungsorgan, das uns gleichzeitig von dem trennt, was uns umgibt und damit verbindet. Was bedeutet es, berührbar zu sein, Offenporig, durchlässig?

Wir werden mit Methoden aus der Tiefenökologie arbeiten, mit Bewegungsimprovisation und Entspannung, die uns tief in die Verbundenheit mit der Erde hineinsinken lässt. Und wir werden im Garten sein, mit den Händen in der Erde, die im Frühsommer den ersten Pflanzen Nährboden ist. Dabei werden wir uns auch mit den Grundlagen und Praktiken der Verlebendigung von Böden beschäftigen. Was braucht es für die Entstehung fruchtbarer Böden? Und welche Praktiken wie Agroforst (Baumfeldwirtschaft), Gründüngung, Mulch, Minimalbodenbearbeitung, holistisches Weidemanagement und Terra Preta können wir zu deren Förderung nutzen?

Der Workshop findet zur Hälfte in der Turnhalle statt und zur anderen Hälfte draußen statt (bei passendem Wetter auch überwiegend im Freien): auf dem Acker, im Gemüsebau, in Grünland und Waldflächen des neu entstehenden Hofes für regenerativen Agrikultur unserer Gemeinschaft.

Bitte für beides angemessene Kleidung mitbringen: bequeme Trainingskleidung und Wollsocken für die Bewegungs- und Körpererfahrungseinheiten und robuste Sachen, die Dreck vertragen für die Stunden im Freien.

Akademie für angewandtes gutes Leben, Seewald-Schernbach, Nordschwarzwald

Fr, 21. Juni - So, 23. Juni

Anreise Freitag ab 17 Uhr, Abendessen 18.30

Abreise So nach dem Mittagessen und Aufräumen (gegen 15 Uhr)

Unterkunft in Zimmern oder Zelten

Anmeldung: [sarah@gutes-leben-akademie.de](mailto:sarah@gutes-leben-akademie.de)

begleitet von:

**Sarah Schöne**, BA Ökosystemmanagement, Gärtnerin, Tänzerin

**Heike Pourian**, Dipl. Kulturpädagogin, Tänzerin, Wandelforscherin

**Paul Hofmann**, tanzender Jungbauer mit Leidenschaft für Bodenfruchtbarkeit und Agroforst