

# Leitbild Lebensgarten grüne Aue

## Was ist es, das uns gesund sein lässt?

Wenn Menschen am Ende des Lebens gefragt werden, welchen Inhalten sie in ihrem Leben mehr Bedeutung hätten geben sollen, was sie öfter oder anders hätten tun wollen und was für sie rückblickend das Wichtigste sei, antworten die Meisten: mehr Zeit und Raum für Beziehungen in Form von wirklicher Begegnung mit der Schönheit der Natur, der Sonne, dem Wasser und dem Wind, aber vor allem mit den Mitmenschen, ihren Liebsten und mit sich selbst.

Aus diesen Worten spricht der Wunsch nach einer authentischen und tiefen Verbindung mit der Umwelt und mit sich selbst. Erfüllung im Leben stellt sich offenbar dann ein, wenn wir diese Beziehungen vertiefen, dafür Fürsorge übernehmen und uns selbst dadurch als wertvollen Teil des Ganzen fühlen.

So schaffen wir an einem Ort, an dem wir Menschen uns in Beziehung zu unseren Mitmenschen, zur Natur und zu uns selbst angenommen und integriert fühlen.

Wir schaffen an einer Beziehungskultur, die uns darin unterstützt, unsere Potenziale bewusst zu erkennen und sinnhaft zu der Entwicklung unserer Umgebung beizutragen.

Wir schaffen an einer neuen Gesundheitskultur, die entsteht, wenn alle Menschen am Gelingen einer solchen Beziehungsgemeinschaft mitwirken – in dem Wissen, dass es uns selbst nur gut gehen kann, wenn es auch unseren Nächsten gut geht.

**Dieser Ort trägt den Namen „Lebensgarten grüne Aue“.**

## Mensch sein und Mensch werden

Wir alle sehnen uns danach erkannt zu werden. Wir sehnen uns danach, so wahrgenommen zu werden, wie wir eigentlich sein könnten – eine Perspektive, die uns oftmals sogar selbst nicht (mehr) zugänglich ist. Liebgeliebt zu werden, reicht uns da offenbar nicht aus. Es braucht ein bewusstes „gesehen werden“. Eine wirkliche Begegnung – ob mit Mensch oder Natur – ermöglicht dieses bewusste Wahrnehmen des Gegenübers auf immer tieferen Ebenen. Das große Geschenk dabei ist, dass wir in dem Moment, in dem wir ein Gegenüber in seiner Tiefe erblicken, diese Ebene selbst in uns öffnen müssen, und uns damit auch selbst erkennen dürfen. Es passiert dann ein wechselseitiges Erkennen von sich selbst und des Anderen. Je mehr wir innere Klarheit über uns selbst gewinnen, desto tiefer können wir eine nächste Begegnung werden lassen. Wir können daher nur miteinander und aneinander eine wirkliche Beziehungsfähigkeit ausbilden. Daher gehört die bewusste Erkenntnis der lebendigen Umwelt und unserer gegenseitigen Bezüge untrennbar zu diesem Gefühl der Sinnhaftigkeit dazu.

Wenn wir uns also fragen, was „Menschsein“ bedeutet und worum es in diesem Leben zu gehen scheint, dann finden wir die Antwort wahrscheinlich gar nicht allzu weit entfernt von den oben beschriebenen Aussagen der Menschen am Lebensende. Die Möglichkeit, dass sich der Mensch in jedem Moment tief mit der Welt verbinden und gleichzeitig aus dieser wirklichen Verbindung Erkenntnis erlangen kann über die eigenen Fähigkeiten, die großen Zusammenhänge und den inneren Sinn, ist es, woran wir in diesem Projekt ansetzen wollen.

Der Lebensgarten grüne Aue soll dazu dienen, diesem „Potenzial des Menschseins“ näherzukommen und an einer Gesellschaft mit einer lebendigen Beziehungskultur zu bauen.

## Unsere Gesundheitsdefinition

Gesundheit und Krankheit können auf sehr unterschiedliche Weisen und Dimensionen verstanden werden. Wenn es um eine Definition dessen gehen soll, was eine nachhaltige systemische Gesundheit beschreibt, in der nämlich neben dem Menschen auch die Umwelt mit eingeschlossen ist, dann wird schnell deutlich, dass ein gesundes Miteinander mit der inneren Haltung und einer sozialen Frage beginnt. Diese, mit dem wirklichen Interesse am Gegenüber zu beschreibende innere Haltung, führt über die daraus entstehende Beziehungsfähigkeit hin zu unseren Werten und persönlichen Entwicklungszielen. Am Ende resultiert daraus unsere Lebensweise, die entweder Mensch und Erde gesunden lässt oder eben beide krank macht. Daher stellt Gesundheit ein Wechselspiel zweier Richtungen dar, nämlich zwischen einer Gesundheit, die vom Individuum selbst in die Welt ausgeht und einer Gesundheit, die dem Individuum aus der Welt zuströmt. In anderen Worten: Für eine systemische ganzheitliche Gesundheit sollte Jedes Individuum seine Selbstwirksamkeit sinnhaft erleben dürfen, indem es

sich einbringen darf in die Gemeinschaft des Lebens auf dieser Erde (Richtung in die Welt) und sich dabei gleichzeitig durch das Interesse und die Wärme, die ihm aus der Umgebung entgegengebracht wird, integriert und verbunden fühlen (Richtung aus der Welt).

Um diesem Ziel näher zu kommen sind wir also aufgerufen Lebens- und Sinnfragen, Haltungen und Werte bewusst herausbilden und gemeinsam an einer neuen Beziehungskultur bauen, damit wir langfristig einer ganzheitlichen Gesundheit entgegenwachsen können. Dies bedarf eines Menschen- und Weltbildes, das den Menschen als ein beseeltes und begeistertes Wesen in ein großes Ganzes fügt und seine Bezüge zu allen Lebewesen, einschließlich Himmel und Erde, mit einschließt.

Damit solch eine gesundende Zukunft wahrwerden kann, brauchen wir Begegnungsräume, in denen sich jeder zeigen darf, damit wir uns wahrhaft von Mensch zu Mensch berühren und gemeinsam entwickeln dürfen – und auch können.

Einen Ort, der die Schönheit dieser Welt neu empfinden und sehen lehrt. Einen Ort, an dem Menschen in Krankheits- und Krisensituationen würdevoll und mit echtem Interesse begleitet werden können. Einen Ort, der uns lehrt, wie das Hören auf die leisen inneren Signale und die große Weisheit des Körpers, zu einer nachhaltigen Gesundheit führen kann.