



Gespräche über den Mythos Alter

# Es geht ums Loslassen

Als Landwirt hat er den schonenden Umgang mit der Natur vorgelebt. Als Mitbegründer und Geschäftsführer der „Biofarm“ gehörte er zu den Pionieren der biologischen Landwirtschaft. Und er weiß: Es geht ums Loslassen. Stefan Knobel hat mit Werner Scheidegger über den Mythos Alter gesprochen.

**Stefan Knobel:** Herr Scheidegger – was ist Alter?

**Werner Scheidegger:** (lacht) ... Ja – das Thema Alter lässt sich nicht mit dem Jahrgang erklären. Man sagt das so leicht. Aber es ist tatsächlich so. Ich hatte einen Lehrmeister, der sagte jeweils: Es gibt 20-jährige Knackgreise und 80-jährige Jünglinge. Da ist etwas dran.

**Knobel:** Und was sind Sie?

**Scheidegger:** Natürlich merke ich, dass ich körperlich nicht mehr 20 Jahre alt bin. Aber geistig, da fühle ich mich noch jung. Bei vielen Themen, z. B. bei der Technik, muss ich nicht mehr alles begreifen, was derzeit entwickelt wird.

**Knobel:** Den Termin für unser Treffen haben wir per E-Mail vereinbart!

**Scheidegger:** Das ist kein Problem. Zum Leidwesen meiner Frau sitze ich jeden Tag mehr oder weniger lange an meinem Computer. Die Arbeit am PC ist für mich normal. Aber zwischendurch schreibe ich mit Absicht mal einen Brief von Hand. Das wirkt persönlicher. Ich will mich neuen Entwicklungen aber nicht verschließen. Als Bauer habe ich schließlich den Sprung von der Sense zum Mähdrescher auch mitgemacht.

**Knobel:** Ist das eine wichtige Kompetenz des Alterns?

**Scheidegger:** Ja. Aber noch wichtiger scheint mir die Fähigkeit loszulassen. Ich hatte einen Onkel, der das nicht konnte. Und wir haben alle darunter gelitten. Er war am Schluss über 90

Jahre alt und hatte das Gefühl, er müsse überall noch mit Rat und Tat zur Seite stehen. Er hat mir zwar den Hof rechtzeitig übergeben, aber wir Jungen konnten ihm nichts recht machen.

**Knobel:** Und das wollen Sie nicht wiederholen?

**Scheidegger:** Mein Onkel konnte nicht loslassen. Und ich habe für mich verinnerlicht, dass ich das nicht so machen will.

**Knobel:** Bis jetzt scheint es gelungen. Sie haben mir erzählt, dass Sie den Bauernhof an eine junge Familie verkauft haben.

**Scheidegger:** Ja. Dabei ist mir entgegengekommen, dass ich nebst dem Bauernhof verschiedene Berufe ausgeübt habe.

**Knobel:** Wie ist das gekommen?

**Scheidegger:** Ich gehörte zu den ersten Biobauern der Schweiz. Im Jahr 1972 war ich 36 Jahre alt. Da haben wir die „Biofarm“ – Genossenschaft gegründet. Ich wurde der Geschäftsführer dieser Organisation. Zuerst habe ich das Büro zuhause geführt. Später sind wir mit der „Biofarm“ nach Kleindietwil gezogen. Da war ich oft weg von zuhause. So musste ich einen selbständigen Angestellten haben, der den Hof im Schwung hielt.

**Knobel:** War das einfach, den Hof teilweise in andere Hände zu geben?

**Scheidegger:** Es war eine erste Übung im Loslassen. Später, 1992, habe ich den Hof vorübergehend verpachtet und 2001 verkauft. Beides

waren wieder Prüfungen im Loslassen. Der Pächter war ein sogenannter „Aussteiger“. Er fühlte sich im Ackerbau nicht so sicher und fragte mich, ob ich ihn weiterhin beraten würde. Ich sagte ihm zu – habe mir aber geschworen, dass ich ihn nur berate, wenn er mich fragt. Ich wollte nicht der Stöcklikrankheit anheimfallen.

**Knobel:** Was ist die Stöcklikrankheit?

**Scheidegger:** Bei uns im Bernbiet ist das Stöckli das Altenteil, ein kleineres Haus, meistens neben dem Bauernhaus, in das sich der Bauer zurückzieht, wenn er den Jungen den Hof über gibt. Jeremias Gotthelf hat das in „Ueli der Pächter“ schon beschrieben. Die Stöcklikrankheit zeigt sich darin, dass der alte Bauer zum Fenster hinausschaut und den ganzen Tag schimpft über das, was der junge Bauer nach seiner Meinung alles falsch macht. In diese Falle wollte ich auf keinen Fall tappen.

**Knobel:** Sie hätten es ja auch bei der Verpachtung belassen können.

**Scheidegger:** Das wollte ich nicht. Nachdem meine drei Töchter den Hof nicht übernehmen wollten, fanden wir eine junge Familie, die den Hof kaufen wollte. Ein Angestellter oder ein Pächter kann sich nicht so eingeben wie ein Besitzer, und der alte Besitzer kann aus dem Pachtzins nicht die erforderlichen technischen und baulichen Veränderungen finanzieren. In der ehemaligen DDR konnte ich erleben, was passiert, wenn die Landwirtschaft fraktioniert wird. Leben und Arbeiten muss eine Einheit sein, sonst funktioniert das nicht. Insbesondere auf einem Biohof. Wenn ich jetzt das Leben auf meinem früheren Hof beobachte – dann bin ich sicher: Es war der richtige Schritt.

**Knobel:** Warum haben Sie damals mit Kollegen die „Biofarm“ gegründet?

**Scheidegger:** Es war ein Generationenproblem und hatte auch mit Loslassen zu tun. Hans Müller, der Pionier des Biolandbaus, wurde 97 Jahre alt. Er starb, ohne seine Nachfolge ge regelt zu haben. Er sprach in den letzten 30 Jahren seines Lebens zwar immer davon, dass er daran sei, seine Nachfolge zu regeln. Aber er hat es nicht gemacht. Wir gründeten die „Biofarm“, ohne ihn zu fragen. Wir wollten mithelfen, sein Lebenswerk zu erhalten und zu fördern.

**Knobel:** Warum?

**Scheidegger:** Nachdem Maria Müller, Hans

Müllers Frau, gestorben war, haben wir realisiert, dass die entscheidenden Impulse zur Weiterentwicklung der Biomethode vor allem durch sie in die Bauernfamilien gekommen waren. Diese Impulse blieben nun aus. Zudem standen drängende Fragen an, auf die wir Antworten suchten.

**Knobel:** Und was waren diese drängenden Fragen?

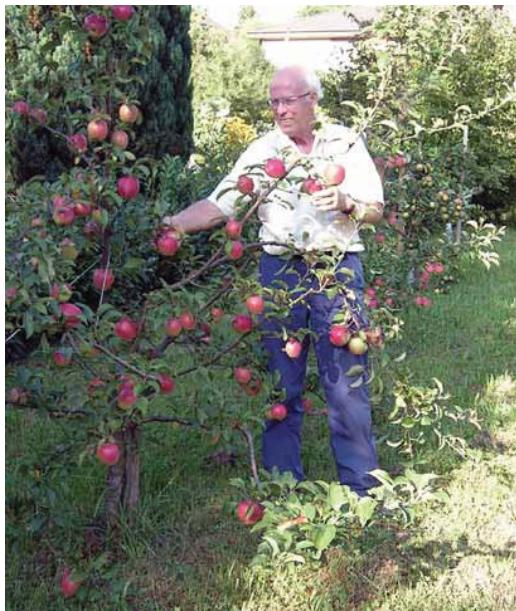
**Scheidegger:** Zum einen die Unkrautbekämpfung im Ackerbau. Das ist im Biolandbau auch heute noch eine wichtige Frage und eine der größten Hürden, die sich einer Umstellung

>>



## Die „Biofarm“

Im Jahr 1972 gründeten neun Schüler der Biopioniere Maria und Hans Müller die „Biofarm“. Diese jungen Bauern wollten selbst aktiv werden und den organisch-biologischen Landbau praxisnah weiterentwickeln. Insbesondere die giftfreie Unkrautbekämpfung war damals eine echte Herausforderung. Die Weiterentwicklung von Maschinen, die man für eine umweltverträgliche Unkrautbekämpfung hätte einsetzen können, war wegen der flächendeckend eingesetzten chemischen Mittel für die Landmaschinenindustrie unrentabel geworden. Die Bio-Pioniere der Biofarm entwickelten die Idee der Unkrautbekämpfung durch abflammen mittels Propangas erfolgreich weiter. Unter Werner Scheidegger führte die „Biofarm“ auch Back- und Kochkurse durch und leistete damit einen wichtigen Beitrag, um das Bewusstsein für Vollwerternährung und Umweltthemen in die Familien hineinzutragen. Zuerst unter der Marke „Biona“ und später „Biofarm“ belieferte die Organisation die in der ganzen Schweiz entstehenden Bioläden und konnte dadurch für den Absatz der Bioprodukte sorgen. Die „Biofarm“ war maßgeblich an der Entwicklung und Einführung der schweizerischen Richtlinien für den biologischen Landbau beteiligt und gründete zusammen mit anderen Organisationen im Jahr 1981 die heutige „Bio Suisse“. [www.biofarm.ch](http://www.biofarm.ch)



Werner Scheidegger als Biogetreide-Bauer (oben) und als stolzer Hobby-Obstbauer heute (links)

z.B. von Biomehl oder Getreidekörnern. Um diese Themen anzugehen, haben wir die „Biofarm“ gegründet. Das war ein Abnabelungsprozess.

**Knobel:** Wie hat Hans Müller reagiert?

**Scheidegger:** Sauer. Wir jungen Bauern waren sicher keine 68-er. Aber wenn ich heute darüber nachdenke, waren wir vermutlich doch von der damals herrschenden Umbruchstimmung beeinflusst, davon, dass man nach 1968 Autoritäten nicht mehr aufgrund ihres Alters oder ihrer Stellung akzeptierte, sondern aufgrund ihrer Fachkompetenz und ihrer Dialogfähigkeit. Hans Müller hat uns, der jungen Generation, keinen Spielraum gelassen – und da haben wir das Heft selber in die Hand genommen und Antworten auf unsere offenen Fragen gesucht, die er schon aus Altersgründen nicht mehr in Angriff nehmen konnte.

Von da an galt jeder von uns als *persona non grata*. Wir standen plötzlich im Gegenwind und wurden von ihm nicht mehr be- und geachtet. Das war nicht einfach – aber mit der Zeit haben wir verstanden, dass wir nur weiterkommen, wenn wir die Verantwortung selbst in die Hand nehmen. Hans Müller war ein Visionär – aber er hat niemanden neben sich geduldet. Das ist die Tragik seines verdienstvollen Lebens.

**Knobel:** Und die „Biofarm“ wurde zu einer Erfolgsgeschichte.

**Scheidegger:** Ja. Es war damals sicher ein wichtiger Schritt. Am Anfang war die Biofarm ganz klein. Mit der Zeit hatte ich da einen Vollzeit-Job.

>>

auf Bio in den Weg stellen. Und zum anderen die ganze Vermarktung. Wir haben bemerkt, dass die Biobewegung sich nur ausbreiten kann, wenn wir die ganze Wertschöpfungskette betrachten und beeinflussen können. Für Milch und Fleisch, die mit Abstand wichtigsten Produkte der schweizerischen Landwirtschaft, gab es im Biosektor noch keine Absatzmöglichkeit und somit auch für die Konsumentenschaft keine Möglichkeit, sie zu kaufen. Ebenso wenig gab es ein Angebot für haushaltsgerechte Packungen

Wir haben uns neben der Entwicklungsarbeit in der chemiefreien Unkrautbekämpfung und dem Aufbau der Vermarktung auch auf der politischen Ebene für den Biolandbau engagiert. Als Reaktion auf einen Vorstoß hat eine hochrangige eidgenössische Kommission 1974 dem Bundesrat beantragt: „Die Verwendung des Begriffes ‚biologisch‘ im Zusammenhang mit Lebensmitteln ist zu verbieten.“ Da sind wir auf die Barrikaden gegangen.

**Knobel:** Was haben Sie gemacht?

**Scheidegger:** Das Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL), die „Biofarm“, „Demeter“, „Bioterra“ und „Progana“ haben sich an einen Tisch gesetzt, Richtlinien für den biologischen Landbau erstellt und 1980 für ihre Mitglieder in Kraft gesetzt. Als Güte- und Erkennungszeichen für die Kunden im Laden haben wir die heute allgemein bekannte Knospenmarke gewählt und schützen lassen.

**Knobel:** Die Knospe haben Sie entworfen?

**Scheidegger:** Nein. Das ging so: Wir fragten uns nach der Verabschiedung der Richtlinien für den Bio-Landbau, was wir tun könnten, damit die Kunden im Laden unsere Produkte erkennen. Da bot uns Dr. Vogtmann, damals Leiter des FiBL, an, das FiBL-Logo, eben die Knospe, dafür zu verwenden. Entworfen worden war die Knospe von ETH-Professor Philippe Matile.

**Knobel:** Aber damit war die politische Anerkennung noch nicht geschafft?

**Scheidegger:** Das hat noch gedauert. Wir stellten nach der Gründung der „Vereinigung schweizerischer biologischer Landbauorganisationen“ (VSBLO, heute „Bio Suisse“) wieder einen Antrag mit dem Ziel, dass aufgrund der neuen eigenen Richtlinien der biologische Landbau gesetzlich anerkannt wird. Aber da gab es zu viele Widerstände. Selbst die EU war schneller. Im Jahr 1991 erließ sie eine Bio-Verordnung. Da sind die Beamten in Bern erschrocken. Und Firmen wie „Biotta“ und „Bio-Familia“, die biologische Produkte in die EU exportierten, hatten plötzlich ein Problem. Sie brauchten eine Akkreditierung ihrer Produkte. Das war unsere Chance. Wir hatten die Richtlinien und das Kontrollsyste alles schon.

**Knobel:** Das heißt, ihr wart vorbereitet.

**Scheidegger:** Genau. Die VSBLO hatte privatrechtlich alles schon vorweggenommen, sich bei der

EU und beim „Eidg. Amt für Messwesen“ akkreditieren lassen und war damit wohl die erste EU-kompatible Organisation der Schweiz, ohne dass unser Land dazugehörte. Damals waren wir nicht einmal 1 % aller Bauern. Und heute sind wir 11 %.

**Knobel:** Zurück zum Thema Loslassen. Die „Biofarm“ haben Sie auch losgelassen?

**Scheidegger:** Ja. Ich habe die Geschäftsleitung im Jahr 1998 abgegeben und vor meiner Pension zusammen mit meiner Frau das Seminarhotel „Möschberg“ geführt. Das ist das Haus, in dem Hans Müller gewirkt hatte. Das Haus war anfänglich der Bildungsort für Biobauern und Bio-bauerinnen. Nach dem Tod von Hans Müller war die durch die Gründung der „Biofarm“ entstandene Spaltung seiner Bewegung kein Thema mehr und es stellte sich die Frage, was mit dem „Möschberg“ passieren soll.

**Knobel:** Und Sie haben dieses geschichtsträchtige Haus weitergeführt?

**Scheidegger:** Wir haben überlegt, was aus dem Haus werden soll. Mit der Ausbildung der Biobauern haben sich in der Zwischenzeit andere befasst. Und so hat sich das „Bioforum“, der Trägerverein des „Möschbergs“, entschlossen, sich mehr den politischen und weltanschaulichen Aspekten des Biolandbaus zuzuwenden und sie in den Mittelpunkt zu stellen. Erschwendend war, dass wir das Haus komplett sanieren mussten. So wurde aus dem „Möschberg“, der ehemaligen Hausmutterschule, ein Seminarhaus. Das Problem war dann, dass die Pächter nicht in der Lage waren, genügend Ertrag zu erwirtschaften. Deshalb sprangen meine Frau und ich für zweieinhalb Jahre in die Lücke.

**Knobel:** Eine neue Herausforderung!

**Scheidegger:** Ja – wir konnten noch einmal ausprobieren, was möglich ist und was nicht. Ich bin also noch zum Hotelier geworden. Als ich das Pensionsalter erreichte, gaben wir die Aufgabe weiter.

**Knobel:** Ein weiteres Mal loslassen.

**Scheidegger:** Ja – danach zogen wir hierher – in mein Elternhaus. Und jetzt stellt sich wieder die Frage, ob wir auch dieses Haus loslassen können. Aber es ist nicht einfach. Bis jetzt haben sich die Zeitpunkte immer natürlich ergeben. Und jetzt

>>

„Aber es braucht die Balance zwischen Teilnehmen und Loslassen. Vielleicht liegt darin die Kunst des Altwerdens.“

>>

hier weggehen – das ist nicht einfach. Wir sitzen hier mitten im Grünen, mitten im Dorf, wir haben einen wunderschönen Obstgarten angelegt.

**Knobel:** Ist der richtige Zeitpunkt noch nicht gekommen?

**Scheidegger:** Es gibt einen äußeren Anlass, die Frage zu stellen, ob wir hier bleiben sollen. Ich bin jetzt 77 Jahre alt – meine Frau ist 75. Im Dorf haben wir uns in einem Projekt engagiert, in dem Alterswohnungen gebaut wurden. In dieser Siedlung gibt es auch eine Pflegewohnung. Die Frage ist naheliegend, wann für uns selber der Zeitpunkt gekommen ist, dorthin umzuziehen.

**Knobel:** Die Pflegewohnung habt ihr mit Absicht in diese Siedlung integriert?

**Scheidegger:** Ja. Wir haben im Dorf ein anderes Projekt mit alters- und behindertengerechten Wohnungen. Aber dort gibt es keine Anbindung an professionelle Pflege. Deshalb ist jenes Haus nur zum Teil von der eigentlichen Zielgruppe

bewohnt. Die Arbeit am Projekt „Wohnen im Alter“, an dem wir beteiligt sind, hat uns dahin geführt zu überlegen, wie wir in den nächsten Jahren leben wollen. Jetzt wird dieses Alterszentrum erweitert. So haben wir demnächst Gelegenheit, dort einzuziehen. Aber wie gesagt, ist der Entscheid noch nicht gefallen – und er fällt auch nicht so leicht. Wie Sie gesagt haben: Vielleicht ist der richtige Zeitpunkt noch nicht gekommen.

**Knobel:** Sie fühlen sich noch nicht alt?

**Scheidegger:** Ich fühle mich alt und jung zugleich. Es ist aber so, dass ich gewisse Veränderungen bei mir beobachte. Ich habe noch sehr viele Ideen. Aber ich merke, dass mir die Kraft fehlt, all das anzupacken bzw. auszuführen.

**Knobel:** Aber Sie sind noch sehr aktiv!

**Scheidegger:** Ja. Vor allem am Leben im Dorf nehmen wir aktiv teil. Und wir haben etwas zu bieten. Wir haben Zeit. Wir haben Erfahrung. Beides bringen wir ein, wenn es gefragt ist.

**Knobel:** Und wenn man aktiv ist, dann fühlt man sich wirksam?

**Scheidegger:** Ja, aber wir müssen nicht mehr überall dabei sein. Ich habe das Gefühl, dass sich unser Leben von quantitativ in Richtung qualitativ verändert. Nicht nur was ich tue – sondern auch wie ich es tue, spielt eine wichtige Rolle. Der ewige Wandel von Kommen und Vergehen ist etwas, was ein Landwirt immer miterlebt. Und nun stelle ich mir zusammen mit meiner Frau die Frage, wie wir unsern letzten Lebensabschnitt gestalten wollen. Die Fragen nach dem Sinn des Lebens und danach, wo es noch sinnvoll und möglich ist, aktiv zu bleiben, nehmen jetzt viel Platz ein.

**Knobel:** Aktiv teilzunehmen scheint Ihnen sehr wichtig zu sein.

**Scheidegger:** Ja – ich glaube, das ist etwas, was das Leben lebenswert macht. Aber es braucht die Balance zwischen Teilnehmen und Loslassen. Vielleicht liegt darin die Kunst des Altwerdens.

**Knobel:** Herr Scheidegger, ich danke Ihnen für das Gespräch.



Aufmerksam dem Gespräch gelauscht hat auch Frau Rose-Maria Breinlinger Scheidegger. Auf die Frage, was für sie Alter sei, hat sie folgendermassen geantwortet:

Das Alter ist eine große letzte Herausforderung in meinem Leben. Mir geht es wie Werner – ich habe noch so viele Ideen. Doch habe ich das Gefühl, ich müsse mich zurückhalten. Ich kann nicht mehr alles anpacken. Die Kraft ist verbraucht, aber das Alter ist schön. Es ist alles viel intensiver als in jungen Jahren. Früher hatte ich Termine, viel zu tun, eilte von einer Aufgabe zur andern. Unterdessen kann ich mich viel mehr auf das einlassen, was jetzt ist. Eine Blume im Garten, ein Theaterstück – ich erlebe das alles viel bewusster. Ich treffe Menschen auf der Straße – eine kleinste Begegnung wird zum Genuss. Früher habe ich solche kleinen Schönheiten gar nicht bemerkt. Um das besser zu verinnerlichen, versuche ich die Hektik von mir fernzuhalten. Ich sage viel öfters NEIN – und dadurch öffne ich das Intensive im JETZT. Ich schaue darauf, dass ich nur einen Termin am Tag wahrnehme – und diesen genieße ich dann umso mehr. Ich mache mir für mich und zusammen mit meinem Mann viele Gedanken, wie wir unsere gemeinsame oder allein zu gehende letzte Wegstrecke leben und zuletzt alles loslassen werden.

# LQ

kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität



In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter [www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net)  
oder per Post

verlag lebensqualität  
nordring 20  
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net  
[www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net)  
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



## Bestellung Abonnement

LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst  
 einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Geschenkabonnement für:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_