DAS MAGAZIN FÜR EIN NEUES ÖKOLOGISCHES BEWUSSTSEIN

NATURSCHECK

www.naturscheck.de

AUSGABE WÜRTTEMBERG NORD

*EUR 3,50

*JUNK FOOD - KRANK FOOD
Interview mit dem Publizisten und Ernährungs-Experten DR. HANS-ULRICH GRIMM

*ES LEBE DIE EINFACHHEIT
Denn der Erleuchtung ist es egal, wie du sie erlangst

*GEMEINWOHLÖKONOMIE
Die Vision von einem menschlicheren Wirtschaftssystem

*DIE GLOBALISIERUNGSFALLE
Und möge kein Politiker behaupten, er habe es nicht gewußt

*AM ANFANG WAR DAS LICHT
Die Ayurveda-Therapeutin Sigrid Riedling lebt seit über drei Jahren von »Lichtnahrung"

ISSN: 1869-0300

Tagesseminar
Liebe Dich selbst –
und Du veränderst Dein Leben

21.02.2015 und 28.03.2015

»Was du auch immer tust, liebe dich dafür, daß du es tust. Was du auch immer denkst, liebe dich dafür, daß du es denkst. Liebe ist die einzige Dimension, die verändert werden muß. Es gibt nichts Wichtigeres auf Erden als die Liebe, die bewußte Wesen füreinander fühlen, gleichgültig, ob sie je ausgedrückt wird oder nicht. (-) Liebe, so viel du kannst, von da aus, wo du auch immer sein magst. (-) Liebe es so, wie es ist. (-) Liebe dich selbst.« (Th. Golas)

Was bedeutet es, sich selbst zu lieben? Ist die »Selbst-Liebe« etwas Verwerfliches oder wurde der Begriff bisher nur falsch verstanden?

Das Tagesseminar LIEBE DICH SELBST beleuchtet, was uns häufig daran hindert, mit uns selbst im Einklang zu leben, und wie wir das Tor finden, daß zu uns selbst führt. Denn nur wer sich selbst liebt, kann auch seinen Nächsten lieben.

Wir sind alle gleichwertige Wesen, und das Universum besteht aus unseren gegenseitigen Beziehungen.

Tagesseminar: Liebe Dich selbst - und Du veränderst Dein Leben
Termine: **: 21.02.2015 und 28.03.2015 - 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Seminarkosten: jeweils 130.- EUR inkl. Mittagessen und Getränke
Seminarort: Wüstenrot
Seminarleitung: Michael Hoppe
Informationen und Anmeldungen: Michael Hoppe
mh@naturscheck.de oder unter 0 79 45 - 94 39 69

Michael Hoppe
Herausgeber

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich willkommen in der NATURSCHECK-Winterausgabe 2014.

Während sich die »alte Geldwelt« immer mehr im selbstgeschaffenen Gordischen (Wachstums-)Knoten verstrickt, ist der Bewußtseinswandel nicht mehr aufzuhalten. Allerorten wachsen ganzheitliche Visionen heran, die immer häufiger auch erfolgreich in die Tat umgesetzt werden. Wie in jeder NATURSCHECK-Ausgabe möchten wir Ihnen auch dieses Mal einige davon präsentieren.

Zudem blicken wir wieder hinter die Kulissen. So erfahren wir durch den Ernährungsdetektiv Hans-Ulrich Grimm, daß die »Junkfood-Krankfood-Industrie« jährlich noch immer Milliarden aufwendet, um die Menschen von den »Vorzügen« der chemischen Labormixturen zu überzeugen. Der renommierte Geldexperte Bernd Senf erläutert die »Schattenseiten unseres Geldsystems« und wie wir neues Licht hineinbringen können. Sonnendruck-Chef Uwe Treiber sieht in der »Gemeinwohlökonomie« nicht nur eine gerechtere und menschlichere Wirtschaftsform, er setzt sie bereits erfolgreich in seinem Unternehmen um.

Und für all jene, die sich noch immer sorgen, daß wir eventuell alle verhungern werden, wenn die Wirtschaft einmal nicht mehr wächst, stellen wir Ihnen eine Frau (aus der Region) vor, die seit dreieinhalb Jahren »fast« ohne stoffliche Nahrung lebt.

Dazu kommen Berichte über das Thema »Krebs«, über hoffnungsvolle ökologische Projekte und über eine ganzheitliche Wissenschaft, die schon vor Jahrhunderten ins Reich des Mystischen verbannt wurde – die Alchemie. Daß die Alchemie alles andere als »unwissenschaftlich« ist und im Grunde all das beinhaltet, was unserer verkopften, eindimensionalen heutigen Wissenschaft fehlt, erklärt uns der Alchemist Peter Mehmet Çatı.

Desweiteren bedanken wir uns bei den vielen Teilnehmern der fünf Bewußtseinskongresse, die wir 2014 auf der Burg Stettenfels durchgeführt haben. Und natürlich bei den Referenten und allen anderen Beteiligten. Auch 2015 werden wieder mehrere Veranstaltungen auf der Burg stattfinden - gemäß dem allessagenden Motto: Es gibt nichts Gutes, außer man tut es!

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen Mut zur Veränderung und ein selbstbestimmtes, sinnerfülltes Leben,

Michael Hoppe und das
Naturscheck-Team

Bewußtsein

12 Die Globalisierungsfalle
16 Es lebe die Einfachheit
18 Aktuelle Kurznachrichten
38 Alchemie

Gesundheit & Medizin

28 Zwei Krebsgeschichten
32 Die wahren Ursachen von Krebs
51 Schonende Krampfaderbehandlung
64 Ergotherapie
68 Angst - Der Alp im Nacken

Interviews

8 Hans Ulrich Grimm
24 Sigrid Riedling
42 Uwe Treiber
56 Bernd Senf

Mensch & Kultur

54 Kulturelle Programmierung
60 Identitätskraft
70 Und vergib uns unsere Schuld
73 Nachhaltige Stadtentwicklung

Regionales

44 Gemeinwohlökonomie Gruppe Heilbronn
46 Seeds of hope
48 Olivenöl aus Palästina
52 Global denken, lokal handeln

Serien

31 Kräuterkolumne von Kräuterpater Gerhard
63 Biokochen mit Frau Koch

Seminare

76 Nichtraucher-Seminare
77 Spiritueller Stammtisch
U3 Die Macht der Sprache
U2 Liebe Dich selbst

Branchenbuch & Kleinanzeigen

78 Branchenbuch & Förderpartner
79 Kleinanzeigen

Vorschau / Abo

81 Abonnement
82 Werbepartner dieser Ausgabe
82 Vorschau

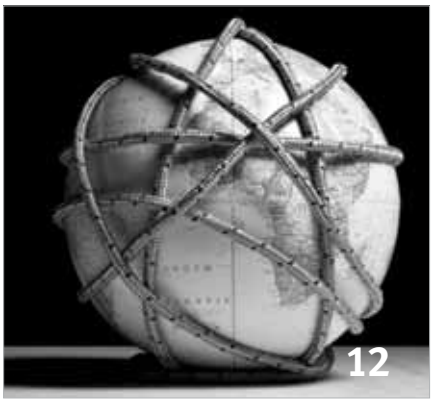
Impressum 82

Gemeinwohlökonomie

Im Mittelpunkt der »Gemeinwohlökonomie« soll der Mensch selbst und – wie der Name schon sagt – das Gemeinwohl stehen. Uwe Treiber aus Wiesloch war einer der ersten hierzulande, der seine Sonnendruck GmbH im Sinne des Gemeinwohls durchleuchtet hat.

»Die Globalisierungsfalle«

Das Buch »Die Globalisierungsfalle« war monatelang ein Bestseller. Kein Wunder, nahm es doch bereits Mitte der 1990er Jahre all die ökonomischen und ökologischen Horrorszenarien vorweg, die wir heute erleben. Inklusive derer, die in Kürze noch kommen werden!

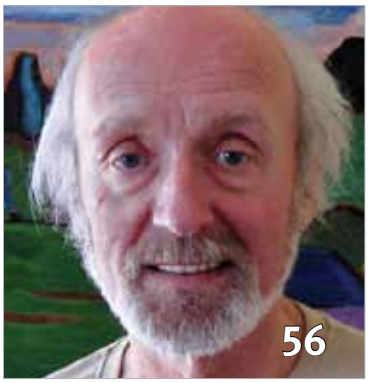


Zwei (typische?) Krebsgeschichten

Fast zeitgleich erfuhren wir, daß Gerda und Hans an Krebs erkrankt waren. Was danach geschah, kann und soll keine »repräsentative Krebsgeschichte« sein, sondern unterschiedliche Wege aufzeigen.

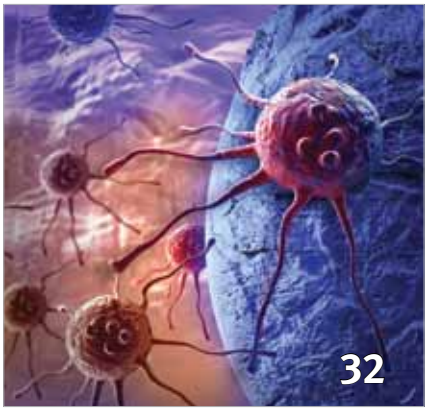
Es lebe die Einfachheit!

Die Welt wird immer komplexer und komplizierter, vor allem für Sinnsucher. Jedes Jahr erscheinen alleine in Deutschland 200.000 neue Bücher - ein Großteil davon sind »absolut unverzichtbare« Lebensratgeber. Dazu kommen die zahllosen Religionen und Philosophien mit ihren Dogmen, Regeln, Ritualen und Erlösungsformeln. Wer soll da noch durchblicken?



Die dunklen Seiten unseres Währungssystems

Prof. Bernd Senf im Gespräch über Hintergründe für die Finanz- und Bankenkrise.



Wissen wir wirklich, was Krebs ist?

Seit vielen Jahren bereist Lothar Hirneise, Autor des Bestseller-Buches: »Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe«, die ganze Welt auf der Suche nach den erfolgreichsten Krebstherapien und klärt Menschen darüber auf, daß es mehr als Chemotherapie und Bestrahlung gibt. Sein 3E-Programm beruht auf der Auswertung der Krankengeschichten von Tausenden von Menschen, die Krebs in einem sehr späten Stadium überlebt haben.

NATURSCHECK – Bewußtseins-Kongresse auf der Burg

Rückblick 2014 und Vorschau 2015

2014 fanden auf der Burg Stettenfels insgesamt fünf NATURSCHECK-Bewußtseinskongresse statt. Dabei ging es um Themen wie ganzheitliche Gesundheit, geistiges Heilen, natürlichere Wirtschaftssysteme, Medienmanipulation, Achtsamkeit, Glück, Leichtigkeit, Selbsterkenntnis, und vieles andere mehr. Auch ein ganzheitlicher Tierkongreß durfte nicht fehlen. Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal bei allen Interessierten und aktiv Beteiligten ganz herzlich bedanken.

Menschen für wichtige Themen zu sensibilisieren, ist nicht leicht. In unserer reizüberfluteten, mediengesteuerten Gesellschaft konzentriert sich die Aufmerksamkeit meist auf (sportliche) Massen-Events oder auf sogenannte A-, B- oder C-Promis, die - egal ob sie etwas wirklich Sinnvolles zu sagen haben oder nicht – als »Publikumsmagneten« fungieren. »Nomen est omen« ist dabei die illusionäre Devise.

Bei den NATURSCHECK-Bewußtseinskongressen 2014 standen nicht die Überbringer, sondern die Themen im Mittelpunkt. Im Rückblick kam dennoch eine stattliche Zahl namhafter Referenten zusammen. Hier nur einige Beispiele: Beim Thema »ganzheitliche Gesundheit« durchleuchtete die Bestsellerautorin **Renate Hartwig** unser pharmagesteuertes »Gesundheits«-System. Der durch Alpenparlament-TV bekannt gewordene »Querdenker« **Professor Dr. Michael Vogt** warf einen Blick hinter die Kulissen der angeblich freien Presse. Der Vizepräsident der europäischen Ayurveda Vereinigung **Ravidas Korn** gab eine ayurvedische »Anleitung zum Glücklichsein«. **Professor Dr. Kathrin Köster** von der Hochschule HN erklärte, welchen Einfluß unsere kulturellen Prägungen auf unser Verhalten haben. **Professor Dr. Tatjana Lackmann**, die Begründerin der »Paranormalen Chirurgie«, zeigte ihre außergewöhnliche Kunst in der Praxis. Und der Heiler **Karl-Heinz Allgaier** führte inmitten des aufmerksamen Publikums eine »spirituelle Wirbelsäulenbegradigung« durch.

Für den »ganzheitlichen Tierkongreß« konnten wir unter anderem die Vorsitzende der deutschen Gesellschaft für ganzheitliche Tiermedizin, **Dr. med. vet. Heidi Kübler** und den weltweit führenden »Tieranwalt« **Antoine F. Goetschel** aus Zürich gewinnen. Gastredner war die Nummer 1 unter Deutschlands naturheilkundlichen Ärzten: **Professor. Dr. Johannes Greten** aus Heidelberg.

Bei den Kongressen zum Thema »Achtsamkeit« und »Selbsterkenntnis« war dann Mitmachen Trumpf. So brachte die Jazzsängerin **Sarah Neumann** den Teilnehmern »Circle Singing« bei. Der Unternehmensberater **Christian Jeschke** und der Zenmönch **Gregor Stehle** luden zu Achtsamkeitsübungen ein. Und es wurden verschiedene Meditations- und Entspannungstechniken gezeigt.

Über außergewöhnliche Lebenswege berichteten die Weisheitslehrerin **Lakshmi Devi**, der »Kräuterpater« **Gerhard Seidler** und die Theologin **Pia Maria Hirsiger**. Daß ein Alchemist den Jahresabschluß machte, darin könnte eine gewisse Symbolik liegen – denn laut **Peter Mehmet Çatı** ist die Alchemie nicht etwa ein Relikt des dunklen Mittelalters, sondern die ganzheitliche Wissenschaft der Zukunft.

Auch allen hier nicht namentlich genannten Referenten sei nochmals ganz herzlich gedankt. Und natürlich unserem »guten Geist«, dem Heiler und Naturfotokünst-

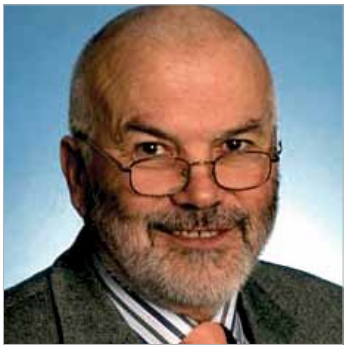
RENATE HARTWIG

PROF. MICHAEL VOGT

RAVIDAS KORN

PROF. KATHRIN KÖSTER

PROF. TATJANA LACKMANN


KARL-HEINZ ALLGAIER

PROF. JOHANNES GRETEN

ANTOINE F. GOETSCHEL

SARAH NEUMANN

LAKSHMI DEVI

GREGOR STEHLE

PATER GERHARD SEIDLER

DR. med. vet. HEIDI KÜBLER

PIA MARIA HIRSIGER

PETER MEHMET ÇATI

PIERO MOLINARI

ler **Piero Molinari** aus Locarno, der an drei Kongressen mitwirkte und für das Thema »Leichtigkeit des Seins« zuständig war.

Vorschau auf 2015

Auch 2015 werden wieder mehrere NATURSCHECK-Kongresse auf der Burg Stettenfels stattfinden. Näheres erfahren Sie dann in der Frühlingsausgabe. Soviel sei schon verraten: Bei den Veranstaltungen am 19.4.2015 und 17.5.2015 wird es um Geistiges Heilen, um die Elemente Wasser und Licht, um »Lichtnahrung« und weitere hochinteressante Themen gehen.

Für alle Kongresse gilt: Was nützen uns Tausende von Büchern und Abertausende theoretischer Ratschläge, wenn wir nicht endlich aktiv werden und sie in die Tat umsetzen. Nur die Praxis ist »Realität«. Und es gibt nichts Gutes, außer man tut es!

Als Abschluß für das Kongreßjahr 2014 soll der wunderbare Satz von Meister Eckehart (1260-1328) stehen: »*Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart, der bedeutendste Mensch ist immer der, der dir gerade gegenübersteht, das notwendigste Werk ist stets die Liebe.*«

Informationen im Web
www.naturscheck.de

Weitere Informationen & Anmeldung
Naturscheck Magazin
Tel.: 0 79 45 - 94 39 69
mh@naturscheck.de

Junk Food, Krank Food – Interview mit dem Publizisten und Ernährungs-Experten Dr. Hans-Ulrich Grimm

Hans-Ulrich Grimm ist Autor und Journalist. Unter anderem war er einige Jahre Redakteur beim SPIEGEL. Bekannt wurde er durch kritische Ernährungs-Bücher, die so klingende Namen tragen wie: »Katzen würden Mäuse kaufen«, »Vom Verzehr wird abgeraten«, »Die Suppe lügt« oder »Tödliche Hamburger«. NATURSCHECK sprach mit dem Ernährungsexperten.

Der österreichische Naturforscher Viktor Schauberger erklärte bereits vor einhundert Jahren, daß der Verzehr degenerierter Nahrungsmittel irgendwann zu »geistiger Degeneration« führen wird. Sie haben gerade Ihr neues Buch »Junk Food, Krank Food« veröffentlicht. Auch Sie schreiben, daß Junk Food nicht nur ein Dick-, sondern auch ein Dumm-Macher ist. Wie ist das zu verstehen?

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Das bedeutet: Viele Inhaltsstoffe der modernen Industrienahrung können das Gehirn schädigen. Der allgegenwärtige Zucker zum Beispiel, aber auch der Süßstoff Aspartam, der sogenannte Geschmacksverstärker Glutamat. Das reicht von leichter Vergeßlichkeit bis zu Alzheimer. Auch das räumliche Vorstellungsvermögen, ergab eine neue Studie, kann etwa durch den Cola-Light-Süßstoff Aspartam beeinträchtigt werden, vor allem bei Frauen. Räumliches Vorstellungsvermögen, das braucht man zum Beispiel beim Einparken: Cola Light erscheint da also nicht besonders förderlich ...

Über die TV- und Medienwelt wird ja häufig behauptet, daß sie sich die kollektive Volksverdummung quasi auf die Fahnen geschrieben hat. Und manches RTL-Programm ist geradezu ein Lehrbeispiel für die Erziehung zu Dekadenz und Geschmacklosigkeit. Die Ernährungsindustrie steht dem in nichts nach. Auch hier ist viel mehr Schein als Sein. Braucht unser System den alles konsumierenden Vollidioten, der nur glaubt: »er sei doch nicht blöd«?

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Bis jetzt ist es ja eher so, daß der »mündige Verbraucher« als Leitbild gilt. Der soll also in voller Kenntnis der Zusammenhänge die schönsten Kreationen aus den Labors der Industrie genießen, wie etwa das berühmte Erdbeeraroma aus Sägespänen oder das »natürliche« Vanillearoma aus dem Abwasser von Papierfabriken, mit Hilfe von Bakterien erzeugt. Das gilt alles, so die offizielle Logik, nicht als Betrug oder Verbrauchertäuschung, weil der Konsument ja »mündig« ist und weiß, was er kauft. Die Industrie ist damit entlastet, sie kann weiter tricksen, der »mündige« Verbraucher ist quasi nicht täuschbar. Der »mündige Verbraucher« ist natürlich eine Fiktion, aber eine, die sehr entlastend ist für die Industrie.

HAGEN KAFFEE
KAFFEEHAUS

KAFFEESPEZIALITÄTEN
AUS ALLER WELT

WILLY HAGEN GMBH * 74076 HEILBRONN
www.hagenkaffee.de

HOLZ HAUFF GmbH · www.holz-hauff.de
Daimlerstr. 36 · Industriegebiet Mühlpfad · 74211 Leingarten
Tel. 0 71 31 - 90 60 - 70 · Fax 0 71 31 - 90 60 - 99
Öffnungszeiten:
Mo – Fr: 7.00 - 18.00 Uhr · Sa: 7.00 - 13.00 Uhr

HOLZ HAUFF

Hat schlechte Ernährung tatsächlich mit dem individuellen Einkommen zu tun? Nach dem Motto: je ärmer, desto ungesünder? Oder ist das nur bei uns so? Ich habe bei Auslandsreisen oft genau das Gegenteil erlebt: einfache Menschen mit wenig Geld lebten gesund, indem sie hauptsächlich das aßen, was in ihrem Garten wuchs.

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Natürlich ist es viel billiger, echtes Essen zu essen. Sie brauchen dafür keine Ingenieure, keine Designer, keine Fabriken, keine Werbung. Eine Karotte, ein Apfel, ein Ei: mit echtem Essen kann man viel billiger leben. Eine Hühnersuppe aus (Bio-)Karkassen kostet pro Teller zwölf Cent, habe ich ausgerechnet. Da ist die Tüten-Suppe von Knorr oder Maggi teurer.

Warum tun wir uns überhaupt Junk Food an? Vor allem viele junge Menschen scheinen im »normalen Essen« keine wirkliche Alternative mehr zu sehen.

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Freiwillig ißt das ja offenbar niemand: Die Menschen müssen mit erheblichem »Werbedruck«, wie das offiziell heißt, dazu gebracht werden. Firmen wie McDonald's, Coca-Cola gehören ja zu den weltweit wichtigsten Werbetreibenden, auch Süßverkäufer wie Ferrero oder Haribo. Kein Mensch ißt ja von Natur aus und freiwillig etwas, was ihm schadet.

Welche Rolle spielt die Sucht bei unserer Ernährung? Viele Inhaltsstoffe, die von der Nahrungsmittelindustrie verwendet werden, scheinen zu Abhängigkeiten zu führen.

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Die Sucht spielt offenbar eine große Rolle: Der Zucker ist dabei sehr wichtig, weil er in die entsprechenden Mechanismen im Gehirn eingreift. Wobei die Medizin behauptet, es gebe keine Zuckersucht. Sie lebt davon nicht schlecht: Die Zuckerkrankheit Diabetes sorgt allein in Deutschland in der »Gesundheitswirtschaft«, wie das heute heißt, für einen Umsatz von 48 Milliarden Euro.

Im Ayurveda ist die Küche ein »heiliger Ort«, das Zentrum des Lebens. Der bekannte Ayurveda-Arzt Dr. Shri Balaji També behauptet, daß alles, was unser Leben erleichtert, es auch verkürzt - wenn es um die Ernährung geht. Die »Mühe« des Kochens lohnt sich also. Und wir essen nicht nur die jeweiligen Inhaltsstoffe, sondern auch die Energie des Kochs. Wie sehen Sie das?

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Ich habe den Eindruck, daß vieles, was die Haltbarkeit der Nahrungsmittel im Supermarkt verlängert, unser Leben verkürzt. Das sogenannte »Shelf Life« ist das wichtigste Kriterium in der industriellen Parallelwelt der Nahrung: die Lebensdauer der Produkte im Regal. Dafür kommen dann Stoffe zum Einsatz wie etwa die Phosphate, die zu vielen Krankheiten führen, die Nieren schädigen, das Herz belasten, die Knochen schwächen – und somit zu vorzeitigem Altern und frühem Tod führen. Wissenschaftler nennen Phosphate schon die »Signalmoleküle des Alterns«. Sie sind in der industriellen Parallelwelt allgegenwärtig: In Coca-Cola, im Bordbistro der Deutschen Bahn, bei McDonald's, im Pulvercappucino aus dem Supermarkt, sogar in vielen Babymilchprodukten. Schneller altern – ab Geburt. So ißt man heute.

In Ihrem Buch »Katzen würden Mäuse kaufen« blicken Sie hinter die Kulissen der Tiernahrungsindustrie. Auch das ist ja ein Riesenmarkt. Was ist

denn an der gängigen Tiernahrung zu bemängeln? In der TV-Werbung sehen wir doch ausnahmslos glückliche Katzen und Hunde.

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Die industrielle Tiernahrung ist Abfall, der mit chemischen Mitteln genießbar gemacht wird. Es spricht natürlich nichts dagegen, daß der Hund den Knochen kriegt, den Abfall also. Doch zwischen Schlachthof, Tierkörperbeseitigungsanlage, wo die Reste der Schlachttiere aufbereitet werden, und den Fabriken für Chappi und Whiskas liegen hunderte von Kilometern, und die Schlachtabfälle fangen ja schon nach wenigen Minuten zu stinken an ... Also, ohne Chemie geht da gar nichts; leider ist das auf dem Etikett der goldenen Schälchen mit den appetitlichen Bildchen nicht zu erkennen. Die Folge: Übergewicht und Zivilisationskrankheiten bei Hund und Katz'.

Wie kamen Sie selbst zu Ihrem kritischen Blick auf unsere moderne Ernährung? Gab es ein Schlüsselerlebnis?

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Das gab es nicht. Es gab vielleicht, vor vielen Jahren, eine Erfahrung, die mein Denken geprägt hat: Das war, als nach der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl die radioaktive Wolke übers Land zog, auf die Wiesen abregnete, auf denen die Kühe grasten. Als Lokalredakteur fragte ich damals den Chef des örtlichen Milchwerks, ob wir ein Foto machen könnten von den Radioaktivitätsmessungen in der Molkerei. Und da war nur: Schweigen. Dabei war ich wie selbstverständlich davon ausgegangen, daß das ja kein Problem sein dürfte. Und mir wurde zum ersten Mal klar, daß es hinter den Kulissen offenbar ganz anders zugeht, als wir uns das so vorstellen.

Haben Sie den Eindruck, daß in Sachen Ernährung ein gesellschaftliches Umdenken im Gange ist? Ob »bio« oder Slowfood, es wird ja viel über die Rückkehr zum Natürlichen berichtet.

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Das ist in der Tat erfreulich. Betrifft aber nur eine kleine Randgruppe. Im Supermarkt geht es weiter darum, Natur nur vorzugaukeln. Das geht ganz einfach: Der Begriff »künstlich« wird einfach abgeschafft; im Gesetz gibt es neuerdings zum Beispiel keine »künstlichen« Aromen mehr. Im Eis, in der Schokolade gibt es sie natürlich weiterhin, sie heißen nur nicht mehr so. Auch die Massentierhaltung ist im Supermarkt nicht zu erkennen, dort gibt es nur Potemkinsche Dörfer, mit einem »Wiesenhof«, einer »Rügenwalder Mühle«, einem Metzger namens »Wilhelm Brandenburg«. Nichts davon ist wahr, nichts ist echt. Verkauft sich aber prima.

Wenn Sie sich ein Menü für Ihr heutiges Abendessen wünschen könnten, wie würde das aussehen?

Dr. Hans-Ulrich Grimm: Eigentlich so, wie es ohnehin aussieht: ein bißchen Gemüse aus dem Wok, mit ein bißchen Fleisch drin, Knoblauch und Ingwer, dazu Reis. Die Gourmet-Küche in den Sternerestaurants finde ich mittlerweile ein bißchen exaltiert, und es schmeckt auch nicht besser als bei uns zuhause.

Herr Dr. Grimm, wir bedanken uns für das nahrhafte Gespräch.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Endlich!
EINER
FÜRS GANZE HAUS
Der „Dienstleistungszimmerer"
= 1 Ansprechpartner für Ihre komplette Bau- und Sanierungsmaßnahme!
Scheu ... Erfahrung + Kompetenz!
SCHEU Holzbau
Holzbau Scheu GmbH · Rappoltshofer Straße 22
74423 Obersontheim · ☎ (07973) 809 · Fax 6223
www.scheu-holzbau.de
E-Mail: info@scheu-holzbau.de
Hohenloher Holz Haus®

klarmodul PHOTOVOLTAIK
PHOTOVOLTAIK
... Installation · Dachsanierung · Reinigung · Elektroinstallation

Dachflächen wirtschaftlich nutzen
Ertragsverluste vermeiden
KlarModul GmbH
Wohlmuthäuser Str. 24 · 74670 Forchtenberg – Metzdorf
07947 - 943933-0 · info@klarmodul.de · www.klarmodul.de

»Die Globalisierungsfalle« – Und möge kein Politiker behaupten, er habe es nicht (schon vorher) gewußt

Mitte der 1990er Jahre veröffentlichten die beiden Journalisten Hans-Peter Martin und Harald Schumann das Buch: »DIE GLOBALISIERUNGSFALLE – Der Angriff auf Demokratie und Wohlstand«. Anlaß war ein Treffen der sogenannten »Machtelite der Welt«, zu welchem sich im September 1995 die 500 führenden Politiker, Konzernchefs und Wissenschaftler in San Francisco trafen. Das Buch war monatelang der Bestseller, wurde gar als »Bibel der modernen Zeit« bezeichnet und von Millionen Menschen gelesen. Und es nahm all die ökonomischen und ökologischen Horrorszenarien vorweg, die wir heute erleben. Inklusive derer, die in Kürze noch kommen werden.

Können Politiker lesen? Diese Frage habe ich mir im Sommer 2014 gestellt, als ich meinen Urlaub am südfranzösischen Meeresstrand mit DIE GLOBALISIERUNGSFALLE verbracht habe. Das Buch stammt aus dem Jahre 1996 und wurde in 26 Sprachen übersetzt. Die Autoren geben darin einen klaren und unmißverständlichen Überblick über die logischen und »vorhersehbaren« Folgen der wirtschaftlichen Globalisierung, sowohl für den Einzelmenschen als auch für Firmen, Staaten und letztlich die ganze Weltgemeinschaft.

Sie sagen den Finanzcrash von 2008 voraus, die Öl-Kriege im Nahen Osten, die kollektiven Staatspleiten und als Folge die Rückkehr »rechter Parteien« in vielen europäischen Ländern. Sie weisen auf die Gefahren des »Billiardenspiels auf dem Weltfinanzmarkt« hin, prophezeien den »Untergang der Mittelschicht« (auch hierzulande) und warnen vor den amerikanischen Großbanken à la Goldman Sachs, die den Raubtierkapitalismus quasi erfunden haben und das europäische Finanzsystem so lange attackieren werden, bis wir alle »bekehrt« sind und an den einzigen (Dollar-)Gott »Mammon« glauben. Von den daraus resultierenden, katastrophalen Folgen für Natur und Umwelt ganz zu schweigen.

Das Szenario ist insgesamt zwar wenig erbaulich, und doch ist es lehrreich, wenn man daraus lernen will! Denn die Autoren bieten auch Lösungen. Das, was sie prophezeien, ist ja 1996 noch nicht Wirklichkeit! Sie erklären, was wir tun und was wir nicht tun dürfen, um das ökologische Armageddon noch abzuwenden. Die Frage ist nur: Wollen die, an welche die Lösungsvorschläge gerichtet sind, überhaupt eine Lösung?

Wir schreiben heute das Jahr 2014, und als hätte es weder dieses Buch noch den kürzlich stattgefundenen Beinahezusammenbruch des globalen Finanzsystems je gegeben, sind unsere Politikmarionetten gerade dabei - gegen den Widerstand der überwältigenden Mehrheit der (Welt-)Bevölkerung - den nächsten Globalisierungsschritt in Richtung »Eine-Welt-Regierung durch Konzerne und Großkapital« zu gehen und das Freihandelsabkommen TTIP durchzuboxen. Auch wer DIE GLOBALISIERUNGSFALLE nicht gelesen hat und nur einigermaßen klar denken kann, weiß: das ist ökonomisches und ökologisches Harakiri für Fortgeschrittene!

Wie wahnsinnig muß man sein, es »normal« oder gar erstrebenswert zu finden, einigen wenigen geldgierigen Bankern und Konzernlenkern alle Macht über das Schicksal der Menschheit und unserer Mutter Erde zu übergeben? Wie tief muß man sinken, um seine Seele freiwillig an die Monsantos, Exxons und

Rockefellers dieser Welt zu verkaufen? Zu wieviel Selbstlüge und Selbstverleugnung muß ein Politiker fähig sein, zu behaupten, er wisse nicht, welch verderblichen Giftcocktail er hilft zusammenzumischen? Mehr dennje scheint in der Politik das Motto des englischen Philosophen John Milton (1608-1674) zu gelten: »Lieber in der Hölle regieren, als im Himmel dienen.« Na dann, viel Spaß in der Hölle!

Die 20:80 Gesellschaft

Aber zurück in die Vergangenheit, ins Jahr 1995! Bei besagtem Treffen der 500 weltweit führenden Politiker, Konzernchefs und Wissenschaftler in San Francisco stand vor allem ein Thema auf der Tagesordnung: »Die Zukunft unserer Gesellschaft als Folge der Globalisierung«. Und sowohl Manager als auch Wissenschaftler vertraten die Überzeugung, daß wir uns unaufhaltsam auf eine sogenannte »20:80-Gesellschaft« zubewegen! (In den USA ist diese inzwischen längst Wirklichkeit geworden.)

Denn aufgrund der fortschreitenden Rationalisierung innerhalb der immer größer werdenden, rein profitorientierten Unternehmen und der gleichzeitigen Automatisierung der Produktions- und Verwaltungsabläufe, wird der Mensch als »denkende Arbeitskraft« sukzessive überflüssig. Was dazu führen wird, daß zukünftig nur noch 20 Prozent der Menschen aktiv und kreativ am gesellschaftlichen (Arbeits-)Leben teilnehmen werden, während die große Mehrheit - die 80 Prozent - durch »Tittytainment« bei Laune gehalten werden muß.

Tittytainment ist eine Mischung aus »Entertainment« (RTL läßt grüßen) und »tits« (Brüste). Dabei geht es aber nicht etwa um Sex, sondern darum, daß die vielen »Überflüssigen« zukünftig vom Busen der wenigen Produktiven genährt werden und von diesen auf Gedeih und Verderb abhängig sind.

In den Industriestaaten - so die Autoren im Jahre 1996 - werden Menschen daher nach und nach zu »Humankapital«, das bei Bedarf als »Leiharbeiter«, »Tagelöhner« oder »Produktionsreserve« eingesetzt werden kann. Ist der Bedarf nicht vorhanden, springt dann der Staat ein, um die Reserven in »Beschäftigungstherapie« zu halten. Sie müssen ja einigermaßen in Form sein, wenn man sie wieder braucht.

Kommt Ihnen das irgendwie bekannt vor? Kurzarbeit, Langzeitarbeitslose, Fortbildungsprogramme, Hartz 4-5-6-7-8 etc.

Je mehr die Globalisierung voranschreitet und je mehr die einzelnen Staaten ihre politische Unabhängigkeit einbüßen, desto mehr werden wirtschaftliche Interessen zum einzigen Kriterium. Aus einem Heimatland wird dann ein »Wirtschaftsstandort«. Aus fühlbarer Lebensqualität wird ein errechenbares »Bruttosozialprodukt« oder (welch unvorstellbar debiler Begriff!) der »Konsumklimaindex«, der beschreibt, wie sich die Menschen »fühlen«. Ehemals »beseelte« Menschen werden zu »Konsumenten« - denn obwohl der Mensch an sich überflüssig geworden ist, braucht man ihn ja noch, um zu konsumieren. Im Grunde ein Paradoxon: Du brauchst mich, du brauchst mich nicht, du brauchst mich, du brauchst mich nicht … Kein Wunder, daß die meisten Europäer inzwischen unter einer permanenten Identitätskrise leiden!

Erfolg wird in der globalisierten Welt ausschließlich über finanziellen Erfolg definiert, und alles »Unnötige« (wie Kunst, Kultur etc.) fällt durch das ökonomische Raster. Was bleibt, ist die Macht des Kapitals! Und um den neuen Göttern – den Investoren und Aktionären - die größtmögliche Rendite für ihren Kapitaleinsatz zu gewährleisten, ist es natürlich notwendig, das »Humankapital« so günstig als möglich anzubieten. Man steht ja schließlich im globalen Wettbewerb! Und auch in der Hochfinanz gilt: Geiz ist geil!

Daher ist der nächste Schritt, die jeweiligen Regierungen dazu zu bringen, das Sozialsystem abzubauen und dem Volk den »kollektiven Verzicht« zu predigen. Ab jetzt heißt das Motto (zumindest für das Volk): sparen, sparen, sparen! Und wo kommen wir denn da hin, wenn die Menschen vom Ertrag ihrer Arbeit leben können? Dann werden sie faul und legen sich abends entspannt ins Bett. Das »Humankapital« braucht einen regelmäßigen Tritt in den Arsch, sonst »funktioniert« es nicht.

Blablabla – die nächsten Schritte sind: Privatisierung aller staatlichen Errungenschaften, um die Kosten auf die Gesellschaft und die Rendite auf einige Wenige zu verteilen. Und am Ende »Rettungsschirme«, um die Zocker gegen eventuelle »Verluste« abzusichern. Willkommen im Jahr 2014!

Der Umbau der Gesellschaft

Daß der in DIE GLOBALISIERUNGSFALLE prophezeite, gesellschaftliche Umbau auch hierzulande längst im Gange ist, ist kaum zu übersehen. Immer mehr ehemalige Fachkräfte sind nun »Leiharbeiter«. Immer weniger Menschen finden »unbefristete« Arbeitsplätze, und der Verdienst reicht selten zum Leben. Konsumiert wird auf Pump! Und steht keine Schenkung oder ein Erbe durch die Eltern oder Großeltern an, die ihr Vermögen in der »prä-globalisierten« Vergangenheit erwirtschaftet haben, ist ein »tittytainmentfreies« Leben nicht mehr zu verwirklichen.

Kaum ein Arbeitsplatz ist mehr sicher. Innerhalb der Unternehmen steigen Druck und Erwartungshaltung. Jeder Ablauf ist minutengenau getaktet und ISO-zertifiziert. Selbst für einen steuerfreien 450-Euro-Job soll – so die Stellenanzeigen - das »Humankapital« mindestens ein abgeschlossenes Hochschulstudium, unbegrenzte Flexibilität und Rund-um–die-Uhr-Verfügbarkeit mitbringen. Und natürlich soll es jeden Morgen hochmotiviert und burnoutfrei auf der Mat-

Mann komm zu DIR

komm raus aus der Mühle
mach Dich auf den Weg
jenseits der bisherigen Grenzen
in Deine wahre Kraft
mit kühlem Kopf und warmem Herz
in Deine Liebesfähigkeit
Deine Klarheit, Stärke und Intelligenz
Breche auf in ein neues Selbst-Bild

Ein Jahrestraining für Männer
von und mit

Hans-Peter Milling
und
Gert Hinsenkamp

Wann und wo:
6 Wochenenden März - Dezember 2015
im Seminarhaus Rotis, Leutkirch

Infos und Anmeldung unter:
Dr. Hans-Peter Milling, ☎ 07141-907018
www.institut-hpm.de
Dr. Gert Hinsenkamp, ☎ 0179-5332366
gert.hinsenkamp@googlemail.com

te stehen. Egal, wie sinnvoll oder sinnlos die jeweilige Arbeit letztlich ist. Wer bezahlt, hat immer Recht.

Durch den grenzenlosen, nicht mehr an die realen Kosten des individuellen Landes angepaßten Wettbewerb, sind wir nun alle »internationale« Konkurrenten. Der polnische Handwerker unterbietet den deutschen und wird dann wieder vom Rumänen unterboten. Was schließlich viele kleinere Unternehmer in den Ruin treibt, die dann - trotz »Vollbeschäftigung« - immer häufiger bei »den 20 Prozent« (z.B. den Banken) betteln müssen, um überhaupt noch weiterarbeiten zu können.

Händler erwirtschaften – wenn überhaupt – gerade einmal den Mietzins für »ihren« Laden, der dann in dieselben Kassen fließt wie die Steuergeschenke der Regierungen, die Subventionen der EU oder die anderen Vergünstigungen. Und der nächste Mieter kommt bestimmt.

Selbst jene, die ihr Leben lang gearbeitet und in die Rentenkasse einbezahlt haben, erleben im Alter, wie das gesellschaftliche Fundament immer mehr bröckelt. Und wir sprechen hier von der »europäischen Insel der Seligen«, von Wirtschaftsparadies und Exportweltmeister Deutschland. In Spanien, Portugal oder Griechenland liegt die Jugendarbeitslosigkeit inzwischen bei über 50 Prozent. Oft leben drei Generationen in einer Wohnung und von der Rente der Großeltern. In Frankreich bricht ein Wirtschaftszweig nach dem anderen zusammen. Hätten diese Länder keinen Tourismus (und noch Kredit bei den 20 Prozent), wären hier längst alle Lichter ausgegangen. Und wie von den Autoren Martin und Schumann prophezeit, erleben die Rechtsradikalen überall dort eine Renaissance, wo der Raubtierkapitalismus unbarmherzig zuschlägt. Denn in der globalisierten Welt gilt ausschließlich »das Gesetz der Wölfe«!

Opfer oder Täter?

Ein alter Freund erzählte mir einmal, daß er während des Studiums Ende der achtziger Jahre ein Praktikum bei Daimler-Benz gemacht und dabei seinen zukünftigen Arbeitsplatz »wegrationalisiert« habe. Diese Stelle gab es dann nicht mehr, als er mit dem Studium fertig war. Dumm gelaufen!

Natürlich entwickelt sich alles weiter, vor allem, wenn es um das Thema Wirtschaft geht. Die Welt ist in permanenter Bewegung. Panta rei - alles fließt! Und doch stellt sich die Frage, ob wir wirklich dazu geschaffen oder geboren wurden, uns im irrigen Glauben an Darwins »Survival of the Fittest« gegenseitig zu übertrumpfen? Stehen wir tatsächlich alle im globalen, gegenseitigen Wettbewerb, mit dem einzigen Ziel, Karriere zu machen und zu fressen oder gefressen zu werden? Und wollen wir lediglich »Humankapital« sein, das sich bei Bedarf zur Verfügung stellt, um eine Straße zu kehren, ein Auto zusammenzuschrauben oder stereotype Callcenter-Sprüche herunterzuleiern? Steckt nicht sehr viel mehr in uns, als der jeweilige »Wirtschaftsstandort« notwendig macht?

Wer das Buch DIE GLOBALISIERUNGSFALLE gelesen hat, dem fällt es – falls er nicht Politiker ist – wie Schuppen von den Augen, wo die weitere globale Reise hingehen wird, wenn wir nicht den Allerwertesten von unseren Tittytainment-Sofas erheben und das allgegenwärtige Brot-und Spiele-Programm endlich abschalten. Denn jene, an die wir gemeinhin »unsere

Stimme abgeben«, werden es nicht für uns tun. Ein Großteil der politischen Entscheidungsträger gehört zu den elitären 20 Prozent, die bei Bedarf heute einen »demokratischen« Ministersessel besetzen, um am nächsten Tag in die Lobbyistenabteilung eines Dax-Unternehmens überzuwechseln. Ganz ohne rot zu werden! Und wenn gar nichts mehr geht, wird man eben EU-Kommissar, um den Wölfen dieser Welt die globalen Wege zu ebnen.

Apropos Wölfe! Irgendwo in der Bibel steht, daß dem Schwachen auch das Wenige noch genommen wird, das er hat, da alle Dinge dorthin fließen, wo Kraft und Überzeugung ist. Aus diesem Blickwinkel betrachtet, ist die globale Entwicklung eigentlich eine logische Folge unseres eigenen Gesellschaftssystems, in welchem immer weniger Menschen wirkliche Verantwortung übernehmen wollen – weder für sich selbst, für ihre Seele, ihren Körper, noch für die Welt, die uns umgibt.

Daher sind wir im Grunde auch keine »Opfer« der Globalisierung, sondern haben maßgeblich dazu beigetragen, daß sie sich so ungebremst ausbreiten kann. Jeder Mensch, der eine Aktie besitzt, muß damit rechnen, daß das entsprechende Unternehmen sich »verschlanken« wird, um ihm seine erhoffte Rendite zu ermöglichen. Jeder »Stimmabgeber«, der sein Kreuzchen traditionell und wider besseren Wissens immer wieder bei denen macht, die ihm dann später das (Schafs-) Fell über die Ohren ziehen, braucht sich nicht zu beklagen, daß es hierzulande immer kälter wird. Und überall dort, wo wir aus Bequemlichkeit zurückweichen, werden die Wölfe ihr Territorium erweitern. Das liegt in der Natur der Sache.

Wolf oder Schaf? Oder noch etwas anderes?

Die Autoren von DIE GLOBALISIERUNGSFALLE bieten am Ende ihres Buches zehn Ideen, wie wir der ausufernden Globalisierung und der Allmacht des Kapitals begegnen können. Sie empfehlen den Euro, damit Europa sich besser gegen die Dollar-Angriffe wehren kann (den haben wir ja inzwischen!). Dazu eine Börsensteuer, um die Spekulationen einzudämmen (die haben wir groteskerweise immer noch nicht!). Vor allem anderen jedoch fordern sie eine europäische »Bürgergesellschaft«: Menschen, die aufstehen und für ihre Überzeugung einstehen! Menschen, die über das Tittytainment hinauswachsen! Menschen, die die Angst vor den Wölfen überwinden!

Und hier liegt das Problem: Wollen wir das wirklich? Haben wir den Mut, unser individuelles Licht unter dem globalen Scheffel hervorholen? Oder bleiben wir lieber in der Opferrolle und sitzen weiter hilflos vor Glotze in der illusionären Hoffnung, die Wölfe werden irgendwann zur Besinnung kommen und einen Film mit Happyend einspielen? Akzeptieren wir weiter das Gesetz der Wölfe? Oder wachen und stehen wir endlich auf? Antwort offen - Fortsetzung folgt …

Autor
Michael Hoppe

Buch
Die Globalisierungsfalle
Hans-Peter Martin
Harald Schumann
Rowohlt-Verlag
ISBN 43 499 60450 7

www.hofmetzgerei-hack.de

Friedrich Hack
Lindelberg
Gutes vom Bauernhof mit eigener Schlachtung

Kommen Sie auf den Lindelberg-Geschmack!

Eine reine Geschmackssache: Fleisch und Wurst aus eigener Schlachtung das frei ist von Geschmacksverstärkern, Gluten und Laktose.
Biokäsesortiment

✷Hofmetzgerei Friedrich Hack Lindelberg
74629 Windischenbach
Tel. 0 79 46/16 39
✷Filiale 74243 Langenbeutingen
Dorfgemeinschaftsladen
Bössinger Str. 1

Wir arbeiten nach handwerklicher Tradition.
Für Weihnachten liegen kreative Vorschläge für Sie bereit oder schauen Sie unter www.hofmetzgerei-hack.de

Der "Rappenhof-Hotel & Gutsgaststätte" bietet herrliche Ausblicke auf Weinsberg und die Weibertreu. Ideal für Tagungen und Feste. Besonders stolz sind wir auf unsere Küche, die Tolles aus regionalen Produkten zaubert und das am liebsten in BIO!

Rappenhof

Rappenhof ✷✷✷S Hotel & Gutsgaststätte
Rappenhofweg 1 74189 Weinsberg
Tel: 07134/5190 Fax: /51955 DE-ÖKO-006
www.rappenhof.de rezeption@rappenhof.de

ES LEBE DIE EINFACHHEIT – Denn: der Erleuchtung ist es egal, wie Du sie erlangst

Die Welt wird immer komplexer und komplizierter, vor allem für Sinnsucher. Jedes Jahr erscheinen alleine in Deutschland 200.000 neue Bücher - ein Großteil davon sind »absolut unverzichtbare« Lebensratgeber. Dazu kommen die zahllosen Religionen und Philosophien mit ihren zahllosen Dogmen, Regeln, Ritualen und Erlösungsformeln. Wer soll da noch durchblicken? So kann es bei der Sinnsuche heutzutage leicht geschehen, daß wir im Ozean der »spirituellen Angebote« die Übersicht verlieren oder gar rettungslos darin ertrinken. Dabei behaupten die meisten Weisheitslehrer, daß im Grunde alles ganz einfach ist ...

Als ich 1984 – als damals 20jähriger – den Beratungsraum der Universität Stuttgart verließ, war ich völlig desillusioniert. Ich hatte mein Abitur gemacht, war auf der Suche nach dem Sinn des Lebens und wollte Philosophie studieren! Auf meine sehnsuchtsvollen Fragen entgegnete mein »potentieller« Philosophie-Professor: »Sinn? Welcher Sinn? Es geht hier um Philosophie! Zuerst einmal mußt du Latein, Altgriechisch und Althebräisch nachlernen, damit du die wichtigsten philosophischen Werke im Original lesen kannst. Das dauert in etwa zwei bis drei Jahre - wenn du jeden Tag zehn Stunden lang Vokabeln übst. Dann kommen weitere vier bis fünf Jahre für das Lesen und Studieren der verschiedenen Bücher hinzu. Wenn das Studium dann beendet ist, weißt du zwar immer noch nichts – doch du weißt zumindest, warum du nichts weißt. Und dann geht es erst richtig los. Du mußt … blablabla …« Halleluja!

Die ewige Sinnsuche

Die Sinnsuche hat schon manchen Sucher in tiefe Verzweiflung versetzt. Vor allem, wenn er der Illusion Glauben schenkt, zuerst einmal »alles« bisher Erdachte und Niedergeschriebene absorbieren, respektive lesen und verstehen zu müssen, ehe er mit »seinem Weg« beginnen kann. Die globalen Bibliotheken sind randvoll mit philosophischen Werken, theologischen Gedanken und individuellen Lebensinterpretationen. Und es werden täglich mehr! So suggeriert uns diese Fülle und Vielfalt, daß der Weg zur Erleuchtung unermeßlich weit sein muß und daß uns zum wahren Leben noch unvorstellbar viel fehlt! Doch ist das wirklich so?

Johann Wolfgang von Goethe hat in seiner Tragödie »Faust« zum Ausdruck gebracht, was dem Menschen droht, der den Sinn des Lebens in Büchern, an Universitäten oder im Studierzimmer sucht. So beginnt der »Faust 1« mit den Worten:

»Habe nun, ach! Philosophie,
Juristerei und Medizin,
Und leider auch Theologie!
Durchaus studiert, mit heißem Bemühn.
Da steh ich nun, ich armer Tor!
Und bin so klug als wie zuvor...«

Dazu muß man wissen, daß Goethe den »Faust 1« mit Mitte Zwanzig geschrieben hat - als junger »Lebensstudent« sozusagen. Und doch war ihm bereits bewußt, daß der wahre Sinn des Lebens im Studierzimmer nicht zu finden ist. Im Gegenteil! Je mehr wir die Wahrheit in den Gedanken und Schlußfolgerungen »anderer Leute« suchen (nichts anderes ist Philosophie, Theologie, etc.), desto mehr entfernen wir uns von uns selbst. Oder wie es Goethe ausdrückte:

»Ich fühl´s, vergebens hab ich alle Schätze
Des Menschengeists auf mich herbeigerafft
Und wenn ich mich am Ende niedersetze
Quillt innerlich doch keine Kraft
Ich bin nicht um ein Haarbreit höher
Bin dem Unendlichen nicht näher ... «

Alles Vergängliche ist nur ein Gleichnis

Den »Faust 2« schrieb Goethe fast 60 Jahre später, als über 80jähriger. Inzwischen hatte der Bücherwurm sein Studierzimmer verlassen. Er hatte andere Länder bereist, mit »realen« Menschen zusammengelebt und all das theoretisch Erlernte in der Praxis ausprobiert. Das meiste hatte sich jedoch als völlig nutzlos und nicht »realitätskompatibel« erwiesen. Denn letztlich geht es im Leben nicht nur um das »theoretische, universelle Wissen«, sondern vor allem um die »individuelle Glücksformel«. Jeder muß für sich selbst herausfinden, was er benötigt, um in seinem Leben glücklich zu werden. Und Bücherwürmer sind selten glückliche Menschen, da sie ständig in »fremden Welten« leben.

So war die Quintessenz von Goethes Sinnsuche, daß »alles Vergängliche letztlich nur ein Gleichnis ist«. Daß »die Welt« uns zwar komplex und interpretierbar erscheint, wir Menschen uns jedoch alle weit mehr ähneln, als wir vielleicht glauben. Und daß wir den wahren Sinn des Lebens nicht in Büchern finden, sondern einzig und allein im »Erleben«.

Daher lohnt es auch nicht, danach zu streben, theoretisch, philosophisch, theologisch, juristisch, physika-

lisch, chemisch, etc. »alles« zu wissen, also unendlich viele Theorien (Gleichnisse) zu studieren und auswendig zu lernen, sondern der inneren Sehnsucht zu folgen. Und diese innere Sehnsucht strebt nach »einfachen Wegen«!

Was suchen wir?

Auch Abd-ru-shin (1875-1941), der Verfasser der »Gralsbotschaft - Im Lichte der Wahrheit«, fragte seine Leser bereits vor nahezu einhundert Jahren: *»Was sucht ihr? Sagt, was soll das ungestüme Drängen? (-) Seht euch die unzähligen Bücher an: Der Menschengeist wird durch sie nur ermüdet, nicht belebt! (-) Hört es, Verzagende! Schaut auf, ihr ernsthaft Suchenden: Der Weg zum Höchsten liegt bereit vor jedem Menschen! Gelehrsamkeit ist nicht das Tor dazu! (-) Wer in sich festes Wollen zu dem Guten trägt und sich bemüht, seinen Gedanken Reinheit zu verleihen, der hat den Weg zum Höchsten schon gefunden!«*

In unserer verstandesgeprägten Welt leben wir immer noch in der Illusion: Wer theoretisch viel weiß, ist der Wahrheit näher. Wer viel gelesen hat und dies entsprechend überzeugend wiedergeben kann, ist ein »Weiser«. Doch ist das wirklich so?

Von Jesus Christus wird der einfache Satz überliefert: »An ihren Werken werdet ihr sie erkennen«, also an ihrem Wirken. Ob ein Mensch also tatsächlich weise und der »Wahrheit« nahe ist, erkennen wir nicht an komplizierten Erklärungen und Lebensphilosophien, sondern daran, ob ein solcher Mensch dies auch in die Praxis umsetzen kann. Ob das, was er »predigt«, ihn selbst glücklich macht.

Was ist Erleuchtung?

Was macht uns glücklich? Sind es tatsächlich die komplexen, komplizierten »Wahrheiten«, die wir in Universitätssälen und in den zahllosen philosophischen »Meisterwerken« finden? Oder ist im Grunde doch alles viel einfacher? Müssen wir wirklich ein Leben lang studieren, um in den Büchern die »Erleuchtung« zu finden, oder dürfen wir »endlich wieder werden wie die Kinder« und uns einfach des Lebens erfreuen?

Entwicklung vollzieht sich immer schrittweise. Auch der junge Goethe mußte zuerst einmal hinaus in die Welt, um zu erkennen, daß das, was er suchte, immer schon in seiner Nähe war. Erst durch das »Verlernen« alles theoretisch Gelernten fand er die Einfachheit.

Ja, alles Vergängliche ist eben nur ein Gleichnis: Zur selben Zeit, als ich mich vor 30 Jahren an der Universität in Stuttgart für die große Welt der Philosophie interessierte, hatte mir eine Freundin das kleine Büchlein »DER ERLEUCHTUNG IST ES EGAL, WIE DU SIE ERLANGST« von Thaddäus Golas geschenkt. Ich habe es seinerzeit müde lächelnd in irgendein Regal gestellt, weil – nach meiner damaligen Vorstellung – auf »so wenigen Seiten« (93) unmöglich etwas so Komplexes wie der Sinn des Lebens beschrieben sein konnte. Dazu brauchte es Bibliotheken, vieltausendseitige Meisterwerke in schwer verständlichen Sprachen und exotischen Hieroglyphen …

Heute, 30 Jahre danach, ist es mir wieder in die Hände gefallen. Und nachdem ich das »faustische Leben« inzwischen ebenso satt habe wie einst der junge Goethe und die Sehnsucht nach »Einfachheit« immer größer wird, hat mich das Büchlein diesmal tief berührt. Daher möchte ich ein paar Sätze daraus zitieren – ohne zu behaupten, irgendjemand müßte diese einfachen Sätze zu »seiner individuellen« Glücksformeln erheben:

»Was mußt du tun, um erleuchtet zu werden? – Es gibt nichts, was du zuerst tun müßtest. Alle möglichen Erfahrungen sind schon in dir angelegt. Du kannst dich ihnen jederzeit öffnen, augenblicklich und sofort, indem du einfach da bist. (-) Alle Bewußtseinszustände sind hier und jetzt zugänglich. (-) Wir sind alle gleichwertige Wesen, und das Universum besteht aus unseren gegenseitigen Beziehungen. (-) Und das ist alles, was wir zu tun haben: Volle, akzeptierende und gewährende, liebevolle Aufmerksamkeit absolut allem schenken, was wir in unserem Geist, in unserem Körper, in unserer Umgebung und in anderen Menschen sehen. (-)

Was du auch immer tust, liebe dich dafür, daß du es tust. Was du auch immer denkst, liebe dich dafür, daß du es denkst. Liebe ist die einzige Dimension, die verändert werden muß. Es gibt nichts Wichtigeres auf Erden als die Liebe, die bewußte Wesen füreinander fühlen, gleichgültig, ob sie je ausgedrückt wird oder nicht. (-) Liebe, so viel du kannst, von da aus, wo du auch immer sein magst. (-) Liebe es so, wie es ist. (-) Liebe dich selbst.«

Natürlich könnte man diesen einfachen Worten nun wieder 400.000 Seiten Theorie hinzufügen, um zu erklären, was »Liebe« ist - theoretisch, philosophisch, physikalisch, diplomatisch … Doch wozu? Nichts kann das ersetzen, wonach unsere Sehnsucht strebt und worum es von ganzem Herzen geht: Um Liebe und um Einfachheit! Und der Erleuchtung ist es egal, wie du sie erlangst.

Autor
Michael Hoppe

Reformhaus

Treffpunkt gesundes Leben

Das Fachgeschäft für ein ganzkörperliches Wohlbefinden.

- Gesunde, natürliche Lebensmittel
- Diätetische Nahrungsmittel
- Nahrungsergänzungspräperate
- Kosmetik auf natürlicher Basis

Hier erhalten Sie Hilfestellung bei Fragen der Ernährung, Körperpflege und Naturheilkunde

Beratung wird bei uns ganz groß geschrieben. Schauen Sie einmal rein und überzeugen Sie sich!

Stierhof
Bärbel Schmidt
Karlstraße 107
74076 Heilbronn
Tel. & Fax: 0 71 31 / 17 77 77

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 8.00 bis 18.00 Uhr
Sa 8.00 bis 13.00 Uhr

Bioland
Weingut Im Hagenbüchle
Weine aus ökolog. Anbau

internationaler
bioweinpreis 2013

3x Gold
2x Silber

Sie sind interessiert an unseren edlen, charaktervollen Bioweinen aus Schnait im Remstal? Dann besuchen Sie uns einfach auf unserem Weingut.

Gerne führen wir angemeldete Gruppen bis 50 Personen durch unsere Weinberge und veranstalten Weinproben ganz nach Ihrem Geschmack.

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
Weingut im Hagenbüchle
Achim Stilz
Haldenstraße 17
71384 Weinstadt-Schnait
Telefon: 0 71 51 - 66 03 69
www.weingut-im-hagenbuechle.de

Aktuelle Kurznachrichten aus der »Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns«! – Winter 2014

Liebe Mitmenschen, auch in dieser Naturscheck-Ausgabe haben wir wieder den Blick hinaus in die große weite Welt gewagt, um zu schauen, was sich denn in den letzten drei Monaten so getan hat. Langweilig wurde uns dabei nicht, das können wir vorwegnehmen. Und hätten wir nicht auch hinter die Kulissen geblickt, dann wüßten wir bis heute noch nicht, warum der Papst bei Wikipedia mitschreibt, Xavier Naidoo ein potentieller Top-Terrorist ist und die amerikanische Regierung bereits 2008 die Krankheit Ebola zum Patent angemeldet hat. Alles ein Witz? Nicht in der Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns …

Die Akte Wikipedia

Beginnen wir mit der großen, »unabhängigen« Wissensplattform Wikipedia, in die wir alle eintauchen, wenn wir etwas über das Leben lernen wollen. Wikipedia umfaßt heute ca. 27 Millionen Artikel in 280 Sprachen. In Deutschland nutzen mehr als 70 Prozent aller Männer und Frauen das Medium zumindest zur gelegentlichen Informationsaufnahme. Sogar Richter verweisen auf bestimmte Wikipedia-Artikel. Was eigentlich erstaunlich ist, kann eine »freie Enzyklopädie« doch weder wirklich repräsentativ sein, noch inhaltlich kontrolliert werden. Oder gilt hier tatsächlich das Prinzip der »demokratischen Schwarmintelligenz«, daß, je mehr Menschen sich an einer Sache beteiligen, desto wahrer das Ergebnis wird?

Schön wär´s! Aufklärungsjournalist Michael Brückner deckt in seinem neuen Buch »Die Akte Wikipedia« auf, wie skrupellose Propagandisten Wikipedia zur systematischen Fehlinformation nutzen – und wie gefährlich diese Quelle inzwischen geworden ist.

So gibt es auf dem großen »Markt der medialen Scheinwahrheiten« offenbar spezialisierte Agenturen, die Wikipedia-Inhalte gestalten. Und zwar so geschickt, daß Nutzer dies nicht merken. Diese Behauptung unterfüttert Michael Brückner mit markanten Beispielen und nennt auch einen Vorgang, den die britische Tageszeitung The Independent aufdeckte und der für einen Riesenskandal sorgte. Untersuchungen zeigten zudem, daß »bei rund 40 Prozent der Artikel Hinweise auf »tendenziöse« Darstellungen festzustellen seien.«

Wikipedia wird also sukzessive zur »gezielten Meinungsmache« genutzt. Die amerikanische Pulitzer-Preisträgerin Stacy Schiff bringt es auf den Punkt: »Wikipedia verkörpert unsere neue, lässige Beziehung zur Wahrheit«.

Michael Brückner weist in seinem Buch auf einige dieser erfundenen »Wahrheiten« hin. »All diese Fehlinformationen verbreiten sich ohne wesentliche Kontrolle«, erklärt er, und so überrascht es nicht, daß die CIA, US-Abgeordnete oder vor allem der Vatikan zu den besonders eifrigen Autoren bei Wikipedia zählen. Nicht ohne Grund werden auf Wikipedia »Andersdenkende« oder gar »Andersglaubende« kurzerhand mit dem Attribut »Esoteriker« oder »Sekte« versehen.

Da Wikipedia eine Stiftung ist, lebt diese von Spenden. Und das anscheinend sehr gut. »Fünf-, sechs- und siebenstellige Summen fließen aus der US-Großindustrie in diese Stiftung«, erklärt Michael Brückner. »Darunter sind sehr bekannte Spendernamen. Goldman Sachs und andere Großbanken zählen dazu. Große Softwareunternehmen, Autokonzerne, etc. «

Da auch die Pharmaindustrie zu den Großspendern gehört, verwundert es kaum, daß von der Homöopathie bis zu den Bachblüten vie-

le alternativen Heilmethoden als »wirkungslos«, »Plazebo« und »nicht wissenschaftlich bewiesen« bezeichnet werden. Noch Fragen? Dann wenden Sie sich bitte (nicht) an Wikipedia …

Mafia, Mafia, überall

Ja, wem kann man heutzutage überhaupt noch trauen? In einem italienischen Film über die Mafia fragt die Tochter des Film-Kommissars: »Papa, wenn doch bekannt ist, was die Mafia für schlimme Dinge tut, warum unternimmt dann die Regierung nichts dagegen?« Worauf der Kommissar entgegnet: »Schatz, die Regierung ist die Mafia … «

Oje, jetzt höre ich schon die empörten Leserstimmen: »Sie wollen doch nicht etwa behaupten, daß auch im deutschen Bundestag Mafiosi sitzen?« Nein, natürlich will ich das nicht. Als Kind wollte ich sogar selbst Mafioso werden. Schwarzer Anzug, schwarze Brille, schwarze Limousine mit Chauffeur. Heute wundere ich mich nur noch, daß man die sichtbar Bösen von den angeblich Guten kaum noch unterscheiden kann. Oder spielt der Unterschied gar keine Rolle mehr? Wie wäre es sonst möglich, daß in der Demokratie Italien ein Mafioso wie Silvio Berlusconi über zwei Jahrzehnte immer wieder gewählt wurde? Oder daß sich in Frankreich der überführte Lügner und Betrüger Nicolas Sarkozy gerade aus der Versenkung erhebt und sich auf seine Wiederwahl vorbereitet? Sind unsere Nachbarn denn von allen guten Geistern verlassen?

Und wie verhält es sich hierzulande? Wie oft wurde einigen unserer politischen Würdenträger bereits Steuerhinterziehung, Bestechlichkeit, Parteispendenaffären, Kölner Klüngel, bayrische Amigo-Verstrickungen und andere »mafiöse« Praktiken nachgewiesen? Wie viele Köfferchen sind wohl unter den deutschen Schreibtischen hindurchgereicht worden, bis Milliardengräber wie Stuttgart 21, der Berliner Flughafen oder die Hamburger Elbharmonie unter Dach und Fach waren? Nutznießer – nicht anders als in Italien – sind dann spendenfreudige Baufirmen, »befreundete« Planungsbüros, und all jene, die sonst noch die Hände aufhalten.

Aber ist das wirklich so schlimm? Oder gehört das einfach dazu? Angeblich sind die Umsätze der italienischen Mafia inzwischen so beträchtlich, daß Europas Regierungen auf diese sogar angewiesen sind. Sie sind – so ein EU-Politiker - ein »wichtiger Wirtschaftsfaktor«! Denn aus einem Teil dieser Umsätze erzielen die einzelnen Länder nämlich Steuereinnahmen. Allein die kalabrische Mafia, die derzeit als die stärkste der kriminellen Organisationen in Italien gilt, macht – laut Medienberichten - jährlich einen Umsatz von etwa 53 Milliarden Euro und ist in 30 Ländern aktiv. Die »Ndrangheta« kommt damit auf eine höhere »Wirtschaftskraft« als die Deutsche Bank und McDonald´s zusammen. Und dann sind da ja noch die Sacra Corona Unita, die Cosa Nostra und die Camorra. Sündiges, geschäftstüchtiges Italien!

Zum Glück haben wir in Deutschland andere Einnahmequellen. Hier drei Spiegel-Online-Überschriften vom heutigen 21.10.2014:

1. »Ein guter Tag für die Rüstungsindustrie - Die Verfassungsrichter haben entschieden, daß die Bundesregierung zukünftig geheim über Rüstungsexporte entscheiden darf.«

- Denn wo kommen wir denn auch hin, wenn jeder alles weiß?!

2. »IT-Gipfel: Gabriel will eigenes Börsensegment für Start-ups – Obwohl zahllose Anleger um die Jahrtausendwende am "Neuen Markt" sehr viel Geld verloren haben, plant Wirtschaftsminister Gabriel eine Neuauflage mit der Börse 2.0.«

- Ja, irgendwie muß man den Dummen die Kohle ja aus der Tasche ziehen.

3. »Rüstungsdeal: Deutschland sponsert Israels Kriegsschiffe mit 300 Millionen - aus Steuergeldern.«

- Ach, wie schön, daß wir in einer mafiafreien Demokratie leben.

Als Xavier Naidoo noch ein guter Mensch und Mannheimer war

Apropos Demokratie! Haben Sie mitbekommen, daß der Mannheimer Junge Xavier Naidoo derzeit medial »geschlachtet« wird? Er sei kein gutes Vorbild mehr für die Jugend, heißt es, darum möchte die Stadt Mannheim nicht mehr mit ihm zusammenarbeiten. Somit sei der mit ihm geplante »Mannheimer Medienpark« in Gefahr und die Bewerbung als Unesco-Kulturhauptstadt mit Xavier als Gallionsfigur ebenfalls. Der böse Xavier würde sich nämlich »staatsfeindlich« verhalten.

Was hat Xavier Naidoo denn so Furchtbares getan, daß er – der christliche Friedensengel und überzeugte »Sohn Mannheims« – plötzlich zur Persona Non Grata mutiert? Laut Spiegel-Online habe er auf einer Friedensdemonstration in Berlin (einer sogenannten »Montagsdemo«) spontan ein Lied gesungen und ein paar Sätze gesprochen. Als er am 3. Oktober mit dem Fahrrad durch Berlin fuhr, habe ihn jemand erkannt und auf die Bühne gebeten. Da habe er die Gelegenheit ergriffen und die Zuhörer dazu aufgerufen, sich für den Frieden einzusetzen, nicht alles zu glauben, was uns die Medien und Politiker erzählen und uns nicht in einen Krieg (Ukraine/Rußland etc.) ziehen zu lassen. Er wies auch darauf hin, daß wir laut Verfassung noch immer ein besetztes Land sind, was ja inzwischen immer mehr Menschen hierzulande bemängeln. Dazu sang er seinen bekannten Song: »Was wir alleine nicht schaffen, das schaffen wir dann zusammen … « OK! War das alles? Meines Wissens, sind Millionen Menschen in Deutschland genau derselben Meinung.

Das Verwerfliche sei, - so berichtet Spiegel-Online in seiner »Hetzkampagne« – daß sich bei dieser Demo auch ein Berliner NPD-Abgeordneter unter den 300 Zuhörern befunden habe. (Oh Schreck, wo kam der denn her? Zukünftig sollte Xavier, wenn er spontan irgendwo spricht, alle Zuhörer vorab von der NSA durchleuchten lassen!) Und überhaupt seien solche »Demos« ein Angriff auf den deutschen Staat. Denn laut Spiegel-Online »… *dürfte es vielen Menschen, die an den sogenannten Montagsdemos in Berlin und anderen deutschen Städten teilnehmen, lediglich darum gehen, sich mit anderen Unzufriedenen auszutauschen. Und es tummeln sich auf Veranstaltungen wie diesen Staatsfeinde, Antisemiten, Verschwörungstheoretiker, Links- und Rechtsextreme und andere Wahnhafte*.«

Aha, jetzt wissen wir es! Vorsicht vor Friedensdemonstrationen, denn diese sind in Wahrheit getarnte »Unzufriedenheitsdemonstrationen«. Und Unzufriedenheit ist in unserem Staat strengstens verboten. Ab heute gilt: Auf keinen Fall unzufrieden sein, sich mit anderen Unzufriedenen treffen oder gar austauschen. Wir lernen also im Spiegel-Demokratie-Schnellkurs, wie schnell man zum »Staatsfeind« werden kann, wenn man sich an diese Regeln nicht hält!

Daß Xavier Naidoo von Liebe gesprochen und dazu aufgerufen hat, sich Jesus Christus zum Vorbild zu nehmen, der sich auch eingemischt habe, spielt hier keine Rolle. Was zählt, ist, daß man hierzulande gefälligst die Klappe zu halten hat. Es lebe die freie Presse!

Noch ein paar Fragen zu den Begriffsdefinitionen des Spiegel-Kommentars: Es ist unbestritten, daß jede Form radikalen Denkens fehl am Platze ist. Aber ab wann ist man ein »Staatsfeind«? Sobald man bemängelt, daß in unserem Staat permanent gegen die überwältigende Mehrheit der Menschen entschieden wird? Ab wann ist man »Antisemit«? Sobald man es falsch findet, daß Israel palästinensische Zivilisten erschießt? Ab wann ist man »Verschwörungstheoretiker«? Ist man das schon, wenn man den ganzen Irrsinn, den uns die Medien auftischen, nicht unhinterfragt schluckt? Ab wann ist man extrem Links oder Rechts? Ab wann ist man »wahnhaft«? Bitte um Erläuterung! Wir könnten die Begriffe natürlich auch auf Wikipedia nachschlagen - oder besser doch nicht?

Fakt ist: Wer hierzulande bei bestimmten Themen nicht mit dem Strom schwimmt, hat ganz schnell einen »Ruf«. Und der gute Xavier steht nun in einer Riege mit den Osamas und Saddams und all den anderen »Staatsfeinden«. Wobei er hier in guter Gesellschaft ist. Vor wenigen Jahren gehörte ganz Deutschland offiziell zur »Achse des Bösen«, als man dem Menschenfreund George W. Bush einmal nicht in den Allerwertesten kroch. Ach, waren das noch Zeiten!

Chemtrails und andere Verschwörungstheorien

Lange haben wir uns um das Thema »Chemtrails« herumgedrückt. Warum? Weil wir schlichtweg viel zu wenig darüber wissen. Das ist bis heute so, darum möchten wir auch weder behaupten, die Chemtrail-Gegner seien Spinner, noch daß es eine weltweite Verschwörung gibt, die unser globales Wetter kontrollieren oder gar die Hälfte der Menschheit ausrotten möchte. Wir geben hier nur aktuelle Informationen weiter, die von besorgten Lesern an uns herangetragen werden.

Immer mehr Menschen wundern sich über die seltsamen Streifen am Himmel, die sich – im Gegensatz zu normalen Flugzeug-Kondensstreifen – sehr langsam auflösen. Es wird vermutet, daß hier global bestimmte Nano-Stoffe ausgebracht werden, die im Zuge des sogenannten »Geo-und Climate Engineerings« in das natürliche Wettergeschehen eingreifen sollen. Es ist ja inzwischen bekannt, daß bei Veranstaltungen wie der Olympiade in Peking mehrfach per Flugzeug Stoffe in die »potentiellen« Regenwolken injiziert wurden, um diese andernorts abregnen zu lassen. Wettermanipulation im Kleinen ist also nicht neu.

Eine weitere, viel schwerwiegendere Vermutung vieler Chemtrail-Gegner ist, daß »irgendjemand« die Natur und die Menschheit absichtlich mit schädlichen Stoffen wie bestimmten

Schwermetallverbindungen besprüht.

Was auf den ersten Blick absurd klingt, nämlich, daß eine Art »weltweite Verschwörung« aktiv sein könnte (da sind sie wieder, die bösen Verschwörungstheoretiker?!), hält die vielen Chemtrail-Gegner nicht von dieser Theorie ab. Man könnte anmerken: Vor Edward Snowden hätte auch niemand geglaubt, daß jedes Telefonat, jede SMS und jede E-Mail heutzutage »sicherheitshalber« aufgezeichnet wird – inkl. derer unserer lieben Kanzlerin.

Inzwischen geht man davon aus, daß auch die Ölindustrie irgendwie beteiligt ist und die Stoffe direkt dem Flugzeugtreibstoff beigemischt werden. In Norwegen wurden vor kurzem wissenschaftliche Studien durchgeführt, nachdem trotz sonnigen Sommers und idealen klimatischen Bedingungen die Ernten äußerst kärglich ausfielen. Die Pflanzen wollten einfach nicht wachsen! Dabei fanden sich Stoffe in Pflanzen und Erde, die eigentlich in dieser Konzentration nicht dorthin gehörten. Stoffe wie Barium, Strontium und Titan, woraus sich das unter Chemtrail-Gegnern berüchtigte »Barium-Strontium-Titanat« zusammensetzt, das anscheinend überall dort auftritt, wo Pflanzenwachstum unnatürlich gehemmt ist oder die Pflanzen sterben.

Wer nun die globalen Bestrebungen der Gentechnikfirmen wie Monsanto dazuaddiert, könnte vermuten, daß die natürlich wachsenden Pflanzen sukzessive »abgeschafft« und durch genmanipulierte Monsanto-Hybriden ersetzt werden sollen. Alle großen amerikanischen Zukunftsstiftungen, ob jene der Rockefellers oder des milliardenschweren Bill Gates, setzen ausnahmslos auf Gentechnik als Lösung aller globalen Nahrungsprobleme. Selbst die WHO und Umweltschutzorganisationen wie der WWF betreiben in den USA irrsinnigerweise Gentechnik-Lobby. Zusätzlich würde dies natürlich für die Monsantos die komplette Macht über alle pflanzlichen Nahrungsmittel des Planeten bedeuten. Wie gesagt, sind dies besorgte Gedankengänge von Chemtrail-Gegnern.

Barium-Strontium-Titanat hat aber wohl noch eine andere Funktion. Es soll bestimmte Kristalle bilden, die wie eine Art Verstärker elektromagnetischer Schwingungen fungieren. Daher gilt dieser Stoff in Chemtrail-Kreisen als »Nano-Hightech-Waffe«, die das Militär dazu einsetzen soll, um eine Art elektromagnetischen »Schutzschild« um die Erde zu bauen. In dem Hollywood-Streifen »Highlander 2« wurde dieser Schild schon einmal cineastisch vorgestellt. Der Verdacht wird erhärtet durch bestimmte Patente, die von militärnahen Instituten angemeldet wurden. Daß Barium-Strontium-Titanat großflächig »versprüht« wird, wird durch die nahezu weltweit auffälligen Barium- und Strontiumwerte im Regenwasser gestützt.

Die Zahl der Chemtrail-Gegner wächst ständig. Inzwischen werden auch Petitionen bei den einzelnen Regierungen eingereicht, mit dieser Form der Einflußnahme endlich aufzuhören. Neben den Einzelforschenden, die seit Jahren vor dem menschgemachten Phänomen warnen, entstehen auch immer mehr Bürgerinitiativen.

Wer sich also weiter informieren möchte, kann dies dort tun. Eine davon ist unter www.sauberer-himmel.de zu erreichen und hat bereits tausende von Mitgliedern. Ihre Ziele formuliert sie so: »Wir sind eine Bürgerinitiati-

LebensRaum

Schwimmteiche
Garten- u. Landschaftsbau

Wolfgang Hibo
Heilbronner Str. 22
74199 U´gruppenbach
Tel. 07131 / 2779575

Wenn wir erkennen, das unser Befinden abhängt von der gesunden Vielfalt in unserem LebensRaum, so werden wir diesen neu durchdenken.

Wir führen aus:

- Gartenneugestaltungen
- Gartenumgestaltungen
- Wasser als Gestaltungselement
- Natursteinarbeiten
- Ökologisch sinnvolle Bepflanzungen
- Pflasterarbeiten und Terrassierungen
- Baumschnitt und Pflegearbeiten

Gerne unterbreite ich Ihnen ein Angebot.

www.lebensraum-hibo.de lebensraum@email.de

PANORAMAHOTEL
WALDENBURG

Herzlich Willkommen zu einem unvergesslichen Aufenthalt

Das Panoramahotel Waldenburg ist ein Vier-Sterne-Haus mitten im Herzen Hohenlohes mit atemberaubenden Panoramablick.

In luftiger Höhe erleben Sie Ihren persönlichen und individuellen Service in stilvollem Ambiente. Wir bieten Ihnen 65 komfortabel ausgestattete Einzel-, Twinbett-, Kingsize - und Doppelzimmer sowie drei Juniorsuiten und eine Panoramasuite. Kulinarische Glanzleistungen, wohltuende Entspannung und professioneller Tagungsservice steht für uns an oberster Stelle.

An allen Sonn- und Feiertagen servieren wir unseren über die Grenzen hinaus bekannten Brunch. In unserem Bistro kredenzen wir Ihnen einen täglich wechselnden Businesslunch.

Panoramahotel Waldenburg
Hauptstrasse 84 74638 Waldenburg
Tel: 07942 9100-0
Fax: 07942 9100-888
info@panoramahotel-waldenburg.de
www.panoramahotel-waldenburg.de

ve aus dem gesamten deutschsprachigen Raum, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, die Öffentlichkeit über das Ausbringen von künstlichen Wolken und anderen klimabeeinflussenden Maßnahmen zu informieren. Wir wollen wieder einen natürlichen Himmel haben und akzeptieren es nicht, daß auf Wetter und Klima Patente vergeben werden. Die entsprechenden Techniken sind weder ausreichend erforscht, noch existieren hierfür die notwendigen gesetzlichen Grundlagen. Vielmehr handelt es sich um einen völlig unkontrollierbaren Feldversuch an dem gesamten Planeten und dessen Atmosphäre - mit ungewissem Ausgang.« Fortsetzung folgt!

Patent auf Ebola

Daß es oft die Regierungen selbst sind, die den Verschwörungsforschern Material zum Nachdenken liefern, zeigt derzeit das Thema Ebola. Ähnlich wie einst bei AIDS ist man vielerorts überzeugt, es handle sich beim Ebola-Virus um ein künstlich erzeugtes »Militärprodukt«. Auch erinnert die mediale Berichterstattung an die legendären »Seuchen« Vogel- oder Schweinegrippe, die vor ein paar Jahren angeblich das Überleben der Menschheit gefährdeten. Daß seinerzeit der amerikanische Verteidigungsminister Donald Rumsfeld einer der Hauptprofiteure dieser Propaganda war, wissen bis heute die Wenigsten. Seine Beteiligung an der Pharmafirma Roche führte dazu, daß das angebliche Allheilmittel »Tamiflu« von vielen Regierungen millionenfach gekauft wurde und Rumsfeld und Roche Milliarden in die Taschen spülten. Kaum war der Tamiflu-Deal perfekt, ebbte die »Seuche« ganz plötzlich von selbst wieder ab. Und die nutzlosen Grippemittel wurden größtenteils unbenutzt vernichtet.

Heute heißt die Bedrohung Ebola. In einigen afrikanischen Ländern sind schon viele Menschen gestorben, während es z.B. Nigeria gelungen ist, die Epidemie komplett einzudämmen. Auch in Europa und den USA sind nun erste Ebola-Fälle aufgetreten, und schon wird die Forderung laut, Milliarden für die »Ebola-Bekämpfung« bereitzustellen. Die amerikanische Gesundheitsbehörde behauptet sogar, um »Ebola zu stoppen, müsse man vielleicht ganze Länder impfen«.

Was viele Menschen irritiert, ist ein offizieller Google-Eintrag, der die Regierung der Vereinigten Staaten von Amerika als Besitzer des Patents auf den Ebola-Virus ausweist. Unter **www.google.com/patents/US20120251502** kann jeder Interessierte nachlesen, daß sich die USA unter der Bezeichnung »**Human Ebola Virus Species and Compositions and Methods Thereof US 20120251502 A1**« wohl bereits 2008 alle Rechte an diesem Virus und der Entwicklung von Gegenmitteln gesichert hat.

Ohne schon wieder in Verschwörungsphilosophien zu schwelgen: Irgendwie ist das doch alles makaber, oder nicht? Wie kann sich eine Regierung ein »tödliches Virus« patentieren lassen? Aber es gibt eben heute nichts, was es nicht gibt!

In diesem Sinne, herzliche Grüße aus der Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns.

Ihr Mitmensch,
Michael Hoppe

Spirituelle Wirbelsäulenbegradigung

Mehrfach haben wir über den Heiler Karl Heinz Allgaier aus Gomadingen berichtet. Seine besondere Gabe ist, »schiefe« Wirbelsäulen wieder begradigen zu können. Inzwischen kommt Karl Heinz Allgaier regelmäßig in die Region und führt auch hier Behandlungen durch. Viele NATURSCHECK-Leser hatten bereits Gelegenheit, die »spirituelle Wirbelsäulenausrichtung« am eigenen Leibe zu erleben.

Die Behandlung findet nach einem bestimmten Ritual und ohne Kraftaufwand statt. In »Kooperation« mit der geistigen Welt diagnostiziert Karl Heinz Allgaier die Ursache der Fehlhaltung, erbittet die Erlaubnis, diese beheben zu dürfen und führt dann die Begradigung durch.

Diese »spirituelle Ausrichtung«, wie Karl Heinz Allgaier seine Behandlungsmethode nennt, »ist Grundvoraussetzung für körperliche Gesundheit. Denn der physische Körper folgt dem geistigen Körper: Wenn der geistige Körper verbogen ist, dann können wir am physischen Körper machen, was wir wollen, er wird sich immer wieder nach dem geistigen Körper richten.«

Inzwischen haben wir diese Prozedur dutzendfach miterlebt und erhalten immer wieder von Behandelten die Rückmeldung, daß sich ihre Lebensqualität nach der Behandlung massiv verbessert hat. Und dabei waren viele, die bereits seit Jahrzehnten »ihre Rückengeschichte« haben, inklusive diverser Operationen.

Daß es sich bei der »Spirituellen Wirbelsäulenbegradigung« um sogenannte geistige Heilkunst handelt, stört die meisten Skeptiker nur vor der Behandlung. Ist die Ausrichtung vollzogen, sind die Veränderungen sowohl sichtbar als auch spürbar. Wobei aber hinzugefügt werden muß, daß dies den Behandelten zukünftig nicht der Verantwortung enthebt, bestmöglich zum Erhalt seiner eigenen Gesundheit beizutragen.

Dennoch gilt für Karl-Heinz Allgaier: »Wer wirklich gesund sein möchte, muß ausgerichtet sein!«

Autor
Michael Hoppe

Weitere Informationen & Anmeldungen
beim Naturscheck-Magazin unter:
0 79 45 - 94 39 69

Am Anfang war das Licht – Glauben Sie daran, daß es Menschen gibt, die sich »nur« von Licht ernähren?

2010 kam ein Film in die Kinos, der viele Diskussionen auslöste. Der österreichische Filmemacher P.A. Straubinger hatte sich auf Spurensuche rund um den Erdball begeben, um Menschen zu interviewen, die teilweise seit Jahrzehnten ohne feste Nahrung auskommen. Vor allem in Indien und in China hat die bewußte Nahrungslosigkeit eine lange Tradition. Und doch wird sie von der westlichen Wissenschaft noch immer vehement angezweifelt, obwohl zahlreiche Studien vorliegen, die das Gegenteil belegen. Auch die Ayurveda-Therapeutin Sigrid Riedling aus Neuenstein lebt seit April 2011 fast ausschließlich von »Lichtnahrung«.

Liebe Frau Riedling, zuerst die obligatorische Frage: Kann ich Ihnen irgendetwas anbieten?

Sigrid Riedling: (lacht) Nein danke. Derzeit habe ich keinen Bedarf. Aber das ist tatsächlich eine immer wiederkehrende Situation, daß man mir etwas anbietet und ich nicht so recht weiß, wie ich meine Lebensweise erklären soll. Manchmal sage ich einfach: ich faste im Moment.

Können Sie uns vorab etwas über ihren Werdegang berichten. Sie sind ja Therapieleiterin im Ayurveda-Kurzentrum in Pfedelbach-Gleichen und haben nicht immer nahrungslos gelebt.

Sigrid Riedling: Ich habe vor ungefähr 20 Jahren begonnen, mich für ganzheitliche Themen zu interessieren. Zu dieser Zeit war meine Tochter zwei Jahre alt und häufig krank. Die Ärzte verschrieben immer wieder Antibiotika. Über eine Empfehlung von Freunden kam ich zu einem Heilpraktiker, der ohne meine Tochter zu testen, den Zustand meiner Tochter über mich ausgetestet und daraufhin die entsprechenden homöopathischen Mittel ausgewählt hat. Meine Tochter war danach sehr schnell wieder gesund und auch geheilt von dieser Krankheit. Ab diesem Zeitpunkt war mir klar, daß es Energien gibt, die wir nicht auf den ersten Blick wahrnehmen. Ich habe dann selbst verschiedene Ausbildungen im Energiebereich gemacht, die mich beruflich in eine andere Richtung führten. In dieser Zeit entdeckte ich auch Ayurveda für mich und daß sich verschiedene Heilsysteme sehr gut miteinander kombinieren lassen. Es folgten Ausbildungen in Ayurvedischer Massage und ein Aufbaustudium zur Ayurveda-Therapeutin, sowie Theorie und Praxis der ayurvedischen Ernährungslehre. Somit war der Grundstein für eine vegetarische Ernährung gelegt.

2010 machte der Film »Am Anfang war das Licht« von P. A. Straubinger Furore, da er verschiedene Menschen zu Wort kommen läßt, die sich ausschließlich von Lichtnahrung ernähren. Der Film ist bis heute umstritten.

Sigrid Riedling: Für mich war dieser Film ein Impuls, eine Art Auslöser. Ich habe ihn angeschaut und wußte sofort: Das kenne ich! Und das kann ich! Ich war einfach nur fasziniert, und es kam ein tiefes inneres Wissen in mir hoch und eine Erinnerung, daß ich es schon einmal praktiziert habe. Vor Ostern 2011 habe ich dann den 21-Tage-Prozeß gemacht, und seitdem lebe ich zu 95 % ohne stoffliche Nahrung. Oft trinke ich auch eine Woche lang nicht. Aber nichts davon tue ich dogmatisch. Und ich bin mir auch bewußt, daß diese Art zu leben nicht für jedermann ist.

Um den Lesern, die den Film und den 21-Tage-Prozeß nicht

kennen, einen kurzen Überblick zu geben: In dem Film »Am Anfang war das Licht« kommen neben den Menschen, die ganz oder fast ganz ohne stoffliche Nahrung leben, auch verschiedene Wissenschaftler zu Wort, die das Thema Nahrungslosigkeit teilweise vehement bezweifeln. Sie warnen sogar davor. Grund ist unter anderem, daß die australische Autorin Jasmuheen (Ellen Greve) in ihrem Buch »Lichtnahrung« einen Prozeß beschreibt, an dessen Folgen wohl drei Menschen gestorben sind. Dabei ißt und trinkt man sieben Tage gar nichts, ab dem achten Tag nimmt man zumindest wieder etwas Wasser zu sich. Das Ganze ist eine Art Transformationsprozeß. Dieser abrupte Schritt hin zur völligen Nahrungslosigkeit ist aber offensichtlich nicht für jeden Menschen geeignet.

Sigrid Riedling:
Ich kann natürlich nur für mich selbst sprechen. Für mich war von Anfang an und ohne jeden Zweifel klar, daß es außer der stofflichen Nahrung noch etwas anderes gibt, das uns nährt. Ob man es nun »Lichtnahrung« nennt oder Prana oder Qi, das spielt für mich keine Rolle. Ich habe auch niemals versucht, ganz rational zu hinterfragen, was nun genau - physikalisch oder chemisch - in meinem Körper geschieht. Es war mehr ein inneres Wissen, aus dem eine unerschütterlicher Glaube geworden ist: »Da ist etwas, das mich ernährt. Egal, wo ich bin.« Das hat mir ein beruhigendes Gefühl von Unabhängigkeit gegeben. Ich wußte plötzlich: Ich verhungere nicht, wenn ich einmal nichts zu essen habe. Und ich verdurste auch nicht. Es ist für mich gesorgt.

Daß es Fälle gab, wo Menschen zu Tode kamen, habe ich gehört, diese Tatsache jedoch niemals auf mich selbst bezogen. Ich weiß, wir haben alle unseren eigenen Seelenplan. Jeder steht an einem anderen Punkt seiner Entwicklung. Daher ist es sicher nicht empfehlenswert, das jemand, der beispielsweise lange Zeit sehr ungesund gelebt hat, sofort auf Lichtnahrung umstellt. Vielleicht sollte er zuerst einmal vegetarisch oder vegan leben.

Aber es kommt ja noch etwas ganz anderes hinzu. Wir haben Jahrtausende in dem Glauben gelebt: Wenn ich nicht esse, verhungere und sterbe ich. Wenn ich nicht trinke, versagen meine Nieren. Diese Vorstellung, dieser Glaube ist es ja letztlich, der unser Schicksal und unsere Handlungen bestimmt. Wenn ich glauben würde, daß ich essen muß, um zu überleben, dann müßte ich es auch. Der 21-tägige Umstellungsprozeß ist also in erster Linie ein Prozeß, um diesen uralten Glaubenssatz zu ändern. Und dabei zu erleben, daß es funktioniert. Anscheinend gibt es inzwischen bereits »3-Tages-Prozesse«, um zur selben inneren Überzeugung zu kommen. Wir sind heute in einer sehr, sehr interessanten Phase der menschlichen Entwicklung. Bei mir kommt alles von innen heraus, und daher tue ich das, was ich tue, für mich selbst. Ich laufe nicht durch die Welt und erzähle, wie ich lebe und warum ich so lebe. Viele, die mich kennen, wissen gar nichts davon. Bisher war es mir auch kein Bedürfnis, mit meinen Erfahrungen an die Öffentlichkeit zu gehen.

In dem Film »Am Anfang war das Licht« wird ein 77jähriger Yogi gezeigt, der vor 70 Jahren zum letzten Mal gegessen hat, oder eine chinesische Qi Gong Lehrerin in Berlin, die seit 1993 nahrungslos lebt. Um sich zu »ernähren«, meditiert der eine viele Stunden täglich. Die an-

Unsere Märkte:

**Heilbronn Pfühl-
Ecke Kernerstr.
Di. u. Do. 8:30 - 12:30 Uhr**

**Neckarsulm:
Mi. 14:00 - 18:00 Uhr
Sa. 8:00 - 12:30 Uhr**

**Bönnigheim:
Fr. 8:00 - 18:00 Uhr**

**Brackenheim:
Sa. 8:30 - 12:30 Uhr**

Bioland®-Gärtnerei
Landes
...natürlich ÖKO & von HIER!
www.bio-landes.de
am Reichertsberg, Oedheim, Tel 07132 - 985222

Die ganzheitliche Kleintierpraxis in Obersulm-Willsbach mit Spezialisten für Akupunktur, Homöopathie und Biologische Tiermedizin

Offene Sprechstunde: Mo – Fr: 16.00-18.00 Uhr
Termine nach telefonischer Voranmeldung:
Mo - Fr von 7.30-12.00 Uhr und von 14.30-16.00 Uhr
samstags für Notfälle von 11.00-13.00

Neu: SERVICE PLUS für Katzen – bei uns ist Ihr Stubentiger in besten Händen!

Unsere Praxisphilosophie: Das Beste für Ihr Tier!
Wir finden Wege für Ihr Tier und Sie – auch in scheinbar ausweglosen Situationen.

Besuchen Sie uns auf unserer Homepage:
www.kleintierpraxis-obersulm.de

Dr.med.vet. Heidi Kübler – praktische Tierärztin – Biologische Tiermedizin
Rudolf-Diesel-Straße 17 – 74182 Obersulm-Willsbach – Tel. 07134/14600

Wer nachts gut schläft, gibt morgens Gas!

Wasserbetten · Luftgeregelte Schlafsysteme
Bettenzubehör · Schlafraummöbel · Swopper
Fachberatung · Verkauf · Montage · Service

BÜHLER BETTSYSTEME WASSERBETTEN

BÜHLER Bettsysteme
Wilhelmstr. 33 (im City-Süd-Center), 74074 Heilbronn
Telefon 07131 580013, info@buehler-bettsysteme.de
www.buehler-bettsysteme.de

dere macht ihre täglichen Energieübungen, um dadurch das lebensnotwendige Qi aufzunehmen. Wie ist das bei Ihnen? Wie lange meditieren Sie jeden Tag?

Sigrid Riedling:
Gar nicht! Ich habe von Anfang keinerlei Übungen oder Rituale gebraucht. Ich stehe morgens sehr früh auf und mache regelmäßig Yoga. Das ist alles. Und ich stehe voll in meiner Kraft. Vor zwei Jahren habe ich einen kompletten Gesundheitscheck machen lassen, und der Arzt meinte, meine Werte seien wie aus dem Lehrbuch. Ich verliere kein Gewicht und habe keinerlei Mangelerscheinungen. Als Ayurveda-Therapeutin muß ich ja auch körperlich etwas leisten. Aber wie gesagt, habe ich nie versucht, eine Philosophie aus meiner Lebensweise zu machen. Ich tue das, was ich tue, nicht aus einem bestimmten Grund. Ich tue es einfach. Wenn jemand an das Thema herangeht, beispielsweise um abzunehmen oder anderen etwas zu beweisen, dann ist das - meiner Ansicht nach - bereits der falsche Ansatz. Das wird nicht funktionieren. Mein Fokus liegt auf dem Urvertrauen in die allgegenwärtige Kraft, die mich nährt.

Aber auch ich bin während der dreieinhalb Jahre, die ich nun quasi ohne stoffliche Nahrung lebe, durch verschiedene Prozesse gegangen. Es war da zuerst das Gefühl von Unabhängigkeit, keine Angst mehr vor dem Verhungern zu haben, etc. Dann schlich sich jedoch so etwas wie ein schlechtes Gewissen ein, wenn ich gelegentlich doch einen Schluck Wasser zu mir nahm oder einmal etwas Kleines naschte. Bis ich merkte, daß ich mich auch davon unabhängig machen möchte. Ich muß niemand etwas beweisen! Ich lebe nicht dogmatisch! Ich kann auch einmal bei einem festlichen Anlaß ein paar Reiskörner essen oder ein bißchen Suppe löffeln. Dadurch ändert sich nichts! Bei uns im Ort ist ein nettes junges Gastronomenteam, die mir manchmal einen Teller mit ganz winzigen Portionen machen, wenn ich meinen Partner dorthin begleite. So gehen sie mit meiner Lebensweise um. Dann kann es aber auch wieder sein, daß ich wochenlang gar nichts zu mir nehme. Da ich ja in einem Ayurvedazentrum arbeite und dort sehr viel Wert auf hochwertige Ernährung gelegt wird, genieße ich es, wenn es mittags aus der Küche nach den unterschiedlichsten Gewürzen duftet. Meine Sinne freuen sich dann an den besonderen Düften.

Apropos Düfte! Vieles in unserem Leben läuft ja nicht auf der Bewußtseinsebene ab, sondern geschieht un- oder unterbewußt. Auch das Programm, das Sie schildern: was wir alles zum Überleben brauchen, wovor wir uns fürchten müssen, worauf wir vertrauen dürfen, etc. Im Grunde fehlt uns allen das Urvertrauen, daß es das Leben (Gott?) gut mit uns meint. Auf die Ernährung übertragen, leben wir in einer illusionären Welt, die uns suggeriert, daß überall Mangel herrscht. Vitaminmangel (dafür gibt es dann die zahllosen Nahrungsergänzungsmittel), Geldmangel (deshalb droht das »Verhungernmüssen«) und vieles andere mehr. Wir haben permanent Angst, zu kurz zu kommen. Wer nach einem »Feiertag« in einen Supermarkt geht, der sieht völlig überfüllte Einkaufswägen, als wäre der Zwang, den Kühlschrank schnellstmöglich wieder aufzufüllen, übermächtig. Es gilt das Motto: viel hilft viel. Dabei sind die Menschen am gesündesten und leben am längsten, die regelmäßig »fasten« müssen, also von wenig, aber ge-

sunder Ernährung leben.

Sigrid Riedling: Ja, das meinte ich, als ich von einer Umstellung unseres Bewußtseins gesprochen habe. Der Zwang, von der Nahrungsaufnahme abhängig zu sein, kann unser ganzes Weltbild bestimmen. Alles dreht sich um dieses Thema. Wir fürchten uns, wenn der Nachschub einmal nicht gewährleistet ist. Und wir essen, um emotionale Bedürfnisse zu befriedigen. Ich kann nur sagen, daß es dazu eine Alternative gibt. Aber es ist ein schrittweiser Prozeß. Zuerst einmal sollten wir unsere Einstellung zur Ernährung überhaupt überprüfen. Das beginnt mit dem bewußten Essen lebendiger und natürlicher Produkte und endet schließlich in der Frage: Was nährt mich wirklich?

Da Sie fast keine stoffliche Nahrung zu sich nehmen, wie ist es das dann mit der Ausscheidung. In dem Film wurde gezeigt, daß der Yogi beispielsweise überhaupt keine Ausscheidung hat?

Sigrid Riedling: Bei mir ist das ähnlich. Wo nichts Stoffliches zu verdauen ist, wird auch nichts Stoffliches ausgeschieden. Interessanterweise bemerke ich jedoch, daß meine Verdauungsorgane trotzdem immer wieder aktiv sind. Denn um uns ist mehr, als wir oft wahrnehmen. Und das verdauen unsere Organe ebenfalls. Normalerweise registrieren wir das gar nicht. Je seltener ich esse, desto bewußter werde ich für die Welt, die mich umgibt. Ich nehme eine andere Form von Eindrücken und Energien wahr. Manchmal kommt aber ein altes Gefühl, und ich habe plötzlich Lust, eine bestimmte Speise nochmals zu schmecken oder zu kosten. Leider ist das Kosten dann oft eher enttäuschend. Die Erinnerung an den Geschmack ist dann meist besser als die Realität.

Wir hatten im NATURSCHECK vor einiger Zeit ein Interview mit Professor Fritz Popp, der ja im Film ebenfalls zu Wort kommt. Für ihn ist das Thema Lichtnahrung überhaupt nichts Fremdes. Im Gegenteil! Ähnlich wie auch die asiatischen Interviewpartner im Film sieht er im Licht die eigentliche Nährquelle des Menschen. Für ihn sind wir von Natur aus weder Fleischfresser noch Pflanzenfresser, sondern »Lichtsäuger«. Die Pflanzen nehmen das Licht der Sonne auf und speichern es. Und indem wir die Pflanzen essen (oder die Tiere, die die Pflanzen gegessen haben), wird dieses gespeicherte Licht auf unseren Körper übertragen. Je mehr Licht in der Nahrung gespeichert ist, desto hochwertiger die Nahrung. Der eigentliche Lebenssaft oder die eigentliche Energiequelle ist also das Licht. Die Materie ist nur der Trägerstoff. Ein revolutionärer Gedanke, der das Thema Nahrungsqualität sprichwörtlich in einem ganz anderen Licht erscheinen läßt. Bedeutet Lichtnahrung also, diesen Zwischenschritt über pflanzliche Photosynthese und Verdauung einfach zu überspringen?

Sigrid Riedling: Wie gesagt, war es nie mein Bestreben, wissenschaftlich erklären zu können, wie Lichtnahrung funktioniert. Aber das, was Sie sagen, klingt natürlich logisch. Dazu kommt noch, daß der Körper die meisten Stoffe, die er für seinen Funktionen benötigt, selbst bilden kann. Und doch steht dazwischen noch die Frage des Bewußtseins: Was glaube ich? Glaube ich an das materielle Weltbild, daß wir eine riesige Auswahl an unterschiedlichen Speisen und Stoffen benötigen, um überleben zu können? Und daß wir permanent Angst haben müssen zu verhungern, wenn einmal keine Nahrung zu Hand ist? Oder ist das Ziel die immer größere Unabhängigkeit von der Materie? Hier scheiden sich natürlich die Geistern.

Das stimmt. Beim Thema Unabhängigkeit von Nahrung kommt ja unweigerlich eine Frage ins Spiel, die immer wieder gestellt wird. Jeden Tag verhungern 100.000 Menschen auf der Erde. Warum? Warum können die nicht nahrungslos überleben?

Sigrid Riedling: Das ist eine sehr heikle Frage, und man läuft Gefahr, etwas zu sagen, das leicht uminterpretiert werden kann. Ich kann also nur für mich sprechen. Ich habe eine lange Entwicklung durchlaufen, um zu der Überzeugung zu kommen, daß ich bestimmte Dinge nicht mehr benötige. Daß ich unabhängig davon bin. Daß ich die damit verbundene Angst loslassen kann. Mein Urvertrauen ist schrittweise gewachsen, da ich mich mit Energiearbeit beschäftigt habe und dabei immer mehr Kontakt zu der Natur und der Welt um mich herum aufgenommen habe. Das war mein ganz persönlicher, ganz individueller Weg. Vielleicht ist ja meine Lebensaufgabe, irgendwann anderen Menschen dieses Urvertrauen weiterzugeben. Impulsgeber zu sein. Was das Leben durch Lichtnahrung angeht, ist unsere Entwicklung erst am Anfang. Und ich kann nur sagen: Da ist etwas, das uns nährt. Jenseits aller Nahrungsaufnahme. Überall und immer!

Liebe Frau Riedling, wir bedanken uns für das außergewöhnliche Gespräch.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Tätigkeitsschwerpunkte

- Ernährungsmedizinische Schwerpunktpraxis (zertifiziert)
- Orthomolekularmedizin
- Biologische Tumortherapie
- Naturheilkundliches Check-Up
- Akupunktur

ALLERGIE-, HAUT- UND ATEMWEGS-BESCHWERDEN
Erkennen und behandeln!

Eigenbluttherapie und Akupunktur als Akutbehandlung!
Oder EPD als aufbauende Immuntherapie.

Unsere Praxis bietet für Sie die verschiedensten Leistungen.

Wenn Sie sich für eine bestimmte Thematik interessieren, haben Sie die Möglichkeit, detaillierte Informationen (bspw. Flyer) im PDF-Format bei uns im Internet unter **www.drpfisterer.de** herunterzuladen.

Dr. med. M. Pfisterer
Arzt Privatpraxis
Naturheilverfahren | Akupunktur

Nordstr. 28 | 74076 Heilbronn
www.drpfisterer.de | info@drpfisterer.de
Tel.: 07131 - 204575 | Fax: 07131 - 204576

Zwei (typische?) Krebsgeschichten

Fast zeitgleich vor ca. 3 Jahren erfuhren wir, daß Gerda und Hans an Krebs erkrankt waren. Gerda, seinerzeit bereits 76 Jahre alt, hatten wir kurz zuvor kennengelernt und sofort ins Herz geschlossen. Hans kenne ich schon fast 30 Jahre. Er erhielt seine Diagnose mit 67. Was danach geschah, kann und soll keine »repräsentative Krebsgeschichte« sein, sondern unterschiedliche Wege aufzeigen.

Hans

Beginnen wir mit Hans. Als er uns im Dezember 2011 erzählt, eine Routineuntersuchung habe »Leukämie« ergeben, ist der weitere Werdegang bereits vorbestimmt. Seiner Lebenseinstellung entsprechend, ist Hans überzeugt, daß diese Diagnose zu 100 % der wissenschaftlichen Wahrheit entspricht und es nun gilt, diese Krankheit zu »bekämpfen«. Und nachdem er so viele Jahre »einen Haufen Geld in die Krankenkasse einbezahlt« hat, sind nun die Experten an der Reihe. Die sollen »dieses Problem« gefälligst lösen.

Daß man es lösen kann, bestätigen ihm die Krebs-Spezialisten der Robert-Bosch-Klinik in Stuttgart, denn - statistisch gesehen - seien die »Heilungschancen« durch Chemotherapie und nachfolgender Rückenmarktransplantation bei älteren Menschen sehr viel größer als bei Kindern. Summa Summarum lägen sie bei 78 %. Ergo: Chemo! Und dann irgendwo einen kompatiblen Spender auftreiben. Bezahlen tut es die Krankenkasse. Für Hans ist nun klar: sein Part ist erfüllt. Die Ärzte sind dran!

Gerda

Gerda glaubt nicht an das »Schicksal«, das Menschen zufällige Krankheiten schickt, die dann von Ärzten niedergerungen werden müssen. Sie hat ihr ganzes Leben lang »bewußt« gelebt. Schon vor über 30 Jahren gab sie Kurse für »Vollwerternährung«, besucht bis heute Seminare und lebt nach dem Motto: »Lebenskunst beginnt mit Loslassen«.

Als sie Knoten in ihrer Brust ertastet und schließlich ihre Krebsdiagnose feststeht, überlegt sie, was das alles mit ihr selbst zu tun hat. »Mein Körper möchte mir irgendetwas sagen«, denkt sie. Entsprechend steht nie zur Debatte, die chemische Keule auszupacken und den Krebs zu »bekämpfen.« Sondern es geht um einen Erkenntnisprozeß. Doch um welchen?

Hans

Im Frühjahr 2012 erhält Hans die erste Chemotherapie. Wochenlang liegt er im Krankenhaus und »erlebt« die körperlichen Folgen der »Giftspritzen«. Während er vor der Behandlung keinerlei Symptome hat, geht es ihm während der Chemotherapie so hundeelend, daß er immer wieder kurz davor ist, sich nach dem Ende zu sehnen. Über Schwäche, Übelkeit, Haarausfall etc. müssen wir hier gar nicht weiter sprechen.

Als er für einige Wochen nach Hause darf, liegt jeden Morgen ein Tablett mit 25 bis 30 »Pillen« vor ihm, die er über den Tag einnehmen muß. Bestimmte Körperfunktionen sollen stimuliert, andere für die spätere Transplantation unterdrückt werden. Vom Kortison ist er permanent aufgedunsen, von anderen Medikamenten müde und geschwächt.

Seiner Schätzung nach, kostet die »Monatsration« 10.000 bis 20.000 Euro. Jede Chemospritze liege bei etwa demselben Betrag. Wieviele es in den vergangenen Monaten gewesen sind, weiß er nicht mehr. Unzählige, seiner Ansicht nach, da es sich bei ihm um eine »permanente Chemo« handele und die Ampullen ständig erneuert würden. Er ist – wie er ironisch sagt – »für die Pharmaindustrie der ideale Patient«.

Gerda

Gerda hat einen anderen Weg gewählt. Obwohl die Ärzte sie drängen, sich einer »richtigen Krebsbehandlung« zu unterziehen, stimmt sie lediglich einem operativen Eingriff zu, um die Knoten in der Brust zu entfernen. Was danach kommt, ist fast schon abenteuerlich. Die Experten beginnen nun, alle Register ihrer »Überzeugungsarbeit« zu ziehen, um Gerda die üblichen Krebstherapien schmackhaft zu machen: Chemotherapie, Strahlentherapie, Hormontherapie, etc. Sie wird von verschiedenen Professoren begutachtet und teilweise regelrecht unter Druck gesetzt. Ein Arzt erklärt gar, er habe bereits in der Pathologie gearbeitet und wisse, wie Leichen nach Brustkrebs aussehen. Sie solle doch endlich zur Vernunft kommen. Und Vernunft – heißt »Chemo«! Kapiert?

Von anderen Krebspatienten haben wir ähnliche Berichte erhalten. Häufig wird von Ärzteseite so massiv »nachgeholfen«, daß selbst alternativ denkende Menschen irgendwann einknicken. Die Angst tut ihr Übriges. Teilweise werden von Ärzteseite »wahrscheinliche« Sterbedaten prognostiziert. »Sie haben noch x Monate zu leben, wenn sie nicht …« Und das Argument, die Behandlungen seien - statistisch gesehen – »meistens« erfolgreich und würden ja zu 100 % von der Krankenkasse übernommen, ist dann das letzte i-Tüpfelchen.

Daß derartige Behandlungen oft Hunderttausende kosten und ganz im Sinne einer bestimmten »Gesundheits«-Industrie sind, mit entsprechenden Provisionen für die jeweiligen Krankenhäuser, steht auf keinem Befund.

Gerda kommt nicht zur Vernunft! Sie bleibt bei Ihrer Entscheidung. Und doch kostet es sie unglaublichen Willen und Stehvermögen, denn inzwischen sind auch Familienangehörige so besorgt, daß man sie drängt, dem Doktor vielleicht doch Glauben zu schenken und gegen die eigene innere Überzeugung zu handeln.

Hans

Bei Hans sind nach monatelangem Prozedere »die Werte« inzwischen endlich so, daß nun an eine Rückenmarkstransplantation gedacht werden kann. Die Nebenwirkungen der Medikamente haben jedoch Spuren hinterlassen. Plötzlich springt ein potentieller Spender ab, was Hans sehr beunruhigt. Dann findet sich jedoch eine neuer. Wieder folgen mehrere Wochen Klinikaufenthalt, unter denen Hans sehr leidet, da weder das Krankenhausessen, noch das sterile Eingeschlossensein sein seelisches Befinden positiv beeinflußt.

Nach der Transplantation geht es dann darum, den eigenen Körper medikamentös davon zu überzeugen, die fremden Zellen nicht abzustoßen. Wieder wird also die chemische Keule ausgepackt. Das tägliche Medikamentenmenü wird immer umfangreicher, ebenso die Nebenwirkungen. Aufgrund der unterschiedlichen Medikamente sind viele Dinge untersagt, wie zum Beispiel der Aufenthalt in der Sonne. So verbringt Hans den Großteil seiner Zeit auf dem Sofa vor der Glotze.

Gerda

Gerda ist inzwischen zur Überzeugung gekommen, daß eine Vollwertdiät und die richtige Lebenseinstellung »ihr Beitrag« zur Genesung seien. Medikamente oder gar Chemo kom-

DGfS-anerkannte Fortbildung Systemstellen

24 Fortbildungstage in 12 Modulen in 2015/2016

Mit Systemaufstellungen lassen sich Problemlösungen oder Veränderungsprozesse anstoßen und begleiten. Systemische Familien- und Organisationaufstellungen haben sich in den letzten Jahren zu einer der wirksamsten Methoden der Bearbeitung tiefer Konflikte und Verstrickungen entwickelt. Deshalb steigt der Bedarf an gut ausgebildeten und verantwortungsbewussten Aufstellungs-Begleitern ständig.

Die Seminarreihe ist auch geeignet als Selbsterfahrungs-Training zur Persönlichkeitsentwicklung

Ort: Karlshöhe Ludwigsburg

Kosten: 2.880 € (120 €/Fortbildungstag)

Info-Abend: 17.12.2014, um 19 Uhr, Tilsiter Str. 6, Ludwigsburg

Informationen über die detaillierten Inhalte unter www.institut-hpm.de oder E-Mail hp@institut-hpm.de oder Telefon 07141-907018

hpm institut

Psychotherapie | Coaching | Systemische Aufstellungen

- BERATUNG
- DESIGN
- OFFSETDRUCK
- DIGITALDRUCK
- DIREKT MARKETING
- FINISHING
- LOGISTIK
- KLIMANEUTRALE PRODUKTION
- PAPIER AUS NACHHALTIGER WALDWIRTSCHAFT
- ÖKOLOGISCHE DRUCKFARBEN
- PROZESSLOSE DRUCKPLATTEN
- ÖKOSTROM
- KLIMANEUTRALER FAHRZEUGPARK

Ludwig-Wagner-Str. 16 · 69168 Wiesloch
06222 / 30728-0 · info@sonnendruck.com
www.sonnendruck.com

men endgültig nicht in Frage. Bei ihren Ärzten bedankt sie sich für deren Zeit, die sie ihr zur Verfügung gestellt haben. Eine Weile sucht sie nach alternativen Heilmethoden, bis sie sich sagt, daß sie auch darauf verzichten wird. Stattdessen erkennt sie, daß es ihr seit der Diagnose keinen einzigen Tag schlecht gegangen ist. Sie erwacht morgens, bedankt sich für ihr wunderbares Leben und tut alles, um diese Begeisterung an andere Menschen weiterzugeben.

Nach zwei Jahren Krebs bescheinigen ihr die Ärzte, daß »ihre Werte« zwar nicht alle im Idealbereich, jedoch erstaunlicherweise keinerlei Metastasen im Körper zu finden seien. Ihre Erkenntnis: »Ich bin froh, daß ich zu meiner Überzeugung gestanden bin, wenn es auch manchmal schwer war.«

Hans

Hans hat nach der »Transplantations-Tortur« ein Hoch. Zwar setzen ihm die vielen Medikamente (ca. 25), die er jeden Tag einnehmen muß, weiterhin zu, doch kann er zumindest wieder am täglichen Leben teilnehmen, inkl. montäglichem Treffen mit alten Freunden und einem Urlaub in Südtirol.

Das Hoch hält jedoch nicht lange an. Es folgen weitere Untersuchungen und immer wieder neue Medikamente. Er ist inzwischen überzeugt, »daß die Ärzte alle nichts taugen«. Aufgrund des durch die Medikamente unterdrückten Immunsystems - um die transplantierten »fremden Zellen« nicht abzustoßen - fängt er sich im Krankenhaus eine Lungenentzündung ein, die ihn fast umbringt. Er ist völlig geschwächt. Im letzten Moment rafft er sich noch einmal zusammen.

Er kann noch eine Zeitlang nach Hause, bis es ihm schließlich immer schlechter geht, er weder Kraft noch Lebensmut hat und … sich herausstellt, daß die Krankheit »zurückgekehrt« ist. Von den vielen Medikamenten ist der ganze Körper aufgeschwemmt. Zweieinhalb Jahre nach der Diagnose wird er von der »chemotherapeutischen Odyssee« erlöst – und verstirbt in einem Krankenhausbett.

Gerda

Gerda lebt! Sie weiß, daß sie nicht unsterblich ist, aber sie weiß auch, daß sie in den vergangenen drei Jahren keinerlei Lebensqualität eingebüßt hat. Weder fielen ihr die Haare aus, noch lag sie wochenlang in einer Klinik. Es blieben ihr zahllose »Nebenwirkungen« erspart. Die letzte Diagnose ergab, daß es ihr »überraschend« gut gehe und keine weiteren Metastasen vorhanden seien. Wie es ihre Art ist, ist sie dankbar für diese Tatsache und ist überzeugt, daß »es nichts in ihrem Leben gibt, das nicht für sie richtig ist, so wie es ist.« Ihre Lektion hat sie gelernt, welche da heißt: Bleib auf deinem Weg! Und was die Ärzte angeht, sagt sie lächelnd: »Die wissen es halt nicht besser.«

Summa

Wie gesagt, sind diese Geschichten keinesfalls »repräsentativ«. Sie sind jedoch persönlich erlebt und beinhalten Erfahrungen, die viele »Kranke« heutzutage machen. Dabei geht es nicht um Moral, um Richtig oder Falsch, sondern um die Frage: Wer ist für mein Leben verantwortlich?

Autor
Michael Hoppe

Die Kräuterkolumne von »Kräuterpater« Gerhard Seidler

KURKUMA

Heilmächtiges, exotisches Lebensmittel, Würzkraut und Heilpflanze in einem. Gerade in der »ruhigen« Zeit lädt sie uns zur näheren Betrachtung ein.

Die Idee, daß Nahrung auch Heilmittel sind, ist nicht neu. Lebensmittel und Medizin kommen aus der Natur, dem Schöpfungsguten. In allen Kulturen war und ist dieses uralte Erfahrungswissen Teil der menschlichen Existenz.

4000 Jahre alt ist das traditionelle indische »Wissen über das Leben«. Im »Ayurveda« finden wir ein Zusammenspiel von Körper, Sinnesorganen, Geist und Seele und den Dreiklang von »Vata«, »Pitta« und »Kappa«, den Grundeinheiten des Körpers, die dessen ganze Funktionsweise regeln. Dieser Dreiklang erinnert mich an die Dreifaltigkeit unserer Schöpfung, an das Ich, das Du und das Wir.

Das ist die Quelle, aus der das Wissen um die **Kurkuma**, die **Gelbwurz** stammt, die botanisch **Curcuma longa** genannt wird und zur Familie der Ingwergewächse gehört. Wegen ihrer gelben Wurzel sahen die alten Völker in ihr ein Abbild der Sonne. Bereits seit dem Jahr 1150 ist sie auch in unseren Breiten bekannt und hochgeschätzt.

Ohne Kurkuma kein Curry und kaum eine indische und allgemein asiatische Speise. Kurkuma färbt Senf schön gelb. Wegen dieser Färbekraft wird er auch »Indischer Safran« genannt. Kurkuma-Reis ist heilige Speise, Nahrung nicht nur für die Götter. Fast die ganze Welternte kommt aus Indien. Dort wird auch die größte Menge verspeist.

In der ayurvedischen Medizin ist die Gelbwurz eines der wichtigsten Mittel. Auch in unseren Breiten schwören viele Leidende auf Kurkuma, wenn es darum geht, Arthroseschmerzen zu behandeln und wirksam zu lindern. Der dafür verantwortliche entzündungshemmende Stoff (COX-2-Hemmer) ist das Curcumin. Dieser Farbstoff ist darüber hinaus in der Lage, Darmkrebs vorzubeugen. Mit ihm begegnet uns ein wirkungsvollen »Rostschutz« für all unsere »Leitungen«.

Wie die Würz- und Heilpflanzen aus der Familie der Lippenblütler enthält auch die Gelbwurz Inhaltsstoffe, die dem geistigen Verfall vorbeugen und verhindern. Gelbwurz regt die Produktion von Galle so stark an, daß diese nach vermehrter Ausschüttung für eine bessere Fettverdauung sorgen kann. Druck- und Völlegefühl nach fettreichen, »schweren« Mahlzeiten werden so geringer. Die ätherischen Öle des Gewürzes wirken zudem beruhigend und krampflösend auf die Muskulatur von Magen und Darm. Blähbauch oder Unwohlsein verschwinden. Kurkuma hilft uns bei der Ausleitung vom Quecksilber und fördert die Gesundheit unserer Leber. Verschiedene Studien lassen ferner den Schluß zu, daß die entzündungshemmenden Stoffe in Kurkuma eine Schutzfunktion bei vielen Atemwegserkrankungen aufweisen, etwa bei der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD), beim akuten Atemnotsyndrom (ARDS) und beim allergischen Asthma.

Das Aroma des Rhizoms ist etwas pfeffrig und frisch, was jedoch nicht zur verschwenderischen Verwendung verführen sollte:

Überdosiert kann das Gericht schnell einen modrigen, moschusähnlichen Geruch annehmen und gar nicht mehr appetitanregend sein. In vorsichtiger Dosierung erzeugt Gelbwurz Schärfe und eine leichte Bitterkeit.

Um mehr von Kurkuma in den Speiseplan zu integrieren, ist es ein guter Anfang, Rindfleisch, Huhn, Pute, Reis, Suppen, Gemüse oder Salatdressing damit zu würzen.

Wenn wir Blumenkohl, Brokkoli, Rosenkohl, Grünkohl, aber auch bayrisch Kraut mit Kurkuma bestreuen, optimieren wir das Ganze zusätzlich.

Medizinische Versuche haben gezeigt, daß diese Kombination die Teilung von Prostatakrebszellen hemmt.

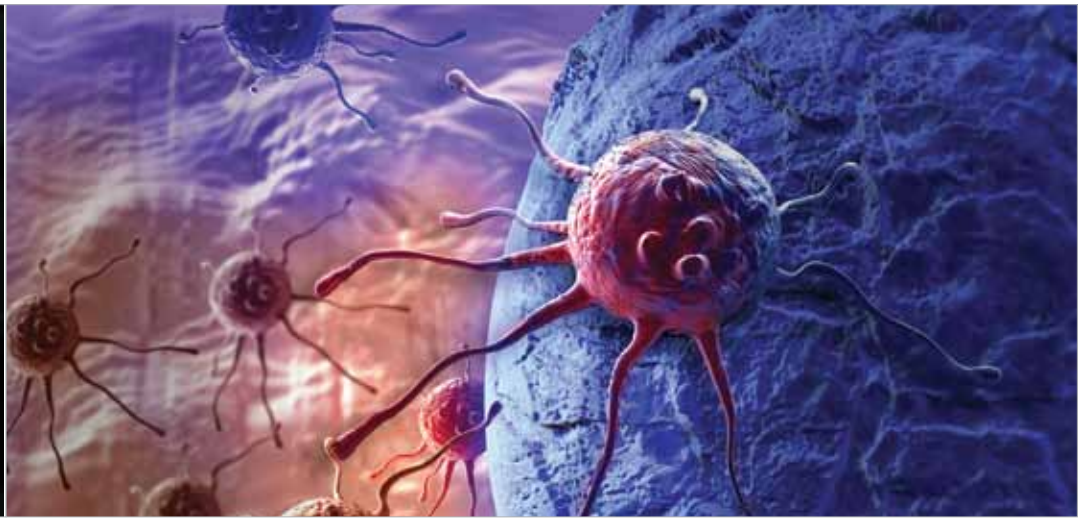
Mit frisch gemahlenem Pfeffer angereichert, wird die Fähigkeit des Curcumins noch gesteigert.

Nun in diesem Sinn: guten Appetit und eine wahrhaft gesegnete Mahlzeit.

Gott befohlen
und herzlichst,
Ihr Pater Gerhard

Wissen wir wirklich, was Krebs ist?

Lothar Hirneise ist Vorstand von *Krebs21,* ehemaliger Forschungsdirektor der *National Foundation for Alternative Medicine* in Washington D.C., Mitbegründer des *3E-Zentrums* im Remstal und Autor des Bestseller-Buches: »Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe«. Seit vielen Jahren bereist Lothar Hirneise die ganze Welt auf der Suche nach den erfolgreichsten Krebstherapien und klärt Menschen darüber auf, daß es mehr als Chemotherapie und Bestrahlung gibt. Sein 3E-Programm beruht auf der Auswertung der Krankengeschichten von Tausenden von Menschen, die Krebs in einem sehr späten Stadium überlebt haben.



Unter dem Begriff Krebs werden schon seit Jahrzehnten so unterschiedliche Krankheiten zusammengefaßt wie Leukämie, Gehirntumore, Hodenkrebs, Non Hodgkin Lymphome oder Pankreaskrebs. Begründet wird dies, weil bei allen diesen Erkrankungen entweder Symptome wie Tumore entstehen oder man unter dem Mikroskop entdifferenzierte Zellen findet. In keiner anderen Fakultät der Medizin würde man jedoch so unterschiedliche Erkrankungen mit demselben Wort bezeichnen. Oder wie würden Sie es finden, wenn man so ungleiche Erkrankungen wie Rheuma, Angina pectoris und Lupus alle z. B. Paini nennen würde, nur weil sie das gleiche Symptom Schmerz haben?

Die konventionelle Medizin behauptet einfach, daß sie wissen würde, was Krebs ist, nämlich eine Mutation des Zellkerns, gegen die man nichts machen kann - außer die Zelle zu töten. Und so kam es, daß sich in mehr als vier Jahrzehnten eine Onkologie entwickelt hat, deren Therapien wie Bestrahlung, Chemotherapie und Chirurgie nicht die Heilung des Körpers anstreben, sondern die Abtötung von Zellen. Wie heißt es so schön, wenn ein Hammer das einzige Werkzeug ist, dann sieht alles um einen herum eben wie ein Nagel aus.

Um die heutige Onkologie besser verstehen zu können, muß man wissen, daß in allen Universitäten immer noch die alte Mutationstheorie unterrichtet wird. Und dies obgleich so vieles gegen diese Theorie spricht. Zwei Argumente gegen die Annahme, daß Mutationen die Ursache von Krebs sind, möchte ich Ihnen einmal genauer erklären:

1. 1974 erschien ein Artikel der amerikanischen Forscher Karl Illmensee und Leroy C. Stevens, in welchem diese ihre Forschungsarbeit beschrieben, wie sie Teratokarzinom-Zellen in eine Blastozyste einer Maus implantierten und dann in den Uterus. Die Blastozyste entwickelte sich jedoch zu einer GESUNDEN Maus. Die Gene bewirkten also kein Tumorwachstum, obwohl durch die farbigen Flecken im Fell (durch den anderen Mäusestamm) nachgewiesen wurde, daß die eingepflanzte Zelle sich weiterentwickelte. Wenn mutierte Zellen für Krebs ursächlich verantwortlich wären, dann wäre das Ergebnis dieses Tests sicherlich keine: gesunde junge Maus.

2. Lange bevor es in einer Krebszelle zu einer Mutation kommt, kann man schon andere bekannte Charaktere einer Krebszelle feststellen, wie zum Beispiel die Erniedrigung der Zellmembranspannung oder enzymatische Störungen wie das Herausschießen der Cytochrom-c-Oxydase aus den Mitochondrien. Diese beiden Gründe, kombiniert mit vielen weiteren, führen zu einer Störung der Zellatmung und sind nachweisbar schon lange vorhanden, bevor überhaupt in der Zelle eine Mutation entsteht.

Daran kann man erkennen, daß Mutationen nicht die Ursache der Krebserkrankung sind, sondern während einer Krebserkrankung entstehen.

Wenn wir Krebs verstehen wollen, müssen wir uns auf die Suche nach den Ursachen machen, um dann besser überlegen zu können, wie man die notwendigen Herausforderungen am besten therapeutisch angehen kann. Die heutige Onkologie sollte endlich damit aufhören, entdifferenzierte Zellen als »böse« Zellen zu sehen, deren einzige Aufgabe es wäre, uns zu töten. Daß Tumore ein Eigenleben führen und sich grundlos gegen uns stellen, widerspricht komplett allem, was uns die Evolutionsgeschichte gelehrt hat. Es wäre sicherlich besser, Mediziner würden während ihres Studiums etwas über Charles Darwin und Alfred Russel Wallace erfahren, als den Lebenslauf von Ignaz Philipp Semmelweis auswendig lernen zu müssen.

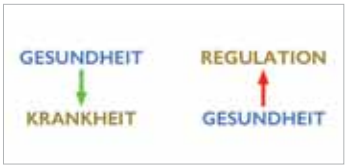
Kausanetik = Krebs aus der Sicht der Evolution

Über Jahrmillionen hat die Evolution das Wunderwerk Mensch kreiert. Alles, absolut alles, was auf einer physischen oder psychischen Ebene geschieht, ist nichts anderes als ein Regulationsmechanismus, der nur einem Zweck dient: dem Überleben. Zuerst einmal dem kurzfristigen, und erst dann dem langfristigen Überleben.

Das Verständnis zwischen kurzfristigem und langfristigem Überleben ist sehr wichtig, denn ohne dieses Verständnis kann man Symptome nicht verstehen. Der Mangel an diesem Verständnis ist es auch, warum die Medizin keine Fortschritte in einem größeren Ausmaß machen kann.

Genau deshalb kann ich auch so gut Forscher und Therapeuten verstehen, denn ich habe selbst viele Jahre die gleichen Fehler gemacht. Ich dachte nämlich auch: wenn ich Krebszellen verstehe, dann werde ich Krebs verstehen. Doch diese Krebszellen gehören zu einem Organ, dieses Organ zu einem Menschen, dieser Mensch zu einer Natur, diese Natur zu einem Planeten und dieser Planet zu einem Sonnensystem. Und eigentlich sollte man auch hier noch nicht stoppen, denn unser Sonnensystem befindet sich zwischen dem Perseusarm und dem Sagittariusarm und diese sind nur Seitenarme einer größeren Balkenspiralgalaxie.

Sie mögen dies jetzt vielleicht für übertrieben oder lächerlich halten, doch haben Sie sich jemals gefragt, was passiert, wenn die Sonne ihren Dienst einstellt? Spätestens mit der Beantwortung dieser Frage werden Sie verstehen, daß wir nicht so tun können, als ob uns kosmische Strahlen von der Sonne oder die Gesetze der Evolution nichts angehen würden. Lassen Sie mich das Ganze einmal vereinfacht darstellen:



Sicherlich kennen auch Sie den Satz: Gesundheit ist das höchste Gut. Auch ich bin mit diesem Satz aufgewachsen und deshalb machte ich fast 40 Jahre folgenden Denkfehler: Ich dachte, wenn Gesundheit das höchste Gut ist, dann ist Krankheit etwas Schlechtes oder doch zumindest schlechter als Gesundheit. Ausgehend von diesem Gedankengut habe ich alle Symptome und alle Krank-

Wieder ins Gleichgewicht kommen –
mit klassischer Homöopathie

In meiner Privatpraxis stehen Sie ganz im Mittelpunkt.
Ohne Zeitdruck gehe ich individuell auf Ihre Bedürfnisse ein.

- *Klassische Homöopathie*
- *Kinder (ADHS, Infektneigung...)*
- *ganzheitliche Frauenheilkunde*
- *naturheilkundliche Krisenbegleitung*
- *Wirbelsäulenregeneration*

Für Sie persönlich ausgewählte homöopathische Arzneien unterstützen die Selbstheilung von Körper, Seele und Geist.

Kompetent und liebevoll begleite ich Sie ein Stück Ihres Lebensweg hin zum Gesund- und Heilwerden.

Vereinbaren Sie einen Termin
Ich freue mich über Ihren Anruf
Tel. 07131-398011

Dr. med. Claudia Heyd
Privatpraxis für Homöopathie
Ärztin – Homöopathie – Naturheilverfahren
Wilhelmstr 16/1 · 74072 Heilbronn
Tel. (0 71 31) 39 80 11· Fax 39 80 12
Diplom Homöopathie
Termine nach Vereinbarung
www.heile-sanft.de

WEINGUT
HIRTH

UNSERE WEINFLASCHEN SIND NICHT GRÖSSER ALS ANDERE. TROTZDEM PASST MEHR GENUSS HINEIN.

ECOVIN Wir lassen weg, was sich auf Kosten des Genusses breit macht. Und geben unserem Wein so reichlich wie nur möglich mit, was den wahren Unterschied ausmacht: Zeit und nochmals Zeit. So schaffen wir Platz für mehr Natürlichkeit und mehr Aroma. Kommen Sie auf unser Gut bei Willsbach und erfahren Sie alles über unseren zu 100 % biologisch-organischen Weinbau. Kosten Sie unsere Weine, lassen Sie sich im Gutsausschank schwäbische Leckereien schmecken, genießen Sie die Idylle. Ganz so, wie unser Wein reifen darf: in aller Ruhe. Öffnungszeiten von Gutsausschank und Keller unter **WWW.WEINGUTHIRTH.DE** oder **TELEFON +49 (0) 71 34 5 36 94 54**

Gräßle
Bio Obsthof
Naturland
...und Bio-Hofladen
Wir bieten neben eigenen Bio-Äpfeln und frisch gepresstem Leinöl alles was das Bio-Genießer-Herz begehrt...frisch, saisonal, regional.
Brunnenstr. 18, 74078 HN-Biberach, Tel. 07066 – 5549
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.00-18.30 Uhr, Sa 8.00-13.00 Uhr

Wir bieten an:
- Möbel, Türen, Küchen
- Innenausbau
- Naturholzmöbel
- Gartendesign mit Holz
- Renovierungen + Restaurierung
- Individuelle Gestaltung und Ausführung ihrer Wünsche
- Naturfarben - Holz

NATURHOLZ SCHREINEREI BERGER
Niveau statt Norm
Ihr Partner & Meisterbetrieb für NATURHOLZ!
holz_art_berger@yahoo.de
Norbert Berger
Paul-Böhringer Str. 6
74229 Oedheim
✆ 07136/910660
offizieller Fachhändler von: Naturhaus
www.naturhaus.net

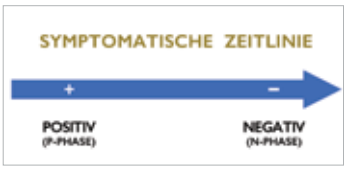
Hausbesuchspraxis, Susanne Weiss

- Irisdiagnose
- Homöopathie
- Fußreflexzonentherapie
- Dorn-Breuß Therapie
- Fastenanleitung
- Autogenes Training

Ich freue mich auf einen Hausbesuch bei Ihnen!
Susanne Weiss, Heilpraktikerin
Bernhaldenweg 48, 71579 Spiegelberg-Jux
Tel: 07194/9536375, kontakt@weiss-heilbehandlung.de
www.weiss-heilbehandlung.de

heiten in die Schublade »Negativ« gesteckt, nur weil Symptome als negativ empfunden werden. Doch wie so oft im Leben, erweist sich das, was auf den ersten Blick negativ aussieht, später als ein Segen. Denken Sie nur einmal an Fieber oder daran, was passieren würde, wenn sie keinen Schmerz empfinden würden, wenn Sie eine heiße Herdplatte berühren.

In Wahrheit sind alle Symptome nichts anderes als Regulationsmechanismen des Körpers, und somit ist eine Krankheit eine höhere Form von Gesundheit. Ich bin mir durchaus bewußt, daß - wenn man diesen Satz zum ersten Mal liest - sich das Ganze etwas schizophren anhört. Doch machen Sie selbst einmal folgenden Versuch, und Sie werden besser verstehen, von was ich hier rede: Nehmen Sie irgendein Symptom/Krankheit und stellen Sie sich folgende Frage: Ist dieses Symptom jetzt gut für mich oder schlecht? Bei »einfachen« Symptomen werden Sie jetzt vielleicht sagen: OK, bei Fieber, Durchfall, Hautstörungen… usw. kann ich es ja gut verstehen, aber was soll gut sein an einem Herzinfarkt, Krebs, Diabetes usw. Um diese Symptome verstehen zu können, müssen Sie den Begriff der »symptomatischen Zeitlinie« verstehen.



Die so genannte moderne Medizin kann chronische Krankheiten deshalb nicht verstehen, weil sie alle Symptome am Ende der symptomatischen Zeitlinie betrachtet und deshalb sind für Ärzte alle Erkrankungen negativ. Sie haben natürlich in diesem Denkmuster absolut Recht, denn wenn man Symptome am Ende der Zeitlinie betrachtet, sind sie grundsätzlich schlecht. So positiv Fieber am Anfang einer Erkrankung ist, so negativ ist Fieber nach mehreren Tagen. So positiv Durchfall am Anfang sein kann, so negativ ist er nach wenigen Tagen, wenn man dehydriert im Bett liegt. So positiv ein erhöhter Blutdruck die Kapillargefäße und die Organe besser mit Blut versorgt, so negativ ist dieser spätestens, wenn man einen Schlaganfall bekommt.

Und Krebs?

So positiv ein Tumor am Anfang ist, wenn er durch die Gärung mehr Zucker verbrennt, Giftstoffe verstoffwechselt, Pilze und Parasiten abkapselt oder einem Patienten zeigt, daß es absolut Zeit ist für dringend notwendige Lebensänderungen, so negativ ist er spätestens dann, wenn er in andere Organstrukturen wächst und dafür sorgt, daß Menschen kachektisch sterben müssen.

Sie sehen, es ist nur eine Frage des Zeitpunktes, ob eine Krankheit negativ oder positiv zu betrachten ist. Doch wann ist ein Symptom, eine Erkrankung negativ und wann positiv? Um dies besser verstehen zu können, sollten Sie noch einen Begriff lernen, nämlich:

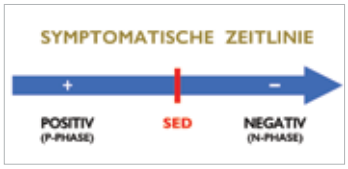
Symptomeigendynamik (SED)

Jedes Symptom wechselt irgendwann von einem positiven Symptom zu einem negativen Symptom – unter dem Gesichtspunkt des Überlebens. Das bedeutet, das gleiche Symptom, das dafür gesorgt hat, daß Sie länger am Leben bleiben, sorgt jetzt für Ihren Tod, wenn, ja wenn keine notwendigen Ände-

rungen eintreten. Das Überschreiten dieser imaginären Linie bedeutet für einen Patienten nicht grundsätzlich den Tod. Es zeigt jedoch, daß jetzt dringender Handlungsbedarf vorhanden ist.

Ein Beispiel

Fieber kann Bakterien zerstören und die Zellkommunikation erhöhen. Doch irgendwann erreicht das Fieber eine Eigendynamik, und der Körper stellt der Produktion von Fieber mehr Energie zur Verfügung, als er zum Überleben benötigt. Dasselbige gilt bei einem Tumor. Irgendwann im Krebsprozeß nimmt der Gärungsstoffwechsel so überhand, daß das daraus entstehende Energiedefizit eine tödliche Kachexie (Auszehrung) einleitet.



Sie werden sich jetzt vielleicht fragen, warum macht ein so intelligentes System wie unser Körper solche fatale Fehler? Warum stoppt er das Fieber bzw. das Tumorwachstum nicht? Zuerst einmal würde er ganz einfach früher sterben. Wie schon beschrieben, dienen alle Symptome, oder besser ausgedrückt, alle Regulationsmechanismen, dem Hauptgesetz der Evolution: **dem Überleben der Spezies.** Würde ein Körper z. B. keinen Tumor produzieren, würden die daraus resultierenden Symptome wie Diabetes, Intoxikation oder Pilzbefall einen Menschen viel früher sterben lassen.

Doch es gibt noch einen weiteren Grund. Schon Charles Darwin beschrieb, daß vererbte körperliche Merkmale überlebensfähig sein müssen, bevor sie an die nächste Generation weitergegeben werden. Vielleicht kennen Sie dieses Gesetz auch unter dem Satz: »Nur der Stärkere überlebt.« Diese natürliche Selektion ist ohne Zweifel extrem brutal, doch über einen Punkt sind sich alle Evolutionsforscher einig: ohne sie würde es keinen Homo Sapiens geben. Unter diesem Gesichtspunkt macht es Sinn, daß Regulationsmechanismen nicht nur dem Überleben dienen. Dies zu akzeptieren, fällt auch mir schwer, vor allem, wenn man Einzelschicksale betrachtet. Doch wir können, auch wenn wir dies nicht wollen, nicht so tun, als ob wir Natur- und Evolutionsgesetze außer Kraft setzen könnten. Stattdessen wäre es besser, diese Gesetze zu akzeptieren und mehr Energie darin zu investieren, diese richtiger zu verstehen.

Aus dem Blickwinkel der Kausanetik sollte man sich also ZUERST einmal über jedes Symptom freuen, so unangenehm es auch ist. So lange ein Symptom keine Eigendynamik entwickelt hat, sollte man Symptome nicht bekämpfen, sondern verstärken. Also anstatt das Fieber zu senken, sollte man den Körper warm einpacken. Anstatt den Tumor sofort zu zerstören, sollte man den Körper entgiften und/oder den Streß senken. Wahre Medizin beginnt also immer bei der Überlegung: WARUM reguliert ein Körper gerade an dieser Stelle zu diesem Zeitpunkt auf diese Weise? Und gibt es schon eine Symptomeigendynamik, oder sollte man das Symptom ausschließlich verstärken?

Und jetzt?

Es wird keine Fortschritte in der Behandlung von chronischen Krankhei-

Steinhausen
BAUBIOLOGIE IBN_NATURBAUSTOFFE
Peter Steinhausen
Rodbachhof, 74397 Pfaffenhofen
Telefon 07046 881275
www.steinhausen-naturbau.de

Wandheizungen, Kalk- + Lehmbaustoffe, Naturdämmstoffe, Massivholzböden, Bodenbeläge, Farben. Beratung von Bauherren, Handwerkern und Architekten, Selbstbau-Betreuung. Spezialist für Fachwerk-, Feuchte- und Schimmelsanierung.

Bauen Sie auf Ihren gesunden Verstand.

Bauen, renovieren und dämmen Sie nach biologischen Standards. Für ein natürliches, unbelastetes Wohnumfeld. Das verändert Ihr Leben – und schont die Umwelt.

Energieanhänger - Frequenzprodukte
Informiert mit optimierenden
TimeWaver
Frequenzen
Glasanhänger
Bergkristall: Anhänger
Armbänder, Ketten...
Frequenz CD`s
Analysen.....

SHOP unter www.quantenharmonie.de
info@quantenharmonie.de
Vorträge ◦ Workshops ◦ Seminare
D 74336 Brackenheim-Hausen
Tel. 07135 – 939 86 84
Quanten-Harmonie

Anregung der Selbstheilungskräfte
Chakra Reinigung und Harmonisierung
Wirbelsäulenaufrichtung
mediales Heilen
Energieheilarbeit
Sieglinde Said
Heilerin nach den Richtlinien des DGH
Bahnhofstr.41
71691 Freiberg am Neckar
Tel 07141 74744
www. sieglinde-said.de

Euro, Staatsverschuldung, Zinsen, Rente, ...
Dazu gibt es bei uns große Verunsicherung.

Möchten Sie Ihr Geld absichern? Es wird ermöglicht durch zertifiziertes Gold, in einem einzigartigen Konzept. Wir bieten gerne unverbindliche Beratung, wenn Sie nach Alternativen suchen. Diese existieren! Mit altbewährter Strategie – garantiert nicht spekulativ, aber steueroptimiert.
ALTERNATIVE VORSORGE
PREISUMERLÖSE - AUF NUMMER SICHER!
Ulrich Lang, 74348 Lauffen, LFB 34, Tel.: 07133 1494390
www.alternative-vorsorge.de

Regionale Geflügelspezialitäten

demeter Lebensmittel mit Charakter

BIO

Geflügel vom Brunnenhof GbR

DE-ÖKO-022 Deutsche Landwirtschaft

Demonstrationsbetriebe Ökologischer Landbau

Brunnenhof Mäusdorf
Hohe Straße 25 – 74653 Künzelsau

Tel. (07940) 2270 – Fax (07940) 4911 – info@gefluegelvombrunnenhof.de

www.gefluegelvombrunnenhof.de

Nehmen Sie Ihre Gesundheit von Anfang an selbst in die Hand!

Naturheilpraxis Eyke

- KELK-Therapie
- NAET® Allergietherapie
- Wirbelsäulentherapie
- Vorträge / Seminare
- Präventivkurse

Nicole Eyke
Heilpraktikerin
psychologische Beraterin

Seestraße 6
74348 Lauffen
Tel. 0 71 33 - 92 92 760
kontakt@naturheilpraxis-eyke.de
www.naturheilpraxis-eyke.de

Peter Hess-Klangmassage
Stress vorbeugen & Lebensfreude gewinnen

phi peter hess institut

Ausbildungsseminar: Klangmassage I –
Die eigene Mitte stärken

- Abbau von Stress
- schnelle Tiefenentspannung
- Unterstützung von Genesungsprozessen

Termin Klangmassage I: 28.02.–01.03.2015 mit Beate Pihale in Ludwigsburg
Kursgebühr: 220 € · Anmeldung + Info unter Tel.: 04252-9389114
E-Mail: info@peter-hess-institut.de · www.peter-hess-institut.de
1 Tages-Schnupperkurse · Info unter: Klang@B-Pihale.de

iO PARTNER
iO-Partner Christian Jeschke

Achtsamkeit, Lebens-Balance, Stress-Management & Burnout-Prävention, Psychische Gefährdungs-beurteilung sowie Betriebliches Gesundheits-Management für Selbständige und kleine Unternehmen

iO-PARTNER | Christian Jeschke
Albert-Fernand-Strasse 11
74626 Bretzfeld

Telefon: 07946 / 4869766
Email: kontakt@io-partner.de
Web: www.iO-PARTNER.de

ten geben, so lange kausanetische Aspekte nicht berücksichtigt werden. Auch in der Alternativmedizin wird leider immer noch diskutiert, warum das Immunsystem die »bösen« Krebszellen nicht erkennt bzw. zerstört. Da Krebszellen jedoch niemals »böse« sind, sondern Teil eines genialen Regulationssystems, werden Krebszellen natürlich vom Körper - der Natur sei Dank - nicht zerstört. Das Gegenteil ist sogar der Fall. Tumore werden wegen der Wichtigkeit des Überlebens vom Körper vorrangig behandelt, z. B. durch Angiogenese (Neubildung von Blut- und Lymphgefäßen). An diesem Beispiel kann man auch die Sackgasse der konventionellen Medizin sehr gut verstehen, denn immer mehr Firmen versuchen z. B. Anti-Angiogenese Medikamente zu entwickeln. Anstatt sich weiterzubilden und Krebsprozesse zu verstehen, wird versucht, neue Medikamente zu entwickeln, die erst dann eingreifen, wenn eine Symptomeigendynamik stattgefunden hat.

Gerade die konventionellen Ärzte sollten sich auf die P-Phase einer Erkrankung konzentrieren, denn sie sind es ja, die hauptsächlich Patienten in dieser Phase zu sehen bekommen. Unkonventionell tätige Therapeuten haben leider viel zu oft mit Patienten in der N-Phase zu tun, welches die Therapie aus verständlichen Gründen deutlich erschwert. Allein deshalb ist es so schade, in welcher Sackgasse unser komplettes medizinisches System steckt, und so lange hier kein Umdenken stattfindet, auch in der »alternativen Szene«, kann es keine signifikanten Fortschritte geben.

Einfach nur tun

Über den Sinn von Symptomen gibt es so viele Bücher, daß man ganze Bibliotheken mit ihnen füllen könnte. Dies erleichtert das Verständnis jedoch überhaupt nicht, denn leider gibt es auch hier sehr unterschiedliche Ansichten. Deshalb sind Patienten gezwungen, mehr zu tun, als in den meisten Fällen notwendig wäre, wenn wir mehr über die Symbolik von Krankheiten wüssten. Eine Heilung kann logischerweise nur dann entstehen, wenn die Ursachen für die Regulation beseitigt sind. Umgesetzt in den Alltag bedeutet dies für jeden Kranken, daß er gezwungen ist, den Fokus seiner Therapie am Anfang grundsätzlich auf der körperlichen UND auf der geistigen Ebene zu platzieren.

Empirisch bestätigt werden diese theoretischen Überlegungen durch die vielen finalen Krebspatienten, die überlebt haben. In meinen Forschungen kam klar heraus, daß auf der körperlichen Seite »Ernährungs- und Entgiftungstherapien« und auf der geistigen Seite »die Beantwortung der Warum-Frage« eine tragende Rolle gespielt hat. Die therapeutische Konsequenz muß deshalb sein, daß man Patienten grundsätzlich zu Beginn der Therapie ganzheitlich therapieren muß. Und dies werden wir noch so lange tun müssen, bis wir ein System entwickelt haben, mit welchem wir bei jedem Patienten SICHER die »Warum-Frage« beantworten können.

Autor
Lothar Hirneise

Weitere Informationen
www.hirneise.de
www.krebs21.de
www.3e-zentrum.de

Genuß ist Sache – die Zachersmühle!

Mitten im Schurwald zwischen Schorndorf und Göppingen, genau gesagt bei Adelberg, an einem Bach gelegen, findest du ein romantisches Kleinod ganz besonderer Art mit Mühlradgeklapper. Die Zachersmühle - nicht nur eine Landgaststätte im unkonventionellen Stil. Seit 30 Jahren bietet sie ihren Besuchern Erlebnisse, das ganze Jahr über. Dabei findest du das, was du gerade suchst: Den gemütlichen Ausklang einer stressigen Woche. Die LoÇatıon für dein besonderes Fest, oder eine Party. Ein Date Point bei exklusivem Candlelight-Dinner meist mit LiveMusik begleitet. Falls du einfach mal was für deine Seele und die Sinne brauchst, um mit dir selber wieder mehr in Berührung zu kommen, findest du in der Umgebung Ruhe und Kontemplation.

Dafür sehr gut geeignet ist das Eseltrekking, das hier seit gut 8 Jahren angeboten wird. Mit den 11 Eseln wird so ein Wandertag zu einem bleibenden Erlebnis. Esel strahlen Ruhe und Gelassenheit aus und bieten somit einen wunderbaren Ausgleich zum manchmal sehr hektischen Alltag.

Aber zurück zur Gaststätte, dem Herz des wildromantischen Örtchens: Jede Altersklasse ist hier Gast. Du triffst Schwaben und »Reingeschmeckte«. Spezialitätenliebhaber und Vegetarier. Freunde des Swing, des Tango und des Salsa. Im Sommer spielt sich alles draußen ab, im Biergarten mit Kinderspielplatz und Kindertheater. Abends kommt man zum OpenAir Kino oder zum Lichterfest, das eine ganz zachersmühleneigene Ausprägung hat. Manchmal spielt ein Camping Orchester. Im Spätling ist die »Herbst-Mühlen-Disco« angesagt. Da steppt der Schurwaldbär!

Wenn es draußen kühler wird, fühlst du dich in den heimelig urigen Räumen pudelwohl. Am Holzofen, bei einem Glas Wein, oder selbstgepreßtem Most oder Apfelsaft. Zur Mühle gehören nämlich Streuobstwiesen und eine Brennerei, in der der hauseigene Obstler und der »Eselschnaps« gebrannt werden. Das Mähen der Wiese besorgen die pommerschen Schafe – eine vom Aussterben bedrohte Rasse. Außerdem liefern diese auch das Fleisch, vor allem für die leckeren Lamm-Rindswürste. Das Rindfleisch ist aus Bio-Haltung und das Schaffleisch ist frei von jeglichen Schadstoffen. »Bio« und Regionalität wird eh groß geschrieben. Viele Weine, Tees, Gewürze, sowie Nudeln und Kartoffeln stammen aus biologischen Betrieben. Wenn du Autofahrer bist, gibt‘s natürlich auch was Exklusives: Holundersirup-Schorle, oder probier mal eine Karaffe vom kristallklaren, wohlschmeckenden Wasser aus der hauseigenen Quelle. Apropos Most: Most wanted ist der Camembert im Bierteig, wovon grob geschätzt 5.795 Stück im Jahr verspeist werden, dazu über den Daumen gepeilt, schätzungsweise 3 Millionen Preiselbeeren.

Willst du mal das Gruseln lernen, solltest du dir ein Krimi-Dinner nicht entgehen lassen. Vorweihnachtliche Stimmung gibt’s ebenfalls. Ein romantischer, Kunsthandwerker- Weihnachtsmarkt mitten im Schurwald! Also: Warum in die Ferne schweifen? Aber pssst … Isch’n Geheimtip!

Unsere NATURSCHECK-Freunde Geli, Uli und Hebe, auch das ganze Zachersmühlen-Team sind gerne und leidenschaftlich Gastgeber. Sie sind ja auch schon seit fast 30 Jahren dabei und haben immer wieder neue Ideen. Man fühlt sich »sau«wohl in ihrer Mühle.

Autor
Wolfgang Schlagenhauf

Weitere Informationen
www.zachersmuehle.de

Alchemie – ganzheitliche Wissenschaft für die Neue Zeit?

Alchemie ist wohl ein Begriff, der mehr Fehldeutungen und Mißverständnisse hervorruft als jeder andere, denn das Wissen um die Alchemie ist allgemein verlorengegangen. Zudem hatte sie schon in früheren Zeiten einen derart schlechten Ruf, daß selbst Paracelsus [1] einen neuen Namen für sie vorschlug. Warum eigentlich?

In vielen anderen Artikeln oder Vorträgen habe ich die Alchemie oft eine »nichtlineare«, »holistische« Wissenschaft genannt, was sicherlich eine gute Anknüpfung für ein heutiges Verständnis darstellt. Diese modernen Begriffe zeigen aber auch, daß die Alchemie so vielschichtig ist, daß sie sich einer kurzen Definition entzieht. Ich möchte daher hier nur eine Annäherung wagen, während ein weiteres Beschäftigen mit ihr und damit die Klärung, was sie wirklich ist, letztlich ein Prozeß ist, der dem Leser auch nach dem Lesen dieses Artikels vorbehalten bleibt. Zunächst finden wir in den heutigen akademischen Wissenschaften den Hinweis, die Alchemie sei ein mittelalterlicher Vorläufer der modernen Wissenschaften, und in alternativen Medien wird sie mehr als Esoterik oder Magie dargestellt. Entgegengesetzter können die Ansichten wohl nicht sein, und in beiden Fällen sind sie manipulativ und nicht echt.

Die Wissenschaftskunst

Kunckel, ein bekannter Alchemist des 18 Jahrhunderts, zur Alchemie: »*Sie ist ohnstreitig eine der vornehmsten und nöthigsten Künste in der Welt und nicht unbillig eine Mutter und Ernährerin aller anderen Künste zu nennen (...)*

So ist wohl einem vernünftigen Menschen, nebst der Gottesgelehrtheit und Sorge vor seiner Seele, nichts nötiger und nützlicher, als die Erkaenntnis der Natur, welche durch die Alchymie einzig und allein erlernet wird. Daher ist auch kommen, dass diese Kunst alsbald nach Erschaffung der Welt ihren Anfang genommen.« (Kunckel, 1716)

Der Begriff Kunst ist hier als höhere Wissenschaft zu sehen. Der Begriff Kunst wurde oft synonym für Alchemie gesetzt und meint nicht den modernen Kunstbegriff, wie wir ihn heute kennen.

Der Alchemist Maack zum Kräftebegriff der Chemie und Alchemie: »*Die höhere Alchemie besteht nicht nach Art der gewöhnlichen Chemie in einer Trennung und Zusammensetzung von Substanzen, in welchen kein Leben in Tätigkeit ist, sondern sie handelt mit lebendigen Kräften. Der Chemiker, welcher zweierlei Formen der Materie zu einer neuen Form verbindet oder eine zusammengesetzte Substanz in ihre Bestandteile trennt, betreibt Chemie; der Gärtner, welcher die Bedingungen herstellt, unter denen sich eine Pflanze in seinem Treibhause schneller entwickelt, als es in der Natur ohne solche Hilfe möglich wäre, ist ein Alchemist.*

Die Chemie befaßt sich mit den Lebenserscheinungen, die Alchemie mit der Lebenskraft selbst. Die Chemie behandelt die Körper, welche der Ausdruck des Lebens in der Natur sind; die Alchemie benützt diese Lebenskraft, um solche Formen und Bilder

durch die Natur hervorbringen zu lassen.

Die Chemie bewegt sich auf der physischen Ebene, die höhere Alchemie auf der nächsthöheren Stufe des Lebens; die höchste Alchemie bezieht sich auf die geistige Veredelung des Menschen und bedarf dazu einer geistigen Kraft. Wer die geistige Kraft nicht kennt, der kann dieselbe auch nicht ausüben, und wer das allen Lebenserscheinungen zugrunde liegende Lebensprinzip nicht kennt, der wird auch nicht begreifen, was unter der Lebenschemie oder Alchemie zu verstehen ist.«

Ein lebendiges Wort für lebendige Seelen

Die Alchemie unterscheidet sich daher auch von ihrer ganz praktischen Seite, z.B. als Laboralchemie, völlig von den heutigen Schulwissenschaften, denn sie kennt und verwendet die grundlegenden Kräfte der Natur. Einige sind hier, aus heutiger Sicht, vor allem als feinstofflich zu bezeichnen, aber im Wesentlichen sind es die Kräfte des LEBENDIGEN, bis hin zu den alles lebendig machenden Kräften im höheren Sinne der Spiritualität.

Die Alchemie versteht sich damit als eine nicht lineare kosmische "Sprache", spirituell, als sog. innere Alchemie, versteht sie sich als ein lebendiges Wort für lebendige Seelen. Die Unterscheidung hier zwischen innerer und äußerer Alchemie ist dabei rein willkürlich und einer heutigen Anknüpfung geschuldet. In ihrem Selbstverständnis ist alles miteinander verknüpft und eine innere Alchemie ohne eine äußere und umgekehrt, nicht möglich.

Alexander von Bernus, bekannter Alchemist (1880-1965) schreibt hierzu: »*Der Alchemist kann nur durch eigene geistige Lebenserfahrung klug werden. Dieser geistig-sinnliche Forschungsansatz ist uns heute völlig fremd, denn er folgt nicht der heute gelehrten Logik chemisch-physikalischer Formeln.*"

Dies drückt das Selbstverständnis der Alchemie aus und zeigt uns, daß Alchemie eben viel mehr ist, als viele Historiker heutzutage meinen.

Ganzheitliche Wissenschaft

Erfahrung, also der Praktizierende selber, und eine andere Seite der Naturbetrachtung liegen der Alchemie zugrunde. Diese entstehen durch die Erforschung des durch ein höheres Prinzip (Hermetik) bewirkte, allumfassende Universums. Dieses Universum ist als ein Kosmos, das heißt eine geordnete Gesamtheit mit drei ineinandergreifenden Sphären: Geist – Seele (Feinstoff) – Körper (Grobstoff), zu sehen.

Der Geist bildet, nach hermetischem Verständnis, über die Seele den Ätherleib, während die Seele und der Körper die materielle bzw. stoffliche Natur bilden. Der alchemistische Materie- und Stoffbegriff umfaßt damit nicht nur das Körperliche, sondern auch das Seelische!

So bedingt also der Geist (Ursache) die stoffliche Natur (Wirkung). Daher nähert sich die Alchemie der stofflichen Natur (Seele, Körper) über den Geist an.

Grundlage der Alchemie ist also die »Lebendigkeit«, Rhythmus und Wandlung, kurz das, was man in der Alchemie als »Natur« versteht. Wichtig ist auch zu verste-

HELDENPRAXIS
Zentrum für Heilung & Lebensfreude

Seelentherapie - Geistheilung - Bewusstseinsschulung
Felix & Magdalena Held, Walterichsweg 18, 71540 Murrhardt
Tel.: 07192-6388 Mail: info@heldenpraxis.de, www.heldenpraxis.de

Insel der inneren Begegnung

Selbstzweifel beheben
Selbstliebe lernen
Gelassenheit erfahren
Christel Hoppe
Heilpraktikerin
für Psychotherapie
Telefon 07138/8129925
74193 Schwaigern • Mörikestraße 14
www.insel-der-inneren-begegnung.de

AUM KURZENTRUM
Traditionelle Ayurvedakuren

Seit 1994 in Deutschland.
Ruhige Atmosphäre, qualifiziertes, erfahrenes Team; idyllische Lage.
Auch Kurzaufenthalte möglich.
Fordern Sie unsere Prospekte an!
www.ayurvedakuren.com
Römerstraße 1-3 • 74629 Pfedelbach-Gleichen
Tel. 07949-590 • www.ayurvedakuren.com

hen, daß der Alchemist immer »naturrichtig« handeln sollte, also aus dem Verständnis des Naturbegriffs heraus, was Paracelsus auch unter dem »im Lichte der Natur sehen« verstand.

Hierzu Christoph Glaser »Neu eröffnete chymische Artzney- und Werckschul (1677)«: »*Die Grund-Erlernung dieser Kunst, und die Hervorbringung ihrer Werke, wird wie alle anderen Künste aus der Natur abgesehen und wurde von den Meistern dieser Kunst so erlernt, denn das ganze Werk und die Arbeit der Natur ist eins. (…)*

Dieses ist nun der Lauf der Natur, oder: so ist das Rad der Natur gestaltet.

Die Betrachtung, Nachforschung und Erkenntnis der Herumtreibung dieses Rades ist allein der mächtige und gültige Schlüssel, welcher die Pforten der geheimen Künste aufschließen und den Eingang in selbige zuwege bringen kann.«

Die Sprache der Natur verstehen lernen

In der Alchemie bedeutet Natur nicht einfach das Spazieren durch den Wald oder ein Blumenbeet: Die Natur ist kein Ding und auch keine Gewalt, sondern die magna mater, die große Mutter, das Mysterium des Lebens …

Und die wesentliche Aufgabe des Alchemisten damit: »*Das Sprechen der ganzen Natur müssen wir wieder verstehen lernen. Wir müssen durchdringen lernen das abstrakte Anschauen der Natur zu einem konkreten Anschauen der Natur.*«*(R. Steiner GA 190 Vortrag 29.03.1919)* Im Wesentlichen kann ein Alchemist im Labor die Naturreiche zu einer Neugeburt führen, woraus dann die überaus hohen Heilmittel der Alchemie entstehen. Aber er wandelt sich bei seiner alchemistischen Arbeit auch selber naturgemäß - bis hin zum Verlassen dieses Rades von Geburt und Tod.

Die Alchemie ist in der Lage, dem Menschen verschiedene Realitätsebenen zugänglich zu machen, da in der Alchemie der Mensch nicht abgesondert, sondern mit allem verbunden betrachtet wird, ja der Mensch IST in der Alchemie auch gleichzeitig Kosmos, ein Kosmos im Kleinen (Mikrokosmos).

Hermetik, Gnosis, Transmutation

Eine abgegrenzte "Objektivität", so wie es die Schulwissenschaften fordern, ist für die Alchemie unmöglich, und sie setzt diese Sichtweise mit der Maya, der großen Täuschung, gleich. Die Alchemie zeigt uns damit den Menschen und den Kosmos als ein vieldimensionales nichtlineares Hologramm.

Sie hat praktische und umfassende Kenntnisse über die ganzheitliche Natur und Heilkraft von Mineralien, Pflanzen, Metallen, ihrer Bearbeitung und Anwendung hervorgebracht. Hermetik (Geheimlehre) und Gnosis (Erkenntnis) waren ursprünglich in ihr vereint, was sich auch darin zeigt, daß sie auf hermetischen Grundprinzipien fußt, ohne unmittelbare Kenntnis (Gnosis [2]) aber nicht betreibbar ist und zur mechanistischen Chemie wird.

Als Universalwissenschaft ist das Wissen um die Natur der Materie und ihrer Wandlung in ihr beheimatet. Sie erklärt die Entstehung von allem was ist, und wie sich alles wandelt und wandeln läßt.

Ein Alchemist wandelt

sich durch seine Lebenshaltung, durch seine Tat im Einklang mit Geist und Seele selber. Er vervollkommnet sich also durch sein *Ora et Labora.* Arbeitet er ohne sein Egostreben, indem er sich in seinem Leben durch seine Seele, durch die göttliche Liebe führen läßt, vollführt sich die Transmutation in ihm. Er arbeitet alchemistisch für Welt und Menschheit und wird so zu einem lebenden Lapis Philosophorum [3].

Nach Paracelsus ist dies durchaus als ein geistiger Werdeprozeß zu verstehen, der aus dem natürlichen, sterblichen Menschen einen unsterblichen Geist-Seelen-Menschen erstehen läßt. Dies führt zu einer Bewußtseinsveränderung in einen Bereich, der nicht aus diesem Lebensfeld (inkl. der feinstofflichen Ebenen) zu erklären ist, sondern der Ewigkeit zuzuordnen ist. Die alten Taoisten hätten es Tao oder vielleicht Wu-Chi genannt.

Ein wahrer Alchemist ist nach Paracelsus daher ein Mensch, der fähig ist, richtunggebende Gesetzmäßigkeiten der Naturordnung wahrzunehmen, ihre geistige als auch natürliche Evolution/Involution und Gestaltungsmuster zu erkennen. So muß er, nach Paracelsus, lernen »im Lichte der Natur zu lesen«.

Diesen Prozeß kann man symbolisch durch 7 Prozesse andeuten, die ich an anderer Stelle schon ausführlich erläutert habe. Wesentlich ist aber hierbei zu verstehen, daß das Egostreben zugunsten der Seele [4] in den Hintergrund des Lebens des Alchemisten tritt (Kalzination, die Weißung als Prozeß), damit alle Folgeprozesse überhaupt gelingen können. Eine innere Forderung, die heutzutage wichtiger dennje ist!

Alchemie – die »natürliche« Wissenschaft der Neuen Zeit

Die Alchemie, wenn man diese Grundlagen versteht, kann gerade für den modernen Menschen viel bringen, gerade eben in Hinsicht der zur Zeit herrschenden desolaten Zustände. Das "im Lichte der Natur schauen", bzw. naturrichtige Handeln, führt dazu, daß man in kürzester Zeit die Meere oder die Atmosphäre regenerieren kann, oder eben Umweltschäden wie in Fukushima usw. Man muß nur wollen!

Die Ansätze fähiger moderner Wissenschaftler wie eines Burkhard Heim oder Giuliana Conforto (Das organische Universum, der Erdkern ist ein Kristall oder die Plasmaerde als »gelobtes Land«) nähern sich an die alten Kenntnisse der Alchemisten wieder an, und ein neues Aufblühen der Alchemie würde solchen Wissenschaftlern sicherlich den geeigneten Boden bieten, in denen ihre Arbeit wahrlich »wachsen« kann!

Die Alchemie ist schließlich die Wissenschaft der kommenden Aquariuszeit, denn kein Mensch kann in Zukunft mit einer solchen »schwarzmagisch« arbeitenden Schulwissenschaft, wie wir sie heute haben, weiterleben. Die sogenannten modernen Schulwissenschaften sind so marode, weil sie eben jedes Lebendige oder Lebendigmachende aus ihren Reihen verbannt haben, daß aus ihrem Kompost nun die neue Alchemie erwachsen kann. Wir alle müssen dies nur wollen und in Eigenverantwortung und Selbstautorität innerlich annehmen!

Die Alchemie gibt uns heutzutage die Gelegenheit uns weiterzuentwickeln, und vor allem unsere Ursprünge zu erkennen!

Autor

Peter Mehmet Çatı, Alchemist

Glossar

1 Paracelsus berühmter Arzt und Alchemist 1493 bis 1541

2 Gnosis aus dem altgr. (gnósis): Kenntnis, Erkenntnis. Als Bewußtseinszustand: Alles erkennend. Aber auch, im Sinne der historischen Gnostiker, Katharer, Albigenser etc: Der Atem Gottes, der Logos, der Quell aller Dinge, alles umfassende Liebe.

3 Stein der Weisen

4 aber eine »neue« göttliche Seele (durch Alchemie)

Veranstaltungen mit Peter Mehmet Çatı.

2015 organisiert NATURSCHECK mehrere Veranstaltungen mit Peter Mehmet Çatı.

So findet am 21./22.3.2015 und am 20./21.6.29015 jeweils ein Einführungsseminar in **DIE KUNST DER ALCHEMIE** statt.

Das Seminar richtet sich an alle Interessierten – Grundkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Teilnehmer erlernt die uralten, sehr wertvollen Bereitungsmethoden der Pflanzenalchemie, indem er natürliche Heilmittel nach spagyrisch alchemischen Methoden selbst herstellt. Die vermittelten Grundlagenkenntnisse ermöglichen es jedem Teilnehmer, in der Alchemie selbständig weiterzuarbeiten.

Seminar

Seminargebühr: 265.- Euro

Seminarort: Wüstenrot

Infos und Anmeldungen

Informationen und Anmeldungen:

07945-943969

mh@naturscheck.de

Gemeinwohlökonomie – Die Vision von einem gerechteren und menschlicheren Wirtschaftssystem

2013 stellten wir unseren Lesern den österreichischen Autor und Gesellschaftsvisionär Christian Felber vor. Mit seinem Buch »Gemeinwohlökonomie« und mit zahllosen Vorträgen hat er Millionen Menschen dazu inspiriert, sich über ein neues Wirtschaftsmodell Gedanken zu machen. Im Mittelpunkt soll dabei nicht mehr das natur- und seelenzerstörende Profitdenken stehen, sondern der Mensch selbst und – wie der Name schon sagt – das Gemeinwohl. In vielen Ländern der Erde werden nun von Unternehmen und Gemeinden sogenannte »Gemeinwohlbilanzen« erstellt. Uwe Treiber aus Wiesloch war einer der ersten hierzulande, der seine Sonnendruck GmbH im Sinne des Gemeinwohls durchleuchtet hat.

Herr Treiber, ehe wir mit dem Interview beginnen, möchte ich noch einmal einen Blick hinaus in die Welt wagen und sehe dort: geplantes Freihandelsabkommen, Geiz ist geil, immer mehr Gewalt, gnadenlosen Konkurrenzdruck, unmenschliches Verhalten überall. In großen Unternehmen ist der Mensch nur noch eine Nummer. Als wir Christian Felber im letzten Jahr dazu befragten, sagte er: »Gier, Egoismus und Machtstreben sind heute nicht deshalb so weit verbreitet, weil sie unser genetisches Programm wären, sondern weil sie von den Märkten belohnt werden und zum unternehmerischen Erfolg führen. In der Gemeinwohl-Ökonomie wird es intelligentere Spielregeln geben: Asoziales Verhalten führt zum Konkurs. Belohnt wird stattdessen soziales, empathisches, beziehungsförderndes und nachhaltiges Verhalten. Die Märkte fördern nicht länger menschliche Schwächen, sie treten in den Dienst der Tugenden.« All das sind hehre Vorsätze, doch kann man sie tatsächlich verwirklichen?

Uwe Treiber:
Es sind ja schon überall Ansätze zu sehen; immer mehr Firmen setzten auf den Spruch »Tu Gutes und rede darüber«. In vielen, auch großen Firmen, wird »menschliches Miteinander« propagiert und große Ziele in Sachen Umwelt-Nachhaltigkeit und sozialverträgliche Produktion verfolgt. Natürlich liegt da noch vieles an der Oberfläche und ist wohl mehr Wille als Taten vorhanden, aber ein Wandel ist spürbar. Mit der GWÖ sehe ich im Gegensatz zu diesen »Versuchen« schon eher die Chance, diese Ziele direkt in den Betrieben umsetzen zu können. Es wird wohl ein langer Weg sein, dann auch »Belohnungen« in Form von Steuererleichterungen, Bevorzugung bei Auftragsvergaben bei Kommunen oder Landesverwaltungen zu bekommen. Aber jemand muß doch damit anfangen, etwas nicht nur verändern zu wollen, sondern dies auch in seinem Betrieb oder im sonstigen Leben zu verwirklichen.

Sie haben 2012 ihr Unternehmen einer »Gemeinwohlbilanz« unterzogen. Wie kann man sich das vorstellen?

Uwe Treiber:
Nach Gründung meiner Firma 2010 trat ich in einem schwierigen Branchenumfeld an, erfolgreich die Druckerei zu leiten. Ich wollte meine persönliche Lebensphilosophie auch in meiner Firma umsetzen. Achtsamer Umgang mit meinen Mitarbeitern, meinen Lieferanten und eine Druckproduktion, die so ressourcenschonend wie nur irgend möglich im Arbeitsalltag eingesetzt wird. Ich kam mir mit dieser Einstellung recht einsam vor und fühlte mich wie ein Einzelkämpfer.

Im Juli 2012 hörte ich Christian Felber bei einem Vortrag in Frankfurt und war gleich völlig begeistert von den Ideen und Vorstellungen der GWÖ. So habe ich mich auf den Weg gemacht, Gleichgesinnte zu finden, diese Ideen zu verbreiten und auch in meinen Betrieb zu integrieren. Mit 12 anderen Mitstreitern/innen gründeten wir November 2012 die GWÖ Initiative Rhein-Neckar in Heidelberg. Gleichzeitig begann ich mit der Gemeinwohlbilanz für meine Firma Sonnendruck. Zuerst in einer Peer-Gruppe (mehrere Unternehmer erarbeiten - sich gemeinsam unterstützend - die Bilanz). Dies ging mir zu langsam, und so holte ich mir Hilfe bei Ulrike Häussler, eine GWÖ Beraterin, mit der ich zusammen meine Firma auf die bilanzrelevanten Fragen durchleuchtet und bearbeitet habe.

Diese Bilanz ist keine Finanzbilanz (soll diese auch nicht ersetzen), sondern fragt ab, wie ich mit Menschenwürde, Solidarität, ökologische Nachhaltigkeit, soziale Gerechtigkeit sowie demokratische Mitbestimmung und Transparenz in Bezug auf meine Mitarbeiter, Lieferanten, Geldgeber, Kunden(-innen) und Gesellschaft umgehe. Diese Punkte werden

durchgearbeitet, Fragen beantwortet, die Firma »durchleuchtet«.

Am Ende stehen Punkte, die ich mir selbsteingeschätzt vergeben hatte. Dies wurde natürlich durch externe Auditoren(-innen) von der GWÖ geprüft, und nach deren Ermessen die endgültige Punktezahl für die einzelnen Sparten vergeben. Die Gemeinwohlbewegung geht davon aus, daß der Durchschnitt bzw. der »normale« Betrieb bei der Zahl O liegt. Ich bekam eine Bilanzsumme von 337 Punkten für die 2012er Bilanz. Bei der 2013er Bilanz erreichte ich 354 Punkte.

Wie haben Ihre Mitarbeiter auf Ihre Initiative reagiert?

Uwe Treiber:
Wir haben die 2012er Bilanz mit einer Pressekonferenz an die Öffentlichkeit gebracht. Bei dieser waren die schreibende Presse, der Hörfunk und auch ein regionaler Fernsehsender anwesend. Alle haben von der GWÖ und Sonnendruck berichtet. Das hat natürlich mein Team mitbekommen, manche wurden auch interviewt, und alle haben natürlich den im Fernsehen gesendeten Bericht mit Spannung und auch mit Stolz verfolgt. Im Vorfeld der Bilanzierung habe ich natürlich mit meinen Mitarbeitern geredet und ihnen erklärt, was das mit der GWÖ auf sich hat. Manch einer war vielleicht erstaunt, was ich da mache, und hat auch nicht gleich alles verstanden. Aber mit der Zeit, nach der Bilanzierung, wurden verschiedene Dinge im Betrieb umgesetzt. Z.B. wurde ein Coach engagiert, der uns in Sachen Team, Kommunikation und zwischenmenschliche Beziehungen schulte. Alle waren begeistert und froh um diese Maßnahme.

In der Gemeinwohlökonomie wird ja die Mitsprache aller Mitarbeiter propagiert. Wie läßt sich das für einen Unternehmer wie Sie verwirklichen, der ja letztlich zu 100 % für alles haftet, was die Gemeinschaft beschließt?

Uwe Treiber:
Es werden bei allen Kaufentscheidungen die Mitarbeiter mit einbezogen, die unmittelbar damit zu tun haben. Die fachmännische Meinung, Anregungen und auch Bedenken meiner Mitarbeiter sind mit entscheidend für die Kaufentscheidung, die allerdings ich alleine treffen muß. Wie Sie ja schon erwähnten, stehe ich als alleiniger Gesellschafter der GmbH auch als alleiniger Verantwortlicher für die wirtschaftliche Situation meiner Firma ein.

Haben Sie das Gefühl, daß Ihre Kunden, Ihre Firmenpartner oder gar die Partnerbanken Ihre Initiative ernst nehmen?

Uwe Treiber:
Ich weiß natürlich nicht, was alle meine Kunden und Firmenpartner über GWÖ denken, (einige wissen auch nichts davon) - aber die, mit denen ich darüber sprechen kann, finden es gut, daß ich nicht nur rede, sondern auch handle. Viele fänden es gut, wenn die eigene Firma die GWÖ-Gedanken mehr umsetzen würden.

Sie sind ein Pionier in Sachen Gemeinwohlökonomie. Viele Pioniere müssen ja bekanntlich erleben, daß Ihnen ihr Umdenken zuerst einmal viele, vor allem materielle Nachteile bringt. Oft braucht man einen langen Atem, um dies durchzuhalten. Wie war bzw. ist das bei Ihnen? Hat Ihnen die »Gemeinwohlbilanz« bisher mehr Vorteile oder mehr Nachteile gebracht.

Uwe Treiber:
Auf jeden Fall mehr Vorteile! Wir haben einen Zuwachs an neue Kunden, die über Vorträge zur GWÖ mich und meine Firma kennenlernen und dann auch bei mir drucken lassen. Auch innerbetrieblich haben sich durch die Bilanzierung Vorteile ergeben. Wir sind als Sonnendruck-Team zusammengerückt, haben uns neu und besser kennengelernt. Natürlich gehe ich auch mit einigen Mehrkosten und Investitionen in »Vorleistung«, aber ich bin überzeugt davon, daß sich dies auch lohnen wird, nicht nur in materiellem Sinn. Mit meinem Tun und Handeln sensibilisiere ich manche Menschen, die denken vielleicht über ihr eigenes Konsumverhalten oder sonstiges Verhalten nach. Pioniere sind für mich Menschen, die einen Weg bereiten, auf dem es anderen etwas leichter fällt, diesen Weg zu gehen. Der Zeitaufwand ist natürlich hoch, aber es ist eine Herzensangelegenheit für mich, die Gemeinwohl-Ideen zu verbreiten, und so fällt mir dies auch sehr leicht.

An wen muß sich ein Unternehmer werden, wenn er eine Gemeinwohlbilanz erstellen möchte?

Uwe Treiber:
Es gibt von der GWÖ, Wien ausgebildete Berater(-innen). Diese sind über die Homepage **www.gemeinwohl-oekonomie.org**. zu finden. Dort sind auch die regionalen Energiekreise oder Initiativen aufgelistet, bei denen Interessierte sich melden können. Gerne und jeder Zeit kann ich selbst Auskünfte geben. Ich stehe jedem zur Verfügung, der sich für die Gemeinwohl Bewegung interessiert

Herr Treiber, wir bedanken uns für das interessante Gespräch.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Die Wohnwerkstatt
www.diewohnwerkstatt-kupferzell.de
Wohnen, Leben und Arbeiten mit der Natur
ökologisch renovieren - natürlich Raum gestalten - nachhaltig einrichten - gesund leben
Chr. Wisse-Lemm - H. Lemm - Ulrichsberg 3 - 74635 Kupferzell
07944-950874, info@die-wohnwerkstatt-kupferzell.de

Ihre Adresse für frische Eier aus Boden- und Freilandhaltung

Reber´s Hofladen
Öffnungszeiten:
Mo. + Do. geschlossen
Di. + Sa. 9.00 Uhr bis 12.30 Uhr
Mi. + Fr. 9.00 Uhr bis 12.30 Uhr
und von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr
erhalten Sie frisches Geflügelfleisch
Geflügelhof REBER
Klingen 1
71540 Murrhardt - Klingen
Tel.: 07192 - 5344
Fax: 07192 - 1327
Mail: info@gefluegelhof-reber.de
www.gefluegelhof-reber.de
Sie finden uns auch auf den Wochenmärkten Backnang, Gaildorf und Winnenden.

Für eine menschlichere Wirtschaftsordnung – Die GWÖ Regionalgruppe Heilbronn stellt sich vor

Im Mai 2014 lud die VHS Heilbronn den bekannten Gesellschaftsvisionär Christian Felber zu einem Vortrag ein. Der Publikumsandrang war groß, als der Österreicher über seine Vision von der »Gemeinwohlökonomie« referierte. In der Folge haben sich nun auch in Heilbronn zahlreiche Gleichgesinnte zusammengeschlossen, um die Gedanken der »GWÖ« in der Region voranzubringen. Gründungsmitglied Ulrich Lang gibt einen ersten Einblick, worum es dabei geht.

Veränderte Bedürfnisse innerhalb der Bevölkerung:

Laut einer repräsentativen Umfrage des Meinungsforschungsinstituts TNS Emnid wünschen sich fast 90% der Bevölkerung eine neue Wirtschaftsordnung, in der mehr Umweltschutz und sozialer Ausgleich in der Gesellschaft angestrebt wird.

Demnach befinden wir uns inmitten eines enormen Umbruchs unseres Wertesystems hin zu mehr Miteinander, unter den Menschen und mit der Natur, auch wenn das etablierte Interessenvertreter von Wirtschaft und Politik noch nicht (an)erkennen wollen. Zahlreiche Ideen und Initiativen zu einem andersartigen Leben und Wirtschaften sind entstanden und breiten sich aus.

Aktuell gelten die Regeln des freien Marktes:

Die Institutionen und Gesetze der Wirtschaftspolitik schaffen Anreize für den »freien« Markt. Dieser fördert Gewinnstreben und Konkurrenz, Rücksichtslosigkeit und Egoismus. Es gilt als effizient und rational, wenn sich ein Wirtschaftsunternehmen gegenüber dem anderen durchsetzt. Das eigene Wohl und Unternehmensgewinne stehen im Vordergrund. Gegenseitige Hilfe der Unternehmen untereinander ist eher selten. Es ist »schlecht fürs Geschäft« und kann sich durchaus rächen.

Dies hat u.a. zur Folge, daß immer wieder Unternehmen vom Markt verschwinden. Wollen wir das so akzeptieren?

Freundschaftsbeziehungen als Vorbild für ein neues Wirtschaftsmodell:

Freundschaftsbeziehungen folgen anderen Regeln. Hier geht es uns gut, wenn wir einander vertrauen können, wenn wir uns gegenseitig helfen, teilen, einander empathisch zuhören, mitfühlen und die Bedürfnisse der anderen genauso ernst nehmen wie die eigenen. Wir sollten allmählich damit beginnen, diese Werte auf die Wirtschaft zu übertragen.

Was hat die wirtschaftliche Globalisierung der Gesellschaft gebracht:

Darüber hinaus schreitet die wirtschaftliche Globalisierung mit all ihren Nachteilen immer weiter fort. Trotz mehr oder weniger stetig steigender Wirtschaftsleistung in vielen Ländern, sind die Probleme, auf nationaler, wie auch auf internationaler Ebene, eher größer geworden:

» Zunahme der Armut bzw. Altersarmut
» Finanz-, Währungs-, Wirtschaftskrisen, Staatsverschuldung
» Weltweite Hungersnöte
» Ökologische Katastrophen
» Das weltweit vorhandene Kapital verteilt sich auf immer weniger Köpfe
» Bullenartiger Einfluß von großen Konzernen in der Politik und damit immer größer werdende Beschneidung demokratischer Grundwerte

Erfolgreiches bzw. nachhaltiges Wirtschaften, das allen zugutekommt, sieht anders aus.

Konsequentes Umdenken erforderlich:

Es muß jedem klarwerden, daß wir mit dem bisher angewandten Wertesystem und den entsprechenden Rahmenbedingungen keine Systemverbesserung bzw. Lösung der Probleme erzielen können – im Gegenteil. Warum soll plötzlich alles besser werden, wenn wir die eigentlichen Ur-

sachen nicht ändern?

Gemeinwohl-Ökonomie als eine Alternative:

Die "Gemeinwohl-Ökonomie" ist eine Bewegung, die hierzu Alternativen für Menschen, Kommunen, Unternehmer, Natur und Umwelt anbietet und damit – wie eingangs erwähnt - den Wünschen der Menschen nachkommt.

Sie tritt für folgende Ideale ein:

» Humanistische und ethische Arbeitsbedingungen in der Wirtschaft, ohne Erniedrigung oder Gewalt. Ziel ist nicht die Vermehrung des Geldkapitals, sondern die Förderung des Gemeinwohls und das gute Leben für alle.

» Wiedereinführung eines gemeinwohlorientierten Finanzsektors

» Beendigung der ökologischen Zerstörung

» Nachhaltiges und sinnvolles Wirtschaften bzw. Produzieren von Gütern

» Die Gemeinwohl-Ökonomie fördert Vertrauensbildung, Wertschätzung, Kooperationen, Solidarität und Teilen, Gemeinwohlstreben

Die "Gemeinwohl-Ökonomie" gibt auch dem einzelnen Menschen Ansätze, sein Verhalten im Alltag zu ändern, zum Wohle aller. Die Dynamik der Veränderung nimmt zu, je mehr Menschen erkennen, daß jeder von uns etwas bewirken kann.

Gemeinwohl-Ökonomie schafft Zukunft:

Die Gemeinwohl-Ökonomie ist ein nächster möglicher Schritt in die Zukunft. Sie ist ein entwicklungsoffener Prozeß und sucht Synergien mit ähnlichen Ansätzen. Sie macht keine starren Vorgaben, sondern hat den Wunsch, daß die Menschen sich an dem Entwicklungsprozeß aktiv und gestalterisch beteiligen.

Durch das gemeinsame Engagement zahlreicher mutiger und entschlossener Menschen kann etwas grundlegend Neues geschaffen werden. Alle Menschen, Unternehmen und Organisationen können sich am Umbau der Wirtschaftsordnung in Richtung Gemeinwohl-Ökonomie beteiligen. Wichtig ist auch, daß dieser Prozess politisch unabhängig ist. Er soll von den Menschen und von der Gesellschaft bzw. der Wirtschaft initiiert bzw. getragen und ausgebaut werden. Die Politik wird ab einem bestimmten Zeitpunkt gar keine andere Wahl mehr haben, als diese Bewegung zu unterstützen. Es ist eine einzigartige Chance, wie wir die Zukunft erfolgreich meistern und die globalen Probleme nachhaltig verbessern können.

Seit einigen Jahren ist die sogenannte Gemeinwohl-Ökonomie auf dem Vormarsch. Weltweit haben Anhänger bereits sogenannte Regionalgruppen gegründet.

Gemeinwohl-Ökonomie in der Regionalgruppe Heilbronn:

In Heilbronn haben sich ebenfalls bereits zahlreiche Gleichgesinnte zusammengetan und eine Kerngruppe gebildet, welche die Idee der GWÖ im Raum voranbringt. Es bereitet Freude, aktiv an einer Welt, die für alle lebenswert ist, mitzugestalten.

Wir erarbeiten in der GWÖ-Regionalgruppe HN gerade ein Konzept, mit dem wir interessierten Bürgern, Kommunen bzw. Unternehmern dabei unterstützen wollen, diesen gemeinwohlökonomischen Ansatz umzusetzen. Dazu veranstalten wir über die Volkshochschule Heilbronn am **Freitag, den 24. April 2015 (18:30 – 20:30 Uhr)** einen entsprechenden Workshop mit dem Titel »**Zukunftsmodell Gemeinwohl-Ökonomie in der Praxis**«.

Wir würden uns freuen, wenn sich uns weitere interessierte Bürger anschließen würden, um die Gemeinwohlökonomie schneller voranbringen zu können.

Autor
Ulrich Lang

Weitere Informationen
www.gwoe-hn.de

SEEDS OF HOPE – Naturgewürze für eine gerechtere Welt!

Biolandwirt Rudolf Bühler aus Wolpertshausen ist eigentlich mehr bekannt für die Rettung des Schwäbisch-Hällischen Landschweins und die Gründung der Bäuerlichen Erzeugergemeinschaft Schwäbisch Hall mit ihrem Regionalmarkt Hohenlohe, an der Autobahnausfahrt Wolpertshausen gelegen. Nur wenige wissen aber, daß er einst in den Jahren 1978 bis 1983, nach dem Studium als Agraringenieur gut sechs Jahre lang als Entwicklungshelfer in Afrika und Asien unterwegs war. »Dies waren meine Lehr- und Wanderjahre," sagt Rudolf Bühler heute, und die Leidenschaft für ferne Länder hat ihn 2002 auch wieder nach Südindien geführt, wo er mit den dort in einem Naturschutzreservat lebenden Urvölkern ein Hilfsprojekt startete.

Seine Idee, das gesamte Naturschutzgebiet als zertifiziertes Öko-Gebiet auszuweisen, und es damit den 1200 dort lebenden Stammesfamilien zu ermöglichen, daß sie ihre Gewürze aus Wildsammlung und Anpflanzungen in den Urwaldlichtungen als hochwertige und zertifizierte Naturgewürze auf direktem Wege nach Deutschland vermarkten können, fanden die Ureinwohner eine gute Sache. Nur: »Wer kauft uns denn die ökologisch zertifizierten Gewürze ab und transportiert sie den langen Seeweg nach Deutschland?«, fragten die acht Stammesältesten den fremden Gast. Was Rudolf Bühler nicht lange zögern lies, einen Projektträger namens "Ecoland Herbs & Spices" zu gründen und eine Startbeihilfe bei der Deutschen Entwicklungshilfe einzuwerben.

Sodann wurde Zug um Zug eine örtliche Öko-Zertifizierungsstelle "Lacon Indien" eingerichtet, Sammelplätze mit Solartrocknern im Lake Peryjar Reservat geschaffen und die Ureinwohner geschult im Anbau von Urwaldpfeffer und der Gewinnung von weiteren edlen Naturgewürzen in Wildsammlung. Eine bereits vorhandene Urwaldschule wurde ausgebaut mit einem Versammlungssaal und Gemeinschaftsküche, um Kurse abzuhalten und ab und zu ein "Palaver" - gemeint ist eine Bauernversammlung, wenn denn der ferne Gast zu Besuch kam.

"Seeds of Hope" benannte Rudolf Bühler die Naturgewürze, welche auf solche Art von den Ureinwohnern gewonnen werden. Diese bekommen nun seit dieser Zeit auch gut den doppelten Preis dessen, was handelsübliche Gewürze auf dem Weltmarkt kosten und eine garantierte Abnahme von Ecoland Herbs & Spices. »Eine Partnerschaft auf Augenhöhe« so der gelernte Agraringenieur und Tropenlandwirt, »kein Verteilen von Almosen. Die Ureinwohner können gut für sich selbst sorgen, sofern sie einen gerechten Preis für ihre Erzeugnisse bekommen.«

Bereits 2004 kam ein gleichgeartetes Projekt mit Kleinbauern in der autonomen Region "Vojvodina" in Nordserbien, an Ungarn grenzend, hinzu. Hier gründete Rudolf Bühler eine Erzeugergemeinschaft mit 30 lokalen Kleinbauern unter dem Namen Ecoland. rs und führte den ökologischen Landbau in Serbien ein, welcher bis dahin dort unbekannt war. Hier sind die Seeds of Hope das "Rote Gold des Balkans", also Paprikapulver in vielzähligen Geschmacksrichtungen, von rosenscharf bis edelsüß. Aus den traditionellen Sorten gewonnen, jeweils nur die reifen Schoten handgepflückt und sodann auf historischen Steinmühlen vermahlen, ergeben sich Produkte mit feinstem Aroma allerhöchster ökologischer Qualität. Auch hier erhalten die Projektbauern einen Mehrpreis von 50 - 100% auf den handelsüblichen Preis und Ecoland Herbs & Spices kauft die Ernte alljährlich von der bäuerlichen Erzeugergemein-

schaft aus der Vojvodina an.

Auf dem Sonnenhof in Wolpertshausen kommen dann all diese aromatischen Naturgewürze an, wo Rudolf Bühler den ehemaligen Schweinestall samt Scheune zu einer Gewürzmanufaktur umgebaut hat. Und seine Schwäbisch Hällischen Landschweine leben jetzt eben alle in Freilandhaltung. Die Naturgewürze werden in Bühlers Sonnenhof-Gewürzmanufaktur zunächst eingelagert und dann nach Bedarf gemahlen und zu Gewürzmischungen gemischt. Sodann finden sie ihren Weg in den Erzeugerschlachthof Schwäbisch Hall, wo die Bäuerliche Erzeugergemeinschaft nicht nur ihre Schwäbisch Hällischen Landschweine und Boeuf de Hohenlohe als auch Hohenloher Lämmer schlachtet, sondern das hochwertige Fleisch aus artgerechter Tierhaltung auch zu besten Würsten nach dem selbst auferlegten Reinheitsgebot herstellt. Und dieses schreibt vor, daß in die Wurst nur reine Zutaten kommen: Gutes Fleisch, Speck, Salz und eben die Naturgewürze aus den Seeds of Hope Projekten. Und was nicht in die Wurst kommt, können interessierte Kunden im Regionalmarkt Hohenlohe an der Gewürzinsel in Kleinabfüllungen einkaufen, sowie in den weiteren Märkten der Bäuerlichen Erzeugergemeinschaft Schwäbisch Hall.

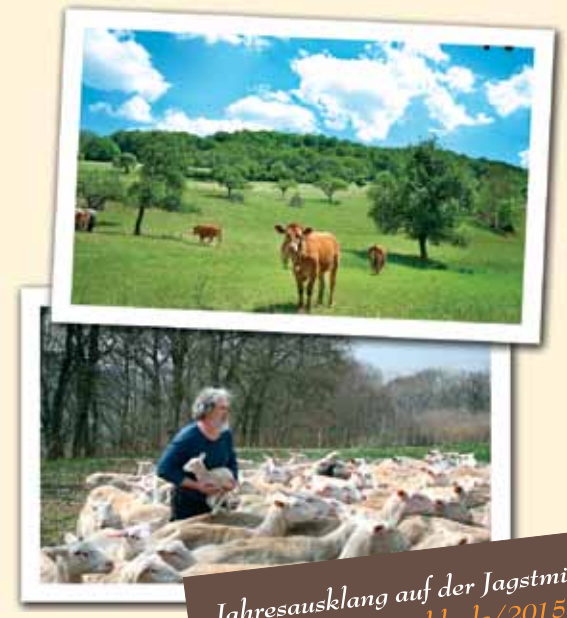
Längst baut Rudolf Bühler auch auf seinem Sonnenhof Naturgewürze an und konnte gut 15 weitere Kollegen aus der Bäuerlichen Erzeugergemeinschaft dafür begeistern: Die Gewürze, welche im gemäßigten Klima seiner Heimat Hohenlohe gut gedeihen, wie Koriander, Kümmel, Speisesenf oder Fenchel, werden inzwischen auf gut 100 ha hier angebaut. Man hat sogar in Bauerngärten besonders aromatische alte Sorten gefunden und kultiviert diese in ökologischer Anbauweise.

Interessierte Endverbraucher können sich vor Ort ein Bild machen über die Naturgewürze: der Sonnenhof in Wolpertshausen empfängt gerne Gruppenreisen nach Anmeldung unter 07904-9797-0 und macht Führungen auf die Gewürzfelder und durch die Gewürzmanufaktur. Oder man macht einen Ausflug in den Regionalmarkt Hohenlohe nach Wolpertshausen, wo alle Gewürze in Endverbraucher-Verpackungen zu haben sind. Frau Cristina Bühler ist stets vor Ort, um interessierte Kunden zu beraten und verkosten bzw. mal riechen zu lassen!

JAGSTMÜHLE
LANDGASTHOF

Kochen fängt im Stall und auf der Wiese an.

Es sind die persönlichen und vertrauensvollen Beziehungen zu Bauern, Schäfer, Züchter und Winzer die den Unterschied machen, wenn es darum geht Herkunft und Geschichte jedes einzelnen Rohstoffs, den wir verarbeiten, zu kennen.



Für uns ist das Produkt der Star, Tradition die Basis und regionale Lebensmittel zu bewahrende Kulturgüter. Vor allem geht's uns um ehrliche Landwirtschaft, artgerechte Tierhaltung, kurze Transportwege und ursprüngliche Geschmackserlebnisse.

Herzlichst,
Ihr Markus Reinauer & Hubert Retzbach

Landgasthof Jagstmühle • Jagstmühlenweg 10 • 74673 Heimhausen
Telefon: 0 79 38/90 300 • Internet: www.jagstmuehle.de

Olivenöl aus Palästina

Klaus Ehrmann aus Schwäbisch Hall vertreibt in Deutschland hochwertiges Olivenöl aus Palästina. Er möchte zeigen, daß die Menschen in Westeuropa dem Schicksal der Menschen im Gazastreifen nicht gleichgültig gegenüberstehen.

Das historische Palästina umfaßt Teile des heutigen Israels und Jordaniens – einschließlich des Golan, des Gazastreifens und des Westjordanlands. Der heutige Staat Palästina (bestehend aus dem Westjordanland und dem Gazastreifen) wurde im November 1988 von der Palästinensischen Befreiungsorganisation (PLO) als Staat der Palästinenser ausgerufen, aber von Israel, USA, Deutschland und einigen anderen Ländern nicht anerkannt. Die PLO wollte damit ein historisches Zeichen setzen gegen Israels Besatzungspolitik, das seit 1967 sowohl das Westjordanland als auch den Gazastreifen und Ostjerusalem okkupiert. Zuletzt ließen sowohl die Palästinenser als auch die Israelis verstärkt die Waffen sprechen, um ihre Gebietsansprüche deutlich zu machen.

Hautnah erlebt auch Klaus Ehrmann die Spannungen zwischen den Palästinensern und Israelis bei seinen Besuchen im Westjordanland. Er weiß, daß es sowohl auf Seiten der Palästinenser als auch auf Seiten der Israelis viele Menschen gibt, die sich nichts mehr wünschen als Frieden bzw. ein Leben in ruhiger Ko-Existenz. Aufmerksam verfolgt er die Auseinandersetzungen im Gazastreifen, die sich zuletzt immer mehr zuspitzten. »Angela Merkel muß sich endlich einbringen und sollte das David-gegen-Goliath-Szenario am Gazastreifen viel schärfer kritisieren«, meint Klaus Ehrmann. Zur Region Palästina hat der Haller ein besonderes Verhältnis.

Nachteile für die palästinensische Bevölkerung

Mehrmals bereiste er in den vergangenen Jahren den Staat an der südostlichen Küste des Mittelmeeres. Sein erster Aufenthalt im Westjordanland war noch beruflicher Natur. Seine Tätigkeit als Techniker für eine Schwäbisch Haller Maschinenbaufirma führte Klaus Ehrmann in den 1990er-Jahren zu Arbeitsprojekten dort hin. Für den Haller war der Aufenthalt in Palästina ein prägendes Ereignis. »Ich war von der Gastfreundschaft der Palästinenser überwältigt und von dem hohen Bildungsgrad der Menschen angenehm überrascht«, erzählt er. Er nahm sich vor, das Land bei Renteneintritt erneut zu besuchen. 2010 war es dann soweit. Der frisch gebackene Rentner Klaus Ehrmann packte seinen Reisekoffer. Auch bei seiner zweiten Reise ins Westjordanland kam er schnell wieder mit den Menschen ins Gespräch. »Ob jung oder alt – fast alle Palästinenser sprechen Englisch«.

Er lernte schnell den Alltag der Menschen in Palästina kennen. Dieser sei schon seit langem mit vielen Hürden und Einschränkungen verbunden. »Israelis, die in der Region Palästina leben, dürfen einen Brunnen bohren. Den Palästinensern hingegen ist das verboten«, so Klaus Ehrmann. Die Palästinenser hätten zwar auf ihren Hausdächern Wassertanks, aber die Wasserzufuhr werde sehr streng vom israelischen Militär reglementiert. »2010 gab es für die Menschen in Palästina zwei Mal frisches Wasser pro Woche – von Bekannten habe ich erfahren, daß sie inzwischen nur noch einmal pro Woche mit Wasser rechnen können«, berichtet er. Die israelischen Siedlungen seien dagegen an ein ständiges Wasserversorgungsnetz ange-

schlossen.

Auch in anderen Lebensbereichen spürte der Deutsche vor Ort den Einfluß der israelischen Besatzungspolitik. »Die Palästinenser werden in ihrem eigenen Land von den israelischen Behörden wie Menschen zweiter Klasse behandelt«, meint er. Seine Frau Gerlinde pflichtet ihm bei: »Ich habe noch nie so viele Männer mit traurigen Augen gesehen wie in Palästina.« Auch die Willkür von »flying checkpoints« habe Klaus Ehrmann vor Ort schon mehrmals erlebt. »Das sind mobile Autokontrollen mit Straßensperren, die das israelische Militär spontan durchführt«, erläutert er. An seine erste Autokontrolle erinnert sich Klaus Ehrmann bis heute: »Mitten in der Wüste ging es plötzlich nicht mehr weiter. Schnell bildete sich eine Schlange mit mehr als 200 Fahrzeugen.«

Er stieg aus seinem Wagen, um ein Foto von der bizarren Situation zu machen. »Zwei Palästinenser sprangen sofort aus ihren Autos. Sie rieten mir dringend, wieder zu meinem Wagen zurückzukehren, weil sonst möglicherweise auf mich geschossen wird«, berichtet Klaus Ehrmann. Für Touristen, die mit dem Auto im Westjordanland unterwegs sind, hält er einen Sicherheitstipp bereit: »Das israelische Nummernschild ist gelb, das Kfz-Zeichen von Palästina ist grün. Wer die Gegend mit dem Auto erkunden möchte, wird mit einem gelben Nummernschild deutlich weniger angehalten als mit einem grünen.«

Ambivalente Gefühle entwickelte der deutsche Tourist bei einem Besuch von Jericho – der weltberühmten Stadt am Rande des Toten Meeres. Obwohl die Stadt im palästinensischen Autonomiegebiet liegt, dürfen im Spielcasino beispielsweise nur Israelis oder Ausländer zocken. Das viele Geld, das die Touristen in der Stadt lassen, kommt fast ausschließlich den Israelis zu.

Traditionelle Landwirtschaft

Ironischerweise sei die restriktive Politik der Israelis in der Landwirtschaft sogar eher ein Vorteil. »Die Palästinenser dürfen keine Dünger und Spritzmittel einsetzen, da diese laut israelischer Meinung als Sprengstoff mißbraucht werden könnten«, so Klaus Ehrmann. Speziell für den Olivenanbau sei das ein Segen. »Keine Dünger bedeutet beispielsweise Olivenöl mit nahezu Bioqualität.« Schon die Römer haben in der Region Palästina Terrassen für Olivenbäume angelegt. Immer noch werden die Terrassen traditionell in Handarbeit bewirtschaftet. Im Zeichen der nun über 45 Jahre andauernden israelischen Besetzung Palästinas sei Olivenöl bis heute fast das einzige exportfähige Produkt. »Palästina produziert mehr hochwertiges Olivenöl als die eigene Bevölkerung konsumieren kann«, erklärt Klaus Ehrmann. Für die Bevölkerung in den ländlichen Gegenden sei das Olivenöl immer noch die wichtigste Einnahmequelle. Die Besatzungspolitik erschwere allerdings die Vermarktungsmöglichkeiten enorm.

Klaus Ehrmann erkannte, daß der Vertrieb von Olivenöl aus Palästina nach Deutschland die Gelegenheit war, sich für die Gastfreundschaft der Menschen in Palästina zu revanchieren. Bevor Klaus Ehrmann jedoch Olivenöl aus Palästina in Deutschland vertreiben konnte, mußte er im Vorfeld einiges regeln. Da die

Ganzheitliche Zahnmedizin
Dr. med. univ. Budapest, Edith Nadj-Papp M.A.
www.dr-nadj-papp.de · Telefon 07156 - 8155

Gesünder und leichter durchs Jahr mit dem richtigen Stoffwechsel
Borellien & Candida paroli bieten

Sie essen weniger als andere und nehmen einfach nicht ab? Sie fühlen sich nicht wohl in ihrer Haut und es ist nichts zu finden? Die Heilung stockt und Sie fühlen sich alleine gelassen? Kann es an Ihrem Stoffwechsel liegen, der einfach blockiert?! Oder haben sie etwa mit Candida-Belastung und/oder Borelliose zu kämpfen?
Heilpraktiker Dieter F. Klippel in 74336 Brackenheim-Hausen, Bertolt-Brecht Str. 4 ist **spezialisiert auf Stoffwechselprobleme**.
Mit Hilfe von mehr als 40 Blutwerten, die durch einen Computer ausgewertet werden, wird das individuell für Sie zugeschnittene Ernährungsprogramm ermittelt, mit den **Lebensmitteln, die Ihnen gut tun ohne Zusatzergänzungsmittel** . Das beschert Ihnen ein gesundes und aktives Leben ohne zu hungern und sich zu kasteien.
Mit Hilfe der **Dunkelfeldmikroskopie** lässt sich bei Borelliose und Candidasis diagnostizieren und Heilanstöße setzen.
Dies Programm passt für jedes, auch das fortgeschrittene, Alter.
Weitere Informationen unter www.naturheilpraxis-klippel.de und
07135-931721 - Vereinbaren sie ihren Informationstermin -

Senioren-Wohnanlage
HAUS AHORN

Der Kunde ist König
... das ist nur in einer guten Atmosphäre möglich.
Hierzu gehören in erster Linie

Mitarbeiter,
die nicht nur ein Posten auf der Lohnliste sind und durch Kopfprämien angeworben wurden

Bei uns werden Sie
- als Mensch ernst genommen,
- Ihre Bedürfnisse werden berücksichtigt
- und Ihre Fähigkeiten gefördert.

Wir stellen ein:
- examinierte Pflegekräfte in Voll- und Teilzeit
- Pflegehelfer und staatl. anerkannte Alten-/Krankenpflegehelfer (m/w)

Haben Sie Mut zur Veränderung
- bewerben Sie sich:

Seniorenwohnanlage Haus Ahorn
Frau Johanna Spahr, Pflegedienstleitung
Ilsfelder Weg 2 · 71717 Beilstein
Telefon: 07062 / 929-0 · E-Mail: info@hausahorn.de

AUS DEM DUALISMUS IN DIE EINHEIT MIT HILFE VON PEAT

Einsatzmöglichkeit bei:
- emotionalen Themen und,
- daraus resultierenden organischen Erkrankungen
- spiritueller Entwicklung
- Einzeltermine und Workshops

NATURHEILPRAXIS DIPL. ÖK. HP ASTRID PAULINI
TEL: 0 70 66 - 90 20 59 ODER WWW.HEAL-WEB.COM

RM Heilpraktikerschule
2-jährige Heilpraktiker-Ausbildung
Suche Dozent/in (Heilpraktiker/in bevorzugt)
Voraussetzung: Begeisterung beim Unterrichten

Aktuell: Phytotherapieausbildung
klassische Massage (Rückenmassage)
Dorn-Breuss-Kurs (Februar 2015)

Renate Merkle Heilpraktikerin und Schulleiterin
Bühlgartenweg 20 * 74354 Besigheim
Tel. 07143/409576 * Fax 07143/960380
weitere Infos, Kurse und Seminare unter
www.naturheilpraxis-merkle.com

NaturheilpraxisKathari
Ausbildung | Seminare | Praxis
Bernd & Klaudia Kathari
Schonend Biologische Krampfader-Entfernung
Wirbelsäulen-Behandlung und Mobilisation
Psychosomatische Behandlungen
Schule für die Ausbildung zum zertifizierten Wellness-Masseur

Marktstr. 23·74172 Neckarsulm
Telefon: 07132 / 999 83 80
info@naturheilpraxiskathari.de
www.naturheilpraxiskathari.de

Wir bieten Ihnen aus eigener Produktion
Verschiedene Brotsorten klimaneutral im Holzbackofen gebacken - aus Dinkel, Roggen, Weizen mit Sauerteig. Das besondere an unserem **Holzofenbrot** - von der Getreidezucht über die Getreideerzeugung bis zum fertigen Brot - ist alles in **demeter-Qualität.**
Im Sommer **Gemüse** aus dem eigenen Garten. Im Herbst **Obst** von unseren Streuobstbäumen. **Rindfleisch** vom eigenen Weiderind. **Verschiedene Wurstsorten** im Glas und Darm. Geräuchertes vom Rind und Schwein. **Unsere Spezialitäten:** Rinderwurst mit Sonnenblumenöl ◇ Salami nur mit Rindfleisch ohne Zusätze ◇ Pfefferbeißer ausschließlich mit Rindfleisch.
Weitere Elemente unserer Arbeit auf dem Hof
Kultur auf dem Hof – Sonnwendfeiern (Sommer/Winter), Frühstück mit allen Sinnen, Seminare, Vorträge, Konzerte, Wanderungen (an Vollmond oder Tag-Nacht-Gleiche), Lesungen, Firmenfeiern
Energieerzeugung mit Fotovoltaik. **Biodiversität** mit Benjeshecken, Bienenweiden, Streuobst
Doris und Edmund Braun · Riegenhof 4 · 74535 Mainhardt
Fon 07903 27 82 · Fax 26 43 · email doris@biolaedle.de · **www.biolaedle.de**

Einfuhr von Produkten aus Nicht-EU-Ländern besonderen Regeln und Beschränkungen unterliegt, meldete Klaus Ehrmann ein Gewerbe an. Mit AL'ARD war die passende Produktionsfirma und mit der Gegend um Nablus das passende Anbaugebiet gefunden. Dort haben sich die Olivensorten an die steinige und bergige Hügellandschaft und das trockene Klima bestens angepaßt. »Das Klima bringt nur sehr wenig Regen, dafür umso mehr Sonne, was ein langsames Wachsen und Reifen der Früchte ermöglicht.«

Von der Westbank nach Deutschland

Das Olivenöl aus Palästina zeichnet sich durch sein tiefes Aroma und milde Würze aus. Die Qualität sei durch zahlreiche Kontrollen abgesichert. Dazu gehört auch die Antiterrorverordnung der EU, die die Unternehmen einhalten müssen. Bisher habe aber jede Ladung am Hamburger Hafen den »Terror Compliance Check« erfolgreich passiert. »Olivenöl aus Palästina ist ein politisches, aber kein terrorverdächtiges Produkt«, erzählt Klaus Ehrmann lachend. »Das Fairtrade-Zertifikat haben wir seit Herbst 2014.«

Inzwischen bietet der Haller das Olivenöl aus Palästina in zwei verschiedenen Größen (0,25 Liter und 0,5 Liter) an. »Im Herbst 2014 wurde die Produktpalette um eine 1-Liter-Dose erweitert.« An dem Olivenöl verdient Klaus Ehrmann fast nichts. Durch den Verkauf des Olivenöls werden vor allem soziale Projekte in Palästina unterstützt – zum Beispiel das Caritas-Krankenhaus in Bethlehem oder die orthopädischen Werkstätten und Reha-Zentren für behinderte Kinder in den Flüchtlingslagern Jenin und Nablus. »Die Verkaufserlöse sollen außerdem den Bauern helfen, die an der Grenze zu Israel nur einen begrenzten Zugang zu ihren Feldern und Olivengärten haben«, erklärt Klaus Ehrmann.

Dessen letzte Reise nach Palästina fand im März 2014 statt. Gegenbesuche gab es bereits ebenfalls. So weilte schon der Sohn von palästinensischen Bekannten zu Besuch in Schwäbisch Hall. »Der war so begeistert von dem vielen Grün hier, und bei dem ersten Regenguß hat er die Autotür geöffnet, um die Wassermassen zu bestaunen« erzählt Gerlinde Ehrmann lachend. Neuerlichen Besuch aus Palästina gab es zuletzt auch. Im Herbst 2014 hat Klaus Ehrmann zwei junge Palästinenser für einen Deutschkurs im Haller Goethe-Institut angemeldet. Anschließend weilte der Haller erneut in Palästina, um bei der Olivenernte vor Ort dabei zu sein. Im Winter 2014/2015 wird Klaus Ehrmann außerdem einige Vorträge über Palästina halten. Dabei gibt er unter anderem Reisetipps, wo man in der Westbank als Privatperson problemlos reisen kann.

Autor
Andreas Scholz

Fotos
Andreas Scholz, Klaus Ehrmann

Weitere Informationen
extra natives Olivenöl aus Palästina
Klaus Ehrmann, Schulgasse 9
74523 Schwäbisch Hall
E-Mail: palivo@web.de
www.palivo-shop.de

Caritas-Krankenhaus in Bethlehem
www.kinderhilfe-bethlehem.ch
Orthopädische Werkstätten und Reha-Zentren in Jenin und Nablus
www.al-jaleel.org

Krampfadern schonend entfernen ohne Operation und Chemie

Durch ein eigenes Krampfaderleiden machte ich mich auf die Suche nach einer naturheilkundlichen Behandlungsart ohne Operation und Chemie. So begegnete ich der Methode, Krampfadern zu entfernen mit hochprozentiger Kochsalzlösung nach Prof. Linser.

Ich ließ mich behandeln und war beeindruckt von dem unkomplizierten Verlauf der Behandlung und letztendlich über das Ergebnis. So entstand in mir der Wunsch, die Methode der schonenden Krampfaderentfernung zu erlernen.

Durch eine Ausbildung, verschiedene Fortbildungen und die regelmäßige Mitarbeit der von Dr. med. Berndt Rieger autorisierten Ausbilderin in meiner Praxis, habe ich mich selbst auf diese Art der Krampfaderentfernung spezialisiert.

In der weiteren Überlegung, nach Ursachen für die Entstehung von Krampfadern zu suchen, half mir meine Ausbildung bei Dr. med. Raimar Banis vor 11 Jahren. So können Krampfadern nicht nur durch Bindegewebsschwäche, Venenklappenanomalien usw. entstehen, sondern in Zusammenhang gebracht werden mit Störungen des vegetativen Nervensystems im Beckenbereich. Vegetative Störungen des Nervensystems werden in unserer Naturheilpraxis nach der Banis-Methode behandelt, um in der Zukunft nicht neue Krampfadern zu entwickeln.

Die Geschichte:

Die Entfernung von Krampfadern mittels konzentrierter Kochsalzlösung, wurde bereits im Jahre 1911 von Prof. Paul Linser (1871-1963) an der Universität Tübingen entdeckt. Nach 1945 wurde die Therapie durch die Erfindung kleinerer Injektionsnadeln vereinfacht. Der bekannte Naturarzt Dr. med. Max Otto Bruker (1909-2001), ein ehemaliger Schüler von Prof. Linser, therapierte in der Klinik Lahnstein bei Koblenz bis zu 20.000 Patienten mit sehr guten Behandlungserfolgen.

Die Behandlung:

Wir bieten ein kostenloses Beratungsgespräch zur Begutachtung Ihrer Krampfadern an. Die Kochsalztherapie eignet sich besonders bei Krampfadern ab Bleistiftdicke.

Eine Voruntersuchung mittels Ultraschall (Duplex-Sonographie) ermöglicht die Überprüfung des Blutflusses in den Venen und die Dichtigkeit der Venenklappen.

Bei der Behandlung wird eine konzentrierte Kochsalzlösung in die Krampfader am Bein injiziert. Diese löst eine starke Reizwirkung mit Entzündungsreaktion an der Innenwand der Krampfader aus, was zu einer "Verklebung" der Gefäßwand führt. Gesunde Gefäße bleiben von der Reizwirkung unberührt.

Die meisten Patienten reagieren während oder nach der Injektion mit einem Druck- oder Krampfgefühl, ähnlich einem Wadenkrampf, der wenige Minuten andauern kann. Kleinere Krampfadern verschließen sich meist schon während der Behandlung, größere im Laufe der darauffolgenden 8-14 Tage. Die verschlossenen Krampfadern verhärten sich und werden in den nächsten Monaten vom Körper abgebaut.

Die Vorteile:

» ambulante Behandlung
» biologisch sanfte und schonende Therapie mit minimaler Kreislaufbelastung
» keine Narkose oder Anästhesie erforderlich
» nahezu schmerzfreie Behandlung, es tritt lediglich ein Druck- oder Krampfgefühl für ca. 1-2 Minuten auf.
» keine Narbenbildung
» kein Allergierisiko, Kochsalz ist eine körpereigene Substanz
» keine ausgedehnten Blutergüsse, keine Nerven- und Lymphgefäßverletzungen
» kein Tragen von Stützstrümpfen oder Wickeln der Beine notwendig
» keine Trombosegefahr

In den meisten Fällen können Sie nach der Behandlung wieder ganz normal ihrer Arbeit nachgehen.

Autor
Bernd Kathari, Heilpraktiker
www.naturheilpraxiskathari.de

»Global denken, lokal handeln«

Immer mehr Menschen denken um und wünschen sich eine bewußte und nachhaltige Ernährung. In der Umsetzung stoßen sie im Alltag aber häufig auf Schwierigkeiten – die Bio-Produkte im Supermarkt genügen nach ökologischen Gesichtspunkten kaum den Ansprüchen der Kunden, auch eine abwechslungs- und umfangreiche Auswahl wird vermißt. Ein gut sortierter Bio-Supermarkt ist aber selten in der Nähe. Getreu dem Leitsatz »Global denken, lokal handeln« haben der Bio-Hof Engelhardt und sein Ökokisten-Team es sich deshalb zur Aufgabe gemacht, mit den Menschen aus der Umgebung gemeinsam Landbau so zu gestalten, daß eine bequeme und flexible Versorgung mit hochwertigen, ökologischen Bio-Produkten aus der Region möglich ist.

Als Hartmut Engelhardt den Hof von seinem Vater übernahm, stand für ihn fest, daß er ökologische Landwirtschaft betreiben will. Der sorgsame Umgang mit den heimischen Böden und schöpfungsbewahrender Landbau sind schon lange Tradition auf dem Hof, der seit 300 Jahren in Familienbesitz ist. Für Hartmut Engelhardt folgte somit 1989 der entscheidende und konsequente Schritt, dem Biolandverband beizutreten und nach dessen strengen Vorgaben den Hof fortan 100%-ökologisch zu betreiben. Mit dieser langjährigen Erfahrung im ökologischen Gemüsebau werden heute auf 35 Hektar mehr als 40 Gemüsesorten kultiviert, mit den Schwerpunkten auf verschiedenen Kohlarten, Wurzelgemüsen, Salaten und Kräutern. Eine Vielfalt saisonaler Gemüsesorten wie Kürbis, Zucchini, Erdbeeren, Kartoffeln und Zuckermais ergänzt das Gemüsesortiment. Die Bio-Eier stammen von den rund 1000 artgerecht gehaltenen Hühnern.

Auf dem Schwäbisch Haller Wochenmarkt ist der Bio-Stand von Hartmut Engelhardt bereits seit Jahrzenten eine Institution. »An uns Ökobauern hat der Verbraucher sehr hohe Erwartungen - und das zu Recht«, erklärt Hartmut Engelhardt. So entstand die Idee, nicht nur ökologische Erzeugnisse auf höchstem Niveau, sondern auch darüberhinaus einen außergewöhnlichen Kundenservice zu bieten. »Unsere Kunden legen Wert auf gesunde, natürlich produzierte Lebensmittel und entscheiden

sich meist bewußt für regionale Produkte und nachhaltiges Handeln. Gleichzeitig möchten sie aber ebenso flexibel und bequem einkaufen und aus einem möglichst umfangreichen Sortiment wählen können.«

Um diese Kombination aus alltagstauglicher Versorgung mit hochwertigen Bio-Produkten und komfortablen Einkaufsmöglichkeiten bieten zu können, beliefert der Hof Engelhardt seine Kunden mit der Ökokiste bereits seit 1997 frei Haus. »Warum sollen die Kunden für einige wenige Produkte unnötige Kilometer fahren, wenn wir mit einem Wagen mehreren Kunden die Einkäufe direkt bis vor die Haustür bringen können.« So legt man jetzt pro Kunde weniger als drei Kilometer zurück.

Der Ökokiste-Lieferservice Hof Engelhardt ließ sich vom Verband der Ökokisten nach dessen Richtlinien zertifizieren und war damit eines der ersten Mitglieder von mittlerweile knapp 50 Ökokisten-Lieferbetrieben deutschlandweit. Ziel der strengen Zertifizierungsrichtlinien des Ökokisten-Verbandes ist es, den hohen Qualitätsanspruch und den ökologischen Grundgedanken in allen Bereichen weiterzuführen. Dazu gehören unter anderem kurze Transportwege, ein möglichst hoher Anteil an Regionalware oder auch der Verzicht auf Flugwaren.

In die Ökokisten gelangen in erster Linie Produkte aus eigenem Anbau und Produkte weiterer Bio-Betriebe der Region. Saisonal bedingt und um möglichst alle Kundenwünsche zu erfüllen, wird Gemüse und vor allem Obst, das hierzulande nicht verfügbar ist, aus dem Ausland dazu gekauft. Auch diese Produkte sind alle zu 100% »Bio«. Wer es genau wissen möchte, erhält auf Nachfrage umfangreiche Informationen zu den Bauern, von denen diese Produkte stammen.

Genau diese Transparenz hinsichtlich Erzeugung und Herkunft der Produkte schätzen die Kunden. Mittlerweile nutzen mehr als 1.500 Menschen aus dem Hohenlohekreis bis nach Stuttgart den Lieferservice der Ökokiste Hof Engelhardt und tun dabei nicht nur etwas für die Umwelt, sondern sparen Zeit und Nerven. Schließlich sind die Bestellmöglichkeiten sehr flexibel – ob individuell oder eine der saisonal günstig geplanten Gemüse- und Obstkisten, die nach Belieben um weitere Produkte aus dem umfangreichen Sortiment ergänzt werden können. Die Kunden können telefonisch, per E-Mail oder über den Online-Shop die Ökokiste ganz nach ihren Wünschen zusammenstellen.

Mit einer großen Auswahl an Käsesorten, Milchprodukten, Getränken und Trockenprodukten gleicht die Ökokiste einem Bio-Supermarkt. Ganz ohne vertragliche Bindung. Ein weiterer Vorteil: die Kunden lernen seltenes Obst und alte Gemüsesorten kennen, die aus den Großmärkten längst verschwunden sind. Neue und pfiffige Ideen für die Zubereitung liefern die Rezepte, die passend zum Gemüse in der Kiste, jede Woche für die Kunden neu zusammengestellt werden.

Kontakt

Ökokiste Hof Engelhardt
Schönenberg 2
74547 Untermünkheim
Tel.: 07906 8035
E-Mail: oekokiste@hof-engelhardt.de
www.hof-engelhardt.de
Bildrechte: "Auslieferung Ökokiste"
Copyright: Ökokiste eV

Hof Engelhardt
ökokiste.de

Promotion

BAUPLÄTZE IN UNSERER ENERGIE-PLUS-SIEDLUNG

Das Baugebiet »Vordere Viehweide II« liegt am Ortsrand von Wüstenrot. Arzt, Apotheke, Post, Bank, Bäcker, Metzger, Vollsortiment-Markt, ... alles ist problemlos zu Fuß zu erreichen. Familien bieten wir alle Betreuungsformen für ihre Kinder, die sie sich vorstellen können - zu einem bezahlbaren Preis. Kindergärten, Grundschule und Gemeinschaftsschule sind direkt vor Ort.

Verkaufspreis:
ab 118,- Euro pro m².
Bei Kindern bieten wir Ihnen einen Abschlag
von 5,- Euro pro m² je Kind.

In Zusammenarbeit mit der Fachhochschule für Technik in Stuttgart entstand eine bundesweit einmalige, langfristig kostengünstige Energieversorgung für dieses Baugebiet. So kann ein Einfamilienhaus mit Gesamtenergiekosten für Strom und Heizung weit unter marktüblichen Preisen langfristig versorgt werden.

Ihre Ansprechpartner:
Thomas Löffelhardt
Telefon: 07945-9199-53
thomas.loeffelhardt@gemeinde-wuestenrot.de

Weitere Infos finden Sie unter:
www.wuestenrot.de

...die Wohl-Fühl-Gemeinde
Wüstenrot
... mitten im Naturpark

Befördern Sie sich zur Führungskraft – Cultural Re-engineering im Alltag

In den letzten Ausgaben des Naturschecks erläuterte ich die prägende Wirkung einiger Glaubenssätze und Verhaltensweisen unseres »deutschen Kulturkontextes« und habe die Unsicherheitsvermeidung, die Sorge und Vorsorge, den Pessimismus, die Planung und das Strukturierungsbedürfnis, die Fokussierung auf die Sachebene im Arbeitsalltag, die Ausblendung positiver Gefühle zugunsten von Nüchternheit und Ernsthaftigkeit und das Streben nach Perfektion als Strategie zur Vermeidung von Versagensrisiko in Ihr Bewußtsein gerückt.

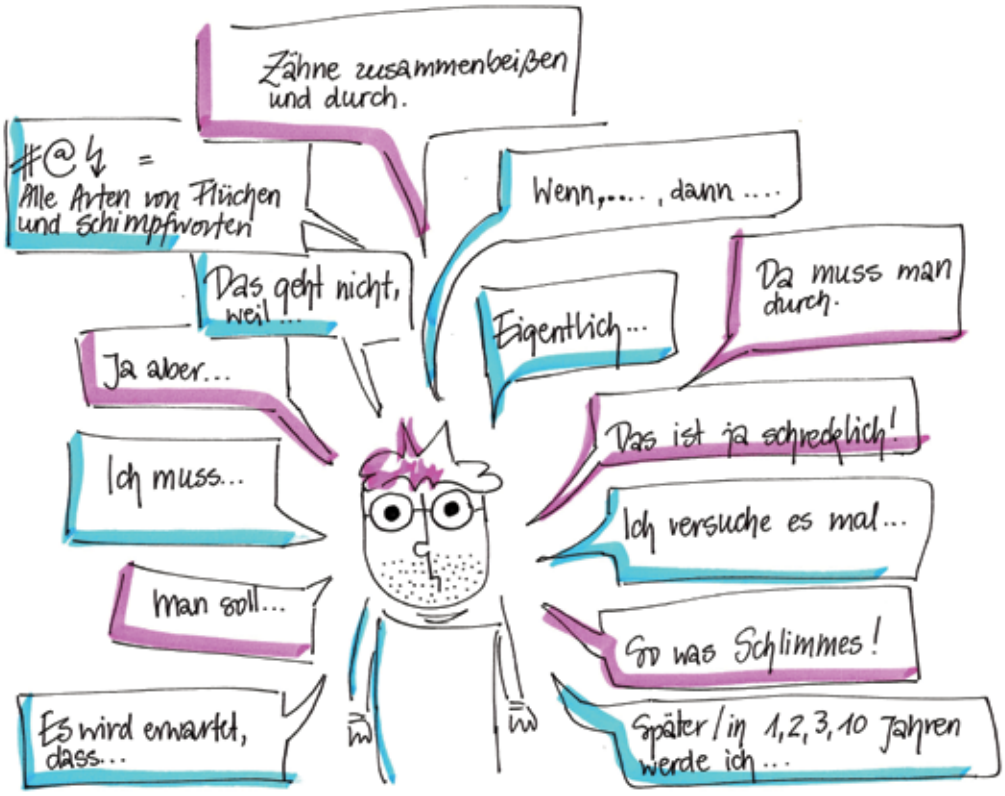
Vielleicht haben Sie etwas über sich selbst geschmunzelt, als Sie sich damit beschäftigten und herausfanden, was Sie (bewußt) beibehalten wollen, und was Sie für sich verändern wollen, um näher bei sich selbst und Ihren ganz persönlichen Werten zu sein. Aber wie so häufig im Leben liegt die wahre Schwierigkeit nicht im Erkennen sondern im Umsetzen des Erkannten.

Der dynamische Weg zur Selbstführung

Wie kann ich im Alltag erkennen, ob ich mit meinem Denken, Fühlen und Handeln einem von außen kommenden Muster folge? Und wer sagt mir, wo es langgeht, wenn die alten Verhaltensmuster und Glaubenssätze Stück für Stück wegfallen?

Wie in so vielen Bereichen des menschlichen Lebens ist die Kommunikation ein Schlüsselfaktor zum Erfolg. In diesem besonderen Fall, in dem wir herausfinden wollen, in welchen Bereichen wir durch kulturelle Glaubenssätze und von außen kommende Verhaltensmuster bestimmt werden, sollten wir beginnen, mit uns selbst zu kommunizieren. Das heißt in erster Linie, daß wir lernen, uns selbst zuzuhören.

In einem ersten Schritt sollten wir uns vornehmen, unseren Gedanken zu ‚lauschen'. Das erfordert zwar etwas Übung, ist im Grunde aber recht einfach. Denn im Geiste formulieren wir viele unserer Gedanken in Worte. Wenn wir uns darum bemühen, diesen Worten zu lauschen, haben wir ein Werkzeug, mit dem wir konkret an unserer Entprogrammierung arbeiten können. Dazu sollte man wissen, daß es bestimmte Formulierungen gibt, die darauf hindeuten, daß ein Gedanke nicht aus einem selbst kommt, sondern von außen induziert ist bzw. den traditionellen, von der Kultur geprägten Glaubensmustern entstammt.



In der obigen Abbildung sind einige dieser von mir als ‚Signalworte' bezeichneten Formulierungen gezeigt. Sie sind für die aktive, kontinuierliche ‚Entprogrammierung' hilfreich, denn sie zeigen an, wo sich in unseren Gedanken und somit auch im hierauf folgenden Handeln alte Glaubenssätze und Verhaltensmuster einschleichen. Bedenkt man, daß wir je nach Alter auf mehrere Jahrzehnte unbewußter Programmierung zurückblicken, ist es nicht erstaunlich, daß dieser Prozeß der ‚Entprogrammierung' langwierig ist und ständig geübt werden möchte.

Wenn man sich beispielsweise dabei ertappt, Gedanken oder Worte zu formulieren, die mit »Ich muß … «, »Man soll … « oder »Es wird erwartet, daß … « beginnen, bietet es sich an, innezuhalten und sich zu überlegen, ob der diesen Signalworten folgende Inhalt dem entspricht, was man selbst möchte oder ob man lediglich wiedergibt, was »die Anderen« wollen bzw. was der Norm entspricht.

Sehr beliebt in Diskussionen mit Deutschen ist die Phrase ‚Ja, aber … ', gerne auch gefolgt von einem ‚das geht nicht, weil … '. Unsere Sorge und unser Pessimismus zeigen sich hier sehr deutlich, letztlich zum Verdruß aller, da eine solche Geisteshaltung schnellen, pragmatischen Lösungen im Wege steht und dem kreativen Prozeß, der dem Auffinden neuer Wege und Lösungen vorangeht, vorschnell ein Ende setzt. Nimmt man davon Abstand, führt man sich und andere effektiv auf konstruktive Wege. Ein guter Ersatz zur »Entwöhnung« wäre ein ‚Ja, und ... ', gefolgt von konstruktiven Vorschlägen.

In Coaching-Gesprächen mit Studierenden und Absolventen fallen häufig Sätze wie »Ich muß da durch – das bin ich meinen Eltern schuldig.« »Man muß halt funktionieren«, »Das wird von der Wirtschaft (oder Gesellschaft) erwartet«, »Irgendwie muß ich über die Runden kommen. Es interessiert ja eh keinen, wie es mir geht.«

Das Wort ‚Eigentlich' ist der gelebte Vorbehalt und wird erstaunlich häufig verwendet. »Eigentlich möchte ich es nicht.« Möchte ich es nun, oder möchte ich es nicht? Hinter ‚eigentlich' verbirgt sich immer eine Unsicherheit oder Unklarheit, die dazu einlädt, nachzudenken, was man wirklich möchte. Es gibt auch Steigerungen, wie »Eigentlich sollte ich … « Denn unabhängig davon, ob ich nun sollte oder nicht, geht es doch immer um die Frage, ob ich es will oder nicht.

Wer anfängt, seinen Gedanken kritisch zu lauschen, wird bald seine ganz individuelle Liste mit Signalworten zusammenstellen können. Und wer sich dann die Mühe macht, eine Strichliste zu führen um festzustellen, wie häufig er bestimmte Signalworte verwendet, wird überrascht sein über die Hartnäckigkeit, mit der sich die Muster halten. Ist man in dieser Weise sensibilisiert, wird man außerdem feststellen, wie häufig die Menschen um uns herum ihre vermeintlich eigene, häufig aber lediglich den programmierten Mustern folgende ‚Meinung' kundtun, was mit oder ohne die bekannten Signalworte erfolgen kann.

Selbstführung

Mehr und mehr treten an die Stelle der programmierten Gedanken eigene Überzeugungen, und schnell wird man feststellen, daß man selbst das Heft in der Hand hält, wenn es darum geht, wie man sich in einer bestimmten Situation entscheiden soll und welchen Werten man folgen möchte. Man könnte sagen, daß man sich zu seiner eigenen Führungskraft befördert. Und das wiederum ist ein klarer Schritt weg vom »gelebt werden«.

Wer sich selbst führt, dessen Entscheidungen werden rasch auf mehr Klarheit beruhen. Solche Entscheidungen sind natürlich viel einfacher umzusetzen, weil man nun voll dahintersteht, was auch den anderen Menschen im privaten und beruflichen Umfeld positiv auffallen wird.

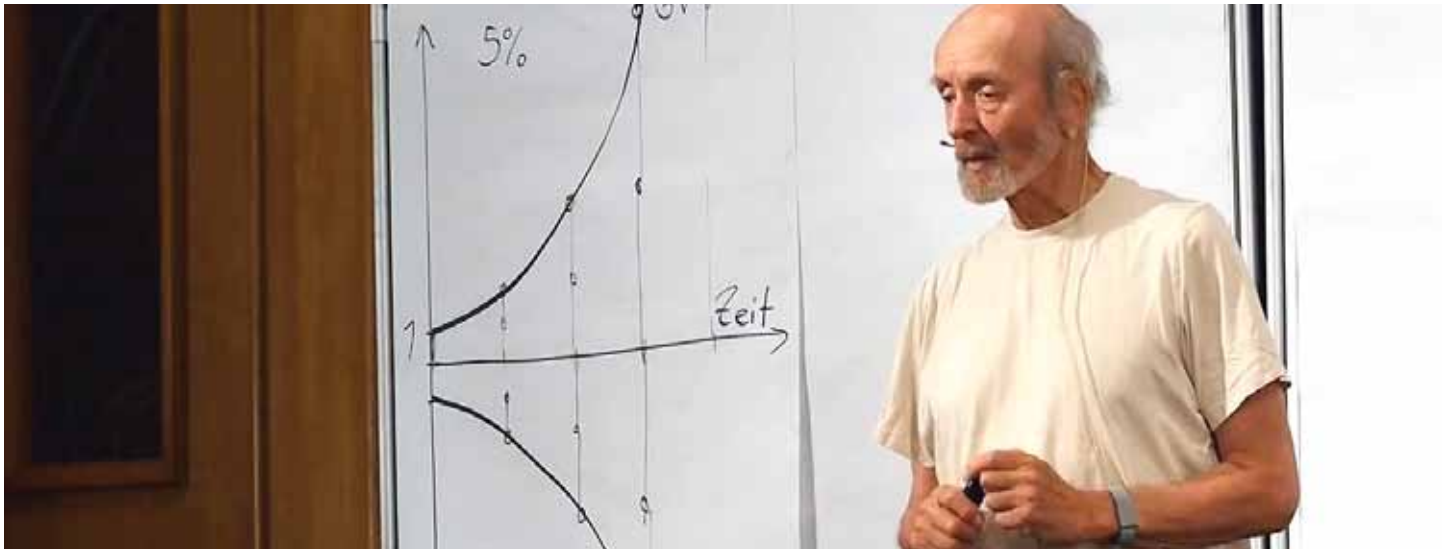
Die Selbstführung hat also einen positiven Effekt auf andere Menschen. Wir können mit gutem Bespiel vorangehen und führen damit zumindest indirekt die Menschen, mit denen wir tagtäglich in Kontakt kommen – ohne belehrende Worte, nur durch unser eigenes Tun.

Um im Prozeß der ‚Entprogrammierung' in der Übung zu bleiben, hilft neben dem Einsatz der ‚Signalworte' auch der so genannte Perspektivwechsel und die so genannte 180-Grad-Regel. Darüber können Sie in der nächsten Naturscheck-Ausgabe mehr lesen.

Autorin
Prof. Dr. Kathrin Köster
Hochschule Heilbronn
koester@koesterpartner.de
www.koesterpartner.de

Die dunklen Seiten unseres Währungssystems – Prof. Bernd Senf im Gespräch über Hintergründe für die Finanz- und Bankenkrise

Wenn es um Kritik an unserem Währungssystem geht, werden oft »einfache« Lösungen vorgestellt. Beispielsweise ein generelles Zinsverbot. Bernd Senf, emeritierter Professor für Volkswirtschaftslehre und Autor zahlreicher Bücher zur Finanzthematik, sieht die Sache differenzierter. Im Naturscheck-Gespräch beleuchtet er Hintergründe für drohende oder bereits sichtbar gewordene Krisen und zieht Parallelen von den Entwicklungen im Finanzbereich zu Entwicklungen in der Natur.



Ich möchte mit Ihnen zunächst auf die Finanz- und Bankenkrise der jüngsten Zeit zurückblicken: Was dabei verwundert, ist doch die Unverhältnismäßigkeit der eingesetzten Geldmittel. Wenn es um den Sozialbereich ging, reichte das politische Vokabular maximal bis zu zweistelligen Millionenbeträgen. Für die Bankenrettungen waren plötzlich utopische Summen vorhanden. Da stellt sich der Laie die Frage: Woher kamen diese Beträge? Wer sind die wahren Geldschöpfer?

Prof. Bernd Senf: Ich denke, wir wären erheblich weiter, wenn wir uns öfter fragen würden, woher das Geld eigentlich kommt. Man hat größtenteils nur die grobe Ahnung, daß wohl die Zentralbanken eine wesentliche Rolle dabei spielen, also die EZB für den Euro und »Fed« für den Dollar usw. Die Zentralbank läßt Papier bedrucken und bringt es dann »irgendwie« in den Wirtschaftskreislauf, doch wie das geschieht, ist meist unklar. Man muß zu-

nächst wissen, daß unser Geld immer als Kredit in Umlauf kommt! Das bedeutet andererseits, daß auf diese Weise auch Schuld und Verschuldung ins System gelangen. Im ersten Schritt verschulden sich also zunächst die Geschäftsbanken bei den Zentralbanken. Die Geschäftsbanken können dieses Geld als Kredit weiterverleihen und erheben dafür noch einmal Zinsen. An dieser Stelle ist das Geld bereits als Schuldgeld in das System eingegangen – Schulden, die durch Zinsen, Tilgung und Sicherheit bedient werden müssen. Von nun an hat der Gläubiger ein Zugriffsrecht auf die dinglichen Sicherheiten des Schuldners, also zum Beispiel seine Immobilien. Das Geld, das wir jeden Tag so selbstverständlich verwenden, ist so gesehen von Anbeginn an Schuldgeld. Wenn die Geldmenge wächst, heißt das im Umkehrschluß auch, daß das Volumen der Schulden wächst.

Brisant wird die Geldschöpfung, wenn man sich vor Augen führt, daß Geschäftsbanken zusätzlich zum Zentralbankgeld noch sogenanntes Giralgeld schöpfen können. Giralgeld sind Sichtguthaben, die man über sein Girokonto abheben oder überweisen kann. Giralgeld gilt jedoch – auch wenn das praktisch keine Rolle spielt – nicht als gesetzliches Zahlungsmittel, es handelt sich dabei streng genommen nur um ein Versprechen, jederzeit über die angezeigten Summen verfügen zu können! Da aber nur ein Bruchteil der Sichtguthaben in Bargeld verwendet wird, ist es der Bank möglich, ein Vielfaches an Giralgeld aus dem »Nichts« zu schöpfen und damit noch Geschäfte zu machen. »Nichts« in Anführungszeichen, weil ein kleiner Sockelbetrag an Bargeld vorhanden sein muß. In den 1930er-Jahren schuf die Bank für einen Anteil reellen Eigenkapitals 10 Anteile Giralgeld, heute liegt dieses Verhältnis schon bei ungefähr 1:20! Die Krux bei der Geschichte: Das von Geschäftsbanken geschöpfte Geld existiert nur virtuell, es kann jedoch mit allen Merkmalen eines Kredites weiterverliehen werden, sprich, mit Zinsen, Tilgung und Sicherheit. Sollte der Schuldner also säumig werden, droht ihm der Eigentumsverlust. Mit aus dem Nichts geschöpftem Geld kaufen sie die Welt!

Geldschöpfung gehört meiner Ansicht nach aber nicht in die Hand privater Geschäfts- oder privater Zentralbanken, sie gehört vielmehr in öffentliche Hand. Sie hat sich am Gemeinwohl zu orientieren, sollte dabei aber nicht unter dem Einfluß einer Regierung stehen, weil das in der Geschichte oft genug mißbraucht worden ist. Ich habe vor einigen Jahren die Idee einer unabhängigen Institution namens »Monetative« in die Diskussion gebracht, und diese Idee findet zwischenzeitlich mehr und mehr Beachtung. Im Bereich des Geldwesens könnte diese Einrichtung neben der Legislativen, Exekutiven und Judikativen als vierte unabhängige Säule des Staates für die Schöpfung, Emission und die Steuerung des Geldumlaufes verantwortlich sein und könnte dem Staat sogar zinslos Mittel bereitstellen.

Bei der »Fed« (Federal Reserve) oder der Bank of England hat man alleine schon vom Namen her den Eindruck, man habe es mit staatlichen Institutionen zu tun. In Wirklichkeit handelt es sich aber um Privatbanken oder Zusammenschlüsse mehrerer Privatbanken. Wieso läßt der Staat sich auf solche Konstruktionen ein?

Prof. Bernd Senf:
Die genannten Zentralbanken sind unter höchst fragwürdigen Bedingungen gegründet und danach kaum hinterfragt worden. Nach außen hin wurde der Eindruck erweckt, es handele sich um staatliche Institutionen. Doch es waren in Wirklichkeit nur Täuschungsmanöver, die mittlerweile auch historisch aufgearbeitet worden sind, zum Beispiel in G. Edward Griffins Buch »Die Kreatur von Jekyll Island«. Der Buchtitel bezieht sich auf die Privatinsel eines Bankiers, auf der hochrangige Vertreter der Finanzoligarchie auf einem Geheimtreffen die Weichen für die Gründung der Fed stellten. Kurioserweise haben die beteiligten Bankiers sich damals als Entenjäger verkleidet, um nicht in den Fokus des öffentlichen Interesses zu geraten. Es ging diesen Personen um die Etablierung einer privaten Zentralbank und um Strategien, diese brisante Tatsache vor Kongreß und Öffentlichkeit zu verschleiern! Das Gesetz mit dem Namen »Federal Reserve Act« ist dann einen Tag vor Weihnachten in den Amerikanischen Kongreß eingebracht und beschlossen worden! Seither sind die Pflöcke eingerammt!

Die US-amerikanische Notenbank besteht aus einer zentralen Fed und 12 sie tragende regionalen Feds, die allesamt in privater Hand sind. Ich persönlich bezeichne die Fed als Dunkelkammer der globalen Finanzwelt, da diese Institution sich seit 100 Jahren nicht in die Karten blicken läßt! Es gibt keine Rechnungslegung, keinen Wirtschaftsprüfer, nichts! Das alles hört sich sehr nach Verschwörungstheorie an. Aber nach gründlicher Recherche bin ich zu dem Schluß gekommen: Es ist seit 100 Jahren Realität!

Parkett | Holz | Kork | Farben | Holz im Garten | Leihgeräte | Montage | Liefer-, Aufmaß- und Verlegeservice | Perfekte Verarbeitung durch unser Handwerksteam

Lassen Sie sich begeistern von Naturfarben, Lehmfarben, ökologischen Dämmstoffen und natürlichen Bodenbelägen, die ein Wohnraumklima einfach zum Wohlfühlen schaffen.

Ihr Fachmarkt für wohngesundes Bauen und Renovieren im Großraum Heilbronn-Stuttgart.

DER NATURBAUMARKT
...die erste Wahl für Wand und Boden

www.dernaturbaumarkt.de
www.dernaturbaumarkt-shop.de

info@dernaturbaumarkt.de

DER NATURBAUMARKT
Fluhr & Walter GmbH
Großingersheimer Str. 8
74321 Bietigheim-Bissingen

Find us on Facebook

Tel: 07142-91 95 62 | Fax: 07142-91 95 63

Als ein Grundproblem für Finanzkrisen wird oft das Zins- und Zinseszinssystem genannt, weil es exponentielles Wachstum verursacht. Obwohl uns dieses Prinzip doch mittlerweile aus Erfahrungen in der Vergangenheit bekannt sein sollte, hat der Zinseszins die Jahrhunderte überlebt und wird auch heute nicht als das eigentliche Problem angesehen. Zu Recht?

Prof. Bernd Senf: Man muß sich tatsächlich ernsthaft fragen, wieso dieses Problem nicht längst schon mit der ihm gebührenden Priorität behandelt wurde. Es sollte doch längst klar sein, daß die Verknüpfung von Geld und Zinsen Krisen hervorruft. Eines der Kernprobleme liegt dabei in der viel zitierten Mentalität, »Geld für sich arbeiten zu lassen«. Es sind aber immer Menschen, die arbeiten, nicht das Geld! Die teils unfairen Bedingungen, unter denen Schuldner weltweit die Renditewünsche der Sparer und Banken begleichen müssen, um an Geld zu kommen, sieht ein Anleger natürlich nicht, wenn er nur die Prozentzahl vor Augen hat! Man sollte sich vor diesem Hintergrund die Frage stellen, woher denn die vielen Firmenzusammenbrüche, die wachsenden Schulden und die Überschuldung der Staatshaushalte kommen. Das kann ja nicht alleine das Werk von inkompetenten oder korrupten Politikern sein. In Wirklichkeit hängt das natürlich mit der im »Dunkeln« liegenden Seite des Geldsystems zusammen, also dem wachsenden Druck seitens der Gläubiger auf die Schuldner, sogar auf ganze Staaten! Diese müssen jetzt unter immer widrigeren Umständen dafür sorgen, daß sie wieder an Geld herankommen. Um die Gläubiger bedienen zu können, nehmen die Staaten ihrerseits in ihrer Not den »Staats-Bürger« in die Pflicht.

Ich sage aber nicht, der Zins sei das einzige Problem des herrschenden Geldsystems. Es geht auch um die Geldschöpfung der Zentralbanken und die Giralgeldschöpfung der Geschäftsbanken sowie um das Problem verselbständigter Spekulation, die zu einem völlig ungesunden Verhältnis zwischen Realwirtschaft und Finanzmärkten geführt hat. Diese Themen werden aber kaum ernsthaft diskutiert, nicht einmal von den Wirtschaftswissenschaften. Dabei finden wir diesbezüglich in der europäischen Vergangenheit interessante Lösungsansätze! Beispielsweise gab es eine sehr friedliche Phase in der mitteleuropäischen Geschichte, die über 300 Jahre lang währte.

Sie schreiben davon in einem Ihrer Bücher, während es schwierig ist, über die Zeitspanne, von der Sie berichten, etwas zu recherchieren, denn sie wird nirgendwo aufgeführt. Was geschah damals?

Prof. Bernd Senf: In den gängigen Quellen, selbst in Ökonomiebüchern, wird man so gut wie nichts finden. Es gibt aber sehr wohl Bücher zu diesem Thema, zum Beispiel »Das Geld in der Geschichte« von Karl Walker oder »Das Geld der Zukunft« und »Mysterium Geld« von Bernard Lietaer. Hier erfährt man, daß es vor einigen Jahrhunderten nicht nur eine lang anhaltende Wirtschaftsblüte gab, das sogenannte Blühende Hochmittelalter, sondern daß damit auch eine kulturelle Blüte, ein Aufblühen der Sinnlichkeit einherging, also eine ganz ungewöhnliche Epoche, verglichen mit dem darauf folgenden finsteren Mittelalter! Aus dieser Blütezeit stammen viele Kulturdenkmäler, gothische Kathedralen, und auch die Städte prosperierten. Man könnte nun meinen, all das sei aus einer extremen Ausbeutung der arbeitenden Bevölkerung hervorgegangen, aber das stimmt nicht; vielmehr ging es den arbeitenden Menschen damals sogar relativ gut. Auf den Speiseplänen konnte man drei reichhaltige Mahlzeiten finden, es gab eine 20-Stunden-Woche und knapp 100 Feiertage im Jahr! Bei Lietaer wird diese Phase im Unterschied zu der vorangegangenen und nachfolgenden Zeitspanne auch als viel weniger patriarchal und gewaltsam umschrieben.

Die Gründe für diese Hochphase sind wohl wesentlich in einem anderen Geldsystem zu finden. Das damalige Münzgeld, die sogenannten »Brakteaten« – dünne, unförmige Blechmünzen, die am Rand wegzubrechen drohten –, waren derart unattraktiv, daß es allein vom äußeren Erscheinungsbild her schon wenig reizvoll war, dieses Geld zu horten und dadurch dem Wirtschaftskreislauf zu entziehen*. Darüber hinaus sah das System in völlig unregelmäßigen Abständen einen »Rückruf« der Münzen vor, das heißt, sie wurden aus dem Verkehr gezogen und gegen neu geprägte Münzen eingetauscht. Dieser »Münzverruf« kam anfangs beim Tod des alten Münzherrn zu tragen, da der Nachfolger Wert darauf legte, daß sein Portrait auf den Geldstücken prangte. Später erfolgte er auch öfter. Die neu geprägten Münzen wurden dabei stets mit einem für den Staatshaushalt vorgesehenen

Abschlag von etwa 25 Prozent in Umlauf gebracht, dem so genannten Schlagschatz. Weitere Steuern gab es nicht. Wegen des Abschlags wollten die Bürger keine großen Geldbestände anhäufen, das Ganze verhielt sich so ähnlich, wie beim Kartenspiel »Schwarzer Peter« – wer alte Brakteaten besaß, hatte verloren! Damit es gar erst nicht so weit kam, wurde das Geld von den Wirtschaftsteilnehmern relativ schnell wieder ausgegeben, und es kam zu einem kontinuierlichen Geldfluß – auch ohne Zins.

Überlebt hat dieses System aber dennoch nicht.

Prof. Bernd Senf: 300 Jahre sind doch eine lange Zeit! Unser heutiges Geldsystem hat im Vergleich dazu eine Dauer von 50 bis 70 Jahren, ehe es von Krisen geschüttelt zusammenbricht. Ein exponentielles Anwachsen der Geldvermögen funktioniert ja nur auf Grundlage eines exponentiellen Anwachsens von Schulden, und zwar spiegelbildlich. In dieser Logik ist es klar, daß immer mehr Schuldner zusammenbrechen müssen, weil nicht entsprechend mehr Sozialprodukt produziert werden kann. Das ist wie beim Wettlauf zwischen Hase und Igel. Der Hase rennt wie verrückt, weil er meint, er müsse den vermeintlich langsameren Igel einholen können – doch immer ist der Igel schon vor ihm da! Im übertragenen Sinne sind auch die Gläubiger immer schon vor den Schuldnern da, egal, wie diese sich auch anstrengen! Das Maß an Forderungen in dem System wächst eben exponentiell, da hinken diejenigen, die produzieren und arbeiten immer hinterher! Dabei wirkt sich der Wachstumszwang am Ende auf alle Lebensbereiche zersetzend aus!

Ein Problem mit dem exponentiellen Wachstum ist doch, daß uns die Vorstellung für seine Problematik fehlt. Es fällt uns schwer, die Auswirkungen dieses Prinzips in die Zukunft zu projizieren.

Prof. Bernd Senf: Man muß nur eines verstehen: das exponentielle Wachstum, auf dem unser System basiert, wirkt langfristig wie Krebs! Interessanterweise findet man dieses Prinzip als Anfangsimpuls eines jeden Wachstumsprozesses auch in der Natur. Jedes Lebewesen ist aus dem exponentiellen Wachstum seiner Zellen hervorgegangen. Irgendwann stagniert diese Expansion, der Organismus wird im biologischen Sinne »erwachsen«. Das bedeutet nicht, es gäbe danach keine Entwicklungsmöglichkeiten mehr! Was wir danach vorfinden, ist im Gegensatz dazu jedoch qualitatives, kein quantitatives Wachstum. Qualitativ wächst der Mensch beispielsweise, in dem er sich geistig entfaltet. Wir müssen verstehen lernen, daß es auf Dauer unmöglich ist, quantitatives exponentielles Wachstum zu haben! Die Analogie zwischen biologischem Krebs und exponentiellem Wachstum in der Finanzwelt ist frappierend, dennoch verschließen die meisten die Augen davor. Bekanntlich hat auch Goethe sich in seinem Faust mit der Thematik beschäftigt. In Faust II setzt Mephisto Faust den Floh ins Ohr, er solle sein Glück mit dem Geld, beziehungsweise mit der Geldschöpfung versuchen, nachdem es mit der Liebe nicht geklappt hat. Das ist eine gewaltige Aussage! Aus enttäuschter Liebe und der Verdrängung des Schmerzes werden Menschen gierig nach etwas anderem, suchen Ersatzbefriedigungen wie etwa Geld oder Macht.

Ja, die Gier ist sicher die eigentlich treibende Kraft hinter allen Problemen. Herzlichen Dank für dieses Gespräch!

*** Fußnote**

In einem Aufsatz erklärt Prof. Bernd Senf diesen Sachverhalt wie folgt: *»Das Geld ist einerseits ein Tauschmittel - und kann diese Funktion nur erfüllen, wenn es kontinuierlich im Produktions-Einkommens-Kreislauf der Wirtschaft fließt.*

Es kann aber auch von denen, die es übrig haben, diesem Kreislauf entzogen werden, um damit zu spekulieren. Es kann einen hinreichend attraktiven Zins von denen erpressen, die dringend auf Kredit und auf den Durchfluß des Geldes angewiesen sind. Wenn dieser Zins nicht geboten wird, kann sich das Geld dem Produktions-Einkommens-Kreislauf entziehen indem es z.B. nicht bei den Banken angelegt wird und dieser dadurch weniger Kredite geben können. Es kann sich zum Beispiel in die Spekulation an die internationalen Finanzmärkte begeben, die unter diesem Einfluß immer mehr durchdrehen und von der Realität abheben, bis die Spekulationsblasen platzen. Die Funktion des Geldes als Spekulationsmittel tritt also in Gegensatz zu seiner Funktion als Tauschmittel und treibt insoweit Krisen hervor.«

Das Gespräch führte
Mehmet Yesilgöz

ökologische
werkstatt *schreinerei*

Ihr Partner für Möbel und Raumkonzepte

Salvatore Gugliuzza Höhenstr. 3 D-70736 Fellbach
Tel: 0711 / 52 21 97 info@oekologischewerkstatt.de
Fax: 0711 / 52 76 03 www.oekologischewerkstatt.de

IDENTITÄTSKRAFT ® – der Quell unserer Lebensenergie?

Kennen Sie das Gefühl, kraftlos zu sein? Nicht ausreichend Energie zu haben, um ein konkretes Ziel zu erreichen – ja, sogar um auch nur einen Schritt in diese Richtung zu unternehmen? Zum Glück sind wir nur selten derart kraftlos, und dennoch scheint es eine Art Energie zu geben, die uns hilft, unsere Ziele zu erreichen. Diese Kraft, die uns antreibt, ist das, was ich IDENTITÄTSKRAFT ® nenne, und ich lade Sie ein, zu erfahren, was es damit auf sich hat!

Letztlich hat die Geschichte der Identitätskraft sehr viel mit meinem Leben und meinen eigenen Erfahrungen zu tun. Und natürlich mit den Erfahrungen der vielen Klienten und Studenten, die ich in den letzten Jahren begleitet habe und unterrichten durfte.

Die meisten Menschen, die zu mir kommen, in die Seminare oder in meine Einzelcoaching, wollen in irgendeiner Art und Weise etwas für sich erreichen. Sei es ein konkretes Ziel, wie eine harmonische Beziehung, einen neuen Job, einen neuen Wohnort oder etwas Materielles wie z. B. ein neues Haus. Und dann gibt es noch die Menschen, die nur »weg« möchten, weg vom alten Job oder weg von alten Gewohnheiten.

Über die Jahre habe ich nun bereits über 1.000 Menschen auf diese Wege geführt. Die meisten erreichten ihre Ziele, jeder auf seine eigene Art und Weise. Immer handelte es sich um einen individuellen Weg. Aber es gab auch Gemeinsamkeiten. So hatten all diese Menschen auf ihrem Weg viel über sich gelernt. Sie erfuhren, wer sie wirklich sind, was sie sich wirklich wünschen, welche Werte ihnen wirklich entsprechen, was sie mögen und was ihnen auch nicht entspricht. Natürlich wußten meine Klienten immer, wie sie heißen, woher sie kommen und wo sie wohnen. Sie wußten auch, womit sie ihren Tag verbringen. Doch sie wußten meistens auch, daß es nicht das ist, was ihrer wahren Identität entspricht. Und das geht den meisten so – allerdings schaute ich auf die Frage nach ihrer wahren Identität stets in verdutzte und grübelnde Gesichter!

Wenn ich also meine Kunden nach ihrer wahren Identität befragte, mußten wir schnell feststellen, daß die Karte zu diesem Schatz wohl verlorengegangen war. Wann und wo, darüber konnte man nur mutmaßen, doch gab es da etwas, wie ein intuitives Wissen, daß es wertvoll wäre zu erfahren, wer man eigentlich wirklich ist. Denn, wenn wir das leben möchten, was uns wirklich entspricht, sollten wir vorher wissen, wer wir wirklich sind!

Und so begleite ich meine Klienten und Schüler auf dem Weg zur (Selbst-)Erkenntnis. Was mir leicht fällt, denn auch hier gilt, daß die Übung den Meister macht. Aber so wichtig die Erkenntnis der wahren Identität auch sein mag, es ist dennoch nur die halbe Miete! Was ich meine ist, daß es uns nicht allein dann besser geht, wenn wir wissen, wer wir sind. Unsere Lebensqualität drückt sich durch das (physische) Leben aus. Also durch den gelebten Alltag.

So kommt es regelmäßig vor, daß Menschen nach der anfänglichen Euphorie der

»Selbsterkenntnis« in ein tiefes Loch fallen, wenn sie im Alltag feststellen, daß sie nun zwar wissen, wer sie sind, aber dadurch auch jetzt erst recht erkennen, daß sie nicht das Leben leben, das ihnen wirklich entspricht. Stattdessen sehen sie, daß sie von diesem Leben noch weit entfernt sind – eine fatale Erkenntnis, denn sie entzieht uns genau die Energie, die notwendig wäre, um etwas im Leben zu verändern: Die IDENTITÄTS**KRAFT** ®.

Also bleibt alles beim Alten, was die Reduktion weiterer IDENTITÄTS-**KRAFT** ® zur Folge hat. Eine verhängnisvolle Negativspirale, aus der man alleine nur schwer herausfindet, beginnt.

Viele dieser Menschen wandeln dann von einem Coach zum nächsten oder von einem Seminar zum nächsten – stets auf der Suche nach einem glücklichen Leben! Betrachtet man dann genauer, was auf diesen Seminaren geschieht, erkennt man schnell, daß es dabei immer um die Selbstfindung geht. Also darum, die eigene Identität zu finden. Und dann oft darum, Blockaden zu lösen – die die Menschen davon abhalten, das zu leben, was sie wirklich sind!

Und genau hier liegt der Fehler im System. Es gibt gar keine Blockaden, die uns davon abhalten, das Leben zu leben, welches unserer Identität entspricht. Aber leider lebt mittlerweile eine ganze Branche davon, diese Blockaden aufzuspüren und zu eliminieren. Damit der Weg frei ist in ein »glückliches Leben«. Auf diesem Weg werden Ursachen für Blockaden gesucht, gewandelt und vermutlich öfter, als einem lieb sein kann, auch durchlitten. Mit selbst pseudo-wissenschaftlich kaum haltbaren Argumenten wird hier methodenübergreifend an der falschen Stelle angepackt, denn die »Bahn zu einem glücklichen Leben« ist bereits »frei«.

Wenn also die Bahn frei ist, aber kaum jemand auf dieser Bahn seinem glücklichen Leben entgegenfliegt, muß es wohl daran liegen, daß der Tank leer ist! Es ist kein Tropfen IDENTITÄTS-**KRAFT** ® mehr vorhanden, der einen ins Handeln kommen lassen könnte. Wie also sieht die Lösung dieser Misere aus? Es gibt nur einen Weg, an den Treibstoff der IDENTITÄTS**KRAFT** ® zu gelangen, und der ist, zu leben, was einem wirklich entspricht. Ich meine, tatsächlich jetzt zu beginnen, das zu tun, was Ihnen entspricht – denn genau aus diesem Handeln entspringt die Energie, die wir dafür benötigen, UM zielgerichtet aktiv zu werden. Diese Energie nenne ich die IDENTITÄTS**KRAFT** ®, und es gibt unendlich viel davon. Um diesen Lebensquell für sich zu erschließen, müssen Sie keine einzige Blockade lösen, wandeln oder was auch immer – Sie müssen lediglich beginnen, der Rest geht dann zunächst zunehmend leichter und wenig später quasi ganz von alleine.

Ganz ehrlich, hätte ich das früher in meinem Leben erkannt, hätte ich mir viel Zeit und Geld sparen können – denn letztlich haben mich meine Erfahrungen als Coach, Supervisor und Lehrer gelehrt, worauf es wirklich ankommt. Denn es geht nicht darum, zu wissen, wer man ist, sondern einfach darum, ein glückliches Leben zu führen – wobei ich meine Kunden lediglich dabei unterstützen muß, ins Handeln zu kommen und zu beginnen, ihre IDENTITÄTS**KRAFT** ® zu entfalten. Ab diesem Moment läuft alles andere bald schon wie von selbst – nachhaltig, so wie es die Natur vorgesehen hat!

Daher also mein Appell an all die Glückssuchenden – und ich bin mir sicher, Sie haben schon viele Seminare zur Selbstfindung besucht. Buchen Sie kein Seminar mehr, welches Ihnen nicht verspricht, wirklich etwas in Ihrem physischen Leben zu verändern. Im besten Fall werden Sie während des Seminars dort wundervolle Momente der Entspannung erfahren, um kurz nach der Rückkehr wieder vom Alltag ins alte Fahrwasser gezogen zu werden!

Gehen Sie stattdessen dorthin, wo Ihnen geholfen wird, nicht sich selbst – sondern Ihr physisches Leben zu verändern. Sie selbst sind nämlich OK, genauso wie Sie in diesem Moment sind!

Sie wollen mehr erfahren, mich persönlich kennenlernen oder direkt Feedback geben? Dann freue ich mich auf Ihren Besuch an meinem **offenen und kostenlosen Infoabend am Freitag den 12. Dezember 2014**. Gerne können Sie in Begleitung kommen, auch Ihre Freunde sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen

IDENTITÄTSKRAFT ® Akademie
Inh. Mirko Irion
Öhringer Str. 17
D-71543 Wüstenrot/Neuhütten
Tel. +49 (0) 7945 337 10 52
Fax:+49 (0) 7945 337 05 08
E-Mail: m.irion@identitaetskraft.de
Web: www.identitaetskraft.de

DER HOLZHOF
mitwelt funktion design

Der Holzhof
Obersteinacher Straße 23
D-74582 Gerabronn-Dünsbach
Telefon 0 79 52/54 54
Telefax 0 79 52/66 23
www.der-holzhof.de

Ein wertvolles Weihnachtsgeschenk: Schöne und gesunde Haut!

Nach dem großen Erfolg der 100% **Ultraschall-Zahnbürste** steht nun auch die **Emmi-Skin** zur Verfügung. Viele Dermatologen behandeln die Gesichts-Falten mit Botox- oder Hyaluron-gel-Injektionen, was leider zu Gefäßverletzungen führen kann führt. Dabei ist das gar nicht nötig! Emmi-Skin wirkt mit den weichen Ultraschallschwingungen tief in die Haut, dadurch wird die Collagensynthese aktiviert und das Untergewebe wird gefestigt: Fältchen auf Stirn, Hals und Dekolleté werden schwächer und verschwinden oft ganz.

Die Verbesserung der Hautstruktur und des Gewebes durch die Wirkung des weichen Ultraschalls läßt sich innerhalb kürzester Zeit durch eine speziell entwickelte Ultraschall-Collagen-Creme feststellen. Die Haut verändert sich im Laufe des Lebens. Umwelteinflüsse wie Sonne, Kälte, unreine Luft und auch eine genetische Veranlagung sind für das Altern der Haut verantwortlich. Die Hautneubildung durch Zellteilung verlangsamt sich mit den Lebensjahren. Die Kollagenfasern werden härter, sichtbare Mimikfältchen, weicher werdende Konturen durch schwächer werdendes Gewebe und müde aussehende Haut sind das Ergebnis.

Eine Tatsache, gegen die es ein wirksames Mittel gibt: Emmi-Skin tiefenwirkender Ultraschall. Durch die bewegungslose Behandlung mit der Emmi-Skin kann auf Peeling ganz verzichtet werden, denn die trockenen Hautschüppchen lassen sich leicht ohne Bürsten entfernen. Die Spezial-Ultraschall Collagencreme dient zur Verbesserung der Haut und der Hautgesundheit.

Eine weitere wirkungsvolle Spezialcreme ist die Hyaluroncreme zur Straffung und für die Feuchtigkeit der Haut. Die Begeisterung bei Damen und auch immer mehr Herren ist deshalb für EMAG-Forschungs- und Entwicklungsleiter, Dipl.-Ing. Hugo R. Hosefelder keine Überraschung. »In Feldversuchen stellten wir bereits in den letzten zwei Jahren fest, daß nicht nur ein erstaunlicher Peeling-Effekt erzielt wird, sondern Hautunreinheiten wie Mitesser, Akne, Hautpilze, Wunden, uvm. durch die antibakterielle Wirkung des Ultraschalls sehr schnell abheilen. Fahle, müde wirkende Haut verbessert sich in kürzester Zeit, sie wirkt straffer und durch eine gute Durchblutung sieht sie rosig und gesund aus. Die Stoffwechselvorgänge werden optimal angeregt, wodurch das Hautbild sichtbar verfeinert wird!«

Diese Ultraschall-Behandlung läßt sich nicht nur in Kosmetikstudios, sondern auch bequem zuhause durchführen. Zweimal wöchentlich 10 Minuten, und die Haut ist rundum gut versorgt und bedankt sich durch ein deutlich jüngeres Aussehen. Warum gleich zum Muskel lähmenden Botox greifen? Lassen Sie doch einfach den völlig unschädlichen Ultraschall wirken!

Muskelverspannungen, Mandelentzündung, Hornhaut? Emmi-skin hilft! Die antibakterielle Wirkung des Ultraschalls ist seit den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts wissenschaftlich nachgewiesen. »Das weite Feld des Ultraschalls für Gesundheit, Schönheit und Wellness ist noch lange nicht erforscht, wir stehen quasi am Anfang.«, so Hosefelder, »Wir werden immer wieder überrascht, welche neuen Möglichkeiten sich unerwartet eröffnen!«

Autor
Wolfgang Schlagenhauf,
Heilpraktiker
Mit freundlicher Genehmigung
der EMAG AG

Biokochen mit Frau Koch

Dipl. Ernährungswissenschaftlerin **Tanja Koch** gibt Kochkurse bei der VHS und arbeitet im Naturland Bio-Obsthof Gräßle in Heilbronn-Biberach. Unter der Rubrik: »Biokochen mit Frau Koch« macht sie regelmäßig Rezeptvorschläge. Ihr Motto: »Kochen ist Leidenschaft, Essen ist Genuß und für den Genuß nur die hochwertigsten Zutaten.«

Weiße Bohnensuppe mit Sellerie, Speck und getrockneten Tomaten - für etwa 4-6 Personen -

150 g kleine, weiße Bohnen
1 Lorbeerblatt, 1 Knoblauchzehe, Salz
die Bohnen über Nacht gut bedeckt mit Wasser einweichen und am nächsten Tag in frischem Wasser mit dem Lorbeerblatt zum Kochen bringen. Die Knoblauchzehe schälen, mit der Faust leicht anquetschen und ebenfalls zugeben. Die Bohnen laut Packungsangabe etwa 60-70 Minuten weich kochen. Die letzten 10 Minuten der Kochzeit das Salz zugeben. Die Bohnen abgießen.

120 g Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 150 g mehlig kochende Kartoffeln, 200 g Selleriestück, 2-3 EL Olivenöl, 1 L Fleisch- oder Gemüsebrühe, 2 kleine Lorbeerblätter, 2 Pimentkörner
die Zwiebel und den Knoblauch schälen, die Zwiebel fein würfeln und den Knoblauch fein hacken. Die Kartoffeln und den Sellerie schälen und ebenfalls fein würfeln. Die Zwiebeln im heißen Öl glasig dünsten; nicht bräunen. Die Kartoffeln, den Sellerie und den Knoblauch zugeben und mit dünsten. Mit der Brühe ablöschen, die Lorbeerblätter und Pimentkörner zugeben und die Suppe mit Deckel etwa 20-25 Minuten köcheln lassen. Die Gewürze herausfischen und die Suppe mit einem Stabmixer glatt pürieren. Die Suppe sollte jetzt noch relativ dünnflüssig sein. Die Bohnen in die Suppe rühren und mit Deckel sanft weiter köcheln lassen.

je 0,5 TL getrockneter Majoran und Oregano, 50 g leicht abgetropfte, in Öl eingelegte, getrocknete Tomaten, 200 g Selleriestück, 2 EL Olivenöl, 50 g Speckscheiben wie Pancetta, Salz, Pfeffer
die getrockneten Kräuter einrühren. Die Tomaten fein würfeln und untermischen. Den Sellerie schälen, fein würfeln und im heißen Olivenöl in einer Pfanne langsam gar braten und unter die Suppe mischen. Den Speck würfeln, ebenfalls in der Pfanne kurz braten und zur Suppe geben. Diese mit Salz und Pfeffer würzen und nochmals etwa 5 Minuten sämig köcheln lassen.

Tipp: Statt Sellerie schmecken auch Petersilienwurzeln und Pastinaken oder eine Mischung lecker.

Was ist eigentlich Ergotherapie?

Der Deutsche Verband der Ergotherapeuten (DVE) definiert die Ergotherapie so: »Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind. Ziel ist, sie bei der Durchführung für sie bedeutungsvoller Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken.« NATURSCHECK befragte die Ergotherapeutin Nadine Doebelin aus Bad Wimpfen, wie Ergotherapie in der Praxis funktioniert.

Frau Doebelin, gemäß einer Erklärung der DVE ist Ergotherapie im Grunde für jeden Menschen geeignet. Entweder haben wir ein Defizit, das wir beheben wollen. Oder wir möchten verhindern, daß Defizite überhaupt entstehen. Welche Defizite sind hier gemeint?

Nadine Doebelin

Sie betreffen alle Bereiche des menschlichen Körpers und sind sehr breit gefächert. Ergotherapeuten behandeln Menschen, deren Wahrnehmung, Konzentration oder Aufmerksamkeit gestört ist. Aber auch wenn ihre Reaktionen nicht richtig funktionieren, bei Schwierigkeiten, sich Dinge zu merken oder Problemen mit dem Gleichgewicht, der Grob- und Feinmotorik. Auch Schreibbewegungen üben wir – da spricht man von der Graphomotorik.

Meistens kommen Menschen erst zur Ergotherapie, wenn sie bereits erkrankt sind. Meine Patienten leiden zum Beispiel unter den Folgen von Schlaganfällen, Herzinfarkten, Rheuma, chronischen Schmerzen, neurologischen Störungen nach Unfällen, Demenz, Parkinson oder Multipler Sklerose. Auch psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Burnout-Syndrom, sowie psychosomatische Erkrankungen gehören zu meinem Spektrum.

Hinzu kommen Kinder, die unter Verhaltens- oder Entwicklungsstörungen leiden oder Patienten mit körperlichen oder geistigen Schäden. Außerdem behandle ich Menschen, die Fehlhaltungen haben oder überbelastet sind. Auch die Prävention spielt eine wichtige Rolle. Hier schulen wir eine bessere Sinneswahrnehmung, Fein-, Grob und Graphomotorik, damit Schulkinder sich besser konzentrieren. Auch in der Altersmedizin kommt die Ergotherapie zum Einsatz.

Wie könnte man Ergotherapie in drei Sätzen erklären?

Nadine Doebelin

Die Ergotherapie ist ein ganzheitlicher Ansatz, sie schult nicht nur die Bewegungsabläufe des Körpers, sondern das ganze menschliche System. Dazu gehört Bewegung, Wahrnehmung, Aufmerksamkeit und wie das alles zusammenwirkt. Meine Patienten lernen, im Alltags-, Schul-, und Berufsleben selbstständig und unabhängig zu werden. Das Training läuft individuell ab – je nach Defizit. Das können Bewegungsabläufe sein, Übungen zu Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, oder Koordination, aber auch zur Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und Konzentration. Außerdem trainieren wir das Gehirn – zum Beispiel nach Erkrankungen oder Verletzungen am Kopf, und ganz praktische Dinge wie Waschen, Anziehen, Essen, Trinken, Einkaufen, Umgang mit Geld, Telefonieren, Zeiteinteilung, Orientierung im Straßenverkehr und so weiter.

Können Sie ein konkretes Beispiel geben, was sich durch Ergotherapie bei einem Menschen verändern kann?

Nadine Doebelin

Beispiele sind: Eine Demenzpatientin kann nach feinmotorischen Übungen ihren Hosenknopf wieder schließen. Ein Schlaganfall-Patient kann seine Hand wieder öffnen. Ein Kind, das in seiner Wahrnehmung und Konzentration eingeschränkt war, kann jetzt wieder im Schulunterricht folgen und Sozialkontakte aufnehmen. Es berichtete nach sechsmonatiger Therapie, daß es mit einem Freund spielen geht. Und es gibt noch sehr viele weitere Beispiele.

Das Thema Ergotherapie erscheint sehr komplex. Wer entscheidet, wie lange eine ergotherapeutische Behandlung dauert und – die übliche Frage – wer bezahlt?

Nadine Doebelin

Das Thema ist sogar sehr komplex. Aber genau das ist es, was mich an dem Beruf der Ergotherapeutin so fasziniert. Ergotherapie ist ein anerkanntes Heilmittel und kann von einem Facharzt, Hausarzt oder Kinderarzt verordnet werden. Je nach Verordnung dauert eine Sitzung 30 bis 60 Minuten, mit maximal 10 Einheiten pro Rezept. Wie viele Rezepte verordnet werden, entscheidet der Arzt – bestenfalls in Absprache mit dem Therapeuten. Die Kosten tragen die Krankenkassen.

Was machen Sie anders? Bzw. warum sollen die Patienten zu Ihnen kommen?

Nadine Doebelin

Das ist eine gute Frage! Bei mir steht einzig und allein der Patient im Vordergrund. Ich versuche den Menschen als Ganzes in seinem System zu verstehen und zu sehen. Bei mir steht Qualität vor Quantität. Ich nehme mir Zeit und lege Wert auf Zuwendung und Geduld. Meine jahrelange Erfahrung aus unterschiedlichsten Bereichen hat mir und meinem Team gezeigt, daß eine Therapie nur dann sinnvoll ist, wenn wir ein konkretes Ziel zusammen mit dem Patienten erarbeiten. Wir schauen auf die ganz persönlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten des Patienten und stimmen die Behandlung individuell ab. Wir legen großen Wert auf den Dialog mit ihnen, den Ärzten und den Angehörigen. Das ist nicht immer einfach, aber dadurch erreichen wir das bestmögliche Behandlungsergebnis.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Weitere Informationen
Nadine Doebelin
www.deine-ergopraxis.de
Tel: 07063 – 266033

Praxis Für Ganzheitliche Kieferorthopädie

Dr. Martin Kamp
-Kieferorthopäde-

Schwerpunkte:
- Bionator Therapie
- Bioadaptive Therapie
- Erwachsenen Behandlung
- Schmerztherapie
- Kiefergelenk-Behandlungen
- Kieferorthopädie „ohne" Zähneziehen

In Verbindung mit: Osteopathie, Cranio-Sacral Therapie, Logopädie, Heil-Eurythmie, MedReflexTherapie®

Bandhausstr. 10, D-74336 Brackenheim
Tel.: 07135 - 963 337
www.dr-kamp-de

Eine (Vital)Welt für die ganze Familie

Informieren – Beraten –Stöbern und Finden

Die VitalWelt Apotheke versteht sich nicht nur als medizinischer Versorger, sondern als Ansprechpartner für alle Lebensbereiche von Schwangerschaft bis ins hohe Alter.

Im Rems-Murr-Kreis ist die VitalWelt in Murrhardt und seit September 2014 auch im Gesundheitszentrum Winnenden zu finden. In unmittelbarer Nachbarschaft zum neu eröffneten Klinikum mit seinen spezialisierten Fachkliniken und interdisziplinären medizinischen Zentren, finden Patienten und Kunden Ansprechpartner für alle Bereiche rund um Gesundheit und Wohlbefinden.

Ein wichtiger Dienstleistungsbereich der VitalWelt Apotheke ist der HomeCareService, hierunter versteht sich die professionelle Versorgung von Menschen im häuslichen Umfeld oder in einer stationären Einrichtung (Pflegeheim/Kurzzeitpflege), die entweder aufgrund einer chronischen Erkrankung, einer Akuterkrankung auf Unterstützung angewiesen sind.

Ein zweiter Schwerpunkt ist die ElternKindZeit mit einer Hebammensprechstunde. Einmal im Monat ist Hebamme Nadja Sue Endres in der VitalWelt Apotheke in Winnenden zu finden. In der VitalWelt Apotheke in Michelfeld ist sie von Montag bis Donnerstag erreichbar. Sie ist Ansprechpartnerin für (werdende) Eltern. »Das erste Lebensjahr ist für Eltern und Babys eine besonders spannende Zeit, da sich ständig etwas verändert«, erklärt die Hebamme, Stillberaterin und Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe. »Ich beantworte den Eltern Fragen zur Schwangerschaft, Geburt und das Elternwerden, gebe Empfehlungen für die erste Zeit mit dem Baby, zum Stillen und Ernährungsalternativen und auch bei Fragen rund um Schlafen und Wachen.«

Interessierte Kunden finden in der VitalWelt eine Auswahl an ansprechenden Accessoires und klassischem Zubehör rund um die ersten Lebensmonate. »Zum Sortiment gehören anschmiegsame Stillkissen und passendes Stillzubehör, aber auch medizinische Artikel, wie zum Beispiel Milchpumpen und Babywaagen, die bei uns ausgeliehen werden können.

Viele Eltern greifen auch gerne auf das breite Sortiment der Bahnhof Apotheke Kempten zurück. »Viele Aromamischungen werden als duftende Helfer und wohltuende Pflegeprodukte verwendet. Manche dienen der Unterstützung bei körperlichen Beschwerden, so hilft der Engelwurzbalsam bei einer Schnupfennase, das Stillöl regt die Milchbildung an. Andere Duftmischungen unterstützen als Öle in Aromalampen das Wohlbefinden oder helfen, wie zum Beispiel das Duftöl »Sandmännchen«, kleinen Nachtschwärmern beim Einschlafen,« weiß Nadja Sue Endres.

Jeden dritten Donnerstag im Monat nimmt sich Nadja Sue Endres in der VitalWelt Apotheke in Winnenden von 9.00-13.00 Uhr, während der Hebammensprechstunde, Zeit für individuelle Gespräche. In der VitalWelt Apotheke in Michelfeld ist sie von Montag bis Donnerstag von 8.30 Uhr bis 13.00 Uhr erreichbar.

Wer etwas mehr Gesprächsbedarf hat, kann sich gerne im Vorfeld per Email direkt an **elternkindberatung@vitalwelt-apotheke.com** wenden.

VitalWelt … mehr als eine Apotheke, auch in Schwäbisch Hall, Bretten und Pforzheim.

HEBAMME NADJA SUE ENDRES

Kontakt

» VitalWelt - Apotheke im Kerz,
74545 Michelfeld
Tel. 0791- 971604 – Fax 971605
» VitalWelt - Apotheke am Römerbad, 71540 Murrhardt
Tel. 07192/935950 – Fax 9359510
» VitalWelt - Apotheke im Gesundheitszentrum, 71364 Winnenden
Tel. 07195/978610 - Fax 9786120

Sorge für DICH! – Mit Quantenfeld Transformation

Stehen Sie gerade vor einem beruflichen oder privaten Umbruch? Stecken Sie in einer Krisensituation? Müssen Sie wichtige Entscheidungen treffen und sind verunsichert oder ratlos? Sind Sie gesundheitlich angeschlagen und benötigen eine stabilisierende Unterstützung?

Sorgen Sie für sich!

Eine der effektivsten, schnellsten und dazu noch leicht lernbaren Wege zu einer ausgeglichenen Verfassung ist die Quantenfeld Transformation. Starke, emotionale Reaktionen werden ausbalanciert, Blockaden lösen sich, und Sie sind in der Lage, eine stabile Grundhaltung einzunehmen und aufrechtzuerhalten. Aus dieser Kraft heraus stärken Sie Selbstwert und Selbstvertrauen und schaffen die Voraussetzungen, um Krisen zu meistern, gute Entscheidungen zu treffen, und auch Ihr Körper, nun frei von schwächendem Energiemangel, erholt sich schnell – Ihre Selbstheilungskräfte werden aktiviert und all das führt zu Wohlbefinden!

Wenn Sie mehr über eine faszinierende Methode und die sich bietenden Möglichkeiten wissen möchten, besuchen Sie einen unserer kostenlosen Erlebnisabende. Hier können Sie die Wirkung einfach und unverbindlich erfahren und genießen. Denn das eigene Erleben ist überzeugender als alle erklärenden Worte!

Erlebnisabende

Erlebnisabende – auch als kostenloses Video auf unserer Webseite: www.gipfelstuermer-institut.de
Schwäbisch Hall: 10.12.2014
Gschwend: 07.01.2015

Anmeldung

Melden Sie sich jetzt zu einem kostenlosen Erlebnisabend an und sichern Sie sich einen Platz! **www.Gipfelstuermer-Institut.de/infoabend.html** oder rufen Sie uns einfach an: **0 79 45 - 94 17 35**

»Spirits of the Night« im Panoramahotel

Am 8.11.2014 trat der Ingelfinger »Mental-Magier« Christian Fontagnier im Panoramahotel Waldenburg auf. Dabei wurde Zauberkunst mit Kulinarischem verbunden - zwischen den einzelnen Menü-Gängen zeigte der Magier seine Fähigkeiten und zog alle Anwesenden in seinen Bann.

Mit einer 100%igen Trefferquote »erriet« er die Geburtstage einiger Anwesenden, las deren Gedanken und brachte mehrere Menschen dazu, Dinge zu tun, die sie sich bis heute nicht erklären können. Er verzichtete dabei weitestgehend auf Taschenspielertricks, was es noch schwerer machte, sich zumindest vorzustellen, daß ein »Haken« an der Sache sein mußte.

Obwohl wir das Glück hatten, mit Christian Fontagnier an einem Tisch zu sitzen und ihm gelegentlich »auf die Finger schauen« konnten, blieben wir am Ende mit fragenden Gesichtern zurück.

Doch man muß nicht alles verstehen können, um von etwas begeistert zu sein! Laut Hoteldirektor Jürgen Wegmann »macht das den Reiz einer solchen Veranstaltung aus. Unsere Vorstellungswelt wird dabei erweitert. Und das ist ja der Sinn von Magie. Denn dort ist alles möglich.« Auch für 2015 sind wieder einige besondere Veranstaltungen geplant. Und so trägt das Panoramahotel auf seine Art zur »Bewußtseinserweiterung« seiner Gäste bei.

Wer den Magier Christian Fontagnier selbst einmal live erleben möchte, findet auf **www.zauber-chris.de** weitere Informationen.

Autor
Michael Hoppe

Angst – der Alb, der uns im Genick sitzt

Vor einiger Zeit rief mich Paula T. an, eine Kollegin an ihrer Schule habe ihr einen Artikel von mir mitgebracht. Darin sei es zwar nicht um ihr Problem gegangen, sie habe Angst- und Panikattacken. Ob ich auch so etwas mit Heilhypnose behandeln könne?

Paula T. hat vor jeder Unterrichtsstundestunde vor Angst schweißnasse Hände und Magenschmerzen. Ich erklärte ihr, Angst- und Panikerkrankungen können gut mit Heilhypnose behandelt werden. Ich begann ihr nun einiges Grundsätzliches darüber zu erklären, zum Beispiel, daß Heilhypnose ein streß-freier Zustand der körperlichen Schwere und der inneren Fokussierung auf EIN ausgewähltes Thema ist, konzentriert auf die Ge-

fühlsebene. Daß Heilhypnose somit die Arbeit von Patient und Therapeut mit diesen Gefühlen ist. Es findet kein Kontrollverlust statt. Dies alles schien sie zu überzeugen. Denn nach einigen Tagen rief sie wieder an und hatte sich entschieden.

Beim anschließenden Termin erarbeiteten wir zuerst einmal ihren frühkindlichen Lebenslauf, um möglichst die Ursachen ihrer Beschwerden einzukreisen, denn jedes Erlebnis, jedes Wort löst in uns Reaktionen und Gefühle aus, die das Unterbewußtsein speichert und zwar genau mit jeweils DER Bewertung aus DEM Altersbereich, in dem das Erlebnis stattgefunden hat. Wie sich im weiteren Verlauf des Gesprächs zeigte, stand ihre Angst stark im Zusammenhang mit ihrem Vater. Jeder Fehler, den sie gemacht hatte, jede Unsicherheit, die sie zeigte, wurde spöttisch, manchmal richtig zynisch und in der Kindheit durchaus auch mit einer kräftigen Ohrfeige »kommentiert«.

Wir hatten vermutlich hier in ihrer Vergangenheit, den **Auslöser**, aber sicher noch nicht die **Ursache** ihrer Probleme gefunden! Hinzu kam neben der Angst, das Gefühl, grundsächlich für alles zu dumm zu sein, unfähig, irgendetwas wirklich richtig zu machen.

Zwei Wochen später kam sie zur Therapie. Wir begannen jetzt langsam unter Hypnose im Alter zurückzugehen. Wir suchten das erste Gefühl von Angst und eben einfach »unbrauchbar« zu sein. Über wenige Sitzungen hinweg fanden wir uns im zweiten bis dritten Lebensjahr wieder. Ihr Vater hatte gerade wieder einen Riesenstreit mit ihrer Mutter, dabei ging es wohl um Paula; er wurde immer lauter, war außer sich vor Wut, brüllte, schlug die Mutter.

Der Anlaß war: Die kleine Paula hatte nur der Mutter helfen wollen und ihren Teller nach dem Essen abgeräumt. Sie war auf einen Hocker geklettert, hatte den leeren Teller erfaßt und dann war er ihr einfach aus den kleinen Händchen gerutscht. Ihr Vater schlug erst sie und nahm sich dann die Mutter vor. Außer den Schlägen fielen ganz entsetzliche Worte wie: Er hätte ja nie Kinder haben wollen … Mädchen seien etwas ganz besonders Unnützes, und sie selbst sei ja zu blöd gewesen, wenigstens einen Sohn zur Welt zu bringen. »Wärt ihr bloß bei der Geburt verr … !«

Obwohl sie vieles noch gar nicht verstand, brannten sich die Sätze in ihr Unterbewußtsein ein und steuerten ab jetzt ihr Selbstwertgefühl, ihre Selbstwahrnehmung. Und es war ja nicht Vaters einziger »Ausrutscher« gewesen. Nein, immer und immer wieder bestätigten seine Bemerkungen und Wutausbrüche genau diese alten, gemeinen Denkmuster. Ihre Mutter war keine Hilfe für sie. Ganz im Gegenteil, sie war innerlich längst zerbrochen und völlig hilflos. Sie stellte für ihre kleine Tochter nur einen weiteren Beweis dar: sich für die kleine Paula einzusetzen, lohnte sich ganz einfach nicht.

An Paulas aufsteigenden Angstreaktionen unter der Hypnose, erkannte ich, wir hatten wohl das Urereignis gefunden. Ich entließ sie daher gar nicht erst aus der Hypnose. Wir machten uns sofort an die »Verarbeitung« der alten Situation. Ich begann vorsichtig ihr Inneres Kind von diesem Urereignis zu distanzieren und Paula T. nahm ihr Inneres Kind auf den Arm; es war bei der erwachsenen Paula nun sicher, geschützt und geborgen. So konnte die kleine Paula keine Schmerzen, keine Angstgefühle, keine Erniedrigung erleben. Ihr erwachsenes Ich gab ihr alles an Liebe, Hilfe, Zuwendung, Fürsorge und Schutz, was sie damals vermißt hatte. Im weiteren Verlauf der Hypnose tauschten wir allmählich eine neue, ruhige, sichere Erinnerung gegen die alte, angstbelastete aus.

Anschließend mußten diese neuen, positiven Gefühle in weiteren Sitzungen in ihrem Unterbewußtsein gefestigt werden.

Diagnose

Paula T. hatte eine der typischen Ursachen für eine spätere, negative Selbsteinschätzung und anschließend folgenden Angstgefühlen gezeigt – ein Schockerlebnis in frühester Kindheit.

Autorin
Heidemarie Steinegger
Heilpraktikerin für Psychotherapie
und Hypnosetherapeutin
74199 Untergruppenbach,
Ilsfelder Str. 13
Tel.: 07131-6452999
www.hypnosepraxis-steinegger.de

» … und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.«

Das Jahr geht dem Ende zu. Wie an jedem Jahreswechsel treffen die meisten Menschen Entscheidungen, was sie gerne beenden oder verändern wollen. Doch leider ist es nicht so einfach, wie sich das viele Menschen vorstellen, daß sich Schlag 0:00 Uhr, mit einem fröhlichen Prösterchen, dem obligatorischen Neujahrsküßchen und mit dem »Froh's-Neu's-Shake-Hands« alles zum Besten wendet!

Was war denn so das ganze Jahr über? Vielleicht sogar über viele Jahre hinweg? Was sich über lange Zeit aufbauschte, das läßt sich in dieser heiteren Mitternachtsstimmung nicht in Sekundenschnelle wieder aus der Welt schaffen. Das erfordert einiges an Arbeit - wobei die Schatten der Vergangenheit ständig hinter uns sind und uns oftmals im Weg stehen, wenn wir ein Konzept, das wir uns zurechtgelegt haben, endlich umsetzen wollen. Doch nicht etwa nur der Jahreswechsel war Anlaß, um über meinen persönlichen Prozeß des Vergebens zu schreiben. Denn wir haben jeden Tag die Chance, uns zu erneuern und damit neu zu beginnen!

Das, was war

Da waren Situationen, von denen ich mir meinen Seelenfrieden rauben ließ. Mal stärker, mal schwächer erzeugten sie Wut in mir und weckten Rachegedanken. Wohl weiß ich vom Kopf her, daß Verletzungen und Kränkungen Bestandteil meines Lebens sind. Ich verletzte andere, oder ich fühlte mich von anderen verletzt. Mal war ich Täter, mal das Opfer. Deshalb machte ich mich an die Arbeit nachzuforschen, wo denn die Lösung liegt, um mich aus alten Verstrickungen zu befreien.

Zunächst dachte ich an die einleitenden Worte, mit denen Arno Backhaus im vergangenen Jahr die »Ilsfelder Tage« begann. Es ging eben um das Thema »Vergebung«. Arno Backhaus meinte: »Auge um Auge, Zahn um Zahn wäre gerecht - funktioniert aber nicht! Vergebung hingegen ist genau genommen ungerecht – aber es funktioniert.«

Auch der Benediktinerpater Anselm Grün, an dessen Anleitung ich mich orientierte, beschrieb in einem seiner Bücher, wie »Wunden in Perlen zu verwandeln« sind. Ich ging also auf Perlensuche und erkannte, daß »Vergebung« für mein eigenes Wohlbefinden notwendig ist, um in Frieden mit mir selbst und anderen leben zu können. Im Vorfeld fühlte ich schon, es würde mir schwer fallen, denn es stellte so was wie eine Schwäche für mich dar, auch mag ich mich nicht gerne bloßstellen. Doch ich war voll davon überzeugt und durfte später selber erleben, daß Verzeihung in Wirklichkeit eine ganz große Stärke bedeutet. In diesem Zusammenhang erwähne ich ein Zitat von Rüdiger Dahlke: »Es ist auch eine Stärke, zu wissen, daß man nicht immer stark sein kann«.

Mir war klar, ich mußte - ob ich wollte oder nicht - über meinen eigenen Schatten springen, um ins Licht zu gelangen! Würde mir das nicht gelingen, so würde ich weiter eine schwere Last mit mir herumschleppen, die meinem wahren Glück im Wege stand.

Schritte zur Vergebung

In meinem Lernprozeß hielt ich mich an gewisse Abfolgen, die - wie oben bereits erwähnt - Pater Anselm Grün vorschlug und die er in seiner langjährigen Erfahrung als Seelsorger und Berater entwickelte. In langer, manchmal schwerer Arbeit gelang es mir inzwischen, in der letzten Phase anzukommen, dem Abschluß meines Prozesses der Vergebung.

Gerne gebe ich diese Stufen an meine Mitmenschen weiter. Die Schritte, die ich beschreibe, liefen natürlich nicht in exakt dieser Reihenfolge ab, als hätte ich eine To-Do-Liste abgearbeitet. Manchmal geriet ich in einen Pilgerschrittgang und mußte wieder weiter vorne ansetzen. Doch insgesamt war die Entwicklung des Prozesses ein »Aufwärtstrend«. Mir wurde immer mehr bewußt, daß ich einen guten Ansatz gefunden hatte und auf Wege gelangte, die ich unbedingt zu gehen hatte, um die Knoten der Vergangenheit zu lösen.

- Im ersten Schritt übte ich, ganz und gar ehrlich zu mir selber zu sein. Dabei machte ich mir Gedanken, was denn die betreffende Person überhaupt dazu veranlaßte, mich so zu verletzen, daß ich mir meinen inneren Frieden entreißen ließ. Das alles schrieb ich mir auf, wie z.B.: »Ich verzeihe dir nicht, daß du … «

Während dieses Schreibens fühlte ich bewußt noch einmal den Schmerz und ließ ihn nochmal zu. Auch die Kränkung negierte oder bagatellisierte ich nicht, indem ich mir etwa sagte: »Das war ja alles gar nicht so schlimm.« Es wäre nämlich falsch, im Nach-

hinein etwas zu beschönigen. So hielt ich den Schmerz einfach aus, schließlich wollte ich mein Ziel der inneren Befreiung erreichen.

- Im zweiten Schritt distanzierte ich mich von meinen negativen Erlebnissen. Es war mir wichtig, noch einmal alle Emotionen auszuleben. Meine bisher persistierende Wut, die ich auf die Person hatte, die mir wehtat und die ich sogar körperlich spürte, mußte heraus. In Gedanken stellte ich mir mehrere Male vor, wie ich diese betreffende Person vor mir sehe und ihr tief in die Augen schaue und ihr klar und deutlich (laut gesprochen) mitteile, was mich an ihrem Verhalten so verletzte, wie dieses bei mir ankam und warum ich mich aus dieser Verletzung und Verzweiflung heraus in meiner eigenen Verhaltensweise nicht anders reagieren konnte, als ich es tat. Es war die erste große Erleichterung, die ich verspürte!

- Im dritten Schritt machte ich mich daran, zu analysieren, wie es überhaupt zu dieser Verletzung kommen konnte. Meine Fragen waren: Warum habe ich zugelassen, mich so verletzen zu lassen? Welche alten Wunden verbergen sich dahinter? Und warum werden sie gerade jetzt und von diesem Menschen aufgebrochen? Dabei leuchtete mir vieles ein: es wurde mir verständlich und nachvollziehbar. Einsicht entstand, und gleichzeitig öffnete ich mich für neue Erkenntnisse. Ein guter Ansatz, nun meine negative Energie in etwas Positives zu verwandeln.

- Der vierte Schritt war ein Akt, der mir besonders schwer fiel! Dieser bestand im Loslassen. Mir war bewußt geworden, daß - solange ich nicht loslassen kann - ich an den »Täter« gebunden bleibe. Die Kunst dabei bestand darin, die Verletzung nicht mehr anzunehmen, sondern die Situation nur noch »wahrzunehmen«. Ich lernte dabei, die Angelegenheit beim Anderen zu belassen. Welch ein wunderbares Gefühl! Damit befreite ich mich aus der Opferrolle! Immer wieder sagte ich mir: »Diese Person möchte mich verletzen, aber hierfür stelle ich mich nicht zur Verfügung. Ich durchschaue, was gespielt wird, aber ich bleibe bei mir selbst«.

Damit überließ ich also die Angelegenheit im Vertrauen und der festen Überzeugung Gott. ER, der mich liebt, wird alles für mich regeln und in die richtigen Bahnen lenken. Dieses Abgeben führte mich in so eine wunderschöne Unbefangenheit, die sich mit Worten kaum beschreiben läßt. Mein Selbstwertgefühl steigerte sich wieder. Sicherheit und Geführt-Sein nahm ich wieder wahr. Ich verspürte eine große Dankbarkeit und wurde mehr und mehr demütiger.

Was kommt danach?

Mein Prozeß ist inzwischen im »Endstadium«, dem fünften Punkt angelangt. Jemandem zu vergeben, bedeutet nicht gleichzeitig, ihn »schuldfrei« zu sprechen. Ich kann eine einmal geschehene Angelegenheit auch nicht mehr aus meinem Leben radieren. Sie wird in meinen Gedanken präsent bleiben. Aber sie wird immer mehr an Gewichtung verlieren, und sie kann mich nicht mehr in die tiefe Kränkung ziehen, in der ich einmal steckte.

- Um diesen fünften Punkt noch zu erläutern: Nun gilt es für mich, von der entsprechenden Person Abstand zu wahren. Das ist mir deshalb so wichtig, weil es eine Zeitlang dauert, bis sich der Prozeß des Vergebens nicht nur mental, sondern auch emotional vollzogen hat. Eine neuerliche seelische Erschütterung wäre in dieser Phase ungünstig. Also tue ich gut daran, mich nicht nur von der Verletzung als solcher zu distanzieren, sondern auch von der Person, die sie mir zugefügt hat.

Wie lange dieser Zeitraum andauert, kann ich nicht voraussagen - das kann bei jedem Menschen individuell verschieden sein. Doch hier stehe ich nun mit einem meiner wichtigsten Vorsätze für die bevorstehende Zeit, auf die ich mich jetzt schon vorbereite.

Aber es ist nicht nur wichtig, dem Anderen vergeben zu können. Bei allem Vergeben betrachte ich nun auch mal die Gegenseite, wobei ich mich selber im Spiegel anschaue, denn ich war ja ebenfalls verletzend. Vergebung anzunehmen, will genauso gelernt sein! Für so viele Menschen bedeutet es nämlich eine schwere Aufgabe, eine Vergebung, die ihnen entgegengebracht wird, anzunehmen. Schließlich waren wir ja auch alle schon mal »Täter«, wobei es extrem schwerfällt, sich mit letzterem zu identifizieren, denn das ist ja mit unangenehmen Schuldgefühlen verbunden.

- Ich stelle mir nun die Situation vor, in der ich jemand anderen gekränkt oder verletzt habe (mein Kind, meine Partnerin, einen Kollegen, einen Freund oder auch meine Eltern). Diese Person steht jetzt direkt vor mir, sieht mir

in die Augen und teilt mir mit: »Ich verzeihe dir, was du mir angetan hast«. Welch ein eigenartiger, ungewöhnlicher, aber großartiger Moment! Dabei dürfen meine Scham- und Schuldgefühle ruhig noch einmal auftauchen und zugelassen werden. Der/die Andere darf das sehen, und ich weiche diesen unangenehmen Gefühlen nicht aus. Sollten Tränen aufsteigen, dann lasse ich ihnen freien Lauf. Sie spülen in diesem Augenblick die alten Wunden rein und klar. Dann können sie abheilen.

In diesem besonderen Augenblick vergebe ich gleichzeitig auch mir selbst, indem ich Schuld und Scham loslasse und meinem Gegenüber signalisiere, daß ich seine Vergebung annehme. Es ist genau der richtige Moment, wo ich endlich sagen kann: »Ich akzeptiere und nehme es entgegen, daß du mir verzeihst. Ich bin dir dafür von ganzem Herzen dankbar«. Ich kann wieder voller Erleichterung aufatmen und fühlen, welche Last von mir herabfällt, die ich lange Zeit mit mir herumschleppte.

Den Schatten loslassen

Warum ist es eigentlich so, daß wir auf andere oftmals so wütend und unverzeihlich reagieren? Dafür gibt es eine ganz einfache, leicht nachvollziehbare Antwort: Fehler, die ich an anderen erkenne, kann ich nur deshalb wahrnehmen, weil ich eben dieselben in mir trage. So einfach ist das! Wir projizieren unsere eigenen Fehler auf unseren Nächsten. Drehen wir das Wort »Fehler« doch nun einfach mal in der Reihenfolge der Buchstaben um. Dann entsteht ein völlig neues Wort wie zum Beispiel »Helfer«. Ein Helfer in dem Sinne, daß mir mein Gegenüber, also der »Missetäter«, meine Schattenseiten widerspiegelt, die ich einfach aus meinem Leben verbannt habe, nur weil sie unangenehm wurden. Doch auch diese Schattenseiten wollen gelebt sein. Sie wollen sich genau so zeigen wie die Sonnenseiten! Ich bin doch nicht nur gut, brav und angepaßt! Schließlich bin ich (nur) ein Mensch.

Je mehr ich meine Schattenseiten auf andere Menschen projiziere, desto mehr »Feinde« werde ich im Außen anziehen. Im Grunde ist das nichts Negatives. Es dient nur dazu, mir zu helfen, meine dunklen Seiten zu erkennen. Für eine solche Sichtweise ist selbstverständlich ein entsprechendes Bewußtsein erforderlich. Die Basis dafür ist, sich selbst in allen Aspekten des Seins anzunehmen und zu lieben. Wer sich dieses aber einmal erarbeitet hat, erkennt sich und seine Umwelt in all ihren Aspekten im Spiegel seines eigenen Seins. Damit sind auch gleichzeitig alle Voraussetzungen gegeben, ein glückliches und erfülltes Leben zu führen. So kann ich mir zum Beispiel folgenden Satz laut oder auch leise für mich denken:

»Ich liebe mich so, wie ich bin, und so bin ich auch gut. Ich bleibe mir in allen Dingen selber treu. Ich weiß, daß ich nicht immer alles richtig mache, aber trotzdem liebe ich mich. Ich liebe mich mit all meinen Schwächen und Fehlern (wobei ich Fehler im eigentlichen Sinne von »Umwegen« betrachte). Es ist mir bewußt, daß ich einzigartig bin. Und ich weiß auch, daß diese Einzigartigkeit ein Geschenk Gottes ist, der mich liebt, ganz egal, wie fehlerbehaftet ich auch immer bin. Dieses Wissen macht mich zutiefst dankbar! Ich erlaube mir, diese Einzigartigkeit wie eine erblühende Blume mehr und mehr zu entfalten und zu leben. Ich bin liebenswert und liebe mich dafür, daß ich so bin, wie ich bin«.

Das, was bleibt

Machen wir doch die Probe auf‘ s Exempel! Was soll denn dabei schon Schlimmes passieren? Finden wir doch alle heraus, wie es um unsere Selbstliebe bestellt ist, indem wir uns fragen: »Liebe ich mich, so wie ich bin«? Oder: »Kann ich mich so annehmen, wie ich bin«? Oder bin ich immer noch mein eigener unbarmherzigster Kritiker und fühle ich mich anderen unterlegen? Fühle ich mich noch schuldig für das, was ich getan oder auch unterlassen habe? Kann ich nur jedem anderen vergeben und mir selbst nicht?

Wenn das der Fall ist, dann ist es allerhöchste Zeit, daß ich meine alten selbstzerstörerischen Programme über Bord werfe und sie durch neue positive Glaubenssätze ersetze! Um mein Opferdasein hinter mir zu lassen, muß ich bereit sein, mich selbst zu lieben, so wie ich bin. Dann kann ich auch meinen Nächsten lieben.

Ich wünsche uns allen dabei ein gutes Gelingen und göttliche Gedanken für unsere Vorsätze für das kommende Jahr 2015.

Autor
Wolfgang Schlagenhauf

Bezahlbaren Wohnraum schaffen

In den 1960er Jahren war die Suburbanisierung mit Eigenheim in ländlicher Umgebung in vollem Gange. Heute erfahren Städte eine regelrechte »Renaissance«. Vor allem junge Menschen zieht es zurück in die Innenstädte. Dort ist bezahlbarer Wohnraum allerdings oft knapp.

»Städte und Politiker haben es in den vergangenen Jahren versäumt, mehr bezahlbaren Wohnraum auch für einkommensschwache und randständige Personengruppen einzuplanen«, moniert Prof. Dr. Tilman Harlander. Der Stadtsoziologe beschäftigt sich intensiv mit den sozialen, ökologischen und ökonomischen Strukturen von Städten und Gemeinden. In dem gemeinsam mit Gerd Kuhn und der Wüstenrot Stiftung herausgegebenen Buch »Soziale Mischung in der Stadt« untersucht Tilman Harlander die Herausforderungen, die von den aktuellen Entwicklungen auf den Wohnungsmärkten ausgehen und unsere Chancen, weiterhin an der Tradition und dem Leitbild sozial und nutzungsgemischter Städte festzuhalten. Aktuelle Stellungnahmen der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) zum steigenden Armutsrisiko im reichen Deutschland bestätigen den Stadtsoziologen in seinen Forschungsergebnissen. »Die zunehmende Kluft zwischen Arm und Reich gefährdet den sozialen Frieden in Kommunen«, so Tilman Harlander.

Der Stadtsoziologe fordert daher bei der Neuschaffung von Baurecht Förderquoten für bezahlbare Wohnräume und ein Umdenken in der Kommunalpolitik, um problematische Effekte wie Ghettoisierung, Gentrifizierung oder »Gated Communities« gering zu halten. Es gehe darum, das altbekannte Phänomen der sozialen Abgrenzung, das gegenwärtig auch in Deutschland in zahlreichen Bauprojekten an Bedeutung gewinnt, kritisch zu durchleuchten. »Für eine nachhaltige Stadtentwicklung ist es nie gut, wenn sich besserverdienende Gesellschaftsschichten in mehr oder weniger »geschlossenen« Wohnkomplexen vor dem restlichen Teil der Stadtbevölkerung abschirmen«, sagt der Stadtsoziologe. Gleichzeitig würden in vielen deutschen Städten immer mehr Arme, Alte, Arbeitslose oder Hartz IV-Empfänger aus den Innenstädten verdrängt.

Fokus auf die Innenstädte

Da sich speziell die Bildungsinfrastruktur wieder vermehrt auf die Kernstadt konzentriert, fehlt den einkommensschwachen Bevölkerungsschichten im Umland trotz Internet der schnelle Zugriff auf Angebote, die wichtig für eine gesellschaftliche Teilhabe/Vernetzung sind. »Wir werden auch in Zukunft noch Industriebetriebe haben, die die Standortvorteile des ländlichen Raums wie zum Beispiel die Flächenverfügbarkeit nutzen«, so Tilman Harlander. »Aber Städte entwickeln sich dank der Digitalisierung verstärkt zu Dienstleistungszentren, in denen Bildung und Wissenstransfer eine wichtige Rolle bei der Generierung von Wachstumsimpulsen und Innovationen spielen«, ergänzt der Stadtsoziologe.

Der Wissenschaftler begrüßt daher den Um- und Ausbau von Städten wie Heilbronn zur »Wissensstadt«. Die Stadt Heilbronn biete außerdem im Gegensatz zu vielen anderen der 100 einwohnerstärksten Städte im Bundesgebiet noch ausreichend bezahlbaren Wohnraum. Laut einer destatis-Sta-

tistik in der Bertelsmann-Studie »Wohnungsangebot für arme Familien in Großstädten« fällt die Mietbelastung für arme Familien in Heilbronn mit 530 Euro (Stand: 2011) im Vergleich zum Bundesschnitt sehr niedrig aus. Mit 994 Euro fast doppelt so hoch ist die Mietbelastung für arme Familien in München. Ebenfalls weit über dem Bundesdurchschnitt liegt die Großstadt Heilbronn beim verfügbaren Budget nach Abzug der Mietkosten. So blieben in Heilbronn im Jahr 2011 einer Familie zirka 1941 Euro »Haushaltsgeld«, in Mannheim dagegen waren es beispielsweise zu einem vergleichbaren Zeitpunkt lediglich 906 Euro.

Soziale Kluft verringern

Trotz dieser erfreulichen Zahlen dürfe sich eine Großstadt wie Heilbronn nicht ausruhen. Es bedürfe einer Vielzahl an flankierenden Maßnahmen, um die Wohnsituation und die Lebensbedingungen sowohl der Menschen in den Großstädten als auch im ländlichen Raum kontinuierlich zu verbessern. »Der Leerstand von Ladengeschäften ist in den Städten der Wachstumsregionen erfahrungsgemäß meistens gering, aber bereits im Umland zeichnen sich die Folgen des demografischen Wandels deutlich ab«, erklärt Tilman Harlander. Der ländliche Raum müsse sich daher auf seine Stärken besinnen. »Ehrenamtliche Fahrgemeinschaften, rollende Dienstleistungen aller Art oder Transportangebote könnten dazu beitragen, den Anschluss an die wirtschaftsstarken Ballungsräume herzustellen bzw. die medizinische Grundversorgung vor Ort unterstützen«, berichtet der Stadtsoziologe beispielhaft. Auch Tafelläden oder Sozialarbeit seien flächendeckend zu empfehlen – nicht nur in der Stadt, sondern auch auf dem Land.

Darüber hinaus sollte man sich nicht allein auf die in einer wachsenden Zahl von Kommunen lancierte Förderquote von mindestens 20 Prozent bezahlbaren Wohnraums verlassen. So könnten sich beispielsweise auch Baugemeinschaften und Baugenossenschaften als nachhaltige Ergänzung zum Wohnungsmarkt privater Wohnungsbaugesellschaften entwickeln. Zukünftig werden unter anderem Mehrgenerationenhäuser oder altersgerechte Demenz-Wohngemeinschaften das Stadtbild nachhaltig verändern. »Die soziale Mischung in der Stadt wird dadurch positiv beeinflußt«, betont Tilman Harlander.

Autor
Andreas Scholz

Zur Person
Der Stadtsoziologe Professor Tilman Harlander (68) leitete 15 Jahre lang das Fachgebiet Architektur- und Wohnsoziologie am Institut für Wohnen und Entwerfen der Universität Stuttgart und ist nach seiner Emeritierung als Buchautor und Referent aktiv.

Buchtipp
Soziale Mischung in der Stadt – Case Studies – Wohnungspolitik in Europa – Historische Analyse
Tilman Harlander Gerd Kuhn und Wüstenrot Stiftung (Herausgeber), kraemerverlag, Stuttgart,
ISBN: 978-3-7828-1539-0

Lehren, Lernen, Tun – Homöopathie in Heilbronn

Das Institut dynatos mit Heilpraktikerschule erweitert sein Angebot erheblich.

Die Homöopathie gehört in Deutschland zu den populärsten alternativen Behandlungsverfahren. Trotzdem ist über das Prinzip dieser Heilmethode und über die Möglichkeiten der Behandlung noch zu wenig bekannt. Vieles wird verkürzt oder falsch dargestellt. Fundierte und klar strukturierte Informationen finden sich zu wenig. Wer als Heilpraktiker diese Heilmethode verantwortlich anwenden will, muss sich intensiv fortbilden, um das nötige »Rüstzeug« zu haben. Wo kann ich Homöopathie lernen, um dann den Patienten gerecht zu werden? Hier setzt dynatos an!

Die Theorie, die Prinzipien der Klassischen Homöopathie müssen bekannt und verstanden sein.

Hier fußt dynatos auf der Lehre von Samuel Hahnemann und seiner Nachfolger und spannt den Bogen bis zu den heutigen Erkenntnissen. **Die homöopathischen Mittel**, die zur Behandlung des Patienten dienen, müssen in ihren Symptomen, aber auch in ihrer tiefen Bedeutung erfasst werden.

Die Anamnese muss geübt und auch kritisch begleitet werden. **Die Fallanalyse** ist zentral wichtig: Welche Symptome sind entscheidend, wie ist das ganz persönliche Leiden des Patienten zu sehen?

Die Mittelgabe muss klar begründet sein und auf dem beruhen, was Hahnemann im Organon lehrt. **Der Fallverlauf**, dessen Beurteilung, die Wahl eines Folgemittels ist eine hohe Kunst und erfordert Einfühlungsvermögen.

Zu all dem gäbe es ja viele Bücher. Ein Selbststudium ist aber sehr mühsam und erfordert erhebliches Durchhaltevermögen. Irgendwie bleibt man dabei »einsam« und auf sich gestellt. Bei dynatos wird in einer kleinen Gruppe eine solche **Fachausbildung in Klassischer Homöopathie** lebendig, der Funke springt über. Der Dozent Mathias Eifried ist dafür prädestiniert! Er kennt die Theorie, er kennt die praktische Anwendung anhand vieler Behandlungen als Heilpraktiker UND er hat jahrzehntelange pädagogische Erfahrung. Wer ihm begegnet, spürt seine Begeisterung!

Sie können bei dynatos sogar überprüfen, ob die Homöopathie für Sie eine zentrale Behandlungsmethode sein oder werden soll! Vor der eigentlichen Fachausbildung wird nämlich ein Wochenendseminar angeboten, in dem Sie Inhalte und Vorgehensweise gründlich kennenlernen. Auch für interessierte Laien ist dieses Seminar gedacht. Wenn Sie sich dann für die Fachausbildung entscheiden, werden die Kosten dieses »Kennenlern-Seminars« angerechnet. Eine gute Idee! Im März 2015 startet der erste Kurs, das Seminar vorab findet im Januar statt. Wir wünschen diesem Neuanfang den verdienten Erfolg.

Was im Angebot von dynatos bleibt, ist die seit 5 Jahren etablierte Heilpraktikerschule. Hier beginnt ebenfalls im März 2015 der nächste Kurs dieser professionellen und erfolgreichen Schule.

Was leitet eigentlich dynatos, warum sind die Eheleute Evi Fromm-Eifried und Mathias Eifried so überzeugt von Ihren Vorhaben? Hier gibt es einen Ort, an dem man sich sachlich und ohne Vorbehalte über die alternative Heilkunde informieren kann. Und dies in einer Umgebung, in der man sich wohl fühlt und willkommen weiß. Hier werden von fachkundigen Referenten Methoden ausführlich vorgestellt und durchaus auch kritisch hinterfragt. Ziel ist der mündige Mitmensch, der selbstbestimmt eigene Entscheidungen trifft.

Ideen, die Realität werden! Das Institut für ganzheitliche Heilkunde dynatos steht für solch einen Weg und passt in die heutige Zeit: *Lebenslanges Lernen? Ja! Aus freiem Willen mit einem Ziel, dessen Erreichen die Mühe lohnt.*

dynatos
Institut für ganzheitliche Heilkunde

Heilpraktikerschule in Heilbronn

Modularer Kursaufbau
klar strukturiert und zielgerichtet
Kurswochenenden alle 4 Wochen

Modernes pädagogisches Konzept
vernetztes, verknüpfendes Lernen

Kleine Gruppen
angenehme und effektive Lernatmosphäre

Beginn Kurs 5 im März 2015
Regelmäßige Informationsabende

Fachausbildung in Klassischer Homöopathie

für Heilpraktiker (m/w) und Heilpraktikeranwärter (m/w)

www.dynatos.de
Tel. 07131 / 57 64 58

Der Weg in die Freiheit – Nichtraucher-Seminare mit Sebastian Müller

Warum rauchen wir? Wieso fällt es uns so schwer, mit dem Rauchen aufzuhören, wenn wir einmal damit angefangen haben - obwohl wir doch wissen, daß es uns ausschließlich schadet? Eigentlich gibt es gar keinen logischen Grund. Deshalb: Kontakt aufnehmen und endgültig aufhören! Mit Geld-zurück-Garantie!

Unsere Methode

Jede Gewohnheit und jedes Verhalten resultiert aus einer vorangegangenen Entscheidung, die wir entweder bewußt oder unbewußt treffen. Wenn wir uns z.B. ärgern, dann ist das sicherlich kein Verhaltensmuster, für das wir uns logisch, rational und bewußt entscheiden, sondern eine unbewußte Konditionierung, die wir aufgrund auftretender Emotionen ausagieren.

Wer also mit dem Rauchen aufhören möchte, sollte nicht nur seinen Verstand mit neuen Informationen füttern, auch das Unterbewußtsein muß neu programmiert und konditioniert werden, um etwaigen Rückfällen vorzubeugen. Dazu sind unterschiedliche Methoden nötig, die wir nachfolgend etwas näher erklären.

Informationen für unseren Verstand

Die Teilnehmer erfahren zuerst auf logisch-rationale Art und Weise, weshalb wir mit dem Rauchen begonnen haben, was uns in der Sucht hält und weshalb wir so schwer davon wegkommen. Die Teilnehmer lernen die Macht der Werbung und der Tabakindustrie kennen und auch, wie man sich von den Zwängen des Rauchens endgültig und dauerhaft befreit.

Nach diesem 1. Block trifft der Teilnehmer die logisch-rationale Entscheidung, mit dem Rauchen endlich Schluß zu machen.

Informationen für unser Unterbewußtsein

Nachdem die Teilnehmer die bewußte Entscheidung getroffen haben, mit den Rauchen aufzuhören, wenden wir uns dem Unterbewußtsein zu. Mit Hilfe mentalen Trainings löschen wir das alte Verhaltensprogramm »Rauchen« aus unserem Unterbewußtsein und installieren ein neues Nichtraucher-Programm. So sorgen wir dafür, daß wir völlig ohne Zwang und Kampf dauerhaft zum Nichtraucher werden.

Beseitigung emotionaler Blockaden

Sollte uns doch mal die alte Lust auf eine Zigarette überkommen, benötigen wir eine Technik, durch die wir in Sekunden das alte Verlangen wieder auflösen können. Daher unterrichten wir die Teilnehmer in einer Methode, mit der jegliches Verlangen in Sekunden vollständig aufgelöst werden kann. Diese effektive Methode ist der ideale Notfallschalter, um nie wieder mit dem Rauchen zu beginnen.

Nichtraucher-Seminare oder individuelles Coaching

Gerne besprechen wir die von uns eingesetzten Methoden und unsere Vorgehensweise mit Ihnen etwas eingehender in einem persönlichen Gespräch. Überzeugen Sie sich von unserem Konzept und starten Sie durch mit unserem Nichtraucher-Seminar. Ob nur für sich selbst, für ihre Familie oder auf dem Weg zu einem rauchfreien Unternehmen.

Nichtraucher werden:

» Ohne Entzugserscheinungen und Gewichtszunahme!
» Ohne große Willensstärke und inneren Kampf!
» Mit 100 %iger Erfolgsgarantie.

Informationen

Sebastian Müller
Tel. 07905-941644
Mobil: 0160-91270913
Zab@weg-der-freiheit.de

GRANDER WASSERBELEBUNG

Viele Menschen haben bereits von der Grander Wasserbelebung gehört. Der eine oder andere war sogar schon einmal in einem »Grander-Hotel« oder hat »belebtes Wasser« bei Freunden oder Bekannten getrunken. Viele Mythen ranken sich um die Wasserbelebung, was vor allem daran liegt, daß die Wissenschaft noch immer nicht wirklich erklären kann, wie sie »funktioniert«. Daß sie funktioniert, davon sind sogar die größten Zweifler inzwischen überzeugt.

Denn seit 30 Jahren wächst die Zahl der Anwender kontinuierlich. Hunderttausende von »Belebungsgeräten« sind allein in Deutschland in Betrieb. Ob in Hotels, in Bäckereien, in Krankenhäusern oder in Privathaushalten, überall wird geschädigtes und energiearmes Wasser (wieder-)belebt. Und überall zeigt sich ein ähnliches Bild: Wer die Wasserbelebung nicht kennt, kann sich wenig darunter vorstellen. Wer sie hat, würde sie nie wieder hergeben.

Belebungsgeräte gibt es für ganz unterschiedliche Einsatzbereiche und für jeden Geldbeutel: Vom kleinen »Energiestab«, um ein Glas Wasser zu beleben, bis zur »Belebungsplatte«, die z. B. Nahrungsmittel mit Naturenergie versorgt. Der »flexible Beleber« ist für einzelne Wasserentnahmestellen in der Wohnung geeignet und der »Hausbeleber« wird im Keller nach der Wasseruhr montiert.

Bestellungen & Infos

Michael Hoppe
mh@naturscheck.de oder unter
Tel: +49 (0) 79 45 - 94 39 69

SPIRITUELLER STAMMTISCH – in Wüstenrot

Termine: 26.01., 23.02. & 30.03.2015

Immer am letzten Montag jedes Monats findet in Wüstenrot ein »Spiritueller Stammtisch« statt. Veranstalter ist der Herausgeber des NATURSCHECK-Magazins - Michael Hoppe. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt, deshalb wird um rechtzeitige Anmeldung gebeten.

Dabei wird immer ein Thema im Mittelpunkt stehen, um einen »ganzheitlichen« Gedankenaustausch zu ermöglichen. Nicht nur beim Thema Gesundheit ist eine ganzheitliche Weltsicht gefragt, sondern auch bei Themen wie Familie, Partnerschaft, Wirtschaft, Finanzen, Beruf, - letztlich in allen Lebensbereichen. Überall, wo unsere Systeme kranken, zeigt sich, daß ihnen etwas Notwendiges fehlt. Wenn wir dieses Fehlende wieder hinzufügen, können wir ein neues Gleichgewicht schaffen und zur Gesundung der Welt beitragen. Wir müssen die Welt also nicht neu erfinden. Es genügt, den Mangel zu erkennen und ihn auszugleichen. Woran mangelt es uns denn eigentlich? Ein bekannter Mystiker sagte einmal treffend: »Wir haben alle dieselbe Krankheit: Wir leiden an spiritueller Unterernährung.«

Termine

26.01., 23.02. und 30.03.2015
jeweils 18.30 Uhr bis 22.00 Uhr
Ort: Wüstenrot-Finsterrot,
Im Gogelsfeld 11
Kosten: 25.- Euro inkl. kleines Buffet und Getränke (davon gehen 10.- Euro als Spende an das aktuelle Naturscheck-Hilfsprojekt)

Infos & Anmeldungen

Michael Hoppe
mh@naturscheck.de oder unter
Tel: +49 (0) 79 45 - 94 39 69

Branchenbuch & Förderpartner

ÄRZTE

Dr. Cornelia Blaich-Czink
Anthroposophische Medizin,
Homöopathie, Naturheilverfahren,
Psychosomatische Energetik,
Gruppe für an Krebs Erkrankte. Jörg-Rathgeb-Platz 1
74081 Heilbronn
Tel. 07131-251586, Fax 572139
www.dr-blaich-czink.de

Dr. med. Ute Dauenhauer
Allgemeinmedizin,
Naturheilverfahren
Akupunktur
Energiemedizinisches Coaching
Heilbronner Str. 24
74223 Flein
Tel. 07131-252130
www.praxis-dauenhauer.com

Dr. med. Edith Nadj-Papp
ganzheitliche Zahnmedizin
Marktstr. 16
71254 Ditzingen
Tel. 07156-8155
Fax 07156-951436
praxis@dr-nadj-papp.de
www.dr-nadj-papp.de

EINKAUFEN & BESTELLEN

Spargelhof
Werner Schöneck
Alter Speyerer Weg 12
76707 Hambrücken
Tel. 07255-9351

Genuss & Flair
Biowaren und Spezialitäten
direkt vom Erzeuger
und kleinen Manufakturen
Offene Tees, Teekannen und Tassen
Kaffee vom Kaffehaus Hagen
Mehle, Brotbackmischungen, Müsli
Weine, Spirituosen, Liköre, Öle, Essige und Senf und vieles mehr...
Heidelberger Str.18,
74172 Neckarsulm
Einkaufszentrum am Neuberg
Tel. 07132-9487188
www.genussundflair.de

FUSSPFLEGE

Ellen Kurz Fußpflege &
inneres Gleichgewicht
Fußreflexzonen-Massage
Healing-Touch-Entspannung
Omega-Coaching
AKARI - Das Konzept für Körper, Geist und Seele!
Öffnungszeiten:
Mo, Mi, Do 9-12, 14-16
Pfaffenhofener Str. 5
74080 Heilbronn
Tel. 07131-911097

GESUNDHEIT & WELLNESS

Hypnose & Coaching &
Paarberatung
Raucherentwöhnung, Gewichtsreduktion, Unterstützung bei allgemeinen Veränderungsprozessen, leistungsfähiger werden, alte und aktuelle Probleme bzw belastende Situationen verarbeiten und besser damit umgehen können...uvm.
Isabell Deigner
Tel. 07264 8902042
www.hypnose-heilbronn.net
info@hypnose-heilbronn.net

AUM Kurzentrum
Traditionelle Ayurvedakuren
Römerstr. 1-3, 74629 Pfedelbach
Tel. 07949-590
www.ayurvedakuren.com

Quantenheilung mit Quantenfeld Transformation. Kostenlose Info-Abende im Großraum SHA
Gipfelstürmer Institut
www.Gipfelstuermer-Institut.de

Psychologische Praxis
Dipl.Psych. Ulrike Gutermann
Psychologische Gespräche
auf Grundlage der klientenorientierten Gesprächstherapie
nach Carl Rogers klinische Hypnose
(Ausbildung bei der Deutschen Gesellschaft für Hypnose) Entspannungshypnose Coaching und Personalentwicklung mit hypnotischen Methoden
74223 Flein, Talheimer Str.32
Tel. 07131-1352516
www.praxis-gutermann.com

HEILPRAKTIKER

Naturheilpraxis Merkle &
RM- Heilpraktikerschule
Bicom, Bioresonanztherapie, HNC, Pneumatische Pulsationstherapie, Dorn-Methode und Breuss-Massage, bioscan (Blutanalyse ohne Blutentnahme) Bühlgartenweg 20
74354 Besigheim-Ottmarsheim
Tel. 07143-409576
Fax 07143-960380
www.naturheilpraxis-merkle.com
naturheilpraxis-merkle@web.de

Sven Pokšiva
Heilpraktiker
Therapien für Körper, Geist und Seele, Osteopathie, Dorn-Breuß-Methode, Massagen und Triggertherapie
Frankenstr. 32, 74388 Talheim
Tel.: 0178-7984589
www.corpore-sano.net

Monika Schreck
Heilpraktikerin
Klassische Einzelmittel-Homöopathie
Fuß-Reflexzonentherapie nach Hanne Marquardt, Gesundheitsberatung GGB
Beethovenweg 6, 74399 Walheim
Termine nach Vereinbarung
Tel. 07143 – 35331
www.praxis-schreck.de

Naturheilpraxis Brenda Lebherz
Schmerztherapie und Bewegungslehre nach Liebscher und Bracht
Vitalwellen-Therapie, Bioresonanztherapie, Natürliche Hormontherapie
Präventionskurse Medical Fitness und Faszientraining, Gruppenangebote für Firmen und Vereine
74399 Walheim, Hauptstraße 57
Tel. 07143-890465
www.naturheilpraxis-lebherz.de

HOTEL & GASTRONOMIE

Hotel-Restaurant Anne-Sophie
Schloßplatz 9, 74653 Künzelsau
Tel. 07940-93460
www.hotel-anne-sophie.de

Panoramahotel Waldenburg
Der "Balkon Hohenlohes« bietet alles, was man für eine vollkommene Auszeit braucht.
Hauptstrasse 84, 74638 Waldenburg
Tel. 07942-9100-0
info@panoramahotel-waldenburg.de
Ein Unternehmen der Würth-Gruppe

MUSIKINSTRUMENTE

Musikwerkstatt Xylophonie
Obertoninstrumente wie das Monochord, Flöten, Didgeridoos uvm. aus eigener Produktion.
Bau- und Spielkurse auf Anfrage.
Hochwertige Klangschalen zum fairen Preis. Exakt gemessene planetare Stimmung.
Ronald Waldbüßer, 74535 Mainhardt
Tel.: 07903-3813
www.xylophonie.de

NATURKOSMETIK & NATURFRISEURE

La Silhouette
Naturfriseur – Naturkosmetik
Susanne Mietzner
Zabergäustr. 2
74336 Brackenheim-Meimsheim
Tel. 07135-9699199

NATUR-, TIER- & UMWELTSCHUTZ

Igelkrankenhaus Stocksberg
Verein der Igelfreunde
Stuttgart e.V.
Talblick 10
71543 Stocksberg
Tel. 07130 - 40 36 33
www.igelverein.de

ÖKOLOGISCHES BAUEN

Bio-Haus B19
Bodenbeläge, Dämmstoffe,
Matratzen, Bettwaren
Kirchstr. 8, 74523 SHA-Hessental
Telefon: 0791-55912
www.Bio-HausB19.de

PSYCHOTHERAPIE & SPIRITUELLE HEILKÜNSTE

Casa Narenga - Fleischmann
Waltraud Fleischmann
Intuitives mediales
Kartenlegen seit 25 J.
Geistiges Heilen (Mitglied im DGH)
Schamanische Heil- &
Reinigungszeremonien
Meditation mit Pow Wow
Trommeln u. Indianische Art
Trommelbaukurs u. energetische Hausreinigung
Seminarraumvermietung
für kl. Gruppen.
Mauserstr. 33, 71640 Ludwigsburg
Tel. 07141-865135
Mobil: 0179 2121585
kontakt@casa-narenga.de
www.casa-narenga.de

TIERÄRZTE & TIERHEILPRAKTIKER

Dr. med. vet. Heidi Kübler
Tierarztpraxis
Rudolf-Diesel-Str. 17
74182 Obersulm-Willsbach
Tel. 07134-14600, Fax 22308

Tierklinik Dr. Michael Schneider-Haiss
Fachtierarzt für Kleintiere
Karl-Heinz-Käferle-Str. 2
71640 Ludwigsburg
Tel. 07141-86888
www.tierklinik-ludwigsburg.de

Gewerbliche & Private Kleinanzeigen nur 49,- EUR

Möchten auch Sie Ihre Firma, Angebote, Dienstleitungen und Veranstaltungen im NATURSCHECK Magazin präsentieren? Oder eine private Kleinanzeige schalten? Möglich sind einheitliche Anzeigen mit maximal 10 Zeilen. Bitte beachten Sie: die Anzeigen haben einen Festpreis und werden nicht nach Zeilenpreis berechnet.
Je Zeile ca. 27 Zeichen inkl. Satzzeichen und Leerstellen. Da es sich bei den Kleinanzeigen um reine Textanzeigen handelt, können Logos oder Bilder nicht abgedruckt werden.

Anzeigenpreise:
» **Firmenpräsentation und gewerbliche Kleinanzeigen**: 49,- Euro zzgl. 19 % MwSt.
» **Veranstaltungen und private Kleinanzeigen:** 49,- Euro inkl. 19 % MwSt.

Für Fragen und Anzeigenbestellungen kontaktieren Sie bitte:
Herrn Michael Hoppe, Verlag für Natur & Mensch, Im Gogelsfeld 11, 71543 Wüstenrot.
Telefonisch: **0 79 45-94 39 69**. Per Fax: **0 79 45 - 94 39 64**. Per E-Mail: **mh@naturscheck.de**

Auf Wunsch erhalten Sie einen Korrekturabzug. Korrekturabzüge können nur per E-Mail oder Fax versandt werden. Bei erteilter Einzugsermächtigung gewähren wir 3 % Skonto. Der Verlag behält sich vor, nur Anzeigen zu veröffentlichen, die inhaltlich den einheitlichen Grundsätzen des Verlags entsprechen. Für fehlerhafte Datenübermittlung durch den Auftraggeber übernehmen wir keine Haftung.

Anzeigenschluß: **13.02.2015**
Erscheinungstermin: **02.03.2015**

Gewerbliche und private Kleinanzeigen

HEILPRAKTIKER

Naturheilpraxis M. Woll
Rückenanwendungen,
Ausleitungsverfahren,
Chelattherapie, Oxyvenierung,
Alternative Krebsbegleitung,
Pilzheilkunde, Taping,
Chiropraktik, Schmerztherapie
Werderstr. 121, 74074 HN
Tel.: 07131-6421116
www.naturheilpraxis-woll.de

Naturheilpraxis Rolf Schwarz
Heilpraktiker
Klassische Homöopathie, Augenwohl-Methode für besseres Sehen,
Geistige Beratung und Behandlung,
Fußreflexzonenmassage
Autor von Impfen – eine verborgene Gefahr u.a.
Tel. 07971 – 24028
www.schwarz-unterrot-de

HEIZTECHNIK

SoloTherm
Naturstein- und Glasheizung
Wärme zum Wohlfühlen
wie von der Sonne.
Gesund, umweltfreundlich
und sparsam.
Fachberatung durch AHS-Service
Fritz-Präuner-Str. 4,
74394 Hessigheim
Tel.: 07143-2087869

NATURKOSMETIK

NAOWA Seminare & Versand: konsequente Naturkosmetik, Räucherwerk & 100 % ätherische Öle
» **01.06. – 16.06.2015**
Energetic Yoga auf La Palma
» **31.01. – 01.02.2015**
RegenerationsWE/Rohkost
» **13.02.2015** – Creme herstellen,
» **14.-15.02.2015** – Kinderschminken,
» **06.03.2015** – Parfum herstellen,
» **07.03. – 08.03.2015** – Naturkosmetik herstellen nach Buch M. Veit "Heilkosmetik aus der Natur",
» **17.03.2015** – Selbstheilabend meditativ & kostenlos,
» **14.-15.03.2015**
Kräuterjahresgruppe
» **27.03.2015**
Energetic Work Jahresgruppe,
» **12.04.2015** – Energetic Clearing Massage für Therapeuten,
» **14.04.2015** – Selbstheilabend meditativ & kostenlos,
» **18.04.2015** – Energetic Yoga Lehrerausbildung
Showrroom in Rosengarten-Sanzenbach - hier kannst Du der Nase nach gehen - geöffnet
Do **9.00 - 13.00** & **14.00 - 17.00**
(23.12.-31.01.2015 Urlaub)
www.Naowa.de
0791/9460812

VERSCHIEDENES

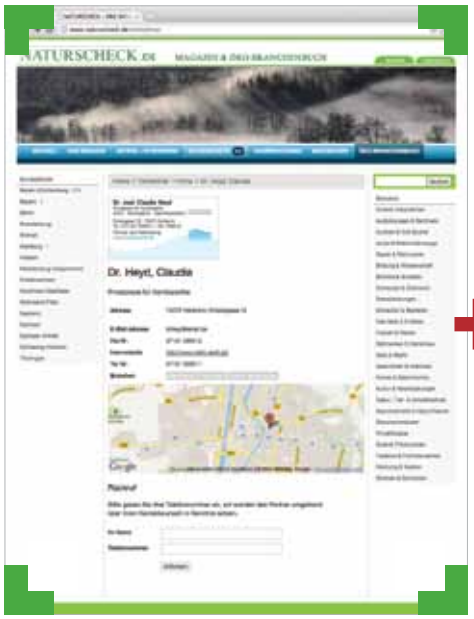
Möchten auch Sie mit einer Kleinanzeige auf sich aufmerksam machen? Dann tun Sie es in der nächsten Ausgabe des NATURSCHECK!

FÖRDERPARTNER GESUCHT!

Der NATURSCHECK erscheint seit Herbst 2009 in den Regionen Heilbronn, Hohenlohe und Schwäbisch Hall und seit 2011 auch in den Kreisen Rems-Murr und Ludwigsburg. Inzwischen wird das Magazin von über 50.000 ganzheitlich denkenden Menschen mit Begeisterung gelesen.
Daher suchen wir Kooperationspartner, die unser Anliegen der ökologischen Bewußtseinsbildung unterstützen und NATURSCHECK-Förderpartner werden möchten. Förderpartner erhalten die Magazine zum Druckpreis und können diese an interessierte Kunden, Freunde und Bekannte weitergeben oder verkaufen. Im Gegenzug bieten wir Ihnen an, den NATURSCHECK als kostengünstige Werbeplattform nützen.

FÜR NUR 99,- EURO PRO JAHR ERHALTEN SIE:
» je Quartal 25 Magazine NATURSCHECK frei Haus zur kostenlosen Weitergabe oder zum Weiterverkauf

FÜR NUR 99,- EURO PRO QUARTAL ERHALTEN SIE:
» je Quartal 25 Magazine frei Haus zur kostenlosen Verteilung oder zum Weiterverkauf (Einzelverkaufspreis 3,50)
» je Quartal eine Kleinanzeige im regionalen NATURSCHECK Magazin im Bereich »Förderpartner & Branchenbch«
» die Präsentation Ihrer Firma/Praxis im Öko-Branchenbuch www.naturscheck.de und www.oekobranchenbuch.de



Webanzeige

ÄRZTE & HEILPRAKTIKER

Dr. Cornelia Blaich-Czink
Naturheilverfahren, Anthroposophische Medizin, Homöopathie, Psychosomatische Energetik, Homöosinatrie
Jörg-Rathgeb-Platz 1,
74081 Heilbronn
Tel. 07131-251586, Fax 572139
www.dr-blaich-czink.aerzte-in-heilbronn.de

Kleinanzeige

25 Hefte

Nutzen auch Sie den NATURSCHECK als ökologische Werbeplattform und werden Sie NATURSCHECK-Förderpartner.

Weitere Informationen auf **www.naturscheck.de**

beim Verlag für Natur & Mensch unter 0 79 45 - 94 39 69
oder per E-Mail **mh@naturscheck.de**

Das NATURSCHECK-Abonnement – Nur 18,- pro Jahr

Liebe Leserin, lieber Leser,

Der NATURSCHECK ist ein völlig unabhängiges Magazin, das sich rein über seine zahlenden Leser und Werbepartner finanziert. Daher bitten wir Sie um Ihre Unterstützung! Vielleicht sind es Sie gewohnt, das Heft kostenlos zu erhalten und haben sich darüber noch niemals Gedanken gemacht. Um eine größtmögliche Zahl an Lesern zu erreichen und den ökologischen Gedanken in die Welt hinauszutragen, wird ein Großteil der NATURSCHECK-Hefte frei verteilt. Grund ist die Tatsache, daß viele Magazine, die nur über den Kioskverkauf erhältlich sind, ungelesen im Papiercontainer landen. Häufig bis zu 80 % der Auflage! Diesen Weg wollen wir nicht gehen. Wir wollen, daß der NATURSCHECK gelesen wird und sich jeder selbst von der Qualität des redaktionellen Inhalts überzeugen kann. Zumal es sich um Themen handelt, die uns alle angehen.

Daher bitten wir Sie: Abonnieren Sie den NATURSCHECK und unterstützen Sie damit die unabhängige, ökologische Bewußtseinsbildung!

Fördern auch Sie die ökologische Bewußtseinsbildung!
Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

☐ Ja, ich möchte den NATURSCHECK für ein Jahr zum Gesamtpreis von 18,- Euro abonnieren.

☐ Ja, ich möchte für ein Jahr NATURSCHECK-FÖRDERABONNENT werden und erhalte für eine Gebühr von 99,- Euro pro Jahr je Quartal 25 Magazine zur freien Weitergabe oder zum Verkauf.

☐ Ja, ich möchte NATURSCHECK-FÖRDERPARTNER werden und erhalte für eine Gebühr von 99,- Euro pro Quartal (zzgl. MwSt.) je Quartal 25 Magazine, eine Kleinanzeige im NATURSCHECK MAGAZIN und einen kostenlosen Eintrag im ÖKO-BRANCHENBUCH auf www.naturscheck.de.

Beginnend ab Ausgabe: Frühling ☐ Herbst ☐ Sommer ☐ Winter ☐

Name: ..... Vorname: .....

Straße / Nr.: ..... PLZ / Ort: .....

Telefon ..... E-Mail: .....

☐ Ich bezahle per Lastschrifteinzug ☐ per Rechnung gegen zusätzliche Gebühr von 1,50 Euro

Kontonummer: ..... Bankleitzahl: .....

Bankinstitut:

.....

.....

Datum und Unterschrift

Einfach anrufen oder Bestellschein schicken oder faxen an: **Verlag für Natur & Mensch,**
Im Gogelsfeld 11, 71543 Wüstenrot. Tel: 0 79 45 / 94 39 69 Fax: 0 79 45 / 94 39 64 E-Mail: mh@naturscheck.de

Vorschau auf die Frühlingsausgabe März 2015

Prem Rawat – der Friedensengel

Prem Rawat (geb. 10.12.1957), auch unter dem Ehrentitel Maharaji bekannt, hat Jahrzehntelang die Welt bereist und Menschen inspiriert, Frieden im Innern zu finden. Als Dreijähriger (!) begann er, öffentlich zu sprechen. Seine Botschaft ist einfach und grundlegend. Sie ist unabhängig von jedweder Philosophie oder Religion. »Frieden muß im Leben jedes Menschen sein. Der Frieden, den wir suchen, ist innen. Er ist im Herzen und wartet darauf, gefühlt zu werden. Nicht die Welt braucht Frieden, die Menschen brauchen ihn. Wenn die Menschen dieser Welt innerlich im Frieden sind, so wird auch die Welt insgesamt im Frieden sein."

Werbepartner dieser Ausgabe

3E-Zentrum, AB Fitness, Arnold Coaching, AUM Ayurvedazentrum, Bäckerei Schmidt GmbH, Bäckerei Weber GmbH, Berger Naturholzschreinerei, BESH - Bäuerl. Erzeuger, Biohof Vogel, Bühler Bettsysteme, Casadobe - J.Fischer, Cleantec GmbH, Chorvath, Der Holzhof GmbH, Der Naturbaumarkt, Die Wohnwerkstatt-Wisse-Lemm, Dr. Dauenhauer, Dr. Heyd, Dr. Kamp Zahnarzt, Dr. med. vet. Kübler, Dr. Nadj-Papp, Dr. Pfisterer, Dynatos, emmi-dent, Eyke NHP, Geflügel vom Brunnenhof, Gemeinde Wüstenrot, Gipfelstürmer Institut, Greuthofer, Gugliuzza Schreinerei, Hack Frischemetzgerei, Hagen Kaffee, Hasenbein Sicherheit, Haus Ahorn, Heldenpraxis, Hibo Lebensraum Gartenbau, Hof Engelhardt, Holz Hauff, Hoppe Psych. Praxis, Hotel Anne-Sophie, Hotel Jagstmühle, Hotel Rappenhof, Jeschke - Achtsamkeitstraining, Kathari Heilpraxis, Klarmodul GmbH, Klippel Dieter, Kurz Baubiologie, Kurz Karin Fliesen, La Silhouette - Naturfriseur, Lädle im Riegenhof, Landes Bioland-Gärtnerei, Landgut Burg, Lang Immobilien, Layher Baubiologie, Mathias & Partner, Merkle NHP, Milling Hans Peter, Milling-Hinsenkamp – Männergruppe, Mirko Irion, Müller Helmut Holzhausbau, Naturland Bio Obsthof Gräßle, Ökofaktur Janek, Panorama Hotel, Paulini Astrid, Peter-Hess-Institut Pihale, Rebers Hofladen, Reiss Malergeschäft, Remsgalerie, Riegenhof, Said Energiearbeit, Scherer Reformhaus, Scheu Holzbau, Sonnendruck, Schweikert Kachelöfen, Stadtwerke Schwäbisch Hall, Steinhausen, Baubiologe, Stierhof Reformhaus, Ulrich Lang Gold, Umbach Gärtnerei, Vitalweltapotheken, Waller Baumschulen, Weingut Hagenbüchle Stilz, Weingut Hirth, WINO, Weiss NHP, Zachersmühle

IMPRESSUM
ISSN 1869-0300

Naturscheck
Regionales Magazin für
Natur, Mensch & Umwelt

Herausgeber / Verlag
Verlag Natur & Mensch
Michael Hoppe
Im Gogelsfeld 11 - 71543 Wüstenrot
Tel. 0 79 45-94 39 69
Fax 0 79 45-94 39 64
E-Mail: mh@naturscheck.de

Anzeigenleitung
Verlagsbüro Heilbronn
Max Glashauser
Schirrmannstr.16 - 74074 Heilbronn
Tel. 0 71 31-77 22 80
Fax 0 71 31-77 22 81
E-Mail: post@glashauser.de

Kundenbetreuung Rems-Murr & Ludwigsburg
Verlagsbüro RMK & LB
Wolfgang Schlagenhauf
Tel. 0 70 62-90 25 89, Fax 03 21-21 19 99 56
Mobil: 0170-2 19 09 00
E-Mail: ws@naturscheck.de

Produktionsleitung
GREENEYEMEDIA
Mehmet Yesilgöz
Lerchenstr 60 - 74172 Neckarsulm
Tel. 0 71 32 - 450 99 77
E-Mail: info@greeneyemedia.de

Erscheinungsweise
Vier Ausgaben pro Jahr

Verbreitungsgebiet
Heilbronn / Hohenlohe / Schwäbisch-Hall / Rems-Murr / Ludwigsburg

Druckauflage
20.000 Exemplare - Lesezirkel, Kioskvertrieb, Abonnenten und Freiverteilung

Bezugspreise
Einzelverkaufspreis: 3,50 Euro
Jahresabopreis: 18,- Euro
(4 Ausgaben frei Haus)

Druckverfahren
Bogen-/Rollenoffset, Lithos 48er - 60er Raster Gedruckt auf Papier aus kontrolliertem Waldbestand

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C015136

Bildnachweis

Bühler Rudolf: 46,47
Çatı Peter Mehmet: 38
Ökokiste eV: 52
Doebelin Nadine: 64
Ehrmann Klaus: 48
Emag AG: 62
Endres Nadja Sue: 66
Eugster Simon A. / Wikipedia: 31
Fontagnier Christian: 67
Grimm Hans-Ulrich: U1, 8
Hirneise Lothar: 32
Hoppe Michael: 3
Irion Mirko: 60
Istockphoto: U1, U2, U3, 4, 5, 12, 16, 18, 23, 28, 32, 44, 60, 63, 67, 68, 76
Kathari Bernd: 51
Koch Tanja: 63
Köster Kathrin: 54
Riedling Sigrid: U1, 24
rororo-Verlag: 15
Schlagenhauf Wolfgang: 70
Scholz Andreas: 73,74
Senf Bernd: 5, 56
Shanti Magazin: 82
Stettenfels Burgverwaltung: 6
Treiber Uwe: 5, 42
UVO, Grander: 77
Yesilgöz Mehmet: 33, 34, 35
Zachersmühle: 37

Tagesseminar
Wie Sprache heilt!

22.02.2015 und 29.03.2015

Es ist nicht, was Du in den Mund hineintust, das Dich vergiftet, sondern was aus Deinem Mund herauskommt

"Die Worte, die Sie verwenden, müssen »heilsam« sein. Was Sie sagen, muß Sie aufbauen und stärken. Beschließen und erklären Sie jetzt: »Von diesem Augenblick an gebrauche ich nur noch heilende und segnende Worte, die mir Wohlstand, Inspiration und Kraft bringen.« (Dr. Joseph Murphy)

Eine nachhaltige Veränderung in unserem Sprachgebrauch können wir erst dann bewußt herbeiführen, wenn wir den tieferen Sinn der Sprache erfassen. Wenn wir begreifen, wie Sprache entsteht und woher sie ihre Kraft und Macht bezieht.

Folgende Themen werden behandelt:
» Die Entstehung der Sprache und der tiefere Sinn der Worte und Buchstaben.
» Die Bedeutung der Zahlengesetze.
» Das Wunder der deutschen Sprache.
» Affirmationen – die schaffende Kraft der Worte.
» Die fünf Sprachen der Liebe.

Tagesseminar: Wie Sprache heilt!
Termine: **22.02.2015** und **29.03.2015** - **10.00 Uhr** bis **18.00 Uhr**
Seminarkosten: jeweils 130.- EUR inkl. Mittagessen und Getränke
Seminarort: Wüstenrot
Seminarleitung: Michael Hoppe
Informationen und Anmeldungen: Michael Hoppe
mh@naturscheck.de oder unter 0 79 45 - 94 39 69

BÄUERLICHE ERZEUGERGEMEINSCHAFT SCHWÄBISCH HALL www.besh.de

DEN GESCHMACK DER REGION HOHENLOHE ERLEBEN...

Hällisches Landschwein um 1850

Alte Landrasse Schwäbisch-Hällisches Landschwein

Direkt vom Bauern

Artgerechte Haltung

GenTec-freies Futter

Keine Medikamente und Wachstumsförderer

Kurze Transportwege

Eigene Schlachtung

Neutrale Qualitätskontrollen

Schwäbisch-Hällisches Qualitätsschweinefleisch g.g.A.

FINANZIERT MIT FÖRDERMITTELN DER EUROPÄISCHEN UNION UND DER LÄNDER BADEN-WÜRTTEMBERG UND BAYERN

www.haellisch.de