DAS MAGAZIN FÜR EIN NEUES ÖKOLOGISCHES BEWUSSTSEIN

NATURSCHECK

www.naturscheck.de

AUSGABE WÜRTTEMBERG NORD

*EUR 3,50



*DIE POLITIK IST EIN SEHR DICKES BRETT Interview mit »Mr. Dax« DIRK MÜLLER.

*DER WEG IST DAS ZIEL

Unterwegs sein, um bei sich selbst anzukommen

*DIE EINE MINUTE METHODE

Wie Sie in 60 Sekunden die Welt verändern

*ZUHAUSE IST ES AM SCHÖNSTEN

Warum immer mehr Menschen ihre Ferien in der Heimat verbringen





*ZU JEDEM KINDERGARTEN GEHÖRT EIN GARTEN – Interview mit dem österreichischen »Agrarrebellen« SEPP HOLZER

ISSN: 1869-0300 naturscheck frühling 2016



NATURSCHECK – BewußtseinsTage 2016 Heile dich selbst! – 13.03., 03.04. und 08.05.2016

Die fundamentalste aller »Gesundheitsfragen« lautet: Was kann ICH SELBST tun, um gesund zu werden und gesund zu bleiben? Da die ersten beiden Bewußtseinstage im Herbst 2015 großen Anklang fanden, werden wir diese nun monatlich anbieten. Dabei steht nicht die »Theorie des Heilens« im Mittelpunkt, sondern die sofortige praktische Umsetzung. Wir Menschen sind zu so viel mehr fähig, als nur immer nach externen Problemlösungen zu suchen. Wir können immer und in jedem Augenblick unsere Gesundheit oder unsere Genesung aktiv unterstützen! Wir haben alle Schlüssel zur Heilung selbst in der Hand!

In Kleingruppen mit maximal 15 Teilnehmern demonstrieren wechselnde Referenten, wie wir durch bewußtes Atmen, Einströmenlassen der Heilenergie, Visualisierung, Perspektivwechsel, Vergebung, Hingabe - und durch die Transformation unserer eigenen inneren Einstellung - der universellen Heilkraft die Tür öffnen können.

Heilung beginnt immer mit Selbsterkenntnis und mit dem Mut, alte, überholte Vorstellungen loszulassen. Und mit der praktischen Umsetzung!!! Nur zu wissen, wie etwas funktioniert, bringt uns keinen Schritt weiter. Wir müssen es tun! Nur dann gelingt Veränderung. Wer sich für das Thema »Selbstheilung« interessiert und sich mit anderen Menschen austauschen oder einfache »Selbstheilungstechniken« lernen möchte, ist herzlich eingeladen. Unter www.naturscheck.de erfahren Sie dann jeweils, welche Referenten bei den einzelnen Veranstaltungen anwesend sein werden.

Termine & Veranstaltungsort

»Bewußtseinstag HEILE DICH SELBST« – 13.03.2016, 03.04. und 08.05.2016 jeweils von 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Veranstaltungsort ist Wüstenrot

Teilnahmegebühr beträgt 80,- Euro pro Person + 25,- Euro für ein biologisch-vegetarisches Mittagessen, Obst, Getränke etc.

Maximale Teilnehmerzahl 15 Personen.

Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung.

Weitere Informationen und Anmeldung:

Naturscheck Magazin Tel.: 07945-943969

E-Mail: mh@naturscheck.de



Michael Hoppe Herausgeber

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich willkommen in der NATURSCHECK-Frühlingsausgabe 2016.

Der SPIEGEL schrieb vor ein paar Wochen: »Wir erleben ein Wetterleuchten des Wahnsinns. Der Irrsinn beschleunigt sich. In Deutschland heißt die drittstärkste politische Kraft jetzt AfD. In den USA will Donald Trump Präsident werden «

Ex-Außenminister Joschka Fischer fügte besorgt hinzu, daß auf-

grund der Ohnmacht von Spitzenpolitikern und Entscheidungsträgern »die Kräfte des Chaos gegenüber der überkommenen Ordnung der Welt überhandzunehmen scheinen.«

Ja, es ist ganz schön was los auf dem Planeten Erde. Zumindest aus medialer Sicht. Wenn ich jedoch den Fernseher und den Computer ausschalte und mich umblicke, dann fällt mir auf, daß in meinem gewohnten Umfeld recht wenig davon zu spüren ist: Unsere Nachbarn gehen weiter ihren gewohnten Tätigkeiten nach. Unsere Katzen möchten jeden Morgen gefüttert werden. Und das Wetter tut ebenfalls, was es will.

Es ist eine große Lebenskunst, den Wahnsinn in der Welt bewußt wahrzunehmen, jedoch nicht selbst Teil des Wahnsinns zu werden. Stattdessen optimistisch und unabhängig zu bleiben, und zu tun, was möglich ist.

Was können wir in einer globalisierten Welt, deren Bevölkerung tagtäglich um 200.000 neue Erdenbürger anwächst, wirklich beeinflussen? Unser eigenes Leben und unser direktes Umfeld! Und hier sollten wir auch ansetzen.

Daher präsentieren wir Ihnen auch in dieser NATURSCHECK-Ausgabe wieder viele positive und nachhaltige Ansätze, die jeder Leser in sein eigenes Leben integrie-

ren kann: »Mr. Dax« Dirk Müller erklärt, wie ethische Investitionsmöglichkeiten funktionieren und wie wir dadurch Einfluß nehmen können auf die entsprechenden Unternehmen. Der »Agrarrebell« Sepp Holzer gibt praktische Ratschläge, wo Landwirte ansetzen müssen, um sich aus der Sklaverei der Monokultur zu befreien. »Energiepionier« Matthias Willenbacher zeigt den Weg in die indi-Energieunabhängigkeit. viduelle Und in mehreren regionalen Artikeln erfahren wir, welche ökologischen und kulturellen Schätze direkt vor der eigenen Haustür zu finden sind.

Auch zu den Themen Gesundheit, Ernährung, Natur und Nachhaltigkeit finden Sie wieder zahlreiche Anregungen. Wobei wie immer gilt, daß das theoretische Wissen nur Schall und Rauch ist, wenn wir es nicht in die gelebte Praxis umsetzen.

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

> Michael Hoppe und das Naturscheck-Team

Michael Flogre



Bewußtsein

- 14 Portrait Eckhart Tolle
- 16 Aktuelle Kurznachrichten
- 71 Die Geschlechterrollen im Wandel der Gesellschaft

Gesundheit & Medizin

56 Fit in den Frühling

Interviews

- 6 Dirk Müller
- 24 Sepp Holzer
- 42 Matthias Willenbacher
- 52 Beate Meyer-Heinerich
- 58 Dr. Michael Lacour

Mensch & Kultur

54 Selbstbestimmt in einer Beziehung

Regionales

- 28 Der Weg ist das Ziel
- 34 Sanfter, regionaler Tourismus
- 38 500 Jahre Reinheitsgebot
- 48 Schwalbenfreundliche Häuser

Serien

- 61 Biokochen mit Frau Koch
- 59 Kräuterkolumne von Kräuterpater Gerhard

Seminare

- 66 Russische Informationsmedizin
- 68 Eine magische Minute
- 77 Die Macht der Sprache
- U2 Bewußtseins-Tage 2016

Branchenbuch & Kleinanzeigen

- 78 Branchenbuch & Förderpartner
- 79 Kleinanzeigen

Vorschau / Abo

- 81 Abonnement
- 82 Werbepartner dieser Ausgabe
- 82 Vorschau

Impressum 82

Dirk Müller im Gespräch

Dirk Müller ist seit vielen Jahren das Gesicht der Börse. Kompetent und charismatisch versteht er es, das Börsenlatein so zu übersetzen, daß es auch Normalsterbliche begreifen.



500 Jahre deutsches Reinheitsgebot

Das Bier ist seit jeher das Nationalgetränk der Deutschen. In diesem Jahr haben Biertrinker noch einen Grund mehr, um mit anderen Gerstensaft-Freunden anzustoßen: 2016 jährt sich das im Jahre 1516 verkündete Reinheitsgebot für Bier zum 500. Mal.



»100 % Erneuerbar, 100 % Freiheit«

Vom Wirtschaftsmagazin Capital wurde Matthias Willenbacher 2009 als Greentech-Manager des Jahres ausgezeichnet. Er ist einer der Protagonisten in dem Film »Die 4. Revolution«. Und Angela Merkel machte er vor einigen Jahren ein »unmoralisches Angebot«.





Interview mit der Naturund Erlebnispädagogin Beate Meyer-Heinerich

Vor drei Jahren starteten die Natur- und Erlebnispädagogen Beate Meyer-Heinerich und Jörg Thimm-Hoch die naturpädagogische Ausbildung "NaturNah" am Seminarhaus und Landschulheim Quellhof in Kirchberg/Jagst. Ihr Ansatz: »Menschen schützen, was sie lieben, und können nur lieben, was sie kennengelernt haben« ...



Zuhause ist es doch am schönsten - Sanfter, regionaler Tourismus ist im Kommen

Immer mehr Menschen entschließen sich, die Ferien ökologisch und im eigenen Lande zu verbringen. Grund ist nicht nur die teilweise unsichere politische Lage in immer mehr Urlaubsländern, sondern auch die Erkenntnis, daß man nicht jedes Jahr »mühsam« in die Ferne schweifen muß, wenn Erholung direkt vor der Haustür zu haben ist.



»Agrar-Rebell« Sepp Holzer im Gespräch

Sepp Holzer ist einer der umstrittensten Bauern im deutschsprachigen Raum. Grund ist seine etwas andere Vorstellung davon, wie der Mensch im Einklang mit der Natur und unabhängig von der EU-Bürokratie Landwirtschaft betreiben sollte.



Die Politik ist ein sehr dickes Brett – Interview mit dem Finanzexperten und »Mr. Dax« Dirk Müller

Dirk Müller ist seit vielen Jahren das Gesicht der Börse. Kompetent und charismatisch versteht er es, das Börsenlatein so zu übersetzen, daß es auch Normalsterbliche begreifen. Er hat den Crash 2008 vorausgesagt und auch im Nachgang viele Anregungen gegeben, wie die globale Geldwelt – und damit wir alle – dem finanziellen Supergau entgehen könnten. Doch selbst ein Dirk Müller predigt in Berlin zumeist »betriebstauben« Ohren.

Herr Müller, im Jahr 2009 haben wir im NATURSCHECK Ihr Buch »Crashkurs« vorgestellt. Damals dachten wir alle: Das war's mit dem alten Geldsystem. 20 Millionen (!) Amerikaner hatten gerade ihre Immobilie verloren, hunderte von Banken gingen Pleite. Heute schreiben wir das Jahr 2016, und das »System« lebt immer noch. Wie konnte das geschehen?

Dirk Müller:

Wir haben ja gesehen, daß Politik und Notenbanken alles in ihrer Macht Stehende getan haben, um die Situation nochmal herumzureißen. Wir standen damals am Abgrund, gar keine Frage. Der damalige Finanzminister sagte, daß es dabei um Stunden ging, um die »Kernschmelze« des Finanzsystems zu verhindern. Man hat mit einem unglaublichen Kraftakt alles getan, um noch etwas Zeit zu gewinnen. Wobei wir die Situation mit einem Auto vergleichen können, das unterwegs stehenbleibt. Man tut alles, um es noch einmal zum Laufen zu bringen. Man schiebt es mit vereinten Kräften an. Doch ist inzwischen nicht nur die Batterie leer, sondern auch

die »Lichtmaschine« kaputt. Die Batterie läßt sich nicht mehr aufladen. Das Auto fährt zwar noch, doch der Motor stottert schon wieder. Das heißt aber auch: nochmal werden wir einen abgestorbenen Motor nicht wieder anwerfen können.

Sie hatten in Ihrem Buch 2008 genau diese Situation vorausgesagt: daß entweder der sofortige Kollaps eintreten wird, oder - wenn man alles Menschenmögliche dafür tut – das alte Geldsystem noch fünf bis sieben lahre weiterfunktionieren könnte. Die Politik hat sich für die zweite Lösung entschieden und den Großteil der Multimilliarden an Bankschulden einfach auf die Bürger umgeschichtet. Eigentlich ein Skandal! Die prognostizierten sieben Jahre sind nun um, und es steht uns der nächste Kollaps bevor. Gibt es denn aus Ihrer Sicht überhaupt eine Möglichkeit, den gordischen Knoten noch zu entwirren?

Dirk Müller:

Möglichkeiten gibt es immer - wenn sie politisch umgesetzt werden! Ich habe selbst ein Konzept entwickelt und es in meinem letzten Buch

»Showdown« in den Grundzügen skizziert. Dieses Konzept hat den Weg in hohe Kreise der deutschen und der europäischen Politik gefunden. Wer immer sich mit diesem Konzept auseinandergesetzt hat, von Wirtschaftswissenschaftlern bis zu ehemaligen Finanzministern, sagte: »Das ist es. Wieso haben wir das nicht? Das ist die Lösung.« Die Politik ist aber ein sehr dickes Brett. Und daher bezweifle ich, daß wir es rechtzeitig schaffen, ein solches Konzept umzusetzen.

Seit Jahren stehe ich auf der Bühne und erkläre, daß wir endlich umdenken müssen. Der Zusammenbruch unseres Finanzsystems ist unabwendbar, weil die enormen Schulden, die immer größer werden, nicht mehr zurückbezahlt werden können. Die Schulden des einen sind die Geldguthaben des anderen. Und wir versuchen, das Verschuldungsproblem zu lösen, indem wir die Schulden »vernichten«. Das heißt aber im gleichen Moment, daß wir auch die Geldguthaben vernichten. Ständig diskutieren wir über dieselben drei Wege: Der erste ist die »Inflationierung«. Dabei versuchen die Notenbanken eine langsame, aber kontinuierliche Inflation zu erzeugen. Der zweite Weg ist, die Schulden zu streichen. Wie wir es in Griechenland getan haben. Der dritte Weg wäre dann die ganz brutale Maßnahme: nämlich die komplette Geldentwertung und die Zwangsbesteuerung, also das Einziehen der privaten Guthaben durch den Staat

Ich bin jedoch überzeugt, daß es auch anders geht. Darum habe ich mir die Frage gestellt: Wie konnte es überhaupt geschehen, daß heute so große Privatvermögen so großen Schuldenlasten gegenüberstehen? Die großen Vermögen sind im Grunde nichts anderes als »gespeicherte Arbeitsleistung«. Würde dieses Geld zurück ins System fließen, könnten die, die Schulden haben, diese durch ihre Arbeitsleistung wieder ausgleichen. Da dieses Geld jedoch gehortet wird und nicht im Umlauf ist, bauen sich immer mehr Guthaben auf. Und im Gegenzug steigt die Schuldenlast.

Meine Überlegung war nun, diesen gordischen Kno-





ten zu zerschlagen. Wir haben einen unglaublichen Bedarf an Investitionen in Infrastruktur jeglicher Art. Oft wissen wir nicht, wie wir diese bezahlen sollen. Auf der anderen Seite haben wir riesige Privatvermögen, also gespeicherte Arbeitsleistung. Und hier wissen viele nicht, wo sie ihr Geld investieren sollen. Was liegt also näher, als diese beiden Welten zusammenzubringen?

Mein Konzept ist, die Bürger zu motivieren, ihr Privatvermögen in Infrastruktur jeder Couleur zu investieren. Wenn möglich, in ihrer unmittelbaren Umgebung. Und das nicht in Form von Kredit oder Verleih, sondern als finanzielle Beteiligung an der eigenen Infrastruktur. So bringt man das Geld wieder in Umlauf und baut Schulden ab. Alle Möglichkeiten dazu sind vorhanden, ohne daß man den Zins abschaffen oder ein neues Geldsystem erfinden müßte. Man könnte das Rad komplett zurückdrehen und sofort mit dem Umbau beginnen. Was jedoch fehlt, ist die politische Tatkraft des Umsetzens.

Irgendwie erinnert mich das an das Wirtschaftsprinzip »Cradle to Cradle«. Hier wird in natürlichen Kreisläufen gedacht und bereits bei der Entwicklung neuer Produkte sichergestellt, daß dabei später kein Müll anfällt. Leider scheint die Politik nicht in der Lage zu sein, innovativ vorauszudenken. Man reagiert immer nur.

Dirk Müller: Richtig. Das Konzept »Cradle to Cradle« stammt von Professor Braungart, den ich sehr schätze. Das Besondere daran ist, daß man keinen Ressourcen-Verbrauch, sondern einen Ressourcen-Gebrauch macht. Und darin steckt ja auch die Lösung. Wenn ich Energie nicht er-

zeuge, indem ich Dinge verbrauche und dadurch Kohlenstoffe freisetze, sondern indem ich Dinge gebrauche, ohne daß dabei etwas verschwindet, kann ich auch anders mit dieser Energie umgehen. Ich bräuchte dann auch nicht Energie zu sparen, sondern könnte aus der Fülle schöpfen.

Wie Sie, hat ja auch Professor Braungart eine geniale Lösung parat, wie dies praktisch umzusetzen wäre. Man müßte nämlich nur alle Produkte neu erfinden. Das klingt zwar im ersten Moment utopisch, würde jedoch einen riesigen Wirtschaftsboom auslösen. Und wenn man sieht, wie kreativ die Menschen hierzulande sind, wäre das doch eine echte »Patentlösung«. Da aber viele Lobbygruppen von unserem Mangelsystem profitieren, sperrt sich auch die Politik gegen die Weiterentwicklung. Wo könnte man denn hier ansetzen?

Dirk Müller:

Ich kann hier nur für meinen Bereich sprechen, also die Finanzen. Mein Konzept ist so aufgebaut, daß es nicht von der großen Politik abhängig ist. Jeder kann es umsetzen. Das könnte ein Bürgermeister einer Gemeinde sein, ein Landesherr oder natürlich auch der deutsche Finanzminister. Dazu müßte nur an ganz kleinen Stellschrauben gedreht werden. Mit dem Ziel, die Menschen, die heute über das Geld verfügen, dazu zu motivieren, ihr Geld auszugeben. Ideal wäre, das Geld nicht nur für den reinen Konsum auszugeben, sondern es vom Schuldgeld in Investitions- und Beteiligungskapital umzuwandeln. Damit würde man neue Infrastrukturen schaffen. Das könnten beispielsweise »Serverfarmen« sein oder Solarkraftwerke. Das könnte Elektrizitätsinfrastruktur

oder auch Investitionen in den Straßenbau. Der Bürger beteiligt sich mit seinem Kapital an seiner Stromleitung oder an anderen öffentlichen Projekten.

Daß es in der Vergangenheit immer wieder Kritik an sogenannten PPP-Modellen (Public-private-Partnership) gab, lag weniger an den Modellen selbst als an der Art, wie sie durchgeführt wurden. Hier ist sicher noch Verbesserungsbedarf. Grundüberlegung, den Bürger an seiner eigenen Infrastruktur zu beteiligen, an seinen Kindergärten und seinen Schulen, bringt ein ganz anders Bürgerverständnis und ein anderes Verantwortungsbewußtsein für das eigene Umfeld.

Doch wie bereits gesagt: die Politik ist ein dickes Brett. Ich hatte das Konzept dem ehemaligen Finanzminister vorgestellt, der sofort sagte: »Ich bin dabei.« Auch der Senat der Wirtschaft Deutschlands hatte sich auf die Fahnen geschrieben, das Konzept voranzutreiben. Mir sagte aber einmal jemand aus dem politischen Berlin: »Die einfachste Möglichkeit, sich in Berlin zu isolieren, ist: eine gute Idee zu haben.« Denn immer spielt die Parteipolitik eine große Rolle. Und wenn ein anderer eine gute Idee hat und nicht man selbst, wird sie grundsätzlich abgelehnt und blockiert. So habe ich in den letzten Jahren immer wieder erlebt, wie sinnvolle Überlegungen aus partei- oder machtpolitischen Gründen keine Verwirklichung fanden. Hier ist noch ein großer Änderungsbedarf in der Politik: weg von Eigen- und Egointeressen einzelner Parteien, hin zum Gemeinschaftsinteresse.

Wenn es im Nationalen schon so schwierig ist, wie soll man das das große Ganze in den Griff bekommen? Der ehemalige Goldman-Sachs-Mann und jetzige EZB-Chef Mario Draghi läßt derzeit (virtuelle) Billionen Euro drucken, um damit Wertpapiere und Staatsanleihen aufzukaufen und eine künstliche Inflation zu schaffen. Japan hat im Januar 2016 gar den »Negativzins« eingeführt. Das erinnert irgendwie an Silvio Gesell und den natürlichen Wertverlust des Geldes ...

Dirk Müller:

Da haben Sie völlig Recht. Eigentlich wundert es mich, daß die »Gesellianer« im Moment nicht Hosianna schreien. Denn das, was gerade geschieht, hatte Silvio Gesell immer eingefordert. Wenn man in der Vergangenheit den Begriff Negativzins benutzt hat, wurde man als völlig weltfremder Spinner verlacht. Heute ist das Realität. Und die Leute nehmen es achselzuckend hin, weil sie gar nicht verstehen, was da eigentlich passiert. Das wird eine sehr interessante Entwicklung werden, und dieses »Schwundgeldsystem« haben wir nun tatsächlich eingeführt. Mal sehen, wie es sich auswirken wird.

Ein weiteres großes Thema ist die Privatisierung. Immer mehr Staaten gehen - wie Griechenland - in die Schuldenfalle und sind dann gezwungen, alle staatlichen Gemeinschaftswerte an Investoren zu »verhökern«. Der kanadische Investor Brookfield Property Partners hat 2015 für einen Multimilliardenbetrag den Potsdamer Platz in Berlin gekauft, inklusive der darauf stehenden Gebäude. In Städten wie Paris oder London gehören die meisten attraktiven öffentlichen Plätze längst »internationalen Investoren«. In London werden gerade am Rande des Bankenviertels 25.000 Luxuswohnungen für superreiche Chinesen gebaut. Wie weit ist der globale Ausverkauf bereits fortgeschritten?



Photovoltaik
Installation und Reinigung
Elektrotechnik
Wärmepumpen
Gebäudeautomatisierung





Wohlmuthäuser Str. 24 • 74670 Forchtenberg **②** (0 79 47) 94 39 33-0 • www.klarmodul.de



Ökologische Backwaren www.biobaeckerweber.de

Bio vor der Haustüre

Das Getreide fürs Vollkornbrot: liefern uns die Bäuerinnen und Bauern selbst. Der Käse für die Briegel, Honig und Quark für den Kuchen: wir kennen die Menschen, die diese Köstlichkeiten herstellen. Äpfel und Zwetschgen - ja, sogar die Sonnenblumenkerne sind verbunden mit Gesichtern, mit Menschen, denen wir seit Jahrzehnten vertrauen dürfen. Es gibt in dieser Gegend mehr Gutes, als mensch denkt.

Bio-Bäckerei Weber Ringstraße 48 . 71364 Winnenden . Tel. 07195-61692 www.biobaeckerweber.de



Aus Tradition sorgen wir für wohnliche Wärme. Bereits in der fünften Generation, seit über 80 Jahren. setzt unser Familienunternehmen Maßstäbe im Ofenbau. Als schwäbischer Meisterbetrieb fühlen wir uns verpflichtet. unseren Kunden beste Qualität in Gestaltung und Technik anzubieten.



Die ganze Welt des Feuers



in der Region

Große Kachelofenund Kaminausstellung mit über 800 m2 Ausstellungsfläche

MO-FR 8.00 - 18.00 Uhr 9.00 - 12.00 Uhr Kachelöfen & Kamine

Haigernstr. 24, 74223 Flein Tel. 0 71 31 / 5 82 10 - 0 Fax 0.71 31 / 5 82 10 - 50 info@schweikert-online.de www.schweikert-online.de

Beste Qualität! Für höchste Anspr





Unser Getreide erhalten wir von der Marktgemeinschaft KraichgauKorn. OHNE CHEMISCHEN PFLANZENSCHUTZ und OHNE GENTECHNIK!

> Täglich frisch gebacken, aus eigener traditioneller Herstellung!

Bäckerei Konditorei Schmidt GmbH

Spitzwegstraße 4 74081 Heilbronn Telefon 07131-57 11 60

Internet: www.baeckereischmidt-heilbronn.de

Filialen in Heilbronn:

Heidelberger Straße 80 Telefon 39 50 987 und Cäcilienbrunnenstraße 2 Telefon 56 8110

Filiale in 74223 Flein: Ilsfelder Straße 32 Telefon 07131-279 2800

Und kann man ihn überhaupt noch umkehren?

Dirk Müller:

Ia, dieser Ausverkauf findet definitiv statt. Und ich kann ihn auch nicht wirklich nachvollziehen, vor allem, wenn es um kommunale Belange geht. Ich setze mich auch bei uns in der Kommune dafür ein und stelle die Frage: Warum dürfen Kommunen ihre Grundstücke und Landflächen überhaupt verkaufen? Denn normalerweise wäre es doch viel sinnvoller. das zu tun, was die Kirchen seit Jahrhunderten tun: Nämlich Land auf Erbpacht zu vergeben. So bleibt das Land im Besitz der Kommune, des Landes und der Öffentlichkeit. Wer es nutzt, kann das eine bestimmte und kalkulierbare Zeit lang tun. Danach geht das Land zurück in das Gemeingut und das Gemeinwesen.

Was wir in anderen Regionen der Welt, wie etwa in Afrika, als »Lang Grabbing« brandmarken, hat bei uns schon vor Jahrhunderten stattgefunden. Was in Afrika der korrupte Staatschef ist, war hierzulande früher der Kaiser, König oder Landesfürst, der irgendeinen »Kleineren« beschenkt und damit Korruption betrieben hat. Grundstücke wurden verschachert und so für alle Zeiten dem Gemeinwohl entzogen. Diese Art von Privatisierung muß man also grundsätzlich in Frage stellen.

Mein eigenes Konzept basiert zwar auch auf der Privatfinanzierung vieler Infrastrukturthemen. Doch kommt hier hinzu, daß die öffentlichen Belange unbedingte Berücksichtigung finden - und daß die öffentliche Hand als Träger weiter Entscheidungspotential hat. Privatisierung an sich ist weder schlecht noch böse. Die gesetzlichen Vorgaben müssen aber entsprechend sein.

Problematisch wird es vor allem, wenn es um Monopole geht - wie etwa beim Wasser. Es gibt nur ein Wasser. Das System der Privatwirtschaft funktioniert aber nur dann, wenn es Konkurrenz gibt. Daher muß die Politik hier klare Rahmenbedingungen schaffen. Und das hat sie leider allzuoft versäumt. So ist die Privatbeteiligung an großen staatlichen Projekten ein wichtiger Baustein, wie einst bei den ersten Eisenbahnlinien in Amerika. Die wären ohne private Investitionen und rein durch staatliche Verschuldung niemals realisierbar gewesen. Doch standen auch dort die einzelnen Eisenbahnlinien miteinander in Konkurrenz.

In Frankreich galt die Privatisierung auch lange als magische Wirtschaftsformel. Zwei Firmen teilen den gesamten französischen Wassermarkt unter sich auf. Und die Moral von der Geschicht: Kaum noch Investitionen in die Infrastruktur, und ein kontinuierliches Abschöpfen der Gewinne für die Großaktionäre. Inzwischen kaufen die großen Kommunen wie Paris die eigenen »Wasserrechte« wieder zurück.

Dirk Müller:

Das ist genau das, was ich angesprochen hatte: Die gesetzlichen Vorgaben müssen endlich der Realität angepaßt werden. Dann wird der private Investor auch wieder ein Interesse daran haben, sein eigenes Umfeld positiv mitzugestalten. Er überläßt das Handeln und das Monopol nicht mehr den Großunternehmen, sondern wird wieder zum aktiven Teilnehmer.

Die globale Umverteilung ist in vollem Gange. Laut der letzten Oxfam-Studie besitzen die 62 reichsten Milliardäre inzwischen mehr als die ärmeren 3,7 Milliarden der Weltbevölkerung. Dazu gibt es immer

mehr globale Monopolisten. In den USA wurde kürzlich berichtet, daß in den »zweitgrößten« Global Player derselben Branche gar nicht mehr investiert wird. Alles läuft auf das »Ultra-Monopol« hinaus. Wie können wir verhindern, daß – wie in dem Comic »Batman« - am Ende nur noch eine einzige Firma existiert, die alles kontrolliert?

Dirk Müller:

Das ist eine ganz gefährliche Entwicklung, die Sie da beschreiben. Das Monopol widerspricht völlig dem Prinzip der Marktwirtschaft. Denn dieses basiert grundlegend auf dem Prinzip des Wettbewerbs. Und diesen haben wir ausgeschaltet. Es gab schon immer die sogenannten »Monopolkommissionen«. reits im frühen 20. Jahrhundert wurde so zum Beispiel das Unternehmen »Standard Oil« zerschlagen, da man erkannte, daß ein solches Monopol die Grundlagen des gesellschaftlichen Zusammenlebens gefährden könnte.

Auch Oligopole sind gefährlich. Und doch ignorieren wir diese Erkenntnis heute völlig. Wir lassen Monopole zu, die vor einigen Jahrzehnten noch absolut unvorstellbar gewesen wären. Wie konnten Google, Facebook, Apple - und wie diese Unternehmen alle heißen - eine solche Marktdominanz erzielen, während Wettbewerbskommission in Deutschland und Europa in den letzten Jahren Zusammenschlüsanderen sen wegen marginaler Kleinigkeiten widersprochen hat? Wir überlassen die Kontrolle über unsere gesamten Daten und über unser ganzes Leben einer einzigen Firma, die mit niemand anderem im Wettbewerb steht. Das ist Wahnsinn! Hier entsteht eine Machtballung bei ganz, ganz wenigen »Spielern«. Und da diese Dämme offenkundig gebrochen sind, wird sich diese Entwicklung dramatisch beschleunigen.

Im schlimmsten Fall werden am Ende einige wenige Firmen die Welt beherrschen. Der Verbraucher hat keine Lobby mehr, dagegen vorzugehen. Wie bei Facebook bereits heute. Die entscheiden irgendeine Veränderung ihrer Datenschutzbestimmungen, und egal wie nachteilig das für die Gesellschaft der Menschen ist, es wird durchgesetzt. Das ist eine Machtstruktur, die permanent mißbraucht wird. Die Politik steht staunend daneben. Und der Bürger ist hilflos, weil er als einzelner nichts tun kann.

Regelmäßig erreichen unsere Redaktion Meldungen, daß die EU-Kommission ein generelles Bargeldverbot ab 2018 plant. Das gehe aus internen Papieren in Brüssel hervor. Das Verbot wird begründet mit Geldwäsche und zunehmender Kriminalität. Meine Schwester lebt in Frankreich. Dort ist es Unternehmen und ihren Mitarbeitern seit 2015 verboten, Bargeldbeträge über 1.000 Euro anzunehmen. Sonst macht man sich strafbar. 2016 soll die Summe auf 500 Euro gesenkt werden. Französische Zeitungen berichten zudem, daß »die Deutschen« schon seit Jahren kein Bargeld mehr benutzen und alles mit »Karte« bezahlen. Und der unbedarfte französische Zeitungsleser glaubt diesen Unsinn. Wie sehen Sie das Thema »Bargeldlosigkeit«?

Dirk Müller:

Ja, tatsächlich, diese Bargeldlosigkeit wird kommen. Der Deutsche-Bank-Chef sagte ja vor wenigen Tagen: In zehn Jahren wird es das Bargeld nicht mehr geben. In Skandinavien experimentiert man schon damit. Und man wird es wieder mit Kriminalität, Schwarzarbeit oder Ähnli-



Kosmetikprodukte



chem begründen. Tatsächlich ist das nichts anderes als die »Totalkontrolle«. Und daran haben die wesentlichen Entscheider ein großes Interesse. Der Staat hat ein Interesse daran, weil er damit die völlige Oberhoheit und die Transparenz seiner Bürger bekommt. Die Industrie hat ein großes Interesse daran, weil sie damit die maximale Transparenz ihrer Konsumenten bekommt. Der einzige, der kein Interesse daran hat, ist der Bürger. Doch was den Bürger interessiert, interessiert die Entscheider schon lange nicht mehr - und deshalb wird es kommen!

Jetzt muß ich zuerst einmal schlucken, da Sie unsere schlimmsten Befürchtungen so ungefiltert bestätigen ...

Dirk Müller:

Ja, es wird kommen. Und die Frage ist nicht ob, sondern wann. Man wird es medial entsprechend vorbereiten. Die Menschen werden es dann auch wollen und sogar gut finden. Natürlich wird es auch gewisse Bequemlichkeiten mit sich bringen. Ich bin aber gespannt, wie die Politiker dann ihre Bordellbesuche mit Kreditkarte bezahlen ...

Wir wollen alle immer wieder einmal etwas in bar bezahlen, ohne daß die Daten hinterlegt sind. Nicht weil es kriminell ist, sondern weil es schlichtweg niemanden etwas angeht. Aber natürlich hat das Ganze noch eine andere Konsequenz: Wer keinen Zugang zu diesen elektronischen Zahlungsmöglichkeiten hat, ist schlichtweg nicht mehr lebensfähig. Das bedeutet, daß der Staat, der Bankendienstleister - wer auch immer - mit einem Knopfdruck einen unliebsamen »Bürger« vom Zahlungsverkehr ausschließen kann. Und nehmen wir nur einmal an, daß eine demokratisch gewählte Regierung - wie wir

es gerade in Polen erleben – aus welchen Gründen auch immer, restriktivere Maßnahmen ergreift, dann ist der einzelne Bürger nicht mehr in der Lage, sich ein Brötchen oder eine Tageszeitung zu kaufen. Weil er keinen Zugang zu Zahlungsmittel mehr hat.

Daher sehe ich eine ganz, ganz große Gefahr für unsere Demokratie, wenn wir diese Zahlungsmittel aus dem Verkehr nehmen. Auf welche Ersatzwährungen die betroffenen Menschen dann ausweichen werden, ob auf Gold, Silber, Kupfer oder Zigarettenpackungen, das wird die Zukunft zeigen.

Damit bestätigen Sie das alte Sprichwort: Nur Bares ist Wahres. Da wir unseren Lesern gerne eine aufbauende Botschaft mit auf den Weg geben wollen, machen wir einen Schwenk für all jene, die nach einer sicheren und ökologischen Investitionsmöglichkeit suchen. Sie sind ja selbst Fonds-Manager eines Ethik-Fonds. Was ist darunter zu verstehen?

Dirk Müller: Ich habe am 17. April 2015 meinen eigenen Aktienfonds aufgelegt. Dabei habe ich all die Sauereien, die ich bei anderen Fonds beobachtet habe, weggelassen - wie zum Beispiel die Wertpapierleihe. Die meisten Anleger haben keine Ahnung, wie sich ihr Fond zusammensetzt. Es ist zwar kein reiner Ethik-Fonds, aber ich möchte alle ethischen Aspekte berücksichtigen. Dazu gehört, all jene Firmen zu vermeiden, die dieser Vorstellung nicht entsprechen. Ich möchte keine Deutsche Bank und kein Monsanto dabeihaben. Und ich möchte Einfluß nehmen können auf die Art, wie bei den Aktienunternehmen gewirtschaftet wird.

Durch meine Tätigkeit als Chairmen für faire Finan-

zen des »Diplomatic Council« (einem Zusammenschluß von internationalen Diplomaten, die eine Zeit lang in Deutschland tätig waren) habe ich mich lange mit dem Thema finanzielle Gerechtigkeit befaßt. Vor allem eigentümergeführte oder familiengeführte Unternehmen entsprechen diesem Modell. Man kommt seiner Verantwortung für die Gesellschaft nach, indem der Unternehmer sagt: »Ich möchte zwar Geld verdienen, aber es geht dabei nicht um die schnelle und maximale Rendite. Denn ich möchte auch meine Mitarbeiter fair bezahlen und mein Umfeld anständig behandeln. Und natürlich auch die Umwelt.« Daher ist das eigentümergeführte Unternehmen gar nicht unser Problem. Vielmehr sind das die kapitalgeführten Unternehmen, bei denen der CEO (der geschäftsführende Vorstand) als »Durchlauferhitzer« fungiert und glaubt, maximal seinem Arbeitgeber, nämlich dem Kapital verpflichtet zu sein. Und um diesem gerecht zu werden, wird der Profit in den Vordergrund gestellt, die Mitarbeiter werden gedrückt und die Umwelt nicht entsprechend berücksichtigt.

Hinter dem steht der Fondsmanager, der ja das Geld der ganzen Menschen verwaltet. Das sind wenige tausend Personen auf der ganzen Welt, die über Billionensummen der Anleger verfügen, der eigentlichen Geldbesitzer bzw. Eigentümer. Und die Fondsmanager machen entsprechend Druck auf die CEOs.

Ich bin selbst Fondsmanager und weiß: »Eigentum verpflichtet.« Ich kenne viele unserer Investoren persönlich – vom kleinen Sparer, der 25 Euro bei uns anlegt, bis zum Millioneninvestor. Und alle die ich kenne, möchten natürlich Geld verdienen. Doch nicht um jeden Preis! Und genau hier setzen wir an.

Mit dem »Diplomatic Council« und dem »Fair Finance Projekt« möchten wir eine Schnittstelle bilden und die Fondsmanager motivieren, nicht nur auf die Rendite zu achten, sondern ihre geballte Finanzmacht zu nutzen, um im Rahmen ihrer Möglichkeiten positiv auf die Unternehmen im Sinne der Nachhaltigkeit einzuwirken. Denn wenn Unternehmen dabei sind, bei denen Handlungsbedarf besteht, kann der Fondsmanager Einfluß nehmen. Er kann die Unternehmen kontaktieren und entsprechende Verbesserungen einfordern. Wie etwa bei den Sozialoder Umweltstandarde

Damit wollen wir bei den Geldverwaltern ein Bewußtsein schaffen, daß sie nicht nur für die Rendite zuständig sind, sondern die einzelnen Unternehmen positiv in Richtung Fairness beeinflussen können. Natürlich muß dann alles auch umsetzbar sein. Denn obwohl auch ich mein Utopia habe, bin ich doch Realist und weiß, daß viele kleine, machbare Schritte notwendig sind, um uns dem großen Ziel näherzubringen.

Lieber Herr Müller, herzlichen Dank für Ihre klaren und aufrichtigen Worte. Am 9. April werden Sie in Heidelberg sein und Ihren Fonds vorstellen. Wir freuen uns darauf, Sie dort zu sehen.

Das Gespräch führte Michael Hoppe

Weitere Informationen ...
zum Dirk Müller Premium
Aktien Fonds (WKN: A111ZF)
und zum Anleger-Kongress 2016
am 9. April 2016
im Heidelbeger Schloß
unter www.cashkurs.com

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 Grund-

voraussetzung 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 geisti-

ge 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

Unsterblich?! Gute Gründe für ein Leben nach dem Tod

Der Traum von der Unsterblichkeit ist so alt wie die Menschheit. Über Jahrtausende glaubte man fest an eine unsterbliche Seele, an imma-



terielle Geister und an einen metaphysischen Himmel, an das »Reich Gottes«.

Heute sind die meisten Biologen und Hirnforscher davon überzeugt, daß es keine solche Seele gibt. Sie setzen Geist mit Gehirn gleich und definieren »Bewußtsein« als Nebenprodukt neuronaler Tätigkeiten.

Viele Naturwissenschaftler bestreiten überirdische Wirklichkeiten und bekennen sich zum Atheismus. In einem Universum des Werdens und Vergehens, das einst im Wärmetod enden wird, könne es keine Unsterblichkeit geben. Aber wie fundiert ist diese Sicht der Dinge wirklich?

Welche wissenschaftlichen Erkenntnisse haben konkret bewiesen, daß es die immaterielle Seele und überirdische Wirklichkeiten nicht gibt? Oder ist das materialistische Weltbild, wie Kritiker behaupten, auch nur ein »Glaubensdogma«?

Diesen Fragen geht das Buch »Unsterblich!?« nach. Es schlägt einen großen Bogen von den Erkenntnissen und aktuellen Theorien aus Naturwissenschaft, Medizin, Sterbeforschung und Philosophie bis hin außergewöhnlichen persönlichen Erlebnissen, die ein Leben nach dem Tod vermuten lassen.

Buch, E-Book, DVD
Unsterblich?! – Gute Gründe für ein Leben nach dem Tod
Gebunden, 400 Seiten, Komplett Media, München/Grünwald, 2015
» ISBN 978-3-8312-0425-0 (Print)
» ISBN 978-3-8312-5759-1 (E-Book), DVD - Dokumentarfilm zum Buch mit dem gleichen Titel, 100 Minuten, mit zahlreichen Interviews
» ISBN 978-3-8312-8164-0

Youtube-Kanal "Thanatos" Interviews zur Nahtodesforschung: www.youtube.com/thanatostelevision

Eckhart Tolle – LEBEN IM JETZT

Als ich Eckhart Tolle vor einigen Jahren zum ersten Mal in einem Youtube-Video sah, war ich zuerst irritiert. Gekleidet in Stoffhose, Hemd und Pullunder betrat er die Bühne und erinnerte mich spontan an den Komiker Olaf Schubert. Dann sprach er über die Rückkehr ins Hier und Jetzt und die Kraft der Gegenwart. Seitdem hat sich mein Leben grundlegend verändert. Ich bin überzeugt, daß Eckhart Tolle eine der wichtigsten Botschaften der Gegenwart vermittelt. Und nicht nur ich denke so, sondern Millionen von Menschen auf der ganzen Welt.

Eckhart Tolle wurde am 16.2.1948 im westfälischen Lünen geboren. Als er 13 Jahre alt war, zog er zu seinem Vater nach Spanien. Mit 19 ging er nach England, wo er an der University of Cambridge studierte und dort später auch in Forschung und Supervision tätig war.

Er sagt über sich selbst, daß er bis zu seinem 29. Lebensjahr von ständigen Depressionen und Angstzuständen heimgesucht wurde. Er konnte – im wahrsten Sinne des Wortes – mit sich selbst nicht leben. Kommt Ihnen das irgendwie bekannt vor?

Dann erlebte er einen Zusammenbruch, völligen den er heute ein »radikales spirituelles Erwachen« nennt. Sein altes egogesteuertes Selbst löste sich auf, und zurückblieb nur die Essenz seines Wesens. Was auf den ersten Blick wie eine schö-Erleuchtungsgeschichte klingt, hatte jedoch existentielle Folgen. És war ihm nicht mehr möglich, sein altes Leben weiterzuführen. Drei Jahre lang saß er glücklich, aber teilnahmslos auf Parkbänken und nahm die Welt um sich herum nur noch als Beobachter wahr.

Was war mit ihm geschehen? In einem Interview beschrieb er die fundamentale Veränderung seiner Persönlichkeit mit einer radikalen Reduzierung seiner Denktätigkeit. Ganz plötzlich war er und 97 % von die ken sind dieselbe ken sind dieselbe tern. Diese kom Zwangsgedanken ren uns eine Realitiekeit. Grunde gar nicht in unserem Kopf.



nicht mehr gezwungen, ständig zu denken. Und obwohl dies auf den ersten Blick nicht wie ein spiritueller Fortschritt erscheint, so ist es doch der Schlüssel zur menschlichen Selbstbefreiung. Denn das konditionierte, zwanghafte Denken ist es, das die heutige Menschheit fast ausnahmslos in Fesseln hält. Wir denken täglich ca. 60.000 Gedanken, und 97 % von diesen Gedanken sind dieselben wie gestern. Diese konditionierten Zwangsgedanken suggerieren uns eine Realität, die es im Grunde gar nicht gibt - außer

JETZT – Die Kraft der Gegenwart

Heute lebt Eckhart Tolle in Kanada und ist einer der weltweit gefragtesten Weisheitslehrer. Der große Durchbruch kam mit seinem Buch »The Power of Now«, auf deutsch: »JETZT - Die Kraft der Gegenwart«. Dieses Buch fand in Amerika einen so großen Anklang, daß er unter anderem mehrfach von der Talkshow-Queen Oprah Winfrey in deren TV-Sendung eingeladen wurde. Über Nacht hatte Eckhart Tolle plötzlich ein Millionenpublikum.

Später folgte das Buch: »Eine neue Erde – Bewußtseinssprung anstelle von Selbstzerstörung« und schließlich das Praxisbuch »Leben im Jetzt.«

Was ist die Kernbotschaft von Eckhart Tolle? In einem Satz ausgedrückt, ist es die existentielle Notwendigkeit für die Spezies Mensch, über das Denken hinauszuwachsen und ins Hier und Jetzt einzutreten. Das »Jetzt« ist die einzige wirkliche Realität. Alles andere ist ein Konstrukt unseres Verstandes.

Daß jeder Mensch in seiner eigenen (Schein-)Welt lebt, die sich aus Kindheitserfahrungen, Konditionierungen, kulturellen, religiösen und nationalen Glaubenssätzen und vielen anderen Programmen mehr zusammensetzt, ist sicher unbestreitbar. Wie könnte es sonst sein, daß zwei Menschen dasselbe sehen oder erleben und völlig konträre Schlüsse daraus ziehen.

Der reine Verstandesmensch ist immer den Begrenzungen seiner limitierten »Denkmaschine« unterworfen. Anstatt das wahre Sein zu spüren, verirrt er sich im eigenen Kopf. Dabei verliert er auch die Verbundenheit mit dem großen Ganzen. Eckhart Tolle: »Das größte Hindernis für die Erfahrung dieser realen Verbundenheit ist die Identifikation mit dem Verstand, die das Denken zwanghaft werden läßt. Nicht mit dem Denken aufhören zu können ist ein Verhängnis, aber wir sind uns dessen nicht bewußt, weil fast jeder darunter leidet, sodaß es für normal gehalten wird. Der unaufhörliche Lärm des Denkens verhindert iedoch, daß wir den Raum der inneren Stille finden, der vom Sein untrennbar ist. Durch den Lärm des Denkens entsteht auch das falsche, vom Verstand künstlich aufrechterhaltene Selbst, das uns mit Angst und Leid überschattet.

Die Identifikation mit dem Verstand schafft einen undurchdringlichen er aus Konzepten, Begriffen, Vorstellungen, Worten, Urteilen und Definitionen, der jede wahre Beziehung blockiert. Dieser Gedankenschleier schiebt sich zwischen dich und dein Selbst, dich und deine Mitmenschen, dich und die Natur, dich und Gott. Er ist es, der die Illusion des Getrenntseins erzeugt, die Illusion, daß es dich und etwas völlig von dir getrenntes »Anderes« gibt. Dabei vergist du die grundlegende Tatsache, daß du auf einer Ebene jenseits der

körperlichen Erscheinungen und getrennten Formen eins bist mit allem, was ist.«

Nur im Jetzt liegt die Erlösung

Während uns Religionen und Philosophien seit Menschengedenken suggerieren, daß die Lösung für all unsere Probleme und die letztliche »Erlösung« irgendwo in weiter Ferne liegen, und dazu noch von unzähligen äußeren Faktoren abhängig sind, hebt die »Botschaft des Jetzt« dieses Glaubensillusionen auf. Was auch immer wir im Leben suchen, wir können es hier und ietzt finden. Dazu müssen wir keine konfessionellen Glaubensregeln befolgen oder uns religiösen Riten unterwerfen. Wir müssen nur aus dem Schein des konditionierten Denkens austreten und in die Gegenwärtigkeit eintreten.

Probieren Sie es einmal aus: Setzen Sie sich entspannt auf einen Stuhl, legen Sie die Hände auf die Oberschenkel, und atmen Sie einige Male tief ein und wieder aus. Dann stellen Sie eine Minute lang das Denken ein und spüren, was in Ihnen geschieht. Spüren Sie den inneren Frieden, der ganz langsam in Ihnen erwacht?

Nicht ständig zu denken, bedeutet nicht, untätig oder gar teilnahmslos zu sein. Im Gegenteil! Wer sein Denken benutzt, anstatt gedacht zu werden, dessen Bewußtsein wird klarer. Er quält sich nicht mehr mit jedem aufkommenden Gedanken herum, sondern lernt zu unterscheiden, ob es sich um eine vorbeiziehende Wolke oder um eine wirkliche Eingebung handelt. Er denkt qualitativ, statt im Morast des Gedankenmülls zu versinken.

Eckhart Tolle versteht es, in einfachen Worten das zu beschreiben, was wir im tiefsten Innersten immer geahnt haben. Nämlich, daß der Mensch keine kosmische Witzfigur ist, sondern ein vollkommenes Wesen, dem bisher lediglich sein Verstand im Wege steht. Das allzu gierige Naschen vom Baume der Erkenntnis hat uns vom wahren Weg abgebracht. Und nun bedarf es eines Bewußtseinssprungs, um den »neuen Menschen« in uns selbst zu erschaffen.

Sobald wir über unser altes Verstandes-Ego hinauswachsen, indem wir regelmäßig das Denken einstellen und wieder Kontakt zu uns selbst aufnehmen, werden wir erkennen, daß in uns selbst alles angelegt ist, was wir zu einem harmonischen und glücklichen Leben benötigen. Solange wir noch glauben, daß uns zum Glücklichsein noch unermeßlich viel fehlt, werden wir die »Erlösung« weiter in den Dingen und Erscheinungsformen der Welt suchen - und uns darin verlieren. Alles, was wir suchen, ist bereits da. Und jederzeit zugänglich. Wenn wir endlich eintreten ins Hier und

Eckart Tolle: »Freiheit beginnt, wenn du erkennst, daß du mit dem Verstand, dem Denker, der dich im Zustand der Besessenheit hält, nicht identisch bist. Diese Erkenntnis befähigt dich, den Denker zu beobachten. Sobald du beginnst, den Denker zu beobachten, wird eine höhere Bewußtseinsebene aktiviert. Dann beginnst du zu erkennen, daß es einen enormen Bereich von Intelligenz jenseits des Denkens gibt, daß dein Denken nur einen winzig kleinen Aspekt deiner Intelligenz ausmacht. Du erkennst auch, daß alles, was dem Leben wahren Wert verleiht - Schönheit, Liebe, Kreativität, Freude, innerer Friede – seinen Ursprung ienseits des Verstandes hat. Du beginnst zu erwachen.«

> Autor 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.: 071 31 - 204575 | Fax: 071 31 - 204576

Aktuelle Kurznachrichten aus der »Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns«! – Frühling 2016

Liebe Mitmenschen, wer hätte gedacht, daß dieser Tag einmal kommen wird? Am 1. Februar 2016 leitete Jakob Augstein seine SPIEGEL-Kolumne exakt mit den Worten ein, die auch wir gewählt hätten. Er schrieb: »Wir erleben ein Wetterleuchten des Wahnsinns. Der Irrsinn beschleunigt sich. In Deutschland heißt die drittstärkste politische Kraft jetzt AfD. In den USA will Donald Trump Präsident werden.« Da nun endlich auch die großen Medien das »Wetterleuchten des Wahnsinns« erkannt haben, kann im Grunde alles nur noch besser werden. Oder schlechter. Oder beides. In der »Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns« sind alle Varianten möglich.



Einst Pax Americana? Heute - verliebt in den Krieg!

Beginnen wir diese Kolumne – traditionsgemäß – mit dem einstigen Land der unbegrenzten Möglichkeiten. Im Januar äußerte sich unser wortgewandter Ex-Außenminister Joschka Fischer in der »Süddeutschen Zeitung« mit sehr scharfen Worten. Er kritisierte die aktuelle Ohnmacht von Spitzenpolitikern und Entscheidungsträgern.

des Chaos«, so Joschka Fischer, »scheinen gegenüber der überkommenen Ordnung der Welt überhandzunehmen.« Vor allem bereite ihm der schleichende Untergang der USA als Weltmacht Sorgen: »Die Welt, wie wir sie heute kennen, gründete auf der globalen Pax Americana, die heutzutage ganz offensichtlich im Niedergang begriffen ist.«

Ja, lieber Herr Fischer, zum Glück! Denn die »Pax Americana«, also der amerikanische Gestaltungsanspruch als Führer der Weltordnung, hat sich längst schon in eine globale Krankheit verwandelt. Und die USA sind alles andere als ein gutes Beispiel für gegenseitigen Respekt, interkulturellen Zusammenhalt oder gar Weltfrieden.

Hinter den Kulissen war die Supermacht USA in den letzten 50 Jahren an nahezu jedem globalen Konflikt aktiv beteiligt. Und nicht etwa als Friedensstifter, sondern um das eigene Einflußgebiet mit Feuer und Schwert auszuweiten. Früher nannte man das wohlwollend »Weltpolizei«, da der »böse Russe« als die schlimmere Alternative galt.

Inzwischen haben die USA längst ihre militärische Jungfräulichkeit verloren. Der letzte wirkliche »Friedenseinsatz« dürfte der Zweite Weltkrieg gewesen sein, wo man half, die Welt von einem noch wahnsinnigeren System zu befreien. Spätestens seit der Atombombe hat sich das Blatt gewendet. Das Land hat begonnen, sich an seiner Macht zu berauschen und ist heute re-

gelrecht in den Krieg verliebt. Es folgten Invasionen, Putschbeteiligungen, Hinrichtungen und Foltergefängnisse, und als nach der Perestroika die Feinde ausgingen: die »Erfindung« des internationalen Terrorismus, der inzwischen weltweite Nachahmer findet und ständig neues Feindmaterial produziert.

Während in anderen Ländern die friedliebenden Mahatma Gandhis oder Albert Schweitzers verehrt werden, wimmelt es in den USA von Kriegsveteranen, Kriegshelden und hochdekorierten Generälen. Wie weit die Liebe zum Krieg gehen kann, zeigt das schon legendäre Zitat von Ex-US-Verteidigungsminister Donald Rumsfeld, der da sagte: »Ich verstehe, daß manche Menschen im Krieg etwas Unschönes sehen. Doch das ist falsch. Schuld ist der Tod. Denn der Tod neigt dazu, eine deprimierende Sicht des Krieges zu vermitteln ... « Aha! Was wohl heißen soll: Wenn man die Abermillionen Toten einfach ausblendet, dann ist Krieg in Wirklichkeit echt »fun«.

Diese geradezu groteske Einstellung scheint inzwischen amerikanischer Mainstream zu sein.

In welchem anderen westlichen Land wäre es heute möglich, mit Worten wie diesen rauschenden Beifall zu ernten: »Ich würde ihnen die Scheiße aus dem Leib bomben. Ich würde sie einfach wegbomben, die Penner, ganz genau, ich würde die Rohre sprengen, ich würde die Raffinerien sprengen, ich würde jeden Zentimeter sprengen, es würde nichts übrigbleiben.« Daß Präsidentschaftskandidat Donald Trump kein Feinmotoriker ist, dürfte inzwischen hinlänglich bekannt sein. Daß er jedoch Millionen Amerikaner mit solchen unkultivier-Neandertalersprüchen begeistern kann, zeugt vom kollektiven Niedergang einer Nation.

Erschreckenderweise sind auch hierzulande inzwischen ähnliche Parolen zu hören, wenn es um das Thema »Flüchtlinge« geht. Die Kräfte des Chaos, wie es Joschka Fischer ausdrückt, scheinen tatsächlich den gesunden Menschenverstand »wegzubomben«.

Bibelpsalm auf Schnellfeuergewehr

Nachdem der Islam nun als Hauptfeindbild des urchristlichen Amerika identifiziert ist, werden immer mehr Vorschläge laut, wie man diesen Feind auch im eigenen Lande wirkungsvoll »bekämpfen« könnte. So hat der fundamentalistische Pastor und Fernsehprediger Jerry Falwell Jr., seines Zeichens Präsident der Liberty University in Virginia, seine 14.000 Studenten dazu aufgerufen, versteckt Waffen zu tragen.

Sein Lösungsvorschlag: »Wenn mehr gute Menschen eine versteckte Waffe tragen dürften, könnten wir diese Muslime fertigmachen, bevor sie zur Tür reinlaufen.« Aha! Die Guten sind die Christen, und die Bösen sind die Muslime. Und da alle Muslime einen Sticker mit der Aufschrift »Terrorist« tragen, wird man dabei natürlich immer die Richtigen treffen.

Einen noch besseren Einfall hatte der US-Waffenhersteller »Spike's Tactical« aus Florida. In das neu präsentierte Sturmgewehr »Crusader« (Kreuzritter) wurde ein Bibel-Psalm eingraviert. Dieser soll verhindern, daß »islamistische Terroristen«, denen ein solches Gewehr in die Hände fällt, damit schießen.

Denn wie es sich für gute Christen gehört, glaubt man noch fest an die Macht der biblischen Worte. Und so wie Dracula, als man ihm ein Kreuz oder eine Knoblauchzehe unter die Nase hielt, sofort zu Staub zerfiel, so muß das doch auch bei den bösen Terroristen funktionieren. Denen wird sich der Spruch tief ins Fleisch einbrennen. Sie werden auf die Knie niederfallen und sofort die Konfession wechseln ...

Wie zu erwarten, findet das Gewehr reißenden Absatz. Wer jedoch das Zitat liest, muß sich fragen, welchen Gott die amerikanischen Christen wohl anbeten. Meiner kann es nicht sein, denn der hätte den Psalm 144,1 niemals gutgeheißen. Lautet er doch: »Gepriesen sei der Herr, mein Fels, der meine Hände unterweist zum Kampf, meine Finger zum Krieg.« Amen!

USA - Teil 3

Damit kein falscher Eindruck entsteht: Diese teilweise satirische Amerikakritik soll keinesfalls die anderen





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



...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

BAUBIOLOGIE LAYHER

Sachverständigenbüro und Umweltanalytik

Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden betrifft auch Ihr Wohnumfeld!



Entscheiden Sie sich für Ihre Gesundheit!

Wir messen, untersuchen, analysieren und beraten.

Rufen Sie doch an und erfahren mehr darüber.
Telefon 07191 / 950012

Elektrosmog, Schadstoffe und Schimmelpilze sind möglicherweise auch in Ihrem Wohnumfeld vorhanden Weitere Informationen unter www.baubiologie-layher.de



Entscheiden Sie sich für Achtsamkeit

Entspannung | Stress-Management | Burnout-Prävention Persönlichkeits-Entwicklung | Team-Entwicklung

Aktuelle Termine für Kurse & Wochenenden unter Termine.iO-PARTNER.de

iO-PARTNER | Christian Jeschke 74626 Bretzfeld-Unterheimbach

Telefon: 07946 / 4869766 Web: www.iO-PARTNER.de





www.quantenharmonie.de



Die Mineralwasser- & Getränke-Mafia mit der Buchautorin Marion Schimmelpfennig Vortrag/Seminar: Samstag, 12. März, 14:00-18:30 Uhr

K.I. KörperIntelligenz mit Karl Grunick Basisseminar: Freitag, 8. April - Sonntag, 10. April

74336 Brackenheim-Hausen · info@quantenharmonie.de Tel.: 07135 - 939 86 84 großen Weltmächte wie Rußland oder China aufwerten. Denn dort sieht es kein bißchen besser aus – im Gegenteil! Doch haben wir an diese Nationen auch keine Erwartungen, weil sie uns kein »Demokratie-Theater« vorspielen.

Weder der chinesische Präsident noch Vladimir Putin haben jemals behauptet, gute Demokraten sein zu wollen. Der vielgeschmähte Putin ist aus der US-Globalisierung ausgestiegen, als ihm bewußt wurde, daß die Eine-Welt-Regierung unter US-Führung ihn niemals als gleichwertigen Partner anerkennen wird. Das hat dem pathologischen Egomanen natürlich nicht geschmeckt. Zumal Rußland noch immer das größte Land der Erde ist und in Sachen Atombomben ebenfalls eine Supermacht.

Dabei hat sich aber gezeigt: Wer im großen Spiel nicht mitspielt, wird zum Außenseiter. Seitdem ist Rußland wirtschaftlich isoliert, und die uralten Verschwörungstheorien über die bösen Russen werden wieder aus der Schublade geholt.

China hingegen steuert auf einen ökologischen und auch ökonomischen Kollaps im eigenen Lande zu. In unfaßbarer Geschwindigkeit hat man das Wirtschaftssystem des Westens kopiert, inklusive der vielen Mängel. Durch die riesige Bevölkerung wird dort in Zukunft weit mehr Chaos herrschen, als wir uns das in Europa überhaupt vorstellen können.

Was die USA selbst angeht, auch da werden die Zukunftsprobleme vor allem im eigenen Land zu finden sein. Denn ein schwerbewaffnetes Volk läßt sich nicht dauerhaft mit Brot- und Spiele-Programmen unter Kontrolle halten. Millionen leben auf der Straße. Die Schere zwischen Arm und Reich

geht unaufhaltsam auseinander. Als Folge nehmen Radikalität und Fundamentalismus immer mehr zu. Das Ur-Christentum wird gerade reaktiviert und stellt sich dem imaginären Ur-Islam entgegen. Eine katastrophale Entwicklung. Und auf beiden Seiten eine Rückkehr in die Steinzeit!

Viele Europäer sind unsagbar enttäuscht von dem, was sie in Übersee sehen. Man hätte Besseres von Amerika erwartet. Schließlich wurde dieses Land doch von Europäern gegründet. Dort sollte ein neues und freieres Lebensmodell entwickelt werden. Doch ist inzwischen eine Dynamik eingetreten, die nicht mehr kontrollierbar ist. Umso größer ist jetzt die Enttäuschung, daß der amerikanische Traum sich langsam in einen Alptraum verwandelt.

Wer derzeit nach Amerika blickt und sich die »republikanische Kandidatenrhetorik« anhört, empfindet tiefes Schamgefühl.

Die Flüchtlingskrise

Doch warum in die Ferne schweifen, wenn auch hierzulande inzwischen »ge-Trumpelt« wird. Nachdem wir die Flüchtlingskrise viele Jahre lang verdrängt und deren Bewältigung anderen Ländern überlassen haben, ist sie nun massiv über uns hereingebrochen. So massiv, daß das Land tief gespalten ist.

Während die einen Durchhalteparolen ausrufen, werfen die anderen Brandsätze. Überwunden geglaubte, ultrarechte Ideologien feiern ihre Auferstehung, und selbst »normale« Menschen beginnen, sich in Bürgerwehren zu formieren. Unsagbare 1000 Angriffe auf Flüchtlingsheime wurden innerhalb nur ei-

nes Jahres verzeichnet. Und wie um alle Vorurteile noch zu untermauern und das Chaosiahr 2016 medienwirksam einzuleiten, fand in Köln an Silvester eine Massenbelästigung von Frauen statt.

Wer diese inszeniert und organisiert hat, werden wir vielleicht nie erfahren. Wem sie genützt hat, schon. Die Anti-Europa-Partei AfD hat sich über Nacht in eine Anti-Flüchtlings-Partei (AFP?) verwandelt und liegt inzwischen bei zweistelligen Prozentzahlen in der Wählergunst. Dumm daherschwätzende Hetzer sind plötzlich »Politiker«. Gebetsmühlenartig wiederholen sie dieselben Vorurteile und Halbwahrheiten. Vom Schießbefehl an der Grenze bis zur Massenstigmatisierung ist alles mit dabei. Und der deutsche Michel läuft wieder blind hinterher, damit er ja nicht selbst nachdenken muß. Den Fehler sieht er überall, nur nicht bei sich selbst.

Das Schlimme daran: All dies geschieht nicht, weil die AfD-»Pseudo-Politiker« irgendwelche Lösungen anzubieten hätten. Es geschieht, weil die existierende Regierung so unvorstellbar hilflos, ziellos und orientierungslos ist. Und das nicht erst seit heute. Angela Merkel beschließt und schweigt. Und alle anderen haben die Suppe auszulöffeln. Damit wird die Spaltung der Gesellschaft geradezu heraufbeschworen.

Flüchtlingsindustrie

Ein paar Beispiele: Viele Jahre lang hat man den Menschen erklärt, daß für soziale Belange wie Kitas, Schulen oder Kindergärten kein Geld da sei. Bis die Bankenkrise kam. Da wurden plötzlich hunderte von Milliarden aus dem Ärmel geschüttelt und zur Zahlung von Bankschulden verwendet. Die Rechnung ging an den Steuerzahler.

Mit der Agenda 2010 legte man schon Jahre vorher den Grundstein für die schleichende Abschaffung des Sozialstaats und baute zahllose Hürden ein für all jene, die - aus welchen Gründen auch immer - eine Zeitlang arbeitslos oder auf staatliche Hilfen angewiesen sind. Dem Hartz-4-Empfänger wird seitdem »bewußte Abzockerei« vorgeworfen, die Millionen Rentner will man zur »Sparsamkeit« erziehen, und von den Beschäftigten werden »maßvolle Lohnerhöhungen« verlangt.

In welchem Kontrast stehen diese finanziellen Forderungen an das eigene Volk zu den aktuellen Spontanentscheidungen rund um die Flüchtlingskrise! Anfang Februar zeigte ein ARTE-Beitrag, warum immer mehr Menschen auf die Barrikaden gehen. Durch die noch immer von keinem anderen Menschen auf diesem Planeten verstandene Angela-Merkel-Entscheidung, »unbegrenzte« Flüchtlingszuwanderung zu ermöglichen - inklusive sofortiger »Vollpension«, sprich: Unterbringung, Verpflegung, behördliche Betreuung, Sprachkurse, Schulausbildung für die Kinder, etc. - stehen alle Kommunen mit dem Rücken zur Wand.

So ehrenhaft die Idee an sich klingt, so unrealistisch ist sie. Alleine Baden-Württemberg erwartet für 2016 ca. 2000 Flüchtlinge pro Tag. Also weitere 730.000 Menschen, die sofort dem »deutschen Standard« angepaßt werden sollen. Bereits jetzt liegen hunderttausende von Asylanträgen unbearbeitet in Berlin, weil das erforderliche Personal schlichtweg nicht existiert.

Durch die Handlungsunfähigkeit der Regierung

Naturheilpraxis im Indian Forum

Irisdiagnose Naturheilverfahren Lebensberatung-Coaching (Mitglied im Fachverband Deutscher Heilpraktiker e.V.)





Özlem Schwarzenhölzer

Heilpraktikerin

Gelbinger Gasse 111, 74523 Schwäbisch Hall, Tel. 07 91 - 9 44 391 54 www.naturheilpraxis-schwarzenhoelzer.de

Ausbildung in der Peter Hess®-Klangmassage





- Abbau von Stress
- schnelle Tiefenentspannung
- Unterstützung von Genesungsprozessen

In Ludwigsburg mit Beate Pihale

- Klangmassage I Die eigene Mitte stärken 12.-13.03. + 28.-29.05.2016
- Fantasiereisen I Klangräume gestalten 08.-10.04.2016 Kursgebühr: 220 € · Anmeldung + Info unter Tel.: 04252-9389114
- 1 Tages-Workshops · Info unter: Klang@B-Pihale.de

E-Mail: info@peter-hess-institut.de · www.peter-hess-institut.de

Schmerzfrei durchs Leben Rückenschmerzen waren gestern

Wollen Sie wieder an Lebensqualität gewinnen?

Seit 10 Jahren behandeln wir Rückenschmerzen, indem wir das geschwächte Bindegewebe stärken. Direkt durch chirurgisches Handanlegen an die Schmerzstelle. Probieren Sie es aus:

- Prolotherapie gegen Arthrose, Rücken- und Kopfschmerzen
- ► Nadelchirurgie gegen Schmerzen
- Biologische Therapie ohne Operation
- ► Auch für Sportler geeignet

Ohne OP und Medikamente

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie Ihren Termin mit uns! Oder informieren Sie sich auf unserer Homepage

Praxis Dr. Eyok | Bahnhofstr. 20 | 74632 Neuenstein Tel. 07942/944255 | www.prologikum.de | dr.eyok@web.de



Schamanin, Astropsychologin, Reiki-Großmeisterin Sigrid Scholl



- Astropsychologische Lebensberatung
- Kartenlegen
- ◆ Reiki-Großmeisterin/Lehrerin
- Energetische Massagen
- ♦ Edelstein Balance
- Meditation
- Tierkommunikation

Aktuelle Info: Jeden Monat Tierkreis-Meditation bei Vollmond

Sigrid Scholl, Im Busch 4, 74376 Gemmrigheim, Telefon: 0 71 43 / 9 10 38, Mobil: 01 77 / 2 86 69 78, sigrid.scholl@gmx.de, www.sigrid-schaman.de

GLÄSERNE PRODUKTION TAG DER OFFENEN TÜR







mit Ausstellung, Informations- und Beratungsständen,

Bewirtung und Verkauf

www.gaertnerei-umbach.de

entsteht nun eine Subkultur namens »Flüchtlingsindustrie«, die für die überforderten Behörden in die Bresche springt. Jeder einzelne Cent, der hierfür aufgewendet wird, ist Steuergeld. Und während für die Bürger des Landes meist kein Geld vornun ganz offensichtlich kein Thema mehr. »Wir schaffen es« heißt übersetzt: »Geht nicht, gibt's nicht! Koste es, was es wolle.«

Die am 02.02.2016 ausgestrahlte ARTE-Sendung Flüchtlingsindustrie« stellt einige Branchen vor, die massiv von der Flüchtlingsthematik profitierten. So wurden Taxi-Unternehmen im Raum Dresden gezeigt, die Flüchtlingsfamilien in ihren Unterkünften abholen und zu den zuständigen Ämtern fahren. Laut Behörden ist den landesfremden Flüchtlingen eine Fahrt mit Bus und Bahn nicht zuzumuten, da sie nicht ortskundig sind.

Während der Taxifahrer vor der Behörde auf die Flüchtlinge wartet - was bei Behördengängen ohne Sprachkenntnisse regelmäßig einige Stunden dauert - läuft der Taxameter die ganze Zeit weiter. Jede einzelne Behördenfahrt schlägt so mit ca. 200-300 Euro zu Buche.

Dazu kommen Arztoder Krankenhausfahrten. die ebenfalls von den Behörden überwiesen werden. Die befragten Taxiunternehmen sprachen von hunderten solcher Fahrten pro Monat, allein bei ihren Fahrern.

Da es nicht genügend Wohnraum für Flüchtlinge gibt, werden immer mehr Wohncontainer benötigt. Der Mietpreis für Wohncontainer ist - nach Behördenangaben - seit Anfang 2015 um sage und schreibe 800 % gestiegen (!). Auch hier wird die Not ausgenützt, und die

werden exorbitant Preise »angepaßt«. Und auch hier bezahlen den Behörden.

Da auch die Container inzwischen knapp werden, boomt die polnische Holzund Fertighausindustrie. Für 280.000 Euro pro Haus laufen diese vom Band und solhanden war, ist dieser Mangel len eine weitere kurzfristi-Unterbringungslösung sein. Umgerechnet kostet der Wohnraum für 60 Flüchtdurchschnittlich linge so 1.000.000 Euro.

> Dazu kommen noch Wachfirmen wie »Securitas«, die die Flüchtlingsheime vor den »Eingeborenen« schützen. Versorgungsfirmen wie »ProShelter«, die die Wohnheime mit Nahrungsmitteln beliefern. Internationale Putzfirmen wie »European Homecare«, die das Reinigen der Wohnheime übernehmen. Dazu Psychologen, die traumatisierte Flüchtlinge betreuen. Übersetzer und Dolmetscher, die für Behördengänge oder Formularbearbeitung eingesetzt werden. Und vieles andere mehr.

> Aufgrund des akuten Wohnraummangels werden Flüchtlingen inzwischen sogar in Hotels untergebracht, was natürlich für weitere Kritik sorgt.

> Während es hier »nur« um finanzielle Belange geht, stellt man jedoch an einen Teil der Bevölkerung nahezu untragbare Forderungen: So werden kleine Kommunen mit geplanten Großflüchtlingsheimen konfrontiert, wodurch die Einheimischen mittel- oder sogar langfristig zur Minderheit im eigenen Ort werden. Denn bereits jetzt zeigt sich, daß abgelehnte Asylanträge keine Abschiebung zur Folge haben, da die Herkunftsländer die Flüchtlinge »nicht zurücknehmen.«

> Was geradezu grotesk klingt, ist nackte Realität und veranlaßt nun die deutsche

Regierung dazu, Millionen an die Maghrebstaaten zu bezahlen, damit diese ihre eigenen Bürger irgendwann wieder einreisen lassen.

In den großen deutschen Städten fürchtet man sich vor dem »Köln-Syndrom« und Massenversammlungen »Heim-Insasfrustrierter sen«. Denn die zu monatelanger Untätigkeit verdammten Flüchtlinge werden nicht - wie es die völlig utopische Vorstellung der Politik vorsieht - monatelang herumsitzen und »stillhalten«, bis irgendein Wunder geschieht. Welches Wunder? Es gibt keine Wunder! Nur logische Konsequenzen unlogischen politischen Verhaltens.

In welcher absurden Parallelwelt viele Politiker inzwischen leben, zeigt ein Interview mit Ursula von der Leyen im Februar. Nach den aktuellen Schwierigkeiten befragt, behauptete die CDU-Politikerin doch tatsächlich, daß Angela Merkel die erste Politikerin in ganz Europa sei, die die Gefahr der Flüchtlingskrise erkannt hätte

Wie bitte? Die Flüchtlingskrise wurde schon vor 30 Jahren vorausgesagt, hat sich über ein Jahrzehnt lang angekündigt und war schon vor fünf Jahren in Italien und Griechenland angekommen. Und in Berlin - keine Reaktion! Und jetzt überschlägt man sich in Aktionismus und Populismus.

Die aktuelle Situation zeigt einmal mehr: Seit vielen Jahren hat sich die höhere Politik völlig vom wahren Leben abgekoppelt. Gehandelt wird entweder auf »Befehl von oben«, also im Dienste von Industrie und Wirtschaft. Oder um dem Globalisierungswahnsinn die Wege zu ebnen und die Kräfte des Chaos – wie es Joschka Fischer ausdrückte – gegen die alten Ordnung ins

Feld zu führen. Und mittendrin ist der instrumentalisierte Flüchtling, der nicht weiß, wie ihm geschieht.

Die europäische Rückbesinnung

Daß nun auch noch 20 von 28 europäischen Ländern Angela Merkel in der Flüchtlingskrise die Gefolgschaft verweigern und Deutschland damit im Regen stehen lassen, verblüfft im Grunde nicht. Hat doch die deutsche Kanzlerin wieder einmal »gesamteuropäische« Entscheidungen getroffen, ohne die anderen Regierungen vorher zu fragen.

Schon seit Jahren müssen sich die wirtschafts- und finanzschwächeren Europas dem deutschen Diktat beugen und sich bevormunden lassen. Diese Kröte hat man in einer Wirtschaftsgezwungenermaßen union geschluckt. Dem eigenen Volk jedoch eine unbegrenzte Kulturvermischung mit den allseits verteufelten Muslimen zuzumuten, da hört bei den christlich orientierten Ländern der Spaß auf.

Daß Europa samt in einer Identitätskrise steckt, ist unübersehbar. Die geplante Gleichschaltung aller Länder und Nationen hat augenscheinlich noch nicht überall funktioniert. Die Eine-Welt-Regierung mit den Hauptstädten Washington und Brüssel muß derzeit erleben, daß sich viele europäische Länder rückbesinnen auf alte, »eigene« Werte und die Grenzen wieder dicht machen. Nicht nur für die Flüchtlinge, sondern auch für den Globalisierungswahn.

Natürlich ist dieser »neue Nationalismus« nicht erwünscht und wird auch sofort heftig kritisiert. Wo







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 servieren wir Ihnen einen täglich wechselnden Businesslunch.

> Panoramahotel Waldenburg Hauptstrasse 84 74638 Waldenburg Tel: 07942 9100-0 Fax: 07942 9100-888

kommen wir denn da hin, wenn unabhängige Länder eigene Entscheidungen treffen dürfen? Das ist asozial und unsolidarisch. Die sollen gefälligst dem deutsch-amerikanischen Beispiel folgen – tun sie aber nicht!

Dabei ist dieses rückwärtsgerichtete Verhalten absolut nachvollziehbar. Niemand hat diese Länder gefragt, ob sie dauerhaft amerikanisiert und interkulturell vermischt werden wollen. Vielleicht möchte ein Pole einfach gerne Pole bleiben und ein Tscheche Tscheche, anstatt heimatloser Weltbürger. Warum nicht? Was gibt es daran auszusetzen?

Iede realistische Zukunftsprognose sieht die Lösung für die Menschheitsprobleme nicht in der Globalisierung und ungesteuerten interkulturellen Vermischung, sondern in der Rückkehr zu kleineren, überschaubaren Lebensgemeinschaften. Christus hat das einmal »die Gemeinden« genannt, wo man einander kennt und sich - wenn möglich - aufeinander verlassen kann. Wo eine Interessengemeinschaft vorhanden ist. die auf einem Mindestmaß an Gleichart und ähnlichen Ansichten beruht.

Ein berühmter Indianer sagte gar voraus, daß in der Zukunft nur die »Stämme« überleben werden, was dem Bild der Gemeinde entspricht. Und ganz ehrlich, wer fühlt sich wohl, wenn er heute durch globalisierte deutsche und europäische Städte wandert und überall dieselben Fassaden, dieselben Fastfoodläden, dieselben Discounter und dieselben Modeketten sieht? Wo ist das Eigene, das Gewachsene und Individuelle? Wo ist der typische regionale oder nationale Charme? Man fühlt sich fremd und ist danach froh. wieder zu Hause zu sein.

Meine persönliche Prognose: In ein paar Jahren werden alle europäischen Länder wieder eigene Brötchen backen – und das ist gut so. Denn mir haben das französische Baguette, das italienische Ciabatta und das deutsche Laugenbrötchen schon immer besser geschmeckt als der globalisierte McDonald-Einheitsbrei.

Der europäische Rechtszuck

Als weiteren Protest gegen Globalisierung und ungebremste Zuwanderung erleben wir in einigen Ländern Europas einen sogenannten »Rechtsruck«. Ob in Frankreich, in Österreich, in Dänemark oder in Polen, immer mehr Bürger wählen rechte oder nationalistische Parteien, weil sie sich von denen als einzige noch einigermaßen verstanden fühlen. Dies nun pauschal als Ausländer- oder gar Islamfeindlichkeit zu bezeichnen, ist sicher überzogen.

So ist auch der Zuwachs der AfD vor allem den »Frustwähler« zu verdanken, die ihre Wut zum Ausdruck bringen wollen. Man fühlt sich hilflos. An wen soll man sich noch wenden, wenn selbst das Augenscheinlichste von der eigenen Regierung nicht mehr gesehen wird? Wenn ein demokratisch gewähltes Parlament nahezu permanent gegen die mehrheitliche Meinung des Volkes entscheidet? Siehe TTIP, Gentechnik, Euro-Krise, etc.

So richtet sich dieser neue Nationalismus auch nicht wirklich gegen Ausländer oder gegen den Islam, sondern im Kern gegen die unabsehbaren Folgenden der ungezügelten Mammon-Globalisierung. Die Reichen werden immer reicher. Die Verdienstmöglichkeiten immer geringer. Und die Bürger haben nichts mehr zu sagen. Die Menschen haben lange still gehalten, doch irgendwann ist genug. Man möchte wieder gefragt werden und nicht beständig externe Ideen übergestülpt bekommen. Und man möchte sich nicht im eigenen Land als Fremder fühlen.

Ein großes Problem in der europäisch-islamischen Beziehung ist, daß der Islam in der derzeitigen Ausprägung in die Vorurteile »hineinwächst«, die viele Europäer oder Amerikaner bereits haben. Grund ist neben der US-gemachten Destabilisierung des Nahen und Mittleren Ostens vor allem die Perspektivlosigkeit vieler junger arabischstämmiger Menschen

Vor allem in Frankreich rächt sich die Tatsache, daß man einst im Algerienkrieg zahllose Algerier dazu gebracht hat, ihr Land zu verraten und für Frankreich zu kämpfen. Als der Krieg dann von Charles de Gaulle verlorengegeben wurde, blieb den »Verrätern« nichts anderes übrig, als Franzosen zu werden. Doch auch dort hatten Verräter, zumal noch islamischer Herkunft, überhaupt keine Lobby. Man pferchte diese »Harkies« in Vorwort-Wohnsilos zusammen und überließ sie sich selbst.

Die Söhne der Harkies (les Fils des Harkies), also jene jungen Männer, die heute der IS beitreten und Attentate verüben, wuchsen mit gleich zwei Stigmata auf: Auch sie können wegen ihrer Väter niemals in das Land ihrer Ahnen zurückkehren. und in Frankreich sind sie ebenfalls nicht erwünscht. Was hat das alles mit Islamismus zu tun? Nichts! Junge Menschen brauchen Perspektiven, sonst werden sie destruktiv. Revolutionen gehen fast immer von einer Bewegung unzufriedener junger Menschen aus. Der Mitvierziger geht seltener auf die Barrikaden. Haben Sie nicht auch als Jugendliche Punkklamotten getragen und – aus Opposition zum Establishment – Fenster eingeworfen oder Wände beschmiert?

Der radikalisierte Islam – als Gegenpol zur US-Globalisierung – gibt diesen jungen Menschen die Möglichkeit, sich am System zu rächen. Ihren Frust in Macht zu verwandeln und Teil einer neuen Ideologie zu werden. Genau auf dieselbe Weise hat einst Adolf H. die frustrierten jungen Deutschen in den »heiligen« Nazi-Krieg geführt. Mit allen historischen Konsequenzen.

Aber so lange die amerikanische Politik weiter Haß sät und den Krieg der Kulturen predigt, und Europa aus Solidarität mit den Amerikanern weiter mit in diesen Krieg zieht, so lange wird der islamische Widerstand der Frustrierten und Desillusionierten nicht enden.

Ganz so wie es der Musik-Revoluzzer Konstantin Wecker einst in seinem Protestsong »Willi« ausdrückte: »Wenn einer dauernd geschlagen wird, dann schlägt er eben irgendwann zurück.«

Bargeldlosigkeit

Zum Abschluß noch einmal etwas aus der GRD, der Globalisierungsrepublik Deutschland. Im letzten NATURSCHECK haben wir über die geplante »Bargeldlosigkeit« berichtet, als nächsten Schritt zur »Totalkontrolle« der Menschen. Wir erhielten viele Rückmeldungen, und einige Anrufer waren fest davon überzeugt, daß es sich hier um eine Zeitungsente handelte.

Tätärätä! Und schon wieder hat uns die Zukunft

eingeholt. Beim Weltwirtschaftsforum in Davos im Januar gab der Deutsche Bank Chef John Cryan das Ende des Bargelds bekannt. Maximal 10 Jahre soll es noch existieren. Denn es sei viel zu teuer und zu ineffizient. In Frankreich ist es Firmen bereits verboten, Bargeldbeträge über 1000.- Euro anzunehmen. Sonst macht man sich strafbar.

Am 4.2. folgte die Schlagzeile auf SPIEGEL Online: »Kriminalitätsbekämpfung: EZB bereitet mögliche Abschaffung von 500-Euro-Scheinen vor.« Denn die 500er seien bei Kriminellen und Terroristen so beliebt. Und dagegen muß unbedingt etwas getan werden. Man verliert also keine Zeit. Und wie prognostiziert, wird die geplante Abschaffung des Bargelds mit Kriminalität und internationalem Terrorismus begründet. Denn dort wird angeblich alles noch in bar abgewickelt. Blablabla ...

Da die wahren Großkriminellen wohl eher in der EZB und in Brüssel sitzen und man dort auch ohne Bargeld seine Milliardendeals abwickelt, ist zu vermuten, daß die geplante Bargeldlosigkeit ganz andere Gründe hat.

Der Datenschutzexperte Sascha Lobo schrieb in seiner SPIEGEL-Kolumne im Februar über die »unvollkommene Mensch-Maschine«, die dringend vom Staat überwacht werden muß. Zitat: »Die Bundesregierung möchte das Geld abschaffen, eigentlich zu spät, die meisten Leute haben ja schon heute kaum mehr welches. (-) Was auf den geneigten Verschwörungstheoretiker wirkt wie ein konzertierter Angriff auf das Bargeld, ist in Wahrheit simpler. Aber auch schlimmer: Dahinter verbirgt sich die Ideologie der Kont-

rolle, genauer: eine Ideologie der automatisierten Kontrolle des Menschen durch Technologie. Eine ganze Denkschule geht davon aus, den Menschen als »Mängelwesen« zu betrachten, ein Begriff, den der Philosoph Arnold Gehlen mitgeprägt hat. (-) Das Ziel der Abschaffung des Bargelds ist die tausendste Variante der Überzeugung, daß man alle Menschen engmaschig und automatisiert kontrollieren müsse, um Sicherheit gewährleisten zu können. (-) Nur wer einen lückenlos dokumentierten, elektronisch überwachten Zahlungsverkehr vorzeigen kann, kann sich gegenüber dem Staat als Nicht-Terrorist beweisen. Das zugehörige Menschenbild: Das Mängelwesen Mensch ist so ein übles Geschöpf, daß es ohne durchgängig überwachtes Verhaltenskorsett beinahe automatisch ins Verbrechen abgleitet.« Soweit Sascha Lobo.

Ja, liebe Mitmenschen, jetzt haben wir es schwarz auf weiß: Wir müssen die Welt vor uns selbst schützen (lassen). Der Staat hilft uns dabei und führt nicht nur in den USA, sondern inzwischen auch hier bei uns einen unsichtbaren Krieg gegen seine »mangelhaften« Bürger. Big Brother is watching us. Und natürlich nur zu unserem eigenen Besten.

Der streitbare Bertolt Brecht hat da einst eine bessere Lösung vorgeschlagen. Er meinte: »Wenn die Regierung mit dem Volk nicht mehr zufrieden ist, dann soll sie halt das Volk auflösen und sich ein neues wählen.«

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

> Ihr Mitmensch, Michael Hoppe



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.

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 -

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



medienagentur

DRUCKPROJEKTE WEBSEITEN ONLINESHOPS FILMPRODUKTIONEN

Mehmet Yesilgöz LERCHENSTR. 60, 74172 NECKARSULM 0 71 32 - 4 50 99 77 info@greeneyemedia.de // www.greeneyemedia.de

»Zu jedem Kindergarten gehört ein Garten!« – Interview mit dem österreichischen Agrar-Rebellen Sepp Holzer

Sepp Holzer ist einer der umstrittensten Bauern im deutschsprachigen Raum. Grund ist seine etwas andere Vorstellung davon, wie der Mensch im Einklang mit der Natur und unabhängig von der EU-Bürokratie Landwirtschaft betreiben sollte. Bekannt wurde der Erfinder der »Holzerschen Permakultur« durch seinen schon legendären Krameterhof, wo er auf 1.300 Metern Höhe, in der kältesten Ecke Österreichs, ein Naturparadies schuf. Ohne zu düngen und ohne Einsatz irgendwelcher Chemikalien gedeihen dort sogar Früchte, die in diesem Klima normalerweise gar nicht wachsen.



Tmmer wieder haben die Behörden Sepp Holzer bürokratische Knüppel zwischen die Beine geworfen. Doch der Österreicher ist ein unermüdlicher Kämpfer und sorgt durch seine praktische Arbeit weltweit für ein neues Bewußtsein rund um das Thema Landwirtschaft. Während der Krameterhof inzwischen von seinem Sohn bewirtschaftet wird, betreut Sepp Holzer mit seiner Frau einen neuen Hof im österreichischen Burgenland - und international fast 200 Projekte.

Herr Holzer, Sie sind in Österreich mit Ihrem Krameterhof im

Salzburger Lungau bekannt geworden. Jetzt leben Sie seit einigen Jahren mit Ihrer Frau hier im Burgenland und haben einen neuen, zehn Hektar großen Hof. Ist es Ihnen im Lungau zu kalt geworden?

Sepp Holzer: (lacht). Nein. Ich habe diesen Hof aus einer Konkursmasse gekauft. Hier haben wir die doppelte Jahresdurchschnittstemperatur: 9 Grad, statt wie am Krameterhof 4,5 Grad. Aber es gibt nur halb so viel Niederschlag, ein anderes Klima, einen anderen Boden. Es ist schon eine Herausforderung, aber es ist viel mehr möglich hier.

Das Prinzip, nach dem Sie wirtschaften, haben Sie ursprünglich als »Wildniskultur« bezeichnet. Mittlerweile spricht man von der »Holzerschen Permakultur«. Wie nennen Sie selbst das Prinzip, nach dem Sie arbeiten?

Sepp Holzer:

Mich haben verschiedene Professoren amerikanischer Universitäten ersucht, ich möge meine Arbeitsweise auf »Holzersche Agrarökologie« umtaufen. Denn »Permakultur« hat in den USA einen schlechten Ruf. Man versucht – mehr oder weniger erfolglos – etwas nachzumachen. Ich habe mir dort viele Anlagen angeschaut

und keine einzige gefunden, die funktioniert. So habe ich dem Wunsch entsprochen und verwende nun den Begriff »Holzersche Agrarökologie«. Es ist ein Wirtschaften in Kooperation mit der Natur, indem man versucht, natürliche Kreisläufe zu begreifen und zu lenken.

Wenn man das, was Sie machen, mit der konventionellen Landwirtschaft vergleicht, was sind dann die wichtigsten Unterschiede?

Sepp Holzer:

Ich sehe, daß es den Bauern überall sehr schlecht geht. Sie werden immer mehr zu Sklaven auf ihren eigenen Höfen. Sie werden von den Genossenschaften und der Wirtschaft ausgenutzt. Man drängt sie zum Spezialisieren und Modernisieren. Und so entstehen Monokulturwirtschaft und Massentierhaltung. Das lehne ich grundweg ab, weil es weder den Bauern noch der Natur wirklich nutzt. Es werden größtenteils keine Lebensmittel mehr produziert, sondern chemieverseuchte Nahrungsmittel.

Weil Sie diesen Kampf gegen die Bevormundung der Bauern führen, sind Sie als »Agrarrebell« bekannt geworden. Hat sich aus Ihrer Sicht in den letzten zehn Jahren in Deutschland und Österreich etwas zum Guten verändert?

Sepp Holzer:

Es ist schon besser geworden. Es gibt viele, die umdenken. Vor allem Bio-Bauern, die sich wirklich enorme Mühe geben, um die Natur wieder ins Lot zu bringen. Natürlich ist das noch viel zu wenig. An den verfallenden Höfen sieht man, daß das »Bauernsterben« weiter voranschreitet. Es müßte viel schneller gehen, daß wir endlich von der Konfrontation mit der Natur zur Kooperation übergehen.

Das Prinzip der »verordneten Landwirtschaft« funktioniert nicht. Es führt zu einem Ausbeuten, Ausnutzen und Übernutzen der Natur und zur einer Massentierquälerei in unerträglichem Ausmaß.

Eine Neuorientierung müßte doch sicher schon in der Ausbildung beginnen.

Sepp Holzer:

Selbstverständlich! Das Bildungssystem ist eine Katastrophe. Geld wird verschwendet, und unsere Kinder und Enkelkinder verblöden in den Schulen und Universitäten. Nicht, weil die Lehrer zu dumm sind. Sondern weil sie nur noch nach Vorgaben und Lehrplan

unterrichten müssen, obwohl sie selbst oft nicht dahinterstehen. Das ist das Problem. Eine in dieser Art verordnete Ausbildung ist keine wirkliche Bildung. Ich muß alles verantworten, was ich mache. Und ich muß jederzeit in der Lage sein, mich in mein Gegenüber hineinzuversetzen. Für den Bauern bedeutet das: Ich muß mich auch in den Regenwurm hineinversetzen können, in die Kuh, in den Fisch, in den Vogel, in den Boden, in die Erde, in alles. Und ich muß mich fragen, ob ich mich als Regenwurm in einer bestimmten Umgebung auch wohlfühlen würde - oder eben nicht. So erfährt man, ob man die Geschicke richtig lenkt. Wenn man sich nicht wohlfühlt, dann muß man die Verhältnisse ändern. Der Mensch sollte sein Hirn einsetzen zum Denken und zum Lenken - und nicht zum Bekämpfen. Das ist der falsche Weg. Aber der Kampf gegen die Natur wird verordnet, gelehrt und auf breiter Basis durchgeführt.

Das Sich-Hineinversetzen erfordert aber doch auch einen sehr starken Praxisbezug ... genau das, was heute in der Ausbildung fehlt.

Sepp Holzer:

Natürlich! Das ist das Allerwichtigste. Zu jedem Kindergarten gehört ein Garten, zu jeder Schule eine Landwirtschaft und zu jeder Universität ein Gutshof. Das wären die praktischen Ausbildungsstätten, wo die Kinder für das Leben vorbereitet werden. Wo sich Theorie und Praxis vereinen. Damit lernt man das »Lesen der Natur«. Man bekommt einen Bezug zu den Ressourcen, wie etwa zum Wasser. Wir Menschen bestehen zu 70 Prozent aus Wasser, haben es aber verlernt, mit dem Wasser hauszuhalten. Man leitet es ab, man kanalisiert, man betoniert, man isoliert, man drainagiert. Haupt-

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
- Heilpflanzen und Wildkräuter

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

UMZUG:

ab 1.4.2016 neue Adresse: Kaiserstr. 32 am Marktplatz über der Sicherer'schen Apotheke.





Dr. med. Claudia Wirz - Heyd

Privatpraxis für Homöopathie Ärztin – Homöopathie – Naturheilverfahren

Wilhelmstr 16/1 · 74072 Heilbronn Tel. (0 71 31) 39 80 11 · Fax 39 80 12



Termine nach Vereinbarung www.heile-sanft.de





Bundes-Ehrenpreis 2015 für Fruchtgetränke



Gunkel GmbH Natursäfte - Badstraße 34/1 - 74072 Heilbronn Tel. 07131 3908780 - www.gunkel-natursaft.com



Heilkunde - Kulturwissenschaften Fachärztin für Allgemeinmedizin Naturheilverfahren Akupunktur Tätigkeitsschwerpunkt Biologische Medizin

Schwerpunktpraxis Komplementäre Medizin

- Akupunktur
- Komplementäre Tumortherapie
- Schwermetallausleitung
- Bioidentische Hormontherapie
- Eigenbluttherapie
- Darmsanierung



Offnungszeiten: MO-FR: 8.00 - 11.30 Uhr DI: 8.00 - 12.30 Uhr MO: 15.00 - 18.30 Uhr DO: 15.00 - 17.30 Uhr

Happelstraße 61 74074 Heilbronn Tel.: 07131-81819 Fax: 07131-160737 E-Mail: nataliejansen@t-online.de www.dr-jansen-heilbronn.de

sache weg mit dem Wasser! Und dann wundert man sich, daß es am Ende zu trocken ist. Heute wird mit dem Wasser ein großes Geschäft gemacht. Man will es sogar privatisieren. Dabei ist Wasser das Blut der Erde. Man kann Erde und Wasser nicht voneinander trennen und separat vermarkten.

Auf Ihrem »Holzerhof«, den Sie nun seit 2009 bewirtschaften, haben Sie viele Veränderungen vorgenommen, haben Terrassen und Teiche angelegt. Wie haben denn die Behörden darauf reagiert?

Sepp Holzer:

Mit den Behörden ist das so eine Sache. Wir haben heute viel zu viele Beamte, Theoriekrüppel, die dem Praktiker vorschreiben, wie er seinen Grund und Boden bewirtschaften soll, was er machen darf und was nicht. Die meisten davon haben keine Ahnung, wie die Natur wirklich funktioniert. Und sie sind sich gar nicht bewußt, welchen Schaden sie damit anrichten. Das ist verantwortungslos und ein Verbrechen gegen die Natur.

Das muß man hinterfragen und Modellprojekte schaffen, um zu zeigen: Es geht auch anders! Du kannst im Paradies leben. Du brauchst keine Massen, du kannst von wenig gut leben - nach dem Prinzip »Vielfalt statt Einfalt«! In der EU muß jeder Bauer im Vorhinein angeben, was er auf jedem Quadratmeter anbauen wird. Die EU bestimmt dann den Preis - und er verdient am Ende nichts. Jeder Bauer müßte lernen, selbständig zu denken, autarker und unabhängiger zu werden. Man muß auf mehreren Beinen stehen, seine Produkte veredeln. Nur wie ein Lemming den Vorgaben der Wirtschaft und der Genossenschaften hinterherzulaufen, bringt nicht weiter.

Sie betreuen ja nicht nur in Österreich Projekte, sondern auch international. Was haben Sie in den letzten Jahren so alles beobachtet?

Sepp Holzer: Ich war kürzlich in Deutschland - in Lüneburg und in Hamburg -, und habe den Eindruck, daß die Bauern hier im Grunde überhaupt keine Rechte mehr haben. Aber in den USA, in Kalifornien, wo ich Projekte betreut und Vorträge gehalten habe, ist es noch schlimmer. Dort hat man das Wasser vom Grund und Boden getrennt. Es gibt separate Wasserechte und Bodenrechte. Überall herrscht Wassermangel, es entstehen Waldbrände. Und all das sind vom Menschen verursachte Katastrophen, weil man die Natur abgeholzt, ausgenützt und ausgebeutet hat. Dann hat man sie einfach liegen lassen. Und jetzt weiß man nicht, wie man das Ganze renaturieren kann. Dabei wäre das ohne weiteres möglich. Doch das kostet Geld und braucht Zeit. Außerdem hat man verlernt. wie das funktioniert. Man hat nur das Benutzen und Ausnutzen gelernt, aber nicht das Erhalten.

Haben Sie in Kalifornien ein konkretes Projekt, das zeigt, wie sich die Situation nach Ihren Methoden wesentlich verbessert hat?

Sepp Holzer:

Ich habe zum Beispiel in Malibu ein großes Projekt, das der Österreicher Klaus Heidegger dort angesiedelt hat. Es ist ein sehr trockenes Gebiet. Aber ich habe in diesem Gebiet, wo man es nicht für möglich gehalten hatte, Quellen gesucht und gefunden. Dort fließt jetzt das beste Ouellwasser. Dann haben wir Terrassen gebaut und Retensionsräume geschaffen, um die Landschaft zu renaturieren. Das war wegen der Behörden und der Architekten sehr

schwierig, eine Zusammenarbeit ist ja kaum möglich. Aber ich habe jemanden kennengelernt, der sich als Rechtsanwalt auch für den Naturschutz einsetzt: Bob Kennedy, den Neffen des Ex-Präsidenten John F. Kennedy. Er hat mich mehrmals besucht und auch eingeladen, ihn persönlich zu beraten. Wenn eine so namhafte Persönlichkeit sagt: »Ziehen wir das Ganze durch!«, dann macht das Hoffnung. Man braucht immer Zivilcourage, wenn man etwas durchsetzen will. Kennedy ist überzeugt und unterstützt das Projekt. Daher hoffe ich, daß sich auch politisch etwas verändern wird. Wenn einmal erfolgreiche Modellprojekte geschaffen sind, dann müssen sich die Behörden und Architekten bewegen.

Sie sind ja auch weit im Osten tätig. Im Moskau unterstützen Sie ein Kindergartenprojekt. Wie ist es dazu gekommen?

Sepp Holzer:

Ich habe in Osteuropa viele Projekte, 44 insgesamt. In der Ukraine, in Rußland, in Kasachstan - teilweise sehr große Projekte mit bis zu 5.000 Hektar. Dazu noch die Anastasia-Projekte. Und egal wo ich bin, ich sage immer meine Meinung über das, was ich vorfinde. Bei dem Projekt in Moskau war mir klar, daß die Kinder ein Betätigungsfeld brauchen. Denn einige Kinder waren aggressiv oder depressiv, und es gab sogar Suizidfälle. Also habe ich ein »Naturprojekt« vorgeschlagen, was natürlich zuerst von der Verwaltung abgelehnt wurde. Als man jedoch nach einem Jahr gesehen hat, wie erfolgreich das Projekt war und die Kinder sich in ihrem Verhalten um 180 Grad gedreht hatten, daß sie ihre Pflanzen pflegten und die Regenwürmer vom Boden aufsammelten und zu ihren Pflanzen trugen, war die Verwunderung groß. Was zuerst nach Strafe aussah, wurde zu einer Förderung.

Die Kinder nehmen etwas sehr schnell auf, wenn sie sehen, daß sie damit Erfolg haben, wenn sie etwas haben, das ihnen gehört, daß es ihr eigenes Radieschen ist, ihr eigener Blumenkohl ... Kinder brauchen Erfolgserlebnisse, die bewirken oft wahre Wunder. Kinder sollen mit der Natur aufwachsen können. Kinder, die lernen, wie die Natur funktioniert, was Käfer, Ameise, Vogel, Wurm oder Spinne machen, können die Perfektion der Schöpfung erkennen. Dann entwickeln sie Vertrauen. Und das Lernen von der Natur hört ein Leben lang nie auf.

Das Wunderbare an der Natur ist, daß sie dich immer mitnimmt. Du machst jeden Tag neue Erfahrungen. Und die Kinder brauchen das am Allernotwendigsten. Das gibt ihnen auch eine Zukunftsperspektive ... zu wissen, was sie selbst tun können.

Was ist für die nähere Zukunft geplant?

Sepp Holzer:

Ich gebe hier Seminare und bilde Menschen in der Holzerschen Permakultur aus. Das habe ich auch schon auf dem Krameterhof getan. Die Leute begleiten mich dann teilweise auf meinen Auslandsreisen. Und es macht große Freude, wenn ich sehe, mit welcher Begeisterung alle dabei sind. Ziel ist, daß sie in der Praxis lernen, eigene Projekte und Beratungen durchzuführen. Damit sich endlich

Herr Holzer, wir wünschen Ihnen für alle Ihre Projekte alles Gute, und herzlichen Dank für dieses Gespräch.

leine ist das nicht zu schaffen.

Das Gespräch führte Werner Huemer



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



Der Weg ist das Ziel -Unterwegs sein, um bei sich anzukommen

Meditatives Pilgern auf dem Jakobsweg erfreut sich einer zunehmenden Beliebtheit. Camino de Santiago, the Way of St. James, Road to Santiago, Chemin de Saint-Jacques – für den Jakobsweg gibt es in vielen europäischen Sprachen eine eigene Übersetzung. Santiago de Compostela zählte neben Rom und Jerusalem zu den beliebtesten Pilgerzielen des christlichen Mittelalters. Doch auch in der Region kann »gepilgert« werden. Denn viele der großen Pilgerwege machen hier Station.



aß die großen Pilgerwege quer durch Europa führen, wissen die Wenigsten. Bekannt sind vor allem die Zielorte und die letzten Wegabschnitte. Dabei ist das Pilgern im tieferen Sinn nicht dem Ankommen gewidmet, sondern dem »meditativen Gehen«.

Mittlerweile gibt es viele kleinere, regionale Ableger des Jakobswegs wie beispielsweise den Martinusweg. Der geistliche Pilgerweg ist dem Leben von Sankt Martin gewidmet und durchquert das Gebiet der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Der Hauptweg führt von Tannheim über Biberach, Ulm, Stuttgart, Ludwigburg und Heilbronn bis nach Schwaigern und ist etwa 535 Kilometer lang.

Ebenfalls durch reizvolle Landschaften und vorbei an sehenswerten Kirchen und kulturellen Glanzlichtern führt der Diakonie-Pilgerweg. Startpunkt des Diakonie-Pilgerwegs ist Schwäbisch Hall, der Zielort ist Wilhelmsdorf im Kreis Ravensburg.

Dann gibt es noch den Oberschwäbischen Pilgerweg, an dem sich rund 80 Wallfahrtsorte und elf Klöster im südlichen Baden-Württemberg beteiligen.

Ein Geheimtipp in Hohenlohe sind auch die »Pfade der Stille« rund um die Jagstgemeinden Dörzbach, Schöntal, Krautheim und Mulfingen, die zahlreiche verborgene Schönheiten umfassen. Wie etwa das ehemalige Zisterzienzerkloster Schöntal.

Der Jakobsweg

Trotz der wachsenden re-

der Schlußabschnitt des Jakobswegs - der »Camino Francés«, der auf einer Strecke von knapp 800 Kilometern von der französischen Pyrenäenseite bis nach Santiago de Compostela führt - natürlich weiterhin der »Königsweg« für alle Pilger. Der Name des Jakobswegs geht auf den heiligen Jakobus zurück, der sich zum Schutzpatron der Pilger entwickelte. Sein Grab liegt in Santiago de Compostela - der Hauptstadt der Autonomen Region Galicien.

Als Erkennungsmerkmal gionalen »Konkurrenz« bleibt wurde dem heiligen Jakobus

nach dessen Ableben die Iakobsmuschel zugewiesen. So ist er auf vielen Darstellungen mit Jakobsmuschel am Hut oder am Gürtel zu sehen. Die Jakobsmuschel wurde somit zum Symbol der Pilger. Eine solche Pilgermuschel ziert beispielsweise auch die Jakobusfigur, die vor der Sankt-Jakobs-Kirche in Rothenburg ob der Tauber steht. Die Kirche mit dem berühmten Altar des Holzschnitzers Tilman Riemenschneider (1460-1531) ist bei Jakobswegpilgern eine



beliebte Anlaufstelle: hier gibt es mit Oliver Gußmann sogar einen Touristen- und Pilgerpfarrer, der Pilger auf Unterkunftssuche und Horizonterweiterung gerne Willkommen heißt.

Trend zum Pilgern

Rückblickend waren es die Schauspielerin Shirley MacLaine und der Schriftsteller Paulo Coelho, die mit ihren »Pilgerreisen auf dem Jakobsweg« einen ersten Pilger-Hype auslöst haben. Hierzulande kam der Impuls von Hape Kerkeling. Nach seinem Burnout nahm sich der Komiker eine Auszeit und beschrieb seine erlebnisreiche Selbstfindungsreise nach Santiago de Compostela in einem Buch. Mit »Ich bin dann mal weg« landete er einen Bestseller, dessen Verfilmung an Weihnachten in den Kinos lief.

Darüberhinaus gibt es eine Reihe weiterer Filme, die sich mit dem Jakobsbweg bzw. der Pilgerei befassen. So werden in dem Film »Die Pilgerin« die historischen Pilgertouren des 14. Jahrhunderts nachgezeichnet. In der Hollywood-Produktion »Dein Weg« trägt der Augenarzt Tom Avery (Martin Sheen) die Asche seines auf der ersten Etappe des Jakobswegs verstorbenen Sohnes bis nach Santiago de Compostela ... und darüber hinaus. Wodurch sich seine Weltsicht völlig verändert.

Daß das Pilgern auf dem Jakobsweg auch die schwierigsten Charaktere zusammenbringt, erzählt auf humorvolle Weise der französische Spielfilm »Saint Jacques ... Pilgern auf Französisch«. Die französische Starregisseurin und Dokumentarfilmerin Coline Serreau (unter anderem »Drei Männer und ein Baby« oder »Good Food Bad Food - Anleitung für eine bessere Landwirtschaft«) schildert in dem »Barfuß-Roadmovie« die Geschichte dreier Geschwister, die unterschiedlicher nicht sein könnten: Clara - eine Lehrerin ohne Illusionen - wandert mit ihren beiden Brüdern, dem Alkoholiker Claude und dem Workaholic Pierre, sowie weiteren Mitstreitern nach dem Tod der eigenen Mutter auf dem Jakobsweg nach Santiago de Compostela.

Der Hintergrund: die Mutter der drei Geschwister hat in ihrem Testament verfügt, daß das Erbe verfällt,

Fahren. Erleben. Genießen.

Mobil in unserer Region – mit Bus, Bahn und Stadtbahn



Heilbronner • Hohenloher • Haller Nahverkehr









wenn sich die drei Geschwister nicht innerhalb von fünf Monaten zu Fuß auf die Pilgerfahrt vom französischen Ort Le Puy-en-Velay nach Santiago de Compostela machen. Schlußendlich raufen sich die Streithähne zusammen – die Magie des Jakobswegs macht' s möglich.

Wandervolk Deutschland

Doch nicht nur bei unseren Nachbarn in Frankreich. sondern auch in Deutschland erfreut sich das Pilgern immer größerer Beliebtheit. Was überhaupt nicht verwundert. Das Besuchen von Wallfahrtsorten - wie etwa Altötting in Bayern - hat hierzulande eine lange Tradition. Dazu kommt, daß »die Deutschen« von jeher ein Naturfreund- und Wandervolk sind. Klassische Wanderlieder wie »Das Wandern ist des Müllers Lust«, »Im Frühtau zu Berge wir ziehen, fallera« oder »Wem Gott will rechte Gunst erweisen, den schickt er in die weite Welt« gab es früher zuhauf.

Ein überregionales Wanderlied mit Ursprung im Remstal ist: »Muß i denn, muß i denn zum Städtele hinaus, Städtele hinaus«. Der legendäre King of Rock ´n´ Roll Elvis Presley hat diesem »schwäbischen Pilgersong« zu weltweiter Berühmtheit verholfen. Das Volkslied handelt

vom Vagabundentum früherer Tage, wo einfache Tagelöhner oder Zimmerergesellen mit Hut (und wenig Hab und Gut) auf Wanderschaft gingen.

Unterwegs trällerten die Vagabunden gerne die erste Strophe des Volkslieds »Frischer Mut und leichter Sinn«, das viel über das Gefühl der Freiheit beim Wandern verrät: »Frischer Mut und leichter Sinn führen uns durchs Leben hin, heute dort und morgen hier, Feld und Wald das Nachtquartier. Unterm blauen Himmelszelt, ohne Ziel und Schranken, schweifen wir, wie' s uns gefällt, durch die weite Welt.«

Obwohl früher die Armut noch viel stärker grassierte als heute, fühlten sich die Menschen freier - vor allem in der Natur. Möglicherweise hängt der Retrotrend zum Pilgern daher auch mit der Sehnsucht der Menschen zusammen, aus dem »Hamsterrad« der heutigen Zivilisation aussteigen zu können. Einfach mal dem Lärm, dem Zeit- und Leistungsdruck, dem Konsumterror und der Enge in der Großstadt für eine Weile zu entkommen – das wär's!

Pilgerexpertin aus dem Remstal

Während es viele Menschen beim Träumen belassen und sich aus irgendwelchen



Gründen (noch) nicht auf den Pilgerweg machen, hat Teresa Santamaria aus Waiblingen in den vergangenen 15 Jahren schon oft den Weg nach Santiago de Compostela eingeschlagen oder Tagesetappen auf dem Jakobsweg von Rothenburg ob der Tauber nach Rottenburg (Neckar) abgewandert.

Die gebürtige Spanierin verbindet mit dem Jakobsweg eine ganz persönliche Geschichte - doch dazu muß kurz ausgeholt werden. Vor 43 Jahren kam sie als 17-Jährige aus ihrem spanischen Heimatort Zamora mit einer Arbeitserlaubnis nach Deutschland. Sie arbeitete in Hotels und in der Gastronomie. Im Großraum Stuttgart lernte sie ihren Mann kennen. Nach der Heirat folgte alsbald die Geburt ihrer Kinder. Von ihrem Mann inzwischen geschieden, erkrankte Teresa Santamaria um die Jahrtausendwende an Krebs.

Am Krankenbett schwor sie sich: »Wenn ich das überstehe, dann pilgere ich auf dem Jakobsweg.« Sie wurde wieder gesund und machte sich auf den Weg nach Santiago de Compostela. Das Pilgern wirkte auf die Waiblingerin wie befreiend. In ihr reifte die Idee, zukünftig als Wanderguide mehrmals im Jahr Wanderungen in Kleingruppen auf dem Jakobsweg anzubieten. Schritt für Schritt baute sie ihre Pilgerrouten aus - auch an einem Buch pe ist Teresa

über den Jakobsweg wirkte sie mit. An der Volkshochschule in Waiblingen hält sie regelmäßig Vorträge über Pilgern als Lebensgefühl und bietet dort auch Pilgerreisen

»In diesem Jahr wollen wir über die Silberroute weiter auf den Jakobsweg nach Spanien vordringen", bestätigt sie. Im Mai 2016 findet eine 16-tägige Wanderreise auf der sogenannten Silberroute des Jakobswegs von Santa Marta de Tera nach Santiago de Compostela statt.

Den Streß der Zivilisation abschütteln

Inzwischen kommen auch Firmen auf das Angebot der dynamischen Spanierin zurück. Die erfahrene Pilgerin weiß, daß ein einfaches Drauflosmarschieren in Richtung Santiago de Compostela nicht der richtige Weg ist. »Man muß sich vorbereiten. Neben einer Grundkondition ist auch die passende Ausrüstung wichtig«, erklärt sie. Im Vorfeld ihrer Pilgerreisen »trainiert« Teresa Santamaria mit interessierten Reiseteilnehmern auf deutschen Jakobswegen: »Wir laufen dann gerne ein paar Tagesetappen auf dem Jakobsweg von Rothenburg ob der Tauber nach Rottenburg.«

Mit einer Kleingrup-Santamaria



Das Ausflugsziel für die ganze Familie





Saisonstart: 24. März 2016

Gäste-Service



Schloss Langenburg Schloss 1 74595 Langenburg

Tel. 07905 / 941 90 34 Fax. 07905 / 941 90 66

museum@schlosslangenburg.de www.schloss-langenburg.de facebook.com/erlebnis.schlosslangenburg





APOTHEKER BERND KLEINHANS

- » HOMÖOPATHIE
- » SCHÜSSLER-SALZE
- » BACH-BLÜTEN
- » NATURKOSMETIK
- » EIGENE TEEMISCHUNGEN
- » ETHERISCHE ÖLE
- » HILDEGARD MEDIZIN
- » ALLES FÜR MUTTER & KIND
- » ANTHROPOSOPHISCHE ARZNEIMITTEL

IHRE APOTHEKE FÜR NATURHEILMITTEL



KAISERSTR. 32 · HEILBRONN TEL. 07131-89071 · FAX 89073 NATUR@SICHERERSCHE.DE WWW.SICHERERSCHE.DE SICHERER'SE APOTHERE dann vom malerischen Rothenburg über Langenburg, Schwäbisch Hall bis nach Murrhardt unterwegs. Diesen Streckenabschnitt des Jakobswegs empfindet die Spanierin als besonders reizvoll. »Schwäbisch Hall ist eine wunderschöne Stadt«, schwärmt sie. Der Blick auf die Silhouette der Comburg oberhalb des Kochers sei ein unvergeßliches Erlebnis. Das kulturelle Highlight in der Burganlage ist der Radleuchter in der Stiftskirche Sankt Nikolaus. Der Radleuchter mit einem Durchmesser von fünf Metern stammt aus dem 12. Jahrhundert und wird auch das »Himmlische Jerusalem« genannt, da auf ihm auch Heilige verewigt wur-

Auch die Marienkirche in Rosengarten-Rieden ist ein beliebter Anlaufpunkt für die Jakobswegpilger. Die spätgotische Kirche thront auf einem Muschelkalkfelsen oberhalb der Bibersmulde. Neben einem schönen Altar gibt es dort ein Wandgemälde von Michel Wohlgemuth - einem Lehrmeister des jungen Albrecht Dürer - das Christopherus zeigt. Christopherus ist der Schutzpatron der Wallfahrer (und der Autofahrer). An der Außenfassade der Kirche prangt neben einer Heiligen-Figur von Antonius aus Padua eine historische Sonnenuhr mit der Inschrift »Sine mora, volat hora« (lat.: Ohne Rast vergeht die Zeit). Dieser Spruch steht symbolhaft für das Pilgern auf dem Jakobsweg.

»Pilgern auf dem Jakobsweg erzeugt ein Gefühl von großer Freiheit. Ich kann dann auch mal ganz bei mir sein, spüre beim Wandern meinen ganzen Körper, der von Glücksgefühlen durchflutet wird", erzählt Teresa Santamaria. »Schon seit dem achten Jahrhundert machen sich die Menschen von überall auf, um nach Santiago de Compostela zu wandern.« In Murrhardt legen die Jakobswegpilger oft bei der sehenswerten Walterichskapelle und der Stadtkirche einen kleinen Zwischenstopp ein.

Eins mit sich und der Natur

Beim Jakobsweg stimmt für Teresa Santamaria einfach das Gesamtpaket: »Man lernt wieder die Natur zu schätzen und kommt in den wunderschönen Kirchen zur Ruhe. In der Natur spiegelt sich außerdem die Schönheit Gottes wider.« Neben abwechslungsreichen Landschaften entdecken die Pilger die Flora und Fauna neu. Während die Weinbergschnecke (lat.: Helix pomatia) am Wegrand sinnbildlich für Entschleunigung steht, symbolisiert der Distelfalter (lat.: Vanessa cardui) die Wanderschaft. Der kleine Schmetterling gilt in der Tierwelt als sogenannter Wanderfalter, da er jedes Jahr Tausende von Kilometern fliegt.

Für Teresa Santamaria verbindet der Jakobsweg die Menschen. »Durch das Pilgern habe ich inzwischen überall auf der Welt viele Freunde gefunden«, erzählt sie lachend. »Ich hatte ein schwieriges Leben - umso dankbarer bin ich jetzt für die positiven Erlebnisse beim Pilgern.«

Dank ihrer Lebenser-fahrung kann sie die schönen Begegnungen und Naturerlebnisse entlang der Pilgerrouten noch intensiver genießen. »Die Schnelllebigkeit ist heute ein großes Problem. Aber schon nach kurzer Zeit können die meisten abschalten«, betont Teresa Santamaria. Ein heftiger Regenguß werde beispielsweise von den Pilgern fast

klaglos hingenommen – der Druck des Alltags sei dann weit weg. »Ein Regenschauer gehört nun mal beim Wandern dazu. Auch im Leben ist nicht immer alles eitel Sonnenschein«, sagt die Pilgerexpertin schmunzelnd.

Stressig auf dem Jakobsweg empfindet Teresa Santamaria eigentlich nur den Massentourismus auf den letzten 100 Kilometern vor dem Ziel Santiago de Compostela. »Für unsere Pilgergruppen ist es immer ein Schock, wenn plötzlich so viele rennende Touristen auf der Pilgerroute unterwegs sind und es mit der Ruhe dann auf einmal vorbei ist.«

Schöne Momente und Gefühle teilen

Beim Pilgern lernen die meisten schnell, daß man mit wenig auskommen kann. Doch ganz ohne westliche Konsumprodukte geht es auf dem Jakobsweg dennoch nicht. Sonnencreme, Heftpflaster, Outdoorjacke und bequeme Trekkingschuhe sind hilfreich. Zudem achtet Teresa Santamaria bei den Pilgertouren darauf, daß keiner auf ein bißchen Komfort verzichten muß. »Ich konzipiere die Tagesetappen immer so, daß wir am späten Nachmittag in unserer Pilgerunterkunft sind. Dann kann jeder duschen oder das Handy aufladen«, erklärt sie. Meistens bleibe das Handy jedoch aus. »Viele lernen durch das Pilgern auch das Schweigen.«

Kommunikativ geht es spätestens wieder beim Abendessen zu. »Das gemeinsame Essen stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Gruppe. Der Jakobsweg ist wie der Weg des Lebens. Es geht darum, Gefühle zu teilen und eine direkte Verbindung zu den Na-

turphänomenen herzustellen und so eins mit der Natur zu sein. Für mich ist Pilgern auf dem Jakobsweg kein Wandern, sondern meditatives Gehen.«

Autor Andreas Scholz

Pilgern mit Jakobswegexpertin Teresa Santamaria

Zu Fuß auf der Silberroute (Von Santa Marta de Tera nach Santiago de
Compostela) 16-tägige Wanderreise
vom 14.05.2016 - 29.05.2016

Teresa Santamaria, Im Guckvor 14,
71336 Waiblingen

Telefon: 07151-1693507

www.reiseleiterin-spanien.de
E-Mail: teresa.waiblingen@yahoo.de
Facebook: www.facebook.com/JakobswegreisenmitTeresaSantamaria

Jakobswegrouten und Pilgerstrecken in Baden-Württemberg und Mittelfranken

- » www.deutsche-jakobswege.de/rothenburg-rottenburg.html
- » www.fernwege.de/jakobsweg/neckar-tauber/
- » www.remstal-route.de/fileadmin/ user_upload/PDF/Jakobsweg_2010.pdf www.rothenburgtauber-evangelisch. de/tourismus/index.html
- » www.pfade-der-stille.de
- » www.martinuswege.de
- » www.oberschwaebischer-pilgerweg. de/pilger/index.php
- » www.diakonie-wuerttemberg.de/aktionen-spenden/diakonie-pilgerweg

Buchtipps

» Auf dem Jakobsweg – Ein Stück Weg für Entdecker Autor: Eberhard Klein, (Welpdruck GmbH), ISBN-13: 978-300051422-7 » Ich bin dann mal weg: Meine Reise auf dem Jakobsweg. Autor: Hape Kerkeling (Piper-Verlag), ISBN-13: 978-3492251754 » Auf dem Jakobsweg: Tagebuch ei-

» Auf dem Jakobsweg: Tagebuch einer Pilgerreise nach Santiago de Compostela. Autor: Paulo Coelho (Diogenes-Verlag), ISBN-13: 978-3257231151

Filme

» Saint Jacques ... Pilgern auf Französisch (u.a. mit Artus de Penguern)



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

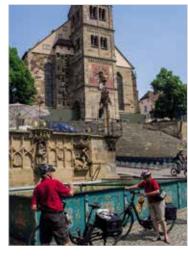
Tel. & Fax: 07131/177777

Öffnungszeiten:

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

Zuhause ist es doch am schönsten – Sanfter, regionaler Tourismus ist im Kommen

Immer mehr Menschen entschließen sich, die Ferien ökologisch und im eigenen Lande zu verbringen. Grund ist nicht nur die teilweise unsichere politische Lage in immer mehr Urlaubsländern, sondern auch die Erkenntnis, daß man nicht jedes Jahr »mühsam« in die Ferne schweifen muß, wenn Erholung direkt vor der Haustür zu haben ist. Auch die Region Heilbronn-Franken baut ihre nachhaltigen Ferien- und Freizeitangebote weiter aus.







Endlich Ferien! Die Kinder stürmen aus dem Schulgebäude und freuen sich über viel Freizeit. Doch vor allem für Eltern geht mit den Schulferien der Streß oft erst richtig los. Wohin sollen wir diesmal mit den Kindern in den Urlaub gehen? Die negativen Erinnerungen an den letzten Sommerurlaub am Mittelmeer stecken so manchen Eltern noch immer in den Knochen. Die Liste an Streßfaktoren ist lang: stressiger Hin- und Rückflug im Billigflieger, Staus auf der Autobahn, verdreckte und überfüllte Strände, enge Hotelzimmer, überlaufene Touristenmeilen mit unzähligen Souvenirshops sowie grölende, pöbelnde und betrunkene Dauerparty-Urlauber in der Hotelanlage.

Hinzu kommen: fettiges Essen, gesalzene Getränkepreise sowie überdrehte und nölende Kinder. Ein schöner Urlaub sieht anders aus: Der Hochglanzprospekt des Reisebüros entpuppt sich im Nachhinein oft als regelrechte Mogelpackung.

Sanfter, regionaler Tourismus

Massentourismus schadet langfristig dem touristischen Image – ganz zu schweigen von den ökologischen Folgen: Wer in Strandnähe einen Hotelkomplex nach dem anderen hochzieht, darf sich nicht wundern, daß die Natur immer mehr auf dem Rückzug ist. Nachhaltig denkende Tourismuseinrichtungen wissen inzwischen längst, daß eine intakte Natur ein wichtiges Plus auf dem Weg zu mehr sanftem Tourismus darstellt.

Sanfter Tourismus – oft auch als »Nachhaltiger Tourismus« tituliert – ist eine besondere Form des Reisens, die auf drei Säulen basiert. Zum einen soll die bereiste Natur keinen Schaden nehmen. Außerdem geht es darum, die Natur intensiv und in ihrer ursprünglichsten Form zu erleben. Last, but not least ist die Anpassung an die Kultur des bereisten Landes selbstverständlich. Bei dieser »neuen Reisekultur« bilden Umweltverträglichkeit, Sozialverträglichkeit sowie optimale Wertschöpfung einen harmonischen Dreiklang.

Beim sanften Tourismus erfolgt die Anreise im Idealfall mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Wer also in der Region Heilbronn-Franken und Umgebung urlauben möchte, für den bieten z.B. die Heilbronner und Hohenloher Verkehrsbetriebe (HNV) ein sogenanntes »Metropolticket« an. Dieses gilt in Bus, Bahn oder Stadtbahn, und der Reisende hat das komplette Straßen- und Schienennetz der neun beteiligten Verkehrsverbünde rund um Stuttgart zur Verfügung. Günstige Gruppenreisen sind mit der »TageskartePlus« möglich. Und mit dem »eTicket« ist das Benutzen öffentlicher Verkehrsmittel inzwischen auch bargeldlos möglich.

Die »sanften« Entdeckungstouren finden dann größtenteils zu Fuß oder mit dem Fahrrad statt. Manchmal kommt auch ein Boot zum Einsatz. Beim nachhaltigen Tourismus stehen auch Angebote zur Umweltbildung im Fokus. Durch eine durchdachte Besucherlenkung können kleine Reisegruppen die Schönheit der Natur erleben. Dies wird beispielsweise durch Baumwipfelpfade, Naturerlebnisaktionen sowie Ausflügen zu Naturdenkmälern ermög-

Schon seit Jahren »boomt« das Angebot der Naturparkführer Schwäbisch-Fränkischer Wald. Jede Region hat ihre eigenen, ortskundigen Naturparkführer, und vom einfachen Spaziergang durch die Weinberge bis zur

Vollmondwanderung, inklusive Übernachten im Wald, ist alles dabei.

Geradezu verheißungsvoll werben die Naturparkführer auf ihrer Internetseite: »Wir nehmen Sie mit in die geheimnisvolle Welt der Schluchten, Klingen und Grotten - dorthin wo Salamander, Prachtlibelle Waldgeißbart ihre Heimat haben. Besuchen Sie mit uns historische Mühlen, alte Glashüttenstandorte, die Zeugen des ehemaligen Bergbaus und der Flößerei. Tauchen Sie ein in die facettenreiche Ökologie der weithin naturnahen Wälder, der Streuobst- und Feuchtwiesen, der Bachläufe und Seen. Erfahren Sie mehr über Geologie, Landschaft und heimische Kultur. »Wie die Landschaft schmeckt«, erfahren Sie bei Verköstigungstouren und Kräuterwanderungen. Entdecken und genießen Sie mit allen Sinnen den Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald!«

Daß der sanfte regionale Tourismus zudem noch günstiger, klimaschonender und im Grunde auch flexibler zu gestalten ist, kommt als weiterer Pluspunkt hinzu.

Wandern & Trekking in der Region

Tourismusanbieter Die in Heilbronn-Franken weiten ihr »sanftes Tourismusangebot« kontinuierlich aus. Dabei profitieren sie von einer Natur, die sich an vielen Stellen noch wild und ursprünglich präsentiert. Dies wird vor allem bei Trekkingtouren durch die Region erfahrbar. Wer beispielsweise auf dem Fernwanderweg »Neckarsteig« zwischen Gundelsheim und Mosbach im Odenwald wandert, wird die plötzliche Stille als wohltuend empfinden. Das Rauschen des Waldbachs und das Zwitschern der Nachtigall erlebt der Wanderer dabei als sanfte »Begleitmusik« und Balsam für das zivilisationsgeschädigte Hörorgan. Er kommt automatisch zur Ruhe – der stressige Alltag ist auf einmal weit weg.

Der Neckarsteig führt entlang des Neckars auch an Burgen und Schlössern vorbei. Matthias Ullrich, der Geschäftsführer des Outdoorspezialisten »adventure company« mit Sitz in Heilbronn, kennt die Vorzüge des regionalen Trekkings. »Bei einer Tageswanderung auf den gut ausgeschilderten Wegen am Neckarsteig oder im Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald braucht es in der Regel nicht viel mehr als eingelaufene Schuhe und einen Rucksack«, erklärt der Trekkingspezialist. »Je nach Jahreszeit dann noch die passende Outdoorkleidung, und es kann losgehen.«

Trekking ist ein ganzheitliches Erlebnis. Die gleichmäßige Bewegung sorgt für innere Ruhe und Harmonie. Naturbeobachtungen und -entdeckungen am Wegesrand wie der schillernde Schmetterling, die bunte Feder des Eichelhähers oder die farbenfrohe Orchidee erfüllen nebenbei umweltpädagogische Effekte. Parallel dazu stellt Naturtrekking eine gute Atemübung dar, da sich der Wanderer nur auf sich und seinen Körper konzentrieren kann.

Etwas höher ist der Puls der Radfahrer, die den »Neckarradweg« entlangrollen. Der idyllische Streckenabschnitt von Marbach nach Heilbronn führt durch württembergische Weinbauorte wie Besigheim oder Lauffen. Im Raum Heilbronn bietet sich für Anhänger der gehobenen Bioküche ein Abstecher zum Hotel Rappenhof ins Weinsberger Tal an.

Mit dem Wanderangebot »Pfad der Stille« hat die Touristikgemeinschaft Hohenlohe ebenfalls einen Wanderweg ge-

Hotel & Gutsgaststätte Rappenhof

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!





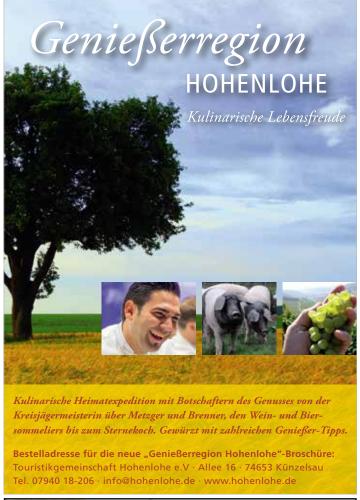




Rappenhof ***S Hotel & Gutsgaststätte
Rappenhofweg 1 74189 Weinsberg
Tel: 07134/5190 Fax: /51955 DE-ÖKO-006
www.rappenhof.de rezeption@rappenhof.de



Brückenwiesenweg 29, 74676 Niedernhall Telefon 07940 981 558





schaffen, der ruhige Abschnitte mit kulturellen Highlights verbindet. Der »Pfad der Stille« führt unter anderem an der versteckten Felsenkapelle St. Wendel im Stein vorbei. Historische Steinriegellandschaften passiert der Wanderer dabei ebenfalls. Die aufgetürmten Steinhalden sind wichtige Lebensräume für wärmeliebende Tiere wie Schwalbenschwanz oder Schlingnatter.

Intensive Naturerlebnisse bieten ebenso die Trekkingtouren des »Kocher-Jagst-Trails«. Die Etappen auf dem Bühler-, Jagst- und Kochersteig führen im Hohenloher Land durch wilde und einsame Schluchten, aber auch an Streuobstwiesen, Weinbergen, Bauernhäusern, Kuhweiden, Schafherden und Getreidefeldern vorbei.

Kulinarische Leckerbissen in Baden-Württembergs Genießerregion Nr.1 kommen selbstredend nicht zu kurz. Im Hotel Nicklass im Weinort Ingelfingen wird zum guten Hohenloher Tropfen beispielsweise die Ingelfinger Lachsforelle gereicht. In der Jagstmühle in Mulfingen-Heimhausen können hungrige Wanderer zahlreiche Hohenloher Spezialitäten wie Steak vom Hohenloher Weiderind oder Medaillons vom Schwäbisch-Hällischen Landschwein probieren.

Historische und moderne Sehenswürdigkeiten

Eine der zahlreichen Burgen und Schlösser im Hohenloher Land hat der Wanderer auf dem Kocher-Jagst-Trail stets im Blick. Auch Radfahrer, die auf dem überregional bekannten Kocher-Jagst-Radweg radeln oder Kanufahrer, die auf dem Kocher oder an der Jagst bei schönem Wetter paddeln, sind immer überwältigt: majestätisch thronen

beispielsweise die Schlösser in Langenburg und Kirchberg oberhalb des Jagsttals.

Ein Abstecher zu den historischen Stadtkernen von Langenburg und Kirchberg ist in der warmen Jahreszeit besonders empfehlenswert. In Langenburg bietet sich beispielsweise ein Besuch des Schlosses an. Schloßherr Philipp zu Hohenlohe-Langenburg ist übrigens mit Prinz Charles verwandt. Der »Prince of Wales« weilte zuletzt im Mai 2013 in dem fürstlichen Residenzstädtchen Langenburg, um der deutschen Verwandtschaft einen Besuch abzustatten

In den 1960er Jahren besuchte schon die Mutter von Prinz Charles die kleinste Stadt Baden-Württembergs. Die Staatslimousine, mit der Queen Elizabeth II. einst in Langenburg vorfuhr, können Autonarren im Deutschen Automuseum Langenburg bestaunen.

Nachhaltige Action winkt im Waldkletterpark Langenburg. Dort können kleine und große »Kletteraffen« ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben und erfahren dabei knapp unterhalb der Baumkrone mehr über Teambildung: gemeinsame Sporterlebnisse fördern schließlich den Zusammenhalt in der Gruppe nachweislich am besten.

Von Langenburg sind es nur wenige Kilometer bis nach Kirchberg. Oberhalb der Jagst erhebt sich die schmucke Schloßanlage. Im Sandelschen Museum kommen Mineraliensucher und Fossiliensammler auf ihre Kosten. Hier gibt es zahlreiche Versteinerungen aus dem Hohenloher Muschelkalk zu sehen - vor über 200 Millionen Jahren war das Hohenloher Land in ein riesiges Meer (das sogenannte Hohenloher Muschelkalkmeer) eingebettet. Bis heute können bei kleinen Spaziergängen am Jagstufer unter anderem versteinerte Muscheln gefunden werden.

Ausgangspunkt Erlebnisherberge

Eltern, die es lieber sehen, wenn ihre Kinder sich draußen im Freien austoben, sollten sich die Erlebnisherberge in Kirchberg vormerken Das stundenlange Versumpfen am Computer und das ausufernde Verschwinden in »digitalen Welten« ist in der Herberge im Jagsttal nicht vorgesehen.

Das 72-Betten-Haus bildet einen hervorragenden Startpunkt für kindgerechte und abwechslungsreiche Erlebnistouren durch das Hohenloher Land. Das Naturschutzgebiet Jagsttal hält eine artenreiche Flora und Fauna bereit: Eisvogel und Wasseramsel sind hier ebenso zuhause wie atemberaubend schöne Prachtlibellen. Auch der Biber ist mittlerweile wieder häufiger an der Jagst anzutreffen.

Beliebte Ausflugsziele wie Schwäbisch Hall oder Rothenburg ob der Tauber warten auf die Gäste der Erlebnisherberge. Zahlreiche Wanderwege und natürlich der Kocher-Jagst-Radweg liegen direkt vor der Tür. Der Hollenbacher See oder Freibäder wie in Langenburg oder Schwäbisch Hall sorgen bei heißen Temperaturen für eine willkommene Abkühlung.

freundliche Her-Das bergsteam stellt für Gruppen, Schulklassen und Familien ein nachhaltiges Erlebnisprogramm auf die Beine. Sportlich geht es beispielsweise beim Free-Climbing, Bungee-Jumping oder River-Rafting zu. Spiel- und Spaßangebote mit umweltbildenden Lerneffekten auf benachbarten Bauernhöfen kommen ebenso gut bei Kindern an wie der Besuch der kleinen Schweineschule von Kerstin Gronbach im nahen

Gerabronn.

Aber auch das Thema Erneuerbare Energien steht auf der Freizeitagenda der Erlebnisherberge. Auf dem Energielehrpfad rund um Wolpertshausen oder während einer Besichtigung der größten solarthermischen Anlage in Deutschland erfahren Schulklassen und Familien mehr über bahnbrechende Energiewendeprojekte. Besuche von Windradanlagen, Biogasanlagen und Pflanzenölverstromungsanlagen sind ebenfalls möglich.

Bei schlechtem Wetter geht es kreativ zu: Dann stehen kurzweilige Workshops und Kinotage im Kirchberger Programmkino »Kino Klappe« oder Märchentheatertage mit der Märchenerzählerin Gudrun Weygoldt an. Hohenlohe ist nämlich auch »Sagenland«. An den Flüssen Kocher und Jagst sowie in den Wäldern und Schluchten ringsum trieben sich alten Sagen nach wundersame Wesen wie der Haller Haalgeist oder der Drache bei Orlach herum.

Landesgartenschau in Öhringen

Keine Langeweile kommt auch während der Landesgartenschau 2016 in Öhringen (LaGa) auf. Die im Zuge der großen Gartenschau entstehenden Garten- und Parklandschaften runden das neueste Projekt der Touristikgemeinschaft Hohenlohe mit Sitz in Künzelsau ab. Die Künzelsauer Tourismusexperten wollen im Jahr 2016 mit dem Projekt »Park- und Gartenparadies Hohenlohe« in Kooperation mit dem Verein »Schlösser Burgen Gärten Baden-Württemberg« neue Akzente setzen. Mehr Informationen zu dem neu entstandenen Parkund Gartennetzwerk Hohenlohe gibt es direkt bei der Touristikgemeinschaft Hohenlohe.

Auf der LaGa erfahren wissensdurstige Erwachsene und aufgeweckte Kinder mehr über wertvolle Kulturlandschaften im Hohenloher Land. So gibt es um fleißige Bienen sowie heimische Obstsorten wie Kirchensaller Mostbirne oder Öhringer Blutstreifling allerlei zu entdecken. Die Renaturierungsaktion des Ohrnflusses wird von den Organisatoren der Landesgartenschau ebenfalls spannend präsentiert. Kinder mit Interesse an historischen Themen können im Rahmen der Landesgartenschau in Öhringen zahlreiche Sonderaktionen zum UNESCO-Welterbe Limes verfolgen. Der historische Grenzwall der Römer zog sich einst durch das Hohenloher Land.

Wellness und Erholung

Wer glaubt, daß das Hohenloher Land nur bei schönem Wetter nachhaltige Erlebnisse bietet, täuscht sich gewaltig. Die Städte im Kocher- und Jagsttal zeichnen sich durch ein vielfältiges Wellnessangebot aus. Bei Städten wie Niedernhall Schwäbisch oder Hall steckt im Namen bereits die Wörter »Sole« und »Salz« drin. Das Solebad in Schwäbisch Hall bietet eine großzügige Wellnesslandschaft inklusive Salzgrotte. Das Team von Medisol Sauna und Physio in Niedernhall verwöhnt seine Gäste mit Saunaspaß und Wellness pur. Neben Wellness-Massagen, Krankengymnastik, Dampfbad, Infrarotkabine und Finnischer Sauna macht vor allem die Bio-Sauerstoff-Sauna Lust auf mehr (Entspannung). Wer den Saunabereich gebucht hat, erhält damit automatisch Zutritt zur ausgedehnten Bäderlandschaft des Solebads Niedernhall.

Auch das Wald – und Schloßhotel Friedrichsruhe wartet mit einem 4400 qm großen Wellnessbereich auf und wurde schon mehrfach als »Bestes Wellnesshotel Deutschlands« ausgezeichnet.

Seen und mehr

Nicht vergessen werden darf, daß die Region mit dem Breitenauer See, dem Ebnisee, der Ehmetsklinge etc. auch über zahlreiche attraktive Badegewässer verfügt. Und über einen international bekannten Erlebnispark. »Tripsdrill« hat neben der legendären Altweiber- und Altmännermühle ein Wildparadies und ein großes Naturresort zu bieten

Zahlreiche Biergärten und Besenwirtschaften säumen die Wanderwege und laden den Regionaltouristen zum Verweilen ein. Die Liste könnte unbegrenzt fortgesetzt werden. Und es ist für jeden Geschmack etwas dabei.

In Zeiten des Klimawandels hat sich auch das Verhältnis: warmes Italien, kaltes Deutschland verschoben. Der Jahrhundertsommer im letzten Jahr mit seinen vielen sonnigen Tagen hat gezeigt, daß »Balkonien« als Ausgangspunkt für sanftes, ökologisches und regionales Urlauben der Reise in den Süden in nichts nachsteht.

Autor & Fotos Andreas Scholz

Weitere Informationen

- » Testportal für Klimaschutz und CO2-Kompensation. www.atmosfair.de
- » Forum Anders Reisen
- www.forumandersreisen.de
- » Adventure Company
- www.adventurecompany-heilbronn.de
- » Schloss Langenburg
- www.schloss-langenburg.de
- » Deutsches Automuseum Langenburg www.deutsches-automuseum.de
- » Waldkletterpark Hohenlohe
- www.waldkletterpark-hohenlohe.de

500 Jahre deutsches Reinheitsgebot – Familiengeführte Brauereien in der Region setzen auf Tradition und Qualität

Das Bier ist bekanntermaßen seit jeher das Nationalgetränk der Deutschen. In diesem Jahr haben Biertrinker noch einen Grund mehr, um mit anderen Gerstensaft-Freunden anzustoßen: 2016 jährt sich das vom bayerischen Herzog Wilhelm IV. im April 1516 verkündete Reinheitsgebot für Bier zum 500. Mal. »Wie das Bier im Sommer und Winter auf dem Land ausgeschenkt und gebraut werden soll«, lautete damals die Empfehlung des Herzogs, die auch rasch außerhalb Bayerns bekannt wurde. Wer heute vom Deutschen Reinheitsgebot für Bier spricht, meint damit Folgendes: Bier aus deutschen Landen darf nur die Zutaten Hopfen, Malz, Hefe und Wasser enthalten.





Cchon immer gehörte Bier Iandauf, landab zu einer fröhlichen und geselligen Runde dazu. Im Norden rinnt meistens Pils durch die durstige Kehle. Die Hamburger lieben seit eh und je ihr »Alsterwasser« - ein erfrischendes Biermischgetrink aus Bier und Zitronenlimonade. Rund um Flensburg gibt es den von der Comicfigur Werner so heißgeliebten »Bölkstoff«. Im Westen der Republik um die Karnevalshochburgen Köln und Düsseldorf trinken die Partyjecken gerne Alt oder Kölsch. In den oberbayerischen Biergärten schallt der Bedienung bei Kaiserwetter ein »Resi, bring uns a Hoibe und a Woißbier« entgegen und im »Fränggischen« füllt der Wirt die »Seidla-Krüge« wahlweise mit naturtrübem Keller-

bier oder Rauchbier.

Auch die deutsche Musikkultur huldigt dem »Hopfenblütentee« seit Jahrzehnten - mal mit mehr, mal mit weniger sinnvollen Textzeilen. »In München steht ein Hofbräuhaus - oans, zwoa, g'suffa« (Wilhelm Gabriel), »Im Himmel gibt's kein Bier, drum trinken wir es hier« (Ralph Maria Siegel), "Es gibt kein Bier auf Hawaii, drum fahr ich nicht nach Hawaii, drum bleib ich hier« (Paul Kuhn), »Bier her, Bier her, oder ich fall um, juchhei!« (altes Trinklied), »Freibier für alle, sonst gibt's Krawalle (Tankard), »Das Schlimmste ist, wenn das Bier alle ist« (Die Kassierer), »Altbier-Lied« (Tote Hosen), »Hol' mir mal 'ne Flasche Bier, sonst streik ich hier« (Stefan Raab) oder »Oooh, ich bin der Biervampir, oooh, ich komm auch zu dir« (Normahl).

Regionalbier versus Fernsehbier

In vielen Ecken Deutschlands ist Bier ein regionales Kulturgut, und regionale Bierspezialitäten sind auch wieder im Kommen. Daran ändern Meldungen über Megaübernahmen in der Bierbrache nichts. Gerade hat der weltweite größte Bierkonzern Anheuser-Busch InBev aus Belgien die zweitgrößte SABMiller aus Großbritannien für sage und schreibe 100 Milliarden Euro (!!!) aufgekauft.

Die Folgen solcher Megaübernahmen im Getränkesektor sind bekannt: Bei Großereignissen wie einer Fußball-EM wird es im Stadion aufgrund der Megadeals zwischen den mächtigen Fußballverbänden und den großen Konzernen immer schwieriger, auch an Getränke von ortsansässigen Brauereien zu gelangen. Doch der qualitätsbewuß-te Biertrinker konnte großindustriell hergestellten Bieren mit massenkompatiblen Geschmack wie Anheuser-Busch noch nie viel abgewinnen: der deutsche (Bier-)Michel bleibt auch in Zeiten der Globalisierung lieber seiner regionalen Biermarke treu und trotzt dem Industriebier, wo es nur geht.

Von der Lust der Deutschen auf regionale Brauereien, die ihr Handwerk verstehen und nur auf gesunde sowie frische Zutaten aus nachvollziehbarer Herkunft setzen, profitieren auch die kleinen sowie mittelständischen Privatbrauereien in der Region Heilbronn-Franken. Deren Tradition reicht oft mehrere hundert Jahre zurück. Am Anfang stand meistens ein kleiner Brauereigasthof, in dem die durstige Stammkundschaft mit selbstgebrautem Bier verköstigt wurde. Bis heute wird das beispielsweise nach altem Brauch noch im urigen Gasthof der Goldochsenbrauerei in Schrozberg-Spielbach so gehandhabt.

Immerhin ein knappes Dutzend Gaststätten mit angeschlossener Brauerei sind heute in der Region übriggeblieben oder wurden neu aufgestellt. Während in den Braugasthöfen Wacker in Satteldorf-Gröningen oder in der Post in Ilshofen nur noch das Interieur an die glorreichen Zeiten der einstigen Wacker-Brauerei erinnert, wird im Goldochsen-Brauereigasthof in Schrozberg-Spielbach seit eh und je süffiges Hausbier kredenzt.

Klein, aber fein ist auch das Biersortiment der Adlerbräu Carl Schmetzer in Wallhausen-Michelbach. Hier werden die Biere noch in einem kleinen Felsenkeller gebraut. Im Jahr 2016 feiert die Familienbrauerei ihr 300-jähriges Bestehen. »Zum Jubiläum brauen wir extra ein Starkbier«, verrät Sigrid Schmetzer-Jaeger. Das bekannteste Bier von Adlerbräu ist der Schwarze Adler - ein dunkles Exportbier. Saisonale Spezialitäten wie Hefepils oder Rotbier schenken die Michelbacher vor allem bei der Muswiese in Rot am See aus. Dort findet im Herbst der größte Krämermarkt Hohenlohes statt. »Zur Weihnachtszeit gibt es außerdem auf den Weihnachtsmärkten in Vellberg oder in Crailsheim auch unser Glühbier«, ergänzt Schmetzer-Jaeger.

Nur wenige Kilometer sind es von Wallhausen-Mi-

chelbach bis nach Crailsheim. In der »Horaffenstadt« sitzt die Biermanufaktur Engel. Die Engelbrauerei ist ein gutes Beispiel dafür, was passieren kann, wenn im Laufe der Zeit der kleine Brauereikessel in der Gaststätte nicht mehr ausreicht. Die Engelbräu ist heute ein wachsendes Unternehmen, das mit seinem Bierspezialitäten sowohl bei den Besuchern des Fränkischen Volksfestes in Crailsheim als auch außerhalb der Region präsent ist.

»Beermuda« heißt ein Song der Frankfurter Spaßmetalband Tankard. Zu einem »gefährlichen« Dreieck für Bierliebhaber mutiert auch Hohenlohe-Franken. ben der Crailsheimer Engelbräu und der Adlerbrauerei in Wallhausen-Michelbach sorgt die Brauerei Riedbacher Franken Bräu in Schrozberg-Riedbach für fürstlichen Biergenuß. Seit über 200 Jahren braut die Familie Krauß im Nordosten Baden-Württembergs Bier. Inzwischen ist mit Florian Krauß die 7. Generation am Start, die sich sehr experimentierfreudig zeigt. Zwölf Biersorten bieten die Riedbacher an. »Neben Bier gibt es bei uns nun auch einen Single Malt Whisky«, ergänzt Florian Krauß. Den Single Malt Whisky »Good Old Riedbacher« gibt es im Webshop der Brauerei wahlweise als 0,25- oder 0,7-Liter-Flasche.

Der ausgebildete Biersommelier weiß, welche Biersorten aktuell gefragt sind. »Der Trend geht zu alkoholfreien Bieren«, so Florian Krauß, »Aber zum Rehbraten schmeckt mir unser dunkles Pardus-Bier einfach am besten«, sagt er lachend. In der Ortsmitte von Riedbach befindet sich die angeschlossene Brauereigaststätte. Dort servieren die Pächter Yvonne und Ioachim Gachstetter ihren Gästen zu Riedbacher Bierspezialitäten wie dem Florinator-Doppelbock oder dem Franken Bräu Kellerbier ho-









henlohische Spezialitäten wie hausgebeizten Lachs, Grünkernküchle, hausgemachte Maultaschen oder fränkische Bratwürste.

Regionaler Hopfen und Malz, Gott erhalt's

Crailsheim und Schwäbisch Hall sind die beiden größten Städte im Landkreis Schwäbisch Hall. In der Ko-Schwäbisch chermetropole Hall haben Bierfreunde gleich zwei Optionen, frische Biere zu genießen. So wird zum einen im Sudhaus an der Kunsthalle Würth frisches Bier gebraut. Die Brauereikessel im Sudhaus stehen auf historischem Boden: hier standen einst schon die Bierholzkisten der Ritterbrauerei.

Wesentlich umfangreicher fällt das Biersortiment der Löwenbrauerei Hall aus. Einen kleinen Vorgeschmack liefert der Brauereiausschank »Zum Löwen« in der Mauerstraße. Das bernsteinfarbene Mohrenköpfle – das Bier geht auf den Spitznamen des Schwäbisch-Hällischen Landschweins zurück – ist der Kassenschlager der Haller Löwenbräu. Mittlerweile wird das Mohrenköpflebier auch in Berliner Szenekneipen serviert.

Der Klassiker der Haller Brauerei ist und bleibt das Meister-Gold: Das helle Vollbier wird mit Qualitätshopfen aus der Hallertau - dem größten Hopfenanbaugebiet der Welt - veredelt. Mit dem »Böckle« bietet die Löwenbrauerei auch ein dunkles Bockbier für Bierliebhaber des kräftigen Geschmacks an. Zum Sortiment gehören neben Weizenbieren mit und ohne Alkohol auch das Natur-Radler sowie das Limes-Pilsener. Gut ankam im Sommer 2015 auch das speziell gebraute Sommer-Pils. Saisonale Bierspezialitäten wie Osterbier, Weihnachtsbier oder Volksfestbier runden das Angebot von Haller Löwenbräu ab. Das Volksfestbier brauen die Haller übrigens seit mehreren Jahren für das Unterländer Volksfest in Heilbronn.

Im Limpurger Land bei Gaildorf wandern bei der Brauerei Häberlen ebenfalls nur sorgfältig ausgewählte Zutaten in die Brauereikessel. Das »Gaildorfer« in der praktischen Bügelflasche ist der Verkaufsschlager der Brauerei, die ihre Produktionsweise in den vergangenen Jahren immer mehr auf eine ökologische Basis stellt. So entsteht das »Solarbier« der Häberlen Brauerei auch dank der »Kraft der Sonne«. Wer im Schwäbisch Haller Freizeitbad Schenkensee ein »Schenkenbräu« bestellt, kommt so ebenfalls in den Genuß von Häberlen-Bieren. Mit den Stadtwerken Schwäbisch Hall hat die Gaildorfer Brauerei vor Jahren einen Liefervertrag abgeschlossen.

Alle, die gerne Biertul-

pen »züchten«, wird sicher auch das Kocherreiter-Pils der Lammbrauerei aus Untergröningen schmecken - vorausgesetzt man gruselt sich nicht vor dem schaurig-schönen Fantasy-Motiv auf dem Bierglas, das ein Kocherreiter mit abgetrenntem Kopf ziert. Ebenfalls populär ist der »Bierappel« eine naturtrübe Bierspezialität der Privatbrauerei aus dem Kochertal. Zur närrischen Zeit bietet die Lammbrauerei zudem jedes Jahr ihr saisonales »Hexenbier« an.

Im in- und Ausland immer öfter nachgefragt werden die Biere der Distelhäuserei Brauerei. Die Brauerei mit Sitz im Taubertal ist neben der Herbsthäuser Brauerei die größte im Main-Tauber-Kreis und bietet zahlreiche Bierspezialitäten an. Eine Besonderheit im Sortiment der Taubertäler stellt sicherlich das Dinkelbier dar - eine obergärige Biersorte. Die Distelhäuser Brauerei ist Förderer von Slow Food Deutschland. In Kooperation mit Slow Food führt die Brauerei vor Ort im Taubertal jedes Jahr den Distelhäuser Genießermarkt durch.

»Bier mal anders« im Panoramahotel Waldenburg

Apropos Distelhäuser! Am 23. April 2016 ab 19:00 Uhr können echte Biergenießer einen besonderen Abend im Restaurant des Panoramahotels in Waldenburg erleben! Anläßlich des Jubiläums »500 Jahre deutsches Reinheitsgebot« stellt ein Biersommelier der Distelhäuser Brauerei unterschiedliche Biersorten vor.

Integriert in ein 4-Gänge-Menü erfahren die Teilnehmer so Informatives über Hopfen und Gerste, sowie alles Wissenswerte rund um das Lieblingsgetränk der Deutschen. Es verspricht ein kurzweiliger Abend zu werden, bei dem alle Bierfreunde in der Praxis erleben, daß Bier nicht gleich Bier ist.

Aufgrund der großen Resonanz im letzten Jahr, wird um frühzeitige Reservierung gebeten.

Kostenpunkt 40 Euro pro Person, inklusive Bierproben und Mineralwasser.

Anmeldungen beim:

Panoramahotel Waldenburg unter 07942 -9100-0 oder per E-Mail: info@panoramahotelwaldenburg.de

Von Craft Beer bis Bio-Bier ist alles dabei

In Heilbronn – der einzigen Großstadt in der Region Heilbronn-Franken – besitzt das Bierbrauen ebenfalls eine lange Tradition. Viele Jahre war das Pils der Marke Cluss in dem unverwechselbaren Pilsglas die Nummer eins in der Neckarstadt.







In den 1980er Jahren wurde Cluss von Dinkelacker aufgekauft. Dinkelacker fusionierte später mit Schwabenbräu. Das Resultat des ewigen Katz-und-Maus-Spiels: im Jahr 2003 wurde Dinkelacker dem Brauriesen Anheuser-Busch InBev einverleibt.

Die Lanze im Stadtkreis Heilbronn hoch hält bis heute noch Kronen-Bräu in Heilbronn-Biberach. Seit über 100 Jahren wird in dem familiengeführten Betrieb vor allem Pils und Export gebraut.

Erfolgreich den Sprung ins 21. Jahrhundert gepackt haben mit Häffner Bräu in Bad Rappenau und Palmbräu in Eppingen zwei weitere Brauereien aus dem Heilbronner Land. »Hopfenstopfer – Craft Beer made in Germany« heißt beispielsweise eine experimentierfreudige Produktlinie von Häffner Bräu. Wer dagegen beim Bier

keine »Experimente« mag, der bestellt einfach das klassische Export von Häffner Bräu – zum Beispiel bei schönem Wetter im Außenbereich der nostalgiegetränkten Gaststätte »Wimpfener Wirtschaft zum durstigen Adler« in der ehemaligen Stauferstadt Bad Wimpfen.

Bei nachhaltigen Konsumenten punktet Palmbräu mit Sitz in Eppingen mittlerweile mit Bieren in Bioqualität. So wird die Biersorte »Das Original« mit 100 Prozent Bio-Malz und Bio-Hopfen aus ökologischem Landbau gebraut. »Der Stolz des Kraichgaus« lautet der Slogan von Palmbräu. Stolz ist auf alle Fälle das Bierangebot: knapp 30 verschiedene Biersorten wollen mittlerweile ausprobiert sein.

Zur Wahl stehen unter anderem Pilsner, Hefeweizen, Export, Helles, Radler, Frühlingsbock, Märzen, Maibock oder Black Ale - für Freunde der Hopfenkaltschale wartet hier das irdische Bierparadies. Beim Öffnen der Sorte »Maulbronner Dunkel« kommt dann sogar noch ein »klösterliches« Trinkvergnügen hinzu: Das UNESCO-Welterbe Kloster Maulbronn liegt schließlich nur wenige Autokilometer von Eppingen entfernt. International abgeräumt beim »European Beer Star« haben die Eppinger auch schon häufiger. 2014 gab es eine Goldmedaille für das hauseigene Kristallweizen.

Die Brauerei zum Rossknecht in Ludwigsburg, das Brauhaus in Ludwigsburg sowie das Sulzbacher Schlösslebräu in Sulzbach an der Murr streifen gerade noch so die Region und runden daher das Biererlebnisland Heilbronn-Franken ab. Na dann, Prost!

Autor & Fotos
Andreas Scholz

Weitere Infos

- » Brauerei zum Rossknecht www.rossknecht.net
- » Brauhaus Ludwigsburg www.brauhaus-ludwigsburg.de
- » Palmbräu Eppingen
- www.palmbraeu.de
- » Häberlen Brauerei Gaildorf www.brauerei-haeberlen.de
- » Löwenbrauerei Hall
- www.haller-loewenbraeu.de
- » Brauereiausschank zum Löwen www.brauereiausschank-zum-loewenschwaebischhall.de
- » Engel Biermanufaktur Crailsheim www.engelbier.de
- » Engel-Keller Crailsheim www.engel-keller.de
- » Lammbrauerei Untergröningen
- www.lammbrauerei.de
 » Adlerbrauere C. Schmetzer
- Wallhausen-Michelbach www.adlerbrauerei-schmetzer.de
- » Distelhäuser Brauerei www.distelhaeuser.de



»100 % Erneuerbar, 100 % Freiheit« – Interview mit dem Energie-Pionier Matthias Willenbacher

Matthias Willenbacher ist auf einem Bauernhof im Nordpfälzer Bergland aufgewachsen. Er studierte Physik und gründete 1996 zusammen mit einem Partner ein Projektentwicklungsunternehmen für die Energieversorgung aus erneuerbaren Energiequellen. Vom Wirtschaftsmagazin Capital wurde er 2009 als Greentech-Manager des Jahres ausgezeichnet. Er ist einer der Protagonisten in dem Film »Die 4. Revolution – Energy Autonomy«. Und Angela Merkel machte er vor einigen Jahren ein »unmoralisches Angebot«.



Im Juni 2013 erschien Matthias Willenbachers Buch »Mein unmoralisches Angebot an die Kanzlerin«. Darin bietet er Angela Merkel an, seine Unternehmensanteile an der von ihm gegründeten juwi AG an die 500 Bürgerenergiegenossenschaften Deutschlands zu verschenken, wenn die Bundeskanzlerin bis 2020 eine 100-prozentige, dezentrale Energiewende durchsetzt.

Daß dies möglich ist, rechnete er ihr vor. In seinem Buch skizziert Matthias Willenbacher einen relativ detaillierten Masterplan, wie Deutschland zu 100 % mit Strom aus erneuerbaren Quellen versorgt werden könne. Kernpunkte sind eine Erhöhung der Volllaststunden von Wind- und Solarenergieanlagen sowie ein Mix der Energiequellen aus 60 % Windkraft, 25 % Solarenergie, 5 % Wasserkraft und 10 % aus Blockheizkraftwerken, die aus nachhaltigen Quellen betrieben werden sollen.

»Die Frage ist nicht, was wir für die Energiewen-

de tun müssen. Die Frage ist vielmehr, was sie für uns tun kann. Wir gewinnen als Bürger unsere Souveränität zurück.«, bringt Matthias Willenbacher, im Gespräch mit Bulletin de l'Environnement, den eigentlichen Kern der Energiewende auf den Punkt.

Herr Willenbacher, wenn heute jemand von außerhalb in die Bundesrepublik kommt, was liest er an Energiethemen in der Zeitung? Die frühere Ruhrkohle-Tochter Steag möchte die ostdeutsche Braunkohle kaufen, in Belgien schaltet Electrabel die mit 45 Jahren ältesten Kernenergie-Reaktoren wieder an, das Netzunternehmen TenneT streitet über neue Trassen, um Offshore-Energie aus der Nordsee bis Garmisch-Partenkirchen durchleiten zu können. Hört sich das nach einer Energiewende an, so wie Sie sie verstehen?

Matthias Willenbacher: Das eigentliche Thema der Energiewende, die Abkehr von überkommenen hochzentralisierten Versorgungsstrukturen, auf der Basis fossiler Energieträger und der Kernenergie, hin zu einer dezentralen, kleinteiligen, resund klimascho-Energieversorgung nenden ist unter diesen und anderen Schlagworten verschüttet worden. Zudem erleben wir eine Perversion der Diskussion, indem sich etwa Öl- und Gaskonzerne als Antwort auf die Energiewende darstellen, tatsächlich aber Teil des Problems und nicht Teil der Lösung sind. Das eigentliche Ziel der Energiewende ist auch verstellt durch den konjunkturellen Einbruch in der Solarbranche und durch die neue Zurückhaltung gegenüber der Windenergie.

An den Basisdaten, die dem Gedanken der Energiewende zugrundeliegen, hat sich jedoch gar nichts geändert. Wir sehen zurzeit zwar Veränderungen der Subventionsgesetzgebung, also sozusagen auf der politischen Seite, aber nicht bei den essenziellen Entwicklungen.

Ich glaube, daß man sich der Grundgedanken der Energiewende wieder stärker erinnern muß. Dann fallen solch absurde energiewirtschaftliche Vorstellungen wie eine Versorgung Bayerns mit Offshore-Windstrom aus der Nordsee automatisch hintenüber.

Denn auch dies ist ein Konstrukt zentralisiertes staatlicher Planwirtschaft mit einem absolut irrsinnigen Aufwand und den sozusagen vorprogrammierten negativen Folgen solcher Strategien. Dabei wird nämlich sehr viel Geld in die Hand genommen, um am Ende festzustellen, daß sich das Vorhaben nicht rechnet. Schlimmer noch, es kann sich nur dann rechnen, wenn man den Bürger betrügt. Jetzt erklärt man, daß es für die Energiewende wichtig sei, Windstrom von Norddeutschland nach Süddeutschland zu transportieren. Doch das ist definitiv nicht so. Stattdessen sollte man in den Zeiten, wenn zu viel Windstrom anfällt, konventionelle Energieträger und hier vor allem die Braunkohlekapazitäten herunterfahren. Dann wären wieder deutlich mehr Netzkapazitäten vorhanden. Die Offshore-Windparks können derzeit mangels Übertragungskapazitäten noch gar nicht genutzt wer-

Für mich klingen solche Planungen zur Offshore-Erzeugung eher nach Strategien, um weitere Fortschritte in Richtung dezentraler Erneuerbarer Energien, die unabdingbar sind, aufzuhalten und zu verhindern. Das ist ja ein interessanter Ansatz. Sie sehen also ein Konzept, um den »Siegeszug« der Erneuerbaren zu bremsen, etwa durch kontraproduktive Vorhaben?

Matthias Willenbacher: Ja, aber das passiert auch anderweitig. Ich behaupte, Erneuerbare Energien den ganz bewußt verhindert. Zum Beispiel durch Zölle auf eingeführte Solarmodule. Dabei werden im Prinzip kaum noch Solarmodule in Deutschland hergestellt. Warum gibt es diese Zölle dann noch? Was machen sie für einen Sinn, wo ist ihre Berechtigung? Das sollte man diskutieren. Es gibt in diesem Bereich nur ganz weni-Produktionskapazitäten in Deutschland und Europa, aber es gibt Einfuhrzölle auf Fotovoltaik-Module. Für sie wird damit einfach willkürlich ein Preis festgelegt. Wenn das keine Planwirtschaft ist, zumindest jedoch ein massiver Eingriff in den freien Markt.

Sie meinen also, ein weiterer zügigerer Ausbau Erneuerbarer Energien ist ohne Weiteres möglich, wird aber politisch behindert?

Matthias Willenbacher: daß ein Das ist richtig, ja! Dies sage Erneue ich bewußt auch als Vorstand lich ist.

der »100 Prozent Erneuerbar Stiftung«, die sich für eine dezentrale und humane Energiewende einsetzt. Diese Initiative strebt genau das an, was ich für den Kernpunkt der Energiewende halte - die Veränderung hin zu einer partizipativen und gemeinschaftsstär-Energieversorgung, kenden bei der jeder Bürger, jede Gemeinde, jedes Land die energiewirtschaftliche Souveränität und Unabhängigkeit erhält, frei wählen zu können, wie der jeweilige Energiebedarf gedeckt wird. Das ist das Anliegen meiner Stiftung, ebenso wie das meinige.

Klingt das ein wenig nach einem Regenerativen-Don-Quichote?

Matthias Willenbacher: Richtig ist, daß ich ein vergleichsweise winziger David bin, der versucht hat und weiter daran arbeitet, die verkrusteten Energiestrukturen hierzulande aufzubrechen. Ob dies am Ende ein siegreicher Kampf gegen Goliath oder ein erfolgloser gegen Windmühlen sein wird, muß sich zeigen. Auf jeden Fall bin ich stolz darauf, daß die Mehrheit der Deutschen inzwischen verstanden hat, daß eine Versorgung rein mit Erneuerbaren Energien mög-



Ist das so?

Matthias Willenbacher: Ich behaupte ja nicht, daß schon alle davon überzeugt sind. Es gibt noch genügend Menschen, die anderer Meinung sind. So bekomme ich zum Beispiel viel Post von älteren Ingenieuren, die mir in ihren Schreiben vorrechnen, wie schwierig es ist, mit Solarenergie auch nur einen winzigen Beitrag zur Energieversorgung zu leisten. Doch bei dem unterdessen erreichten Anteil der Erneuerbaren am deutschen Strommix von rund 33 Prozent wird es langsam schwer, diese Argumentationen aufrechtzuerhalten. Zumal es die 33 Prozent nach den Warnungen dieser düsteren Propheten eigentlich auch gar nicht geben dürfte.

Aber dennoch oder vielleicht gerade deswegen wird versucht, die Entwicklung der Energiewende in eine gewisse Richtung zu lenken. Warum? Weil dies für die alteingesessenen Konzerne von Vorteil ist. Und weil andere politische Interessen an den Erhalt der überkommenen zentralen Strukturen geknüpft sind. Da werden unter anderem struktur- und arbeitsmarktpolitische Gründe vorgeschoben. Es ist faktisch

ich hier einen Trend verschlafe, entstehen die Arbeitsplätze anderswo. Dann verliere ich sie hierzulande struktu-

Verstehen wir Sie richtig? Die Erneuerbaren entwickeln sich von selbst besser als erwartet und werden nun nach Ihrer Meinung bewußt eingebremst?

Matthias Willenbacher: Wir haben, was den Ausbau der Erneuerbaren Energien anbetrifft, 2015 ungefähr schon das erreicht, was laut den staatlichen Planungen erst 2020 hätte erreicht werden sollen. Deswegen ist man mit den Zielsetzungen zuletzt ein wenig ins Schwimmen gekommen. Denen lag nämlich die Annahme zugrunde, daß pro Jahrzehnt 15 Prozent Anteil der Erneuerbaren hinzukommen können. Aber das ist planwirtschaftliches Denken. Dabei werden kein Lerneffekt oder sonstige Begleitfaktoren berücksichtigt. Wenn man so die digitale Kommunikation eingeführt hätte, dann würden heute viele Menschen in Deutschland Handy mit Internetzugang betrachten wie früher die Menschen in der DDR Bananen und Schokolade.

Aber dieser planwirt-

neuerbaren Energien hat einen tieferen Sinn: Es geht darum, Kohle und Atomkraft zu schützen, damit sie nicht vorzeitig abgeschaltet werden müssen.

Schutz von Veränderungsverlie-

Matthias Willenbacher: Diesem Zweck dient das planwirtschaftliche Konzept für die Erneuerbaren Energien! Genau diese Entwicklung war aber vorauszusehen. Deshalb habe ich sie so auch schon in meinem Buch beschrieben.

Die Rede ist also nicht mehr von »additiven«, sondern von »alternativen« Energien?

Matthias Willenbacher: Wir haben schon eine sozusagen historische Entwicklung von einem prognostizierten einstelligen Beitrag der Erneuerbaren zu einem Drittelwert gesehen, und wir nähern uns bei der Stromerzeugung den 50 Prozent an.

War es im Nachhinein klug von Ihnen, das Ziel einer Stromversorgung Deutschlands allein aus erneuerbaren Energien im Jahr 2020 vorzugeben? Haben Sie damit den Mund nicht etwas voll genommen?

Matthias Willenbacher: Gut, es handelt sich also nicht aber genau umgekehrt: Wenn schaftliche Ansatz für die Er- Im Gegenteil. Damit habe um ein Wolkenkuckucksheim,

ich wesentlich dazu beigetragen, daß dieses 100-Prozent-Ziel hoffähig wird. Wenn ich ernsthaft den Klimawandel aufhalten möchte, wenn ich daran tatsächlich arbeiten und nicht nur Lippenbekenntnisse abgeben will, dann muss ich den Weg zu 100 Prozent Erneuerbaren möglichst schnell und konsequent einschlagen.

Ich habe mich deshalb sehr gefreut, daß bei den zahlreichen Kundgebungen im Umfeld der Weltklimakonferenz in Paris immer wieder die Forderung nach 100 Prozent Erneuerbaren zu hören und zu lesen war. Denn das bedeutet, daß die Menschen inzwischen eingesehen haben, daß die Regenerativen einen wichtigen Beitrag leisten können, um den Klimawandel aufzuhalten. Argumentationen wie »das kann technisch gar nicht funktionieren« oder »der Beitrag der Erneuerbaren kann nur marginal sein« sind unterdessen widerlegt und überholt.

Die 100 Prozent sind also aus Ihrer Sicht keine Vision, sondern ein erreichbares Ziel?

Matthias Willenbacher: Genau!



sondern einen gangbaren Weg. Aber wie und von wem wird er konkret behindert? Handelt es sich bei der von ihnen kritisierten Gegenbewegung um Lobbywiderstand oder hat das energiewirtschaftliche Gründe?

Matthias Willenbacher: Wenn die Weltwirtschaft weiterhin vom Öl abhängig bleiben sollte, wenn man also nicht den schnellen Umstieg auf Erneuerbare Energien vollzieht, dann wird der momentan sehr niedrige Ölpreis sehr schnell wieder steigen. Seine Baisse ist ja absehbar nur sehr temporär. Aktuell haben wir zwei Effekte, die den Ölpreis am Boden halten. Da ist zum einen die rückläufige Nachfrage aus China und zum anderen Saudi- Arabien, das nach der Aufhebung des Embargos gegen den Iran so viel fördert, um den Preis bewußt unten zu halten und dem Iran so zu schaden. Aber die Erfahrung zeigt, daß der Ölpreis schwankt. Somit ist fraglich, wie lange das Preistief anhalten wird.

Aber ich bin auch davon überzeugt, daß die Fotovoltaik und in nicht allzu weiter Ferne ebenfalls die Elektromobilität billiger sein werden als das aktuell günstige Öl. Insofern hat dieser aktuelle energiewirtschaftliche Faktor zwar einen gewissen Ein-

fluß auf die Entwicklung in Sachen Wind und Solarenergie bzw. Elektromobilität, aber keinen entscheidenden. Es wird dadurch eine geringfügige Verzögerung geben, aber keine dramatische. So ist es auch bei den derzeit sehr niedrigen Diesel- oder Heizölkosten immer noch wesentlich teurer, Strom aus einem Blockheizkraftwerk mit Diesel zu beziehen als von einer Fotovoltaik-Anlage.

Wie stehen Sie denn zu dem Argument, daß die Klimaproblematik mit der Kernenergie volkswirtschaftlich günstiger zu lösen wäre. Der deutsche Weg eines Kernenergieausstiegs aus der Verstromung ist ja in Europa einzigartig ...

Matthias Willenbacher: Der Kernenergieanteil an der weltweiten Stromerzeugung ist einstellig. Mit der wach-Weltbevölkerung senden wird auch deren Energiebedarf steigen. Und mit zunehmender Nachfrage wird der Anteil der Kernenergie automatisch kleiner werden, weil weniger Atomkraft zugebaut wird als andere Erzeuger. In zehn Jahren wird sich dieser Trend noch mal dramatisch steigern, weil bis dahin aus wirtschaftlichen Gründen niemand mehr auf die Kernenergie setzt.

Schon jetzt ist die Atomkraft viel zu teuer. Das wird in Großbritannien deutlich, wo neue Atomkraftwerke gebaut werden sollen. Was da für die Kilowattstunde staatlich garantiert werden muß, damit sich die Neubauten überhaupt annähernd rechnen, ist mehr, als Solarenergie kostet.

Trotzdem wird an den Kernenergieplänen festgehalten, weil eine starke Lobby dahinter steht. Mit dem Geld, das dort in die Atomkraftwerke und deren Überwachung gesteckt wird, hätte man locker einen Großteil des Landes auf Erneuerbare Energien umstellen können. Und die haben reichlich Wind dort.

Ihr Energiewende-Konzept geht mit einer ausgeprägten Dezentralisierung einher. Warum? Worin besteht der Vorteil, sich in jedem Dorf Ärger wegen einer Erneuerbare-Energie-Anlage einzuhandeln, gegenüber einem nationalen Konzept bzw. einer zentralisierten Energieversorgung?

Matthias Willenbacher: Erneuerbare Energien sind von Grund auf dezentral. Sie bieten die Möglichkeit, sich von großen Versorgern unabhängig zu machen. Dadurch lassen sie viele andere Kon-

flikte erst gar nicht entstehen. Denn Abhängigkeit bringt immer Probleme mit sich.

Erneuerbare Energien haben ganz klar den Riesenvorteil, daß sie sehr modular genutzt werden können. Und das in jeder Größenordnung. Vom solaren Taschenrechner bis hin zum Riesen-Windpark oder Solarfeld ist alles möglich. Genau das ist aus meiner Sicht der entscheidende Punkt, daß die Erneuerbaren sogar jedem Einzelnen die Souveränität darüber verschaffen können, selbst darüber zu entscheiden, wie er sich mit Energie versorgen möchte. Jedem Bürger, jeder Gemeinde, jedem Land.

Das widerspricht schon vom Prinzip her dem Unternehmensbild börsennotierter Großkonzerne. Sie bevorzugen für größere Einheiten ein genossenschaftliches Modell ...

Matthias Willenbacher: Energiegenossenschaften spielen bei meinen Vorstellungen von einer echten Energiewende einen wichtigen Part. Aber nicht ausschließlich.

Können Energiegenossenschaften dazu beitragen, Akzeptanzprobleme in der Bevölkerung etwa bei der Errich-



tung von Windenergieanlagen ein wenig abzuschwächen?

Matthias Willenbacher: Das läßt sich durch eine Genossenschaft erreichen. Es sind aber auch andere Formen der Partizipation denkbar. Wichtig ist grundsätzlich, die Menschen auch bei Erneuerbare-Energie-Proiekten mitzunehmen. Die Energiegenossenschaft ist eine Form, die Bürger vor Ort partizipieren zu lassen. Denn es ist ganz entscheidend, wenn man ein Projekt in einer Kommune oder in einer Region realisieren will, sich darum zu bemühen, die Menschen vor Ort einzubinden. Das gelingt nicht immer, und es gelingt auch nicht immer gleich gut. Und es wird immer Einzelne geben, die gegen solche Vorhaben sind, die andere von ihrer Sicht der Dinge überzeugen und am Ende eine Mehrheit hinter sich haben. Das kann immer mal wieder passieren. Aber auch davon sind die Erneuerbaren Energien nicht aufzuhalten.

Entscheidender ist, was aktuell an anderer Stelle getan wird, um den Ausbau der Erneuerbaren einzubremsen. Etwa indem Mengen festgelegt werden. Das empfinde ich eben als Planwirtschaft, te Organisation der Energiewenn

wird, daß nur eine bestimmte Menge zugebaut werden darf. So wird von vornherein jede darüber hinausgehen-Entwicklungsmöglichkeit ausgebremst. Es werden Marktbarrieren für Neuentwicklungen errichtet. So können nur die am Ende im Markt bleiben, die viel Geld haben und etabliert sind. Das hemmt Innovation und führt langfristig zu Stillstand.

Für sie bedeutet also Energiewende vor allen Dingen auch eine Dezentralisierung der Energieversorgung, sprich die Abkehr von einer staatlichen oder quasi staatlichen Zwangsfürsorge hin zu mehr individuellem Entscheidungsspielraum?

Matthias Willenbacher: Das ist der politische Aspekt dabei - gegen Bevormundung, gegen staatliche Zwangswirtschaft, ge-Technologiefeindlichkeit, gegen Renditeinteressen von Großunternehmen. Was ich anstrebe - und was die Lobby auf der anderen Seite stört - ist eine sehr kleinteilige, sehr demokratische, sehr individuelle Struktur. Die braucht keine Großkonzerne.

althergebrach-Unsere bestimmt versorgung ist geprägt von Abhängigkeiten, von politi-Eingriffsmöglichkeiten. Es war immer der Politik vorbehalten, die Energieversorgung sicherzustellen. Und es war eine staatliche Aufgabe mit halbstaatlichen Großkonzernen, Seite Seite. Das muß sich ändern. In Zukunft soll es nicht mehr nur ein Energiekonzept geben, sondern viele parallele mit der Möglichkeit für jeden Stakeholder, seine eigene Energieversorgung frei zu gestalten. Das kann ein einzelner Hausbesitzer sein oder eine Kommune oder ein Zusammenschluß mehrerer Hausbesitzer.

Wir reden hier über freiheitliche Konzepte, die aus Abhängigkeit führen, aus der internationalen Abhängigkeit einer ölbasierten Weltwirtschaft und Politik, aus der Abhängigkeit von zwangsversorgenden Groß-EVU, aus der Abhängigkeit limitierender Strukturen. Stattdessen muß die Energiewende Wahlfreiheit eröffnen. ob ich mich weiterhin kommunalversorgen will im Sinne eines Sorglos-Pakets oder ob ich meine Energieversorgung selbst bzw. gemeinsam mit Freunden oder wem auch immer in die Hand nehmen möchte. Das schließt auch die Freiheit mit ein, sich auf

Wunsch komplett autark machen zu können, ohne noch ans Netz angeschlossen zu

In dieser Hinsicht muß ein Umdenken stattfinden. Das ist meine persönliche Meinung, ganz privat. Die Chance der Energiewende sehe ich wirklich genau darin, die bestehenden verkrusteten Strukturen zu entfernen. Aber verstehen Sie mich richtig: Ich meine keine moralinen Zwangsdiktate für bestimmte Energieformen, sondern die Wende hin zu einem freiheitlichen Energiesystem.

Herr Willenbach, wir bedanken uns für das interessante Gespräch.

> Das Gespräch führte Klaus Kocks





Obere Augartenstraße 36, 74834 Elztal-Dallau Telefon 0 62 61 - 8 00 00, Telefax 0 62 61 - 50 40 www.casamedica.info info@casamedica.info

Ihr Gesundbrunnen im Odenwald!

Ökofaktur in Lauffen wird volljährig

Längst ist die Ökofaktur in Lauffen kein Geheimtipp mehr. Wer »ökologisch korrekt« und unbelastet von allergenen Zusatzstoffen renovieren oder sich einrichten möchte, findet hier eine außergewöhnlich große Auswahl an Naturbaustoffen wie Naturfarben, Lehm- und Kalkbaustoffen, Bodenbelägen, Dämmstoffen, Matratzen, Bettwaren, Pflegemitteln und Massivholzmöbeln.







or 18 Jahren hat Thilo Janek seinen »holzladen« angegliederter Werkstatt im Hinterhof des heutigen Ladengeschäftes eröffnet. Schon damals führte er Naturbaustoffe, eine große Auswahl an Holz- und Naturwaren, sowie Kunsthandwerk und andere schöne Dinge.

»Ich erinnere mich noch genau an den Tag der Eröffnung, zu der ich viele Leute eingeladen hatte. Ich war furchtbar aufgeregt. Und als der erste Gast über den Hof gelaufen kam, schlug mir das Herz bis zum Hals«, erinnert sich Thilo Janek an die Anfangszeit.

Inzwischen haben so viele Kunden den Ladeneingang passiert, daß die Aufregung merklich nachgelassen hat. Nicht nachgelassen haben dagegen die Aufmerksamkeit und das Interesse, mit denen Thilo Janek jedem seiner Kunden begegnet. In inhabergeführten Geschäften sind die persönliche Beratung und die

und Verarbeitung der Produkte ein hohes Gut, mit dem man sich qualitativ von den Baumärkten abheben kann.

Durch seine Kompetenz und Kundenfreundlichkeit hat sich Thilo Janek mit seiner »Ökofaktur« weit über Lauffen hinaus einen Namen gemacht. Er kann sich gut auf die verschiedenen Vorkenntnisse und Ansprüche seiner Kunden einstellen. Je nach Bedarf unterweist er - gerne auch vor Ort - den Heimwerker in den nötigen Arbeitsschritten oder vermittelt selbst erfahrene Handwerker, mit denen er seit Jahren kooperiert.

Nicht alleine der Name hat sich im Laufe der Firmengeschichte von »der holzladen« zu »Ökofaktur« geändert, auch das Ladengeschäft wurde vergrößert, und das Sortiment ist viel breiter geworden. In direkter Nachbarschaft zum gemütlichen Café-Restaurant Lichtburg in der Lange Straße Nr. 5 Begleitung bei der Auswahl lädt die Ökofaktur zum Ein-

Naturfarben Lehm- und Kalkbaustoffe

Kunsthandwerk

Matratzen und Bettwaren Massivholzmöbel

Bodenbeläge



thilo janek lange straße 5074348 lauffen fon 0713304021

kaufsbummel ein. Ein Besuch » Hilfe! Schimmel im Haus. lohnt sich auch auf der Suche Prävention durch natürliche nach einem Geschenk: vom Kalkprodukte Olivenholzteller über ausgewählte hochwertige Holz-Spielzeuge, besondere Kreisel oder Filzwolle, bishin zu » Feine Oberflächen in Lehm ausgefallenen Kunstobjekten und Kalk finden sich außergewöhnliche Geschenke für Groß und Klein.

Auch im Jahr 2016 finden wieder Vorträge, Kurse und Workshops für Erwachsene und Kinder statt wie

- » Restaurierung von Kleinmöbeln
- » Wandlasurtechnik

Aktuelle Termine & Veranstaltungen ... entnehmen Sie bitte der Homepage www.oekofaktur.de

Die Segler der Lüfte brauchen unsere Hilfe – NABU vergibt auch in Heilbronn-Franken die Plakette »Schwalbenfreundliches Haus«

Schwalben begleiten uns seit der Kindheit. Sie gelten im Volksmund als Glücksbringer. Inzwischen haben die wendigen Flieger häufig Pech, wenn es um die Suche nach einem geeigneten Brutplatz geht. Wie wirksamer Vogelschutz aussehen kann, zeigt ein erfolgreiches Schwalbenprojekt auf dem Golfplatz in Oberrot-Marhördt, das vom NABU Schwäbisch Hall ausdrücklich gelobt wird.



Schwalben sind wahre Luft-akrobaten. Sie schießen pfeilschnell durch die Gegend, und dennoch sind sie wendige Segler: Im rasanten Flug weichen sie elegant Gebäuden, Bäumen oder Felsen aus. Scheinbar mühelos jagen sie dabei Insekten. Dank ihres leichten Körperbaus und einem aerodynamischen Flügelschlag erreichen die »Meister der Lüfte« problemlos Spitzengeschwindigkeiten von bis zu 80 km/h. Neidisch blickt der mitunter behäbige Homo sapiens nach oben.

Schwalben verkörpern den Traum des Menschen vom Fliegen schlechthin: Einmal frei sein wie ein Vogel, den Problemen einfach davonfliegen und die Welt von oben betrachten – das wär's. Schwalben gelten bei uns auch als Frühlingsboten: wenn die ersten Schwalben aus ihren Winterquartieren in Südeuropa, Asien oder Nordafrika im Frühjahr in die Dörfer zurückkehren, dann spätestens

ist der Frühling da! Und wenn die Schwalben immer niedriger fliegen, dann ist schlechtes Wetter im Anmarsch, so der Volksmund.

In der Tattoo-Kunst sind Schwalben als Motiv für Freiheit ein beliebtes Motiv. In Asien gelten Schwalben zudem als Symbol für Glück und Erfolg – in China stehen sie sogar für Kindersegen. Schwalben, die ein Nest am Haus oder an einer Scheune bauen, bringen Frieden und Glück über die Hausbewohner, sagt ein anderes Sprichwort.

Die Schwalbe als bedrohte Art

Obwohl Schwalben (lateinisch: Hirundinidae) mit vielen positiven Attributen besetzt werden, geht es einheimischen Schwalbenarten wie Mehlschwalbe, Rauchschwalbe und Uferschwalbe bei uns immer schlechter. Dabei gelten alle

Schwalbenarten inzwischen als geschützt.

Der Rückgang hat mehrere Ursachen. Insektengifte vor allem Pestizide - sind eine davon. Den Flugkünstlern machen aber auch die Intensivierung der Landwirtschaft sowie die Versiegelung der Landschaft schwer zu schaffen. Die Versiegelung des Bodens ist für Schwalben in den Ortschaften ein Problem, weil sie dann keinen feuchten Lehm zum Nestbau finden können. Auch die steigenden Hygieneanforderungen im Gebäudebereich und in der Landschaft, sowie die grassierende Sanierung vieler Gebäude, wirken sich negativ auf den Schwalbenbestand aus. Ihnen fehlen dadurch Brutmöglichkeiten und somit die Lebensgrundlage.

Die Uferschwalbe als Koloniebrüter benötigt beispielsweise lehmige Wände, in die sie eine Brutröhre graben kann. Doch mittlerweile werden immer mehr Lehmund Kiesgruben stillgelegt. Oft dauert es nicht lange, bis dann die Bagger rollen, um neues Bauland zu schaffen – so verschwinden wertvolle Biotope für die Uferschwalbe.

Nicht viel besser ergeht es der Mehl- und der Rauchschwalbe. Obwohl die beiden häufigsten Schwalbenarten im Laufe der Evolution »anpassungsfähige Kulturfolger« wurden und natürliche Felswände irgendwann gegen Scheunen- und Hauswände eingetauscht haben, erschwert ihnen der Mensch die erfolgreiche Brutplatzsuche. So werden Nester in Scheunen oder an Hauswänden aus den unterschiedlichsten Gründen zerstört.

Was viele nicht wissen: die Zerstörung von Schwalbennestern an Wänden ist strafbar und die Sanierung von Gebäuden, an deren Hauswänden Schwalben brüten, darf nur mit Rücksprache der örtlichen Naturschutzbehörden erfolgen.

Schwalben bauen ihre Nester gerne aus feuchtem Lehm. Mancher Hausbesitzer stört sich an dem »Vogeldreck«, den die Schwalben verursachen. Die »rettende« Idee des Hauseigentümers: Drähte und Seile an der Hauswand anbringen, damit das »unnütze Vogelvieh« zukünftig gar nicht mehr auf die Idee kommt, da zu brüten. Leider entfernen Hausbesitzer oft ohne Kenntnis der Rechtslage bei Haussanierungen die Nester von Mehlschwalben, und es gibt nicht wenige Landwirte, die ihre Ställe vor Rauchschwalben verschließen - aus Angst vor den strengen Hygieneanforderungen der EU. Dabei könnte ein einfaches Brett unter den Schwalbennestern Abhilfe schaffen.

Der NABU klärt auf

Auch im »Ländle« werden Mehl- und Rauchschwalbe

in der Roten Liste inzwischen als gefährdete Arten eingestuft. Für den NABU Baden-Württemberg ist der Negativtrend mehr als bedenklich. Regionale NABU-Gruppen beschäftigen sich daher seit geraumer Zeit mit gezielten Artenschutzmaßnahmen, um Mehl- und Rauchschwalben zu helfen.

Darüberhinaus setzt der NABU ietzt mit der Akti-»Schwalbenfreundliches Haus« ein positives Signal: Menschen und Häuser, in denen brütende Schwalben noch als Glücksboten willkommen sind, werden mit einer Plakette ausgezeichnet. Wer also brütende Schwalben an der Wand duldet oder sogar Nisthilfen aufhängt, darf sich über die Auszeichnung »Schwalbenfreundliches Haus« freuen. Speziell in Tourismusregionen, die mit einer intakten Natur werben, erhofft sich der NABU viele Nachahmeffekte.

Heilbronn-Franken die NABU-Ortswurden gruppen erfreulicherweise bereits fündig. So reichte Torsten Haag von der NABU Ortsgruppe Schwäbisch Hall die Plakette »Schwalbenfreundliches Haus« an Helmut Müller aus Wielandsweiler weiter. Mit seinem Zimmereibetrieb ist Helmut Müller im ökologischen Holzbau tätig. Gemeinsam mit seinem Team stattete er die Golfplatz-Anlage in Oberrot-Marhördt mit Schwalbennisthilfen aus. Dabei wurde frei in der Landschaft stehende, witterungsbeständige Nistkästen der Firma Schwegler Vogel- und Naturschutzprodukte **GmbH** aus Schorndorf verwendet. Die Remstäler sind Marktführer in Ouartierhilfen für Vögel, Insekten und Fledermäuse. Schweglers atmungsaktive Andreas Scholz Nisthilfen aus Holzbeton tragen seit vielen Jahren zum Erhalt der heimischen Tierwelt bei.

Am Restaurant »Landhaus Noller«, das sich auf dem Gelände des Golfplatzes befindet, platzierte man ein individuell gefertigtes Schwalbenhaus mit zahlreichen Nisthilfen. Das Engagement der Golfplatzbetreiber ist lobenswert und zeigt: Ökologische Vielfalt ist auch auf gepflegtem Rasengrün möglich! Die erfolgreichen Schwalbenbruten auf dem Golfplatzgelände in Marhördt sind ein Beleg dafür, daß Schwalben auch Nisthilfen im freien Gelände dankbar annehmen. Hausbesitzer, Hotels, Pensionen und Restaurants haben also keine Ausreden mehr: denn Schwalbennisthilfen können alternativ auch im Garten oder auf der Wiese aufgestellt werden.

Werden Sie Schwalbenschützer

Wer diesen Artikel aufmerksam gelesen hat und sich für Schwalben einsetzen will. der kann sich an eine örtliche NABU-Gruppe wenden. Auch ein Besuch der Website des Nisthilfenherstellers Schwegler lohnt sich. Mit Rat und Tat zur Seite beim Anbringen von Nisthilfsanlagen auf Holzbasis stehen auch Helmut Müller und sein Holzbauteam.

Schlußwort Das hört dem Ornithologen Torsten Haag von der NABU-Ortsgruppe Schwäbisch Hall: »Schwalben sind faszinierende Vögel, die im Sommer nützlich sind, da sie viele stechende Insekten fressen. Es darf nicht sein, daß sie aus unserem Landschaftsbild verschwinden.«

Autor

Weitere Infos NABU Baden-Württemberg www.baden-wuerttemberg.nabu.de Helmut Müller GmbH & CO. KG www.helmut-mueller-holzbau.de SCHWEGLER Vogel- und Naturschutzprodukte GmbH www.schwegler-natur.de



Tel: 07977 91192-0

Tel: 07945 9428380

www.helmut-mueller-holzbau.de



Praxis für Naturheilkunde **Jetzt aktuell:**

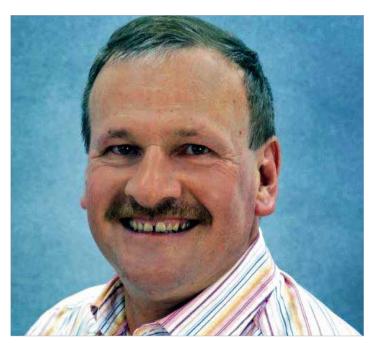
Allergiebehandlung mit Bioresonanz Antirauchermethode nur 3 Sitzungen Bei Rückenschmerzen: Dorn-Breuss-Therapie Bioscan Test: Blut messen statt Blut nehmen

Phytotherapieausbildung (Dauer 12 Monate) Beginn am Do. 17.03.2016, 1 x monatlich

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

Wer nicht handelt, wird »behandelt«

Günter Färber ist seit 2003 hauptberuflich als Heiler tätig. Er wohnt in dem kleinen Ort Künsbach im Hohenlohekreis, hat jedoch »Klienten« in der ganzen Welt. Seine Spezialität ist die sogenannte »Auraheilung«, also der Heilung über das menschliche Energiefeld.



»Ich arbeite regelmäßig mit Heilpraktikern, zum Teil auch mit Ärzten zusammen.«, erklärt der Hohenloher. »Nur wer zu sich selbst ehrlich ist. auf seine Gefühle achtet und auch bereit ist, die entsprechenden Entscheidungen zu treffen, nimmt sein Leben in die eigene Hand. Wer sich diesem Lebensgesetz verweigert, der wird »behandelt«, das heißt, andere entscheiden über sein Leben, und das tut selten gut. Es gilt, als Erwachsener die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen. Dies ist eine tägliche Herausforderung, für mich wie auch für jeden anderen Menschen.«

Die menschliche Aura

Aus Sicht der Auraheilung sind Körper, Geist, Psyche und Seele eine untrennbare Einheit. Ist irgendeiner dieser Bereiche eingeschränkt, so hat dies Auswirkungen auf alle anderen. Es entwickelt sich Disharmonie und zuletzt – auf körperlicher Ebene – Beschwerden und Krankheiten. »Der gesunde Mensch, der tatkräftig mitten im Leben steht, kraftvoll und selbstsicher seine täglichen Anforderungen meistert und dabei vor Charisma nur so sprüht, ist im Einklang mit sich selbst und der Welt.«, erläutert Günter Färber. »Sein Geist ist scharf und klar, er kann sich einfühlen in andere und kann gut unterscheiden zwischen Hilfe geben und Aufopferung. Dieser Mensch hat eine positive Ausstrahlung, ihm fällt es leicht, sein Leben zu leben – trotz eventuell auch schwerer Momente. Er lebt in Fülle und empfindet Lebensfreude.

Ein kranker Mensch, der leidet, sei es nun körperlich oder seelisch, ist ausgebremst, er hat einen verminderten Lebensantrieb. Alles wird ihm schnell zu viel. Die Lebensfreude verschwindet als erstes, Überforderung stellt sich ein, und irgendwann funktioniert dieser Mensch nur noch. Zu diesem Zeitpunkt hat er bereits entscheidende Lebensfunktionen, die ihn vor schwereren Erkrankungen schützen können, verloren. Er wird immer pessimistischer, versinkt in ein depressives Lebensgefühl und resigniert schlußendlich.«

erkrankten Was dem Menschen vor allem anderen fehlt, ist die Lebensenergie. Aus Sicht der Auraheilung umgibt jedes Lebewesen ein Energiefeld, das in Schichten aufgebaut ist. Dieses ist - abhängig von der Individualität jedes einzelnen - durchdrungen von verschiedenen Energien. Die Energien werden von den Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen eines jeden Lebewesens beeinflußt.

Dieses Energiefeld, die Aura, ist sowohl Ausdruck des Lebewesens, wie auch – im intakten Zustand – ein Schutzschirm, der zugleich seine Individualität sichert.

Auraheilung

Hier setzt die Auraheilung an. »Ich bin in der Lage, die Aura wahrzunehmen und auf sie einzuwirken.«, erklärt Günter Färber. »Ich löse Knoten auf, d. h. Belastungen, die sich im Aurafeld widerspiegeln, schließe die Löcher und harmonisiere ins Ungleichgewicht geratene Energien, in-

dem ich negative in positive Schwingungen transformiere. Eine geschädigte Aura besteht aus Löchern und Blockaden, diese schließe ich Schicht für Schicht. Dabei vergrößert sich die behandelte Auraschicht, weitet sich und wird durchlässig, so daß ich die darunterliegende Schicht ebenfalls behandeln kann.«

Dies kann je nach Größe und Schwere der Erkrankung mehrere Behandlungen erfordern. Durch die Schließung der Löcher in der Aura werden die Selbstheilungskräfte aktiviert, damit der »Klient« wieder zur ganzheitlichen Gesundheit und Lebensfreude zurückfindet. »Heilung ist ein Lernprozeß«, so Günter Färber. »Das Hilfreiche gilt es zu fördern, das Schädigende zu meiden. Ich werde Sie während der Behandlung nicht berühren und benötige auch keine weiteren Hilfsmittel. Es ist mir wichtig, daß Sie selbst wieder in die Lage kommen, aus eigenen Kräften Ihre Gesundheit zu erhalten und zu regulieren. Darum lade ich Sie herzlich ein, mich unverbindlich und ohne entstehende Kosten einfach anzurufen. Ich beantworte Ihnen Ihre Fragen auch auf den konkreten Fall bezogen. So können Sie mich und meine Arbeit ganz ungezwungen kennenlernen. Melden Sie sich einfach!«

Weitere Infos

Auraheilung Günter Färber Auf der Höhe 2/1. 74635 Künsbach Tel.: 07940-57203 E-Mail: aura-guenter-faerber@gmx.de www.auraheilung-faerber.de

Mit dem Rad zu Gast in der Natur

Eine der schönsten Seiten des Radfahrens ist, etwas für die Fitness zu tun und dabei die Natur hautnah zu erleben. Es gibt kaum ein umweltfreundlicheres Fahrzeug als das Zweirad.

7enn es jetzt im Frühjahr wieder wärmer wird und alle Knospen sprießen, stellt sich die Frage: Wieder mit dem alten »Hobel« losfahren oder sich doch mal umschauen, was es Neues gibt? Wenn Sie sich kompetent beraten lassen möchten, ist das Team von Fahrrad Bruckner in der Heilbronner Kanalstraße die richtige Adresse. Hier stehen unter der Leitung von Chef Alfred Bruckner motivierte und bestens geschulte Mitarbeiter bereit, die sich Zeit für Sie nehmen und alle ihre Fragen beantworten.

Die große Auswahl vom Kinderfahrrad, über Trekking, City, MTB, Cross, BMX, Dirt, Lastenrad bis zum Erwachsenen-Dreirad oder E-Bike läßt keine Wünsche offen. Auf der riesigen Ausstellungsfläche finden Sie, neben Zubehör aller Art, auch funktionale Fahrradbekleidung. Und sollte Ihr Fahrrad einmal defekt sein, so ist die integrierte professionelle Werkstatt ein empfehlenswerter Partner.

Radeln mit Rückenwind

Das Zweiradfahren »mit Rückenwind« mittels Pedelecs und E-Bikes hat in den letzten Jahren einen regelechten Boom erlebt. Auch wenn die körperliche Leistungsfähigkeit aus irgendeinem Grund eingeschränkt sein sollte, lassen sich mühelos längere Strecken und auch Steigungen bewältigen. Zudem hat sich die Technik weiterentwickelt, so daß die einstigen Kinderkrankheiten

der E-Bikes inzwischen längst behoben sind.

Wer in der Praxis herausfinden möchte, ob sein neues Bike auch wirklich zu ihm paßt, hat die Möglichkeit, es über ein Wochenende auszuleihen. Sobald die Entscheidung dann gefallen ist, bietet Fahrrad Bruckner neben dem Kauf auch noch die Möglichkeit des Leasings an.

Ergonomie und Gesundheit

Ganz wichtig ist dabei, das Gefährt individuell an den Körper anzupassen. Auch dabei ist man bei Fahrrad Bruckner in den besten Händen. Das Angebotsspektrum umfaßt: SQ Lap Sitzknochenvermessung, Wohlfühlgriffe, Einlegsohlen, rückenschonende, vollgefederte Räder – Paßt nicht, gibt's nicht!

Diebstahlschutz

Der Bosch Expert Händler bietet auch eine Wertgarantie Diebstahlschutz an, damit Ihnen Fahrraddiebe – im wahrsten Sinne des Wortes – gestohlen bleiben können.

Zahlreiche kostenlose Parkplätze runden das Angebot ab.

Autor Max Glashauser

Weitere Infos ...

unter www.fahrrad-bruckner.de, im »Online-Shop« oder telefonisch unter 07131 - 41750 finden sich laufend günstige Topangebote





»Menschen schützen, was sie lieben, und können nur lieben, was sie kennengelernt haben« – Interview mit der Natur- und Erlebnispädagogin Beate Meyer-Heinerich

Vor drei Jahren starteten die Natur- und Erlebnispädagogen Beate Meyer-Heinerich und Jörg Thimm-Hoch die naturpädagogische Ausbildung »NaturNah« am Seminarhaus und Landschulheim Quellhof in Kirchberg/Jagst. Die Ausbildung wird – wohl einmalig in Deutschland – von einer Sozialpädagogischen Fachhochschule, der FH in Göppingen, zertifiziert. An neun Wochenenden spielt die Vermittlung fachlicher und wissenschaftlich-fundierter Inhalte eine ebenso große Rolle wie die Persönlichkeitsbildung. Stets geht es dabei um Begegnung: mit der Natur, mit Menschen in der Gemeinschaft und mit sich selbst. Viele Menschen zwischen 18 und 58 Jahren haben mittlerweile teilgenommen und danach viele Impulse in ihre Arbeit übernommen oder auch eine teilweise ganz neue Lebenswege eingeschlagen.



Frau Meyer-Heinerich, in Ihrem Flyer zitieren Sie den Umweltaktivisten und Schriftsteller Gary Snyder: »Die Wildnis ist nicht ein Ort, den wir besuchen – sie ist unsere Heimat.« Hat sich der Mensch nicht längst aus der Natur herausentwickelt?

Beate Meyer-Heinerich: Ja, es scheint so. Wenn man in die Medien schaut und tagtäglich die Zerstörung der Natur vor Augen hat, kann dieser Eindruck sehr schnell entstehen. Nach meiner Erfahrung ist es jedoch tatsächlich so, daß jeder Mensch, wenn er sich wirklich darauf einläßt, sehr schnell in eine tiefe Verbindung mit der Natur kommt.

Sie selbst haben sich sehr früh mit der Natur beschäftigt und machten zunächst eine Ausbildung zur Floristin. Wie kam es dazu?

Beate Meyer-Heinerich: Ich bin mit vier Geschwistern aufgewachsen. Wir haben meist draußen im Wald und auch am Neckar gespielt. Da unsere Eltern mit ihrer Bäckerei und ihrem Gasthaus sehr beschäftigt waren, hatten wir viel Freiheit in unserer Kindheit. Wir konnten uns ausprobieren, eigene Grenzen erproben - die Natur war unser Abenteuerspielplatz. Am Sonntag und im Urlaub sind wir oft mit der ganzen Familie

gewandert. Von meinen Eltern habe ich die Liebe zur Natur mitbekommen. Nach der Mittleren Reife habe ich dann eine Ausbildung zur Floristin gemacht und übte mit großer Freude diesen Beruf aus. Das Interesse für die Welt kam hinzu, und ich fing an zu reisen.

Gab es denn in der Zeit ein besonderes Ereignis, das Sie veranlaßte, aktiv in den Umweltschutz zu gehen?

Beate Meyer-Heinerich: Tatsächlich. Bei einer Reise durch Malaysia, ich war etwa 25 Jahre alt, hatte ich gesehen, wie der Tropenregen die rote Erde nach einer Regenwaldro-

dung weggeschwemmt hatte. Dieses Bild löste einen tiefen Schmerz in mir aus. Mir wurde klar, daß hier viele Jahre nichts mehr wachsen würde. Ich war verzweifelt, ohnmächtig, fühlte mich ausgeliefert und ziemlich klein. Wir Menschen wissen ja so viel - alles ist erforscht, es gibt wunderbare Bücher und wissenschaftliche Untersuchungen - und doch kommen wir nicht ins Handeln! Dieses Erlebnis hat mich sehr nachdenklich gemacht. Mit 28 Jahren ging ich dann aktiv in den Naturschutz, um die Menschen darüber aufklären, welche Auswirkung ihr Handeln hat.

Wer oder was hat Sie zur Naturpädagogik inspiriert?

Beate Meyer-Heinerich: Meine Kinder. An ihnen konnte ich unendlich viel »studieren«: Wie sie in die Welt schauen. Was sie motiviert, immer wieder aufzustehen. Ich fragte mich, woher diese unbändige Freude am Spielen und Erforschen kommt. Wieso sind sie so glücklich, wenn sie von oben bis unten voller Matsch sind? Wie entwickelt sich diese reiche Gabe der Fantasie? Mit ihnen bin ich dann in die Waldorfpädagogik hineingewachsen: Das Miterleben der Natur im Jahreslauf und in Verbindung mit den Festen. Die

gin konnte ich durch eigene Erlebnisse beim Kanufahren, Klettern, Fechten usw. meine Komfortzone ständig erweitern. Hier konnte ich mich als Individuum in einer Gemeinschaft neu erleben und erforschen. Außer Mutter, Hausfrau, Partnerin und Arbeitnehmerin kam da noch einiges zutage, was da in mir steckte und leben wollte.

Wenn Sie 22 Jahre zurückblicken, was hat sich verändert?

Beate Meyer-Heinerich: Damals war ich unglaublich belehrend und moralisierend. Beispielhaft ist da der Traum einer meiner besten Freundinnen: Auf dem Ho-



gelebte Achtsamkeit. Der Rhythmus zwischen Ein- und Ausatmen. Und der handlungsorientierte Ansatz in der Pädagogik - vor allem diese grundsätzliche Haltung, Kinder auf »ihrem« Weg zu begleiten -, das alles hat mich sehr fasziniert. Ich habe es aufgesaugt wie ein Schwamm.

Auf die Naturpädagogik folgte die Erlebnispädagogik?

Beate Meyer-Heinerich: Es ist meine feste Überzeugung: Menschen kommen nur ins Handeln, wenn sie wirklich eine Beziehung zu etwas haben. Während meiner Ausbildung zur Erlebnispädagockenheimring mußte sie verdursten, weil ich ihr verboten hatte, eine Dose Cola zu kaufen! In den 22 Jahren, seitdem ich im Bereich Naturpädagogik aktiv bin, habe ich mich natürlich weiterentwickelt. Mehr und mehr durfte ich von den vielen Teilnehmenden lernen, wie wirksam es ist, wenn Menschen in Verbindung mit der Natur zu sich selbst kommen können. Das erlebe ich heute vor allem bei der LandArt, dem künstlerischen Umgang mit Naturmaterialien in der Natur. Ich verstehe meine Arbeit immer mehr als Beziehungsarbeit. Mensch und Natur sind nichts voneinander Getrenntes - sie gehören zusammen.

Wie ist das 2013 gestartete Projekt »NaturNah« entstanden?

Beate Meyer-Heinerich: Es hat sich gefunden! Ich habe da nichts »entwickelt«. Nach einer Klassenfahrt-Betreuung am Ouellhof kam ich mit Jörg Thimm-Hoch über ein umfassenderes Ausbildungskonzept ins Gespräch. Jörg ist Diplom-Geograph und einer der Leiter des Jugendbereichs. Er blickt auf eine lebenslange Praxiserfahrung zurück und ist selbst als Kind mehr draußen als drinnen gewesen. Im Rückblick auf fast 20 Jahre Klassenfahrtbetreuung stellte er eine immer stärkere Entfremdung, ja sogar Angst vor der Natur bei den Kindern fest. Hier war und ist also akuter Handlungsbedarf.

Neben ihnen gehören auch Professor Hans-Jochen Wagner und der Outdoor-Erste Hilfe-Spezialist Heiko Mannal mit zu den Ausbildern. Wie ist die Ausbildung aufgebaut? Was ist das Besondere daran?

Beate Meyer-Heinerich: Professor Wagner hat mich mit seiner Begeisterung und seinem großen Herzen für die Jugendhilfe fasziniert. Wir sind sehr froh, daß wir ihn als kompetenten Vermittler der pädagogischen Inhalte gewinnen konnten. Das Besondere an der Ausbildung ist die Mischung aus Künstlerischem wie der LandArt, den handwerklich-praktischen Tätigkeiten wie Baumschnei-

den, Sensen, dem Umgang mit Karte und Kompaß, sowie der bewußte Umgang mit persönlichen Entwicklungsfragen, die den besonderen Zusammenklang ausmachen.

Ergänzt natürlich durch biologisch-wissenschaftliche Themen und Ergebnisse aus der Erlebnis- und Handlungspädagogik. An den neun Wochenenden, die innerhalb von 1 1/2 Jahren absolviert werden, gehen wir durch viele prägende Landschaftsstrukturen: durch Wald, Wiese, Fluß, Schluchten und ins Gebirge. Dabei geht es um das Erleben mit allen Sinnen. Wir sind fast nur draußen. Die Verbindung zur Natur bietet den Raum für neue Begegnungen - mit sich selbst, den anderen, der Gemeinschaft. Eine Form von »sich näher entwickeln«, statt »weiter entwickeln«, wie ich es manchmal nenne. Sehr prägend für die Teilnehmenden ist die Erfahrung, daß sich durch Gemeinschaft auch oft eine größere persönliche Wirksamkeit einstellen kann. Persönliche Fragen tauchen auf - nicht selten am Lagerfeuer: Was bedeutet Glück für mich? Wie wirke ich auf andere? Was ist meine ganz persönliche Berufung?

Wochenenden finden hauptsächlich auf dem Quellhof oder in unmittelbarer Umgebung statt. Was ist das Besondere am Ouellhof?

Beate Meyer-Heinerich: Die besondere, idyllische Lage direkt an der Jagst, am Rande eines Naturschutzgebietes. Und, sehr wichtig, die strukturreiche Umgebung, die von Kulturlandschaft bis Schlucht vieles zu bieten hat. Und durch das Seminarhaus und Landschulheim haben wir die Räume und das Material, das wir benötigen.

Die nächste Ausbildung beginnt übrigens ab 1. April 2016. Wer also Interesse hat, kann sich gerne melden.

> Das Gespräch führte Guido Heidrich

Weitere Infos www.naturnah-sha.de www.quellhof.de

Selbstbestimmt in einer Beziehung leben. Geht nicht? Geht doch!? Geht doch!

Kennen Sie das? Wenn Sie ständig versuchen so zu leben, wie Ihr Partner das von Ihnen erwartet? Indem Sie zum Beispiel jeden Abend gemeinsam verbringen, obwohl Ihnen vielleicht manchmal gar nicht danach ist. Oder indem Sie ein besseres Jobangebot schweren Herzens ablehnen, weil es zeitaufwendiger wäre – und so weniger gemeinsame Momente für die Beziehung bleiben würden. Das Problem ist oftmals das Gleiche: Menschen fühlen sich in einer Beziehung voneinander abhängig und orientieren sich im Handeln häufig an den Wünschen und Bedürfnissen des anderen.



Ein Verhaltensmuster, das elementare Fragen aufwirft: Ist das noch ein selbstbestimmtes Leben? Kann man in einer Beziehung mit einem Menschen überhaupt so leben, wie es einem wirklich entspricht? Meine Antwort: Ich bin felsenfest davon überzeugt, daß man es kann. Und ich werde Ihnen auch erklären, wie.

Zuerst einmal müssen wir klären: Was ist Selbstbestimmung überhaupt? Aus meiner Sicht ist das die Kunst, alles zu erkennen und nach und nach umzusetzen, was zur Verwirklichung eines individuell optimalen Lebenskonzepts führt. Der erste Schritt in diese Richtung ist, daß Sie sich vergegenwärtigen, wie Ihr Leben denn im Umkehrschluß aussehen würde: Wenn Sie nicht selbst-

erfüllt leben. Wie fühlt sich für Sie ein Leben an, das Ihnen eigentlich gar nicht entspricht? Wenn Sie also genau entgegen Ihrer wirklichen Wünsche und Bedürfnisse handeln?

Ich behaupte einfach mal: nicht gut.

Schließlich hat jeder von uns zumindest im Kleinen solche Situationen schon erlebt. Daß man etwas machen muß, worauf man partout gar keine Lust hat. Spaß und Glück empfindet man in solchen Momenten nicht. Warum nicht? Weil man unmotiviert ist. Und weil es einfach so verdammt schwerfällt, etwas zu tun, das einem gar nicht entspricht.

Diese Muster lassen sich

ja immer wieder in allen Lebensbereichen finden. Unglückliche Beziehung, falscher Job, unpassende Wohnsituation, ständige Diskrepanzen mit Freunden.

So zu leben, kann verschiedene Auswirkungen haben – und keine davon ist in meinen Augen erstrebenswert: » Sie müssen ständig außergewöhnlich viel Energie aufbringen, was Sie mit der Zeit immer mehr belastet.

» Sie fühlen sich wie im falschen Film. Weil Sie ein Leben führen, das nicht Ihren Wünschen, Träumen und Vorstellungen entspricht.

» Sie fühlen sich fremdbestimmt – so, als würden Sie alles, was Sie machen, für irgendjemand anderes machen. » Sie fühlen sich gezwungen so zu leben, um die Erwartungen anderer Menschen zu erfüllen.

Langfristig führt so ein unerfülltes Leben zwangsläufig zu starken Erschöpfungszuständen – und vielleicht zu einem Burnout oder einer Depressionen.

Nun stellt sich aber die Frage:

Gibt es in einer Beziehung überhaupt eine andere Möglichkeit? Ist es nicht normal, daß man seine eigenen Bedürfnisse zurückstellt? Um darauf eine Antwort zu erhalten, sollte man zuerst betrachten, wie Beziehungen denn leider immer wieder verlaufen. Frei nach dem Motto: »Wir passen gut zusammen, weil ich deine Schwächen ausgleiche – und du meine!«

Für mich ist das eine gefährliche Situation, die langfristig nicht zu einer Beziehung führt, in der sich beide Partner wirklich wohlfühlen und wiederfinden. Stattdessen kommt es zu einer Art Co-Abhängigkeit. Das bedeutet in diesem Fall: Sie hoffen, daß die Schwächen Ihres Partners weiterhin Bestand haben, damit Sie ihm helfen können. Das Problem liegt auf der Hand: Sie helfen Ihrem Partner nicht wirklich - sondern sorgen nur dafür, daß seine Schwächen auch weiterhin seine Schwächen bleiben. Das ist keine Grundlage für eine wirklich harmonische Beziehung, in der sich beide wohlfühlen.

Deswegen empfehle ich Ihnen den Leitspruch:

»Ich liebe dich, wie du bist! Mit all deinen Schwächen – und wenn du willst, unterstütze ich dich dabei, diese Schwächen zu beseitigen.« Es geht also nicht darum, daß Sie die Probleme Ihres Partners lösen – sondern, daß Sie ihn bei der Lösung unterstützen. Das ist ein himmelweiter Unterschied.

Ein Beispiel: Ihr Partner legt keinen Wert auf Haushaltsführung? Dann machen Sie bitte nicht den Fehler, entgegen Ihrer eigenen Bedürfnisse, ständig für ihn das Haus aufzuräumen und zu putzen und ihm womöglich Vorwürfe zu machen. Setzen Sie sich stattdessen mit Ihren Bedürfnissen und denen Ihres Partners auseinander, ohne diese verändern zu wollen. Finden Sie Lösungen, in denen die Bedürfnisse beider erfüllt werden - und mit denen sich beide wohlfühlen. Erstellen Sie zum Beispiel gemeinsam einen Putzplan, oder entscheiden Sie sich dafür, eine Haushaltshilfe zu suchen.

Unterstützen Ihren Partner, anstatt ihn zu verändern.

So findet keine Verantwortungsübertragung statt sondern ein Miteinander, bei dem der eine den anderen unterstützt. Genau dieses Lebensmodell ermöglicht eine freie Veränderung und Weiterentwicklung der individuellen Persönlichkeit - und ist die Basis für eine harmonische Beziehung. Ich habe auf diesem Weg schon viele Menschen erfolgreich begleitet. Daher weiß ich: Auch in einer Beziehung ist ein selbstbestimmtes Leben möglich!

Allerdings ist ein Lebenskonzept nichts Statisches und immer in Bewegung. Auch in einer Beziehung selbst kann es Veränderungen geben. Und es ist durchaus denkbar, daß Sie das erst einmal vor Herausforderungen stellt. Aber auch dann gilt: Sie können sich gegenseitig auf dem Weg zum selbstbestimmten (und damit glücklichem) Leben helfen. Sie sollten sich nicht voneinander abwenden oder Ihr Verhalten den Ansprüchen des anderen anpassen.

Sondern unterstützen Sie sich gegenseitig dabei, frei zu werden. Frei von den Erwartungen anderer - und Ihrer eigenen. Doch ich will Ihnen nichts vormachen: Eine mögliche Konsequenz könnte tatsächlich sein, daß es zum Ende der Beziehung kommt. Aber nur zu einem Ende, das auf wirklicher Liebe basiert. Getreu nach dem Motto: »Liebe läßt frei!« - und das bedeutet auch, daß ein Ende einer Beziehung durchaus Bestandteil eines selbstbestimmten Lebens sein kann.

Allerdings kann ich Sie beruhigen:

In der Regel ist das meist eine rein theoretische Betrachtung, die in der Praxis ganz anders aussieht. Viel häufiger erlebe ich, daß auf diesem Weg aus Beziehungen noch viel bessere Beziehungen entstehen. Beziehungen, in denen Raum ist. Für Persönlichkeit. Für die eigene Identität. Für Respekt. Für Akzeptanz. Und vor allem für Toleranz.

Kurzum: Für eine tatkräftige Unterstützung in der Persönlichkeitsentfaltung – und für ein selbstbestimmtes Leben in einer harmonischen Beziehung.

Autor Mirko Irion

Weitere Infos

Sie wollen mehr erfahren, mich kennenlernen oder direkt Feedback geben? Dann freue ich mich auf Ihren Besuch an meinem offenen und kostenlosen Infoabend am Donnerstag, den 10. März 2016, ab 19 Uhr. Oder wollen Sie eine ganz persönliche Beratung, dann vereinbaren wir am besten einen individuellen Termin.

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



Fit in den Frühling – Entsäuern, Entschlacken und Entgiften mit heimischen Wildkräutern

Nicht nur bei Erkrankungen ist Ausleiten oft der erste notwendige Schritt, um Säuren, Schlacken und Gifte auszuscheiden und die Selbstheilungskräfte im Körper wieder anzuregen. Auch für »Gesunde« ist es eine Prophylaxe von großem Wert und kann leicht ins tägliche Leben integriert werden.



Das Frühjahr ist die beste Zeit zum Entsäuern, Entschlacken und Entgiften. Die ersten Kräuter, die sich nach dem Winter aus der Erde wagen, sind reich an Mineralien, Vitaminen und Spurenelementen - sie sind wahre »Fitmacher«. Sie wirken unter anderem stoffwechselanregend und stärken und unterstützen unsere Ausscheidungsorgane.

Wilde Kräuter in unserer Ernährung schenken uns neben unvergleichlichen Geschmackserlebnissen große Vitalität, Grünkraft und Licht. Ein paar Entlastungstage oder eine Entsäuerungs-Woche eignen sich sehr gut zum Entspannen und für einen »Körper-Frühjahrsputz«. Zugleich fühlt man sich fit und bekommt Lust auf körperliche Aktivität. 4-6 Wochen sind eine gute Zeit für eine Kur zur Prophylaxe.

Wichtige Kräuter für eine Entsäuerungskur

Brennnesselblätter

Die Brennnessel leitet alles »Alte und Verbrauchte« aus, um Platz für Neues zu schaffen. Sie ist ein »Muß« in jeder Entgiftungskur, denn sie enthält viele Mineralien und wirkt harntreibend, blutreinigend, stoffwechselanregend und vitalisierend.

Birkenblätter

Die Birke, als einziger Baum mit einer weißen Rinde, steht für Neuanfang, Reinigung und Jugendlichkeit. Die Blätter enthalten Saponine, Flavonoide und ätherische Öle, und sie wirken nierenfunktionsanregend, harntreibend, entzündungshemmend und mild entsäuernd.

Löwenzahnblätter

Der Löwenzahn ist äußerst vital. Seine gelben Blüten zeigen uns eine Lebersignatur. Er steht für Flexibilität, Verwurzelung und Bodenständigkeit. Er enthält viele Bitterstoffe, viel Kalium und die Vitamine C, A, D und Inulin. Er wirkt stoffwechselanregend, verdauungsfördernd, sekretionssteigernd und harntreibend.

Bärlauchblätter

Sein Name zeigt eine Verbindung zum Bären und weist damit auf seine Bärenkräfte hin. Im zeitigen Frühjahr entfalten seine Blätter vor der Blüte die stärksten Kräfte. Er enthält ätherisches Öl mit Allyl- und Alkylpolsulfiden, Mineralien und Vitamin C. Er löst Quecksilber aus den Depots, bindet Schwermetalle, ist antimikro-

biell, antioxidativ und beseitigt pathogene Keim im Darm (z. B. nach Antibiotika).

Giersch (sehr junge Blätter):

Giersch ist so vital und wachstumsfreudig, daß ein kleines, weißes Würzelchen ca. 2 qm Erde im Jahr begrünen kann! Diese Kraft können wir uns ganz einfach einverleiben, denn er schmeckt sehr lecker. Auch Giersch enthält ätherische Öle, Vitamin C, Provitam A, Mineralien und Saponine. Er ist harntreibend, reinigend und verdauungsanregend.

Ackerschachtelhalm

Der Schachtelhalm ist eine Pflanze aus der Vorzeit, als noch riesige Schachtelhalmwälder die Erde bedeckten. Er bildet keine Blüte. Im Frühjahr erscheint ein blaß gelber Frühjahrstrieb. Nach der Sporenreife erscheint der grüne Sommertrieb, der verwendet wird. Neben Kieselsäure enthält er Flavonoide, ist hautstoffwechselanregend und festigt das Bindegewebe.

Einige Wohlfühlrezepte für Körper, Geist und Seele

Frühlingsfit Teemischung:

- » Brennnesselblätter 20 g
- » Löwenzahnblätter 20 g
- » Birkenblätter 20 g
- » Gierschblätter 10 g
- » Spitzwegerich 10 g
- » Zitronenverbena 10 g
- » Ringelblumenblüten 10 g

3 TL mit einem Liter kochendem Wasser übergießen, zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Kann kalt und warm getrunken werden.

Wichtig: 2- 3 Liter Wasser und Kräutertee trinken, damit auch alles ausgeschieden werden kann.

Grünkraft- Smoothie

1-2 Handvoll Kräuter der oben aufgeführten Kräuter einzeln oder gemischt mit ca. 200 ml Apfelsaft und weichem Obst (Banane, Birne, Melone, Mango, Beeren...) mixen und genießen. Evtl. 1 TL Mandelmus, Tahin, Sanddornsaft und/oder Leinöl zugeben.

Löwenzahnsalat

Die Löwenzahnblätter waschen und klein schneiden, mit einer kleingehackten Zwiebel und einem Dressing aus Zitronensaft oder Apfelessig, Olivenöl, Knoblauch und Salz mischen einige Minuten ziehen lassen. Geröstete Sonnenblumenkerne über den Salat streuen und mit Blüten verzieren.

Der Salat schmeckt auch sehr gut nur mit sehr jungem Giersch, oder mit gemischten Kräutern.

»Frühlings-Pesto«

Die Frühlingskräuter (Bärlauch, Giersch, Löwenzahn, Brennnessel einzeln oder gemischt) ganz fein hacken oder wiegen, mit Olivenöl, Nüssen und Salz verrühren bis eine Paste entsteht.

Ofen - Kartoffeln

Kartoffeln waschen, in Scheiben scheiden, Backblech mit einer Kräuter-Ölmischung (z.B. Rosmarin, Thymian, Salz) bestreichen und die Kartoffeln bis 200 Grad im Backofen braten, bis sie braun und weich sind.

Bärlauch-Kartoffelsuppe

Pro Person 1 Kartoffel geschält und kleingeschnitten, 2 Handvoll junge Bärlauchblätter geschnitten, 1 Zwiebel kleingehackt, Brühe, Zitronensaft oder Weißwein, Salz, Knoblauch oder Bärlauch, Butter oder Olivenöl.

Zwiebel in Öl anbraten, Kartoffeln dazugeben und mit Brühe aufgießen, köcheln lassen, bis die Kartoffeln noch bißfest sind, dann den Bärlauch ca. 5 Minuten mitköcheln lassen. Die Suppe pürieren und mit Salz, Zitrone abschmecken. Mit Blüten verzieren und genießen.

Die Suppe schmeckt auch sehr gut mit Brennnesseln, Giersch, Spitzwegerich oder gemischten Kräutern.

Birkenpeeling

Zutaten: Birkerindennöl selbstgemacht oder z.B. von Weleda Birken Cellulite Öl, Basensalz, z.B. von Jentschura

So wird's gemacht: In einer großen Cremedose Birkenrindenöl mit Basensalz zu einer Paste verrühren. Unter der Dusche sich mit dem Peeling einreiben und abduschen. Mit dem Duschpeeling kann gut über die Haut entsäuert werden. Es kann für ein paar Tage auf Vorrat angerührt werden.

Birkenrindenöl

An der Innenseite der Rinde findet sich das duftende Birkenrindenöl. Dafür die äußere Rinde sanft abschaben. Die dünne zweite Schicht ist hellgrün und der Duft verrät uns, ob wir das kostbare Öl gefunden haben.

Das Birkenöl enthält Methylsalizylat, der Stoff, aus dem Aspirin synthetisiert wurde.

Das fertige Birkenöl ist ein sehr entspannendes, schmerzlinderndes und reinigendes Massageöl. Auch als Grundlage für Ölbäder und Birkenpeeling super geeignet.

Leberwickel

Ca. 250 ml Schafgarbentee kochen, ein Baumwolltuch (Taschentuch oder Waschlappen) tränken und auf die rechte Seite unter dem Rippenbogen auf die Leber legen, ein Wolltuch darüberlegen, und evtl. eine heiße Wärmflasche dazu. 20 Minuten liegen, den Wickel abnehmen und nachruhen.

Ackerschachtelhalm-Fußbad

1 Handvoll Ackerschachtelhalm in ½ Liter Wasser kalt ansetzen, 20 – 30 Minuten köcheln lassen, abseihen und zum warmen Wasser in die Fußbadewanne geben. Dauer ca. 30 Minuten. Danach Wollsocken anziehen und nachruhen oder gleich ins Bett gehen.

Über die Füße zu entsäuern ist sehr angenehm.

Beispiel für einen basischen Wohlfühltag

Der Tag kann mit sportlich mit 30 – 40 Minuten Walken oder Joggen begonnen werden. Danach bringt eine erfrischende Dusche mit einem Birkenpeeling neuen Schwung. Auch mit Yoga, Qi Gong oder einer Meditation kann gut in den Tag gestartet werden.

Frühstück

1 Glas Grünkraft-Smoothie, eine Tasse Frühlingsfit-Tee mit Zitrone, oder Obstsalat mit Erdmandelflocken und feingewiegten jungen Brennnesseln. Als Frühstücksgetränke eignen sich auch Ingwer-, Birkenblätteroder Rosmarintee (nicht bei hohem Blutdruck).

Zwischendurch ein paar Oliven, Mandeln oder Obst essen – nichts anderes

Mittagessen:

- » Löwenzahnsalat mit gerösteten Kürbiskernen
- » Ofenkartoffeln mit Gierschpesto
- » Nach dem Mittagessen eine Pause einlegen z.B. mit einem Leberwickel aus Schafgarbentee.
- » Nachmittags einen erholsamen Spaziergang in der Natur unternehmen mit einer Mediation an einem Bach, See oder unter einer Birke.

Zwischendurch ein paar Trockenfrüchte oder Mandeln knabbern – nichts anderes **Abendessen:**

» Bärlauch-Kartoffelsuppe » Nach 19 Uhr sollte nichts mehr gegessen werden, das entlastet die Leber.

Vor dem Schlafengehen z.B. ein Fußbad mit Ackerschachtelhalmtee genießen.

Dieser Wohlfühltag kann gut zu einem ganzen Wochenende ausgedehnt werden, z.B. mit einem Saunabesuch mit Freunden. Abgewandelt mit verschieden Kräutern und Gemüsegerichten bringt eine Entsäuerungs-Woche meist schon viel Erfolg. Dazu ist allerdings eine Darmreinigung ca. alle 3 Tage erforderlich.

Autorin Renate Maia Pfrombeck Heilpraktikerin, Mainhardt

Könnte ich mir nur eine einzige Heilpflanze aus der riesigen Fülle pflanzlicher Heilmittel heraussuchen, ich würde die Goji-Beere nehmen.

Dr. Michael Lacour ist ein vielfach interessierter Mediziner. Unter anderem hat er 1998 an der Uniklinik Freiburg eine eigene Abteilung für Naturheilkunde eingeführt. Am 6. März wird er anläßlich des »Frühlingserwachens« in der Gärtnerei Umbach in Heilbronn einen Vortrag über die Gojibeere halten.



Herr Dr. Lacour, Sie sind Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und integrieren auch alternative Naturheilverfahren und Akupunktur in Ihre Arbeit. Woher rührt Ihr Interesse an der Naturheilkunde?

Dr. Michael Lacour: Die eigentliche Wurzel für mein Interesse an der Naturheilkunde wurde mir erst vor einigen Jahren bewußt. Also lange nachdem ich mit Unterstützung der Karl und Veronica Carstens-Stiftung und Herrn PD Dr. Roman Huber das heutige Unizentrum für Naturheilkunde in Freiburg aufgebaut hatte. Ich befand mich damals in meiner Lehrpsychoanalyse. Das Schlüsselerlebnis war eine Reise im Alter von 16 Jahren. Ich besuchte damals die Familie eines Studenten meines Vaters, William Terry D'Silva, in Pakistan. Das war die erste Reise, die ich alleine, ohne meine Eltern unternahm. In Karachi lernte ich den Gesundheitsminister von Pakistan, Hakim Said kennen, der mit meiner Gastmutter Lily Ann D'Silva China bereist und mit ihr ein Buch über die Traditionelle Chinesische Medizin geschrieben hatte. Hakim Said bekämpfte später die Korruption in Karachi und wurde ermordet. Seine Tochter führt sein Lebenswerk weiter.

1998 haben Sie an der Uniklinik Freiburg eine naturheilkundliche Abteilung eingeführt, die aktiv mit einer chinesischen TCM-Klinik zusammenarbeitet. Welchen Betrag kann die Traditionelle Chinesische Medizin für die Behandlung eines deutschen Patienten leisten?

Dr. Michael Lacour: Die TCM hat ein somato-psychisches Krankheitsverständnis und ergänzt daher perfekt die psychosomatische Medizin. Die TCM ist vor allem für funktionelle Erkrankungen sehr hilfreich, die mit Methoden der westlichen Medizin oft nicht gut behandelt werden können. Die TCM ist auch sehr gut dazu geeignet, funktionelle Erkrankungen zu verstehen und zu erklären.

Sie schreiben, daß eine ganzheitliche Behandlung sowohl die vegetative, als auch die seelische und die spirituelle Ebene des Menschen berücksichtigen muß. Können Sie eine solche ganzheitliche Behandlung anhand eines »fiktiven Patienten« skizzieren?

Dr. Michael Lacour: Stellen Sie sich eine Patientin vor, die in ihrer Kindheit schwere Erschütterungen ihrer Seele erlitten hat. Solche grundlegenden, schweren Erschütterungen sind oft die Wurzel für eine spätere Depression. Aus Sicht der TCM wird bei solchen schweren, lebensgeschichtlichen Erschütterungen der Funktionskreis der Niere und das Mingmen-Feuer (das Feuer der Vitalität) beeinträchtigt. Gleichzeitig können im Verlauf des Blasenmeridians Beschwerden auftreten, da Niere und Blase eine funktionelle Einheit bilden. Der Blasenmeridian verläuft links und rechts neben der Wirbelsäule, und daher entstehen bei Depressionen häufig Rückenschmerzen. Die westliche Medizin kann diesen Zusammenhang nicht gut erklären. Auf der spirituellen Ebene sind dem Funktionskreis die großen Sinnfragen des Lebens zugeordnet. Tatsächlich müssen bei der Depressionsbehandlung oft Sinnfragen geklärt werden.

Am 6. März werden Sie in Heilbronn sein und einen Vortrag über die Goji-Beere halten. Der Heilbronner Gärtner Klaus Umbach gilt ja als einer der Pioniere der Bio-Goji-Pflanzenzucht. Wie kam der Kontakt zustande?

Dr. Michael Lacour: Ich habe meine chinesischen Rezepturen in den letzten Jahren immer mehr auf westliche Heilkräuter umgestellt. Auch verwende ich für meine Rezepturen immer häufiger frische statt getrocknete Kräuter. Auf der Suche nach frischen Heilkräutern mit hoher Qualität stieß ich auf die Gärtnerei von Klaus Friedrich in Sasbach. Dort beziehe ich z.B. Iiaogulan, Melisse und Salbei. Für die Goji-Beeren empfahl mir Herr Friedrich die Gärtnerei von Klaus Umbach. Als ich ihn dann persönlich besuchte, war ich von seiner Arbeit sehr beeindruckt. Er züchtet ganz besondere Goji-Beeren, die für die TCM besonders geeignet sind und auch noch gut schmecken.

Was ist so besonders an der Goji-Beere? In vielen asiatischen Ländern gilt sie ja als wahre Wunderpflanze.

Dr. Michael Lacour: Könnte ich mir nur eine einzige Heilpflanze aus der riesigen Fülle pflanzlicher Heilmittel heraussuchen, ich würde die Goji-Beere nehmen. Die Goji-Beere stärkt die Nieren-Essenz, die Grundkonstitution und ist die Wurzel für alle Lebensprozesse.

Herr Dr. Lacour, wir freuen uns darauf, Sie am 6.3.2016 in Heilbronn zu sehen.

Weitere Infos

Frühlingserwachen in der Gärtnerei Umbach am Sonntag, den 6. März 2016 von 11.00 Uhr – 17.00 Uhr Klinge 2 / Staufenberger Weg D-74074 Heilbronn



Calendula

Die Ringelblume (Calendula officinalis) ist eine Pflanzenart aus der Familie der Korbblütler. Pflanzenteile werden in der Naturheilkunde verwendet. So oder ähnlich beginnen die meisten Pflanzenbeschreibungen. Ich finde, viel zu lapidar, zu gewöhnlich für dieses lebenshungrige einjährige Kraut, das auch »Butterblume«, »Sonnenwendblume«, »Ringelrose«, »Goldblume« oder »Totenblume« genannt wird.

Schon die alten Ägypter nutzen dieses Blümlein als Jungbrunnen, das immerwährende Jugend verleihen soll. Die »Ringel, Ringel Rose« (so der Titel eines altes Spiellieds aus dem ausgehenden 19. Jahrhundert) war einst den Sonnenbräuten geweiht, die der nordischen Göttin Freya und später auch der »Maria Himmelskönigin« unterstellt waren. Calendula ist ein Sinnbild der Erlösung nach dem Tod und Zeichen des ewigen Lebens. Ihr Name »Totenblume« ist in ihrem Geruch begründet, der manche an Verwesung erinnert.

Calendula, die Ringelblume, war immer schon mit der Liebelei verknüpft. Sie soll sich auch zur Liebesweissagung im Traum verwenden lassen: Sie wird gemeinsam mit Sommerkräutern getrocknet, gemahlen und mit Honig und Essig zu einer Salbe verarbeitet. Junge Frauen trugen die Salbe auf, bevor sie zu Bett gingen und riefen den Heiligen Lukas an, sie von ihrer großen Liebe träumen zu lassen. Es ist die Blume, die man klassischerweise für die Frage »Er liebt mich, er liebt mich nicht« verwendet. Das Abpflücken der Blumen soll allerdings Gewitter heraufbeschwören.

Die sonnengleiche Blume vollzieht den Lauf der Sonne nach: mit dem Anbruch des Tages öffnet sie ihre Blüten und verschließt sie, sobald die Sonne untergeht. Bei Bauern stand die Ringelblume in hohem Ansehen, weil sich mit ihrer Hilfe das Tageswetter voraussagen ließ. Waren die Blüten zwischen 6 und 7 Uhr bereits geöffnet, so versprach dies einen schönen sonnigen Tag. Waren sie jedoch nach 7 Uhr noch geschlossen, so mußte mit Regen gerechnet werden.

Die Ringelblume ist nicht nur als Heilpflanze bekannt, sondern steht auch in vielen Gärten als besonders üppig blühende Zierde. Ab Juni taucht sie viele Bauerngärten in leuchtendes Orange.

Hildegard von Bingen weiß: »Die Ringelblume ist

kalt und feucht und hat viel Grünkraft in sich. Und sie ist gut gegen Gift. Denn wer Gift ißt, oder wem es verabreicht wurde, der koche Ringelblume in Wasser. Das Ausgedrückte auf den Bauch gelegt und das Gift entweicht ... Und wer den Grind am Kopf hat, der nehme Blüten und Blätter und er drücke den Saft davon aus, und dann bereite er mit diesem Saft und etwas Wasser und Semmelmehl einen Teig, und dann lasse er damit seinen ganzen Kopf mit Tuch und Mütze verbunden, bis er sich erwärmt und bis der Teig zerrissen wird, und dann nehme er ihn weg. Und so tue er es während neun Tagen. Und sooft er den Teig von seinem Kopf wegnimmt, sooft habe er eine Lauge aus Ringelblumensaft bereit, und er wasche seinen Kopf ebenso oft damit, und er wird geheilt werden.« (Physica, Heilkraft der Natur, Cap. 1-122)

Ringelblumen werden in der Form von Teeaufgüssen, wässrigen Auszügen, Tinkturen, Extrakten und Salben verabreicht. In der Volksmedizin wird die Ringelblume als schweiß-, harntreibendes Mittel, das krampflösende, wurmtreibende Wirkung zeigt und gegen Leberleiden eingesetzt.

Pharmazeutisch werden die getrockneten ganzen,

bzw. die zerkleinerten Blütenkörbchen, oder die getrockneten Zungenblüten verwendet. Die pharmazeutische Droge wirkt entzündungshemmend und fördert die Bildung von Granulationsgewebe und damit die Wundheilung. Bei Magen- und Darmgeschwüren wird sie innerlich angewendet. Äußerliche Anwendung findet sie bei Hautentzündungen, schlecht heilenden Wunden, bei Quetschungen, Furunkeln und Ausschlägen.

In der Lebensmittelindustrie wird die Ringelblume als Farbstoff eingesetzt, unter anderem bei Käse und Butter. In Teemischungen dient sie als Schmuckdroge. In der Vergangenheit diente sie zum Verfälschen von Safran. Im Garten vertreibt Calendula durch Wurzelausscheidungen im Untergrund wirkende Schadorganismen.

Ein in allen Belangen heilsames Schöpfungsgut begegnet uns in der kinderfreundlichen »Ringel, Ringel Rose«.

> Gott befohlen und herzlichst, Ihr Pater Gerhard

Weitere Infos www.brunnenhof-kraeuter-und-mehr.de

Kochen, Kühlen, Sparen, Helfen. Geht das? -Ja, mit dem »Wonderbag«

Stellen Sie sich vor, Sie kochen fast ohne Strom, in wenig Zeit und trotzdem lecker. Unsere Großeltern kennen noch die »Kochkiste« oder die Methode, Töpfe ins Bett zu stellen. Genau diesem alten und einfachen Prinzip hat die Südafrikanerin Sarah Collins 2008 mit ihrem »Wonderbag« zu einem Revival verholfen.



In erster Linie gedacht als nachhaltige Möglichkeit, dauerhaft etwas gegen Armut und Arbeitslosigkeit in Afrika zu tun, hat sich der Wonderbag aufgemacht, die Welt zu erobern. Mittlerweile sind in Afrika, Europa, den USA und Kanada über eine Million Wonderbags verkauft und verschenkt worden.

Der Wonderbag ist ein Stoffsack, gefüllt mit re-Schaumstoffflocvcelten cken. Reis, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Gemüse oder Fleischgerichte werden nur zwischen einer bis dreißig Minuten im Topf angekocht und garen dann schonend im Wonderbag fertig. Seine enorme Isolierfähigkeit speichert die Hitze im Topf, und das Essen gart, ohne weiter Energie zu verbrauchen. Herd und Abzugshaube haben Pause. Statt den Topf zu bewachen, kann man sich ganz entspannt wichtigeren Dingen im oder außer Haus zuwenden. Man hat lecker gekocht, den Zeit- und Enerdrastisch reduziert.

Doch das Multitalent Wonderbag kann noch mehr.

In Kombination mit einer Wärmflasche wird aus ihm ein genialer Joghurtbereiter und ein wunderbar warmer Ort für Brot- und Hefeteige. Die gute Isolierung und die runde Form machen ihn bei Hitze zur idealen Isoiacke für den Tortencontainer mit dem Sahnekuchen, die große Salatschüssel fürs Sommerfest oder die Eiswürfel für die Garten-

Dabei erleichtert der Wonderbag nicht nur unser Leben, er gibt uns auch die Möglichkeit, aktiv das Leben vieler Menschen in Südafrika zu verbessern. Mit dem BoGo Programm der Wonderbag Foundation wird für jeden hier verkauften Wonderbag ein weiterer an eine bedürftige

gieaufwand dabei allerdings Familie oder soziale Institution in Südafrika verschenkt.

> Dort hat der Wonderbag nachweislich einen positiven Einfluß auf das Leben der Menschen und die Umwelt. Kommt er täglich zum Einsatz, verringert sich der Wasserverbrauch beim Kochprozess erheblich. Weniger Nahrung verbrennt im Topf, Feuerholz muß nur noch einmal pro Woche statt täglich gesammelt werden, wodurch auch die Abholzung gemindert wird. Das stundenlange Holzsammeln ist oft die Aufgabe der Mädchen. Der Wonderbag bringt sie wieder in die Schule und verringert für sie die Gefahr von Überfällen und Vergewaltigungen. Die Frauen gewinnen kostbare Zeit, die sie auf den Feldern, für Handarbeiten und die Familie nutzen können.

Durch die drastische Verkürzung der Kochzeit sinkt die Rauchbelastung. Besonders die Frauen und kleinen Kinder sind diesen giftigen Dämpfen normalerweise stundenlang ausgesetzt, was schwerwiegende Erkrankungen der Atemwege zur Folge hat. In den Townships, in denen auf engstem Raum oft auf primitiven Paraffin- oder Kerosinbrennern gekocht wird, reduziert der Wonderbag die Gefahr von Verbrennungen und Bränden und spart über 30 % Brennstoff. Durch die Herstellung der Wonderbags sind mittlerweile über 6000 Arbeitsplätze entstanden.

Viele davon in Kooperativen, die insbesondere benachteiligten Frauen und Mädchen Arbeit und Ausbildung geben. Sarah Collins gute Idee hat auch in Deutschland und Österreich schon über tausend überzeugte Fans. Wer einmal einen Wonderbag hat, wird ihn nicht mehr hergeben. Eine der ältesten Technologien neu verpackt, Omas Kochkiste im neuen Design. Der Wonderbag – einfach eine runde Sache.

Weitere Infos www.kochen-mit-wonderbag.de

Biokochen mit Frau Koch

ipl. Ernährungswissengibt Kochkurse bei der VHS Rezeptvorschläge. Ihr Mot-Genuß nur die hochwertigsten Zutaten.«



Grüner Kuchen mit frischen Frühlingskräutern

- für etwa ein rundes Blech mit 35 cm Durchmesser -

300 g Mehl, 0,5 TL Salz, 100 ml lauwarme Milch, 1 Ei (Größe M), 60 g weiche Butter, 0,5 Würfel zerkrümelte Bäckerhefe, eventuell 2-3 EL Milch

Alles zu einem glatten Teig kneten, der noch saftig ist, aber nicht mehr klebt. Bei Bedarf noch ein wenig Milch zugeben. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort etwa auf das Doppelte bis Dreifache gehen lassen

250 g gesäuberte Frühlingskräuter (netto, ohne groben Stiele z. B. Petersilie, Bärlauch, Pimpinelle, Borretsch, Sauerampfer, Schnittlauch, Rucola, Dill o. ä.) 80 g Zwiebel, 4 Frühlingszwiebeln 50 g Butter, 60 g kräftiger Käse wie Gouda, Bergkäse, 300 g Crème Fraîche, 4 Eier (Größe M), Salz, Pfeffer, 1 Msp. gemahlene Muskatnuss

Die Kräuter waschen, trocknen und klein hacken. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Frühlingszwiebeln säubern und mit Grün in feine Ringe schneiden. Die Butter schmelzen und die Zwiebeln und Frühlingszwiebeln dämpfen, bis ganz leicht bräunen. Die Kräuter zugeben und kurz mit dämpfen, bis sie leicht zusammenfallen. Die Kräuter abkühlen lassen. Den Käse reiben. Die Crème fraîche mit den Eiern verrühren. Den Käse und die Kräuter untermischen und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Etwas Butter zum Fetten, Mehl zum Auswellen

Den Backofen auf 225 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Ein großes, rundes Blech mit Butter fetten und mit Mehl ausstäuben. Den Teig auf Blechgröße auswellen und ins Blech geben. Den Teig mehrmals mit einer Gabel einstechen. Dabei einen Rand von etwa 2 cm ziehen. Die Kräuter-Masse darauf verteilen und etwa 20-30 Minuten goldbraun backen

Tipp: Schmeckt super auch nur mit Petersilie oder Schnittlauch und kann sowohl warm als auch kalt gegessen werden. Super frisch schmeckt der Kuchen, wenn die Kräuter im Mixer sehr fein gehackt werden und roh mit den gedämpsten Zwiebeln unter die Crème Fraîche-Eier-Mischung gerührt werden. Die Farbe und der Geschmack sind sehr intensiv.





Aqua Vision – Eine sanfte Therapie, um wieder in Einklang zu kommen

Sind Sie schon einmal schwerelos durchs Wasser geschwebt und haben dabei gedacht: »So muß es sich anfühlen, in der Hand Gottes zu liegen«? Nein, dann wird es höchste Zeit. Denn was hier wie ein schöner Traum klingt, setzt die Ludwigsburger Therapeutin Irene Seidel längst in die Tat um. Und die von ihr praktizierte Heilmethode »Agua Vision« findet immer größere Verbreitung.



Was ist »Aqua Vision«?

Aqua Vision ist eine energetische Anwendung, bei der Wasser mit der Heil-Energie-Schwingungsmusik von MyEric »energetisiert« wird. MyEric ist Heiler und Komponist. Seine Musik wirkt durch eine besonders hohe und spürbar angenehme Schwingung.

Die Behandlung selbst ist ein »Unterwasserkonzert«. Wer in das 32 - 35 warme »Heilwasser« eintaucht, nimmt diese Schwingung und Energie auf und wird von der Therapeutin Irene Seidel liebevoll dabei begleitet.

»Aqua Vision geschieht in Einzelsituationen oder in kleinen Gruppen«, erklärt die ausgebildete Ergotherapeutin. »Man muß beim Unter-

Wellness selbst nichts tun nur da sein, geschehen lassen und genießen. Bei Aqua Vision haben Sie die Möglichkeit, Themen ganzheitlich aufzuarbeiten und zu lösen. Echte Entspannung und Lösung von alten Themen, die Sie in Ihrem bisherigen Leben begleitet haben, kann geschehen. Im Äußeren Ihres Körpers werden alle grobstoffli-

wasserkonzert und bei Aqua Harmonie gebracht. Aqua Vision wird eingesetzt, um disharmonische, gespeicherte Erfahrungen und Erinnerungen im Körper zu neutralisieren. Dadurch können die Themen des Lebens wieder in Einklang gebracht werden, das bedeutet Harmonie und Heilung. Es ist ein Wassererlebnis, welches Sie wieder zu Ihrem menschlichen Ursprung zurückführt - in chen Hüllen erreicht und in die Zeit als Embryo im Mutterleib und zu Ihrer Geburt. Dabei sind alle Themenbereiche möglich. Die Anwendung ist individuell abgestimmt. Wasserangst kann ein Thema sein. Kinder und ihre Eltern können ihre Themen gemeinsam erlösen. Die Wirkung der Anwendung von Aqua Vision erfolgt auf Herzensebene.«

Aqua Vision ist ein Dreiklang

Die Heilbehandlung Aqua Vision gründet auf drei

Säulen: dem mit der Heilmu-

sik energetisierten Wasser, der

besonderen Energie und der

liebevollen Begleitung durch

Irene Seidel. »MyEric ist ein

begnadeter Künstler und hat

die Gabe, Töne aus dem Uni-

versum zu hören und in hei-

lende Musik umzusetzen.«, ist

Irene Seidel überzeugt. Töne

von Walen und Delphinen

unterstützen zusätzlich den

Heilungsprozeß, der im Was-

ser geschieht. Der harmoni-

sierende Einfluß auf das Wasser wird in entsprechenden Wasserkristallbildern sichtbar.

»Das Wasser bekommt durch diese Schwingungsmusik seine natürliche kristalline Struktur der Urform wieder zurück.«, erklärt Irene Seidel. »Das mit Unterwasserlautsprechern bespielte Wasser wirkt im Inneren und im Äußeren. Der menschliche Körper besteht zu 70 % aus Wasser. Im Inneren Ihres Körpers setzt sich die Schwingung des energetisierten Wassers in den zellulären Flüssigkeiten fort. Disharmonien werden in tiefsten Ebenen erreicht.«

Doch wie bei allen Heilungsprozessen spielt die Therapeutin eine ganz wichtige Rolle. Hier sieht Irene Seidel ihren ganz persönlichen Beitrag zur Begleitung der Selbstheilung ihrer Patienten. »Aqua Vision ist eine sanfte Therapie in der lauten schrillen Welt, die uns gegenwärtig umgibt.«, erklärt sie. »Sich einen Moment für sich selbst zu nehmen und dabei in vollkommenen Einklang mit sich selbst kommen, das macht die tiefe Kraft der Aqua Vision aus. Sie können sich völlig entspannen. Ich bin immer bei Ihnen und begleite Sie auf 15.04.2016 um 19.00 Uhr in der Ernst-Bauer-Straße 17, 71636 Ludwigsburg, ohne Gebühr, mit Anmeldung unter: 07141-460723

Unterwasserkonzert zum Kennenlernen im Schwimmbad mit Unterwasserlautsprechern. Sie sind auf Schwimmhilfen gebettet und von Musik über und unter Wasser umgeben. Sie werden dabei sanft bewegt, massiert und gedehnt.

Am 23.04.2015 um 16.00 Uhr im Remstal, Gebühr 20 .- Euro für eine Stunde - nur mit Anmeldung.

Ich freue mich, Sie zu den Veranstaltungen und Anwendungen zu begrüßen und danke Ihnen für Ihr Interesse.

Weitere Termine auf Anfrage.

Verein zur Unterstützung von Aqua Vision

Anfang des Jahres wurde ein eingetragener Verein gegründet mit dem Ziel Menschen, die nicht über ausreichende finanzielle Mittel verfügen, Zugang zu dieser Anwendung zu ermöglichen.





Daß Wasser auf alle Informationen und Energien reagiert und sich die Struktur dadurch verändert, ist längst wissenschaftlich bewiesen. Daher scheint das Energetisieren von Wasser mit Heilmusik ein weiterer Schritt in ein ganzheitliches Verständnis der Naturzusammenhänge zu sein. Mit den entsprechend positiven Auswirkungen für den Menschen, der sich auf sie einläßt.

Ihrem ureigensten Heilungsdas Gefühl dabei ist: neu geboren zu werden.«

Wo kann man Aqua Vision erleben?

Informationsabend Film zu Aqua Vision am





weg. Aqua Vision ist nicht nur ein Aha-Erlebnis, sondern das energetisierte Wasser hilft, ganz loszulassen. Und

Haus Ahorn – Der Mensch im Mittelpunkt

Das bezaubernde Städtchen Beilstein liegt im Bottwartal, eingebettet zwischen Weinbergen und bewaldeten Hügeln. Hier liegt die Seniorenwohnanlage Haus Ahorn, eine stationäre Einrichtung mit 113 Plätzen. Sie ist so konzipiert, daß sie den von Hilfe noch unabhängigen Senioren ebenso ein Zuhause sein kann wie dem bereits betreuungs- oder pflegebedürftigen Menschen. Vom Haus Ahorn aus hat man übrigens einen herrlichen Blick hoch zur Burg Hohenbeilstein und zur Burg Lichtenberg bei Oberstenfeld.



ie Einrichtung möchte ein positives Vorbild für andere Häuser sein und wird diesem hohen Anspruch vollauf gerecht. Grundlage des Qualitätskonzeptes ist die Unternehmensphilosophie: die Anerkennung der Menschenwürde und das Recht auf Selbstbestimmung werden als oberste Zielsetzung angegeben. Dazu gehört die Hilfestellung zu einer selbstständigen Lebensführung ebenso wie die Bereitstellung der Möglichkeiten zu neuer sozialer Integration und Teilnahme an kulturellen Bildungs- und Freizeitangeboten. Es wird dabei eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen zugrunde gelegt.

Das Haus Ahorn bietet Hilfe, die den Menschen in seiner Persönlichkeit wahrnimmt und unterstützt, seine persönlichen Beziehungen bewahrt und neue aufbauen läßt. Hier werden die Bewohnerwünsche in den Mittelpunkt des Handelns gestellt. In einem ausführlichen Beratungsgespräch wird gemeinsam ein Pflege- und Betreuungskonzept erarbeitet, welches die Individualität und die Fähigkeiten eines jeden einzelnen berücksichtigt. Der Bewohner hat die Wahl zwischen Wohnappartements oder Einzelzimmer.

Durch die Mitarbeit im »Regionalen Qualitätssicherungsverbund stationärer Pflegeeinrichtungen im Landkreis Heilbronn« wird der höchste Qualitätsstandard angestrebt, den eine Einrichtung dieser Prägung erreichen kann.

Leben im Haus Ahorn

Für Gesundheit und Körperpflege stehen im Haus Ahorn ein Gymnastikraum und Fitnessgeräte im Garten, ein Therapieraum und der Friseursalon zur Verfügung.

Regelmäßige soziale und gesellschaftliche Veranstaltungen finden in der Cafeteria, der Empfangshalle, im Wintergarten, im Fernsehraum oder in verschiedenen Clubecken des Hauses statt. Kleine Einkäufe können im Kiosk erledigt werden.

Die hauseigene Küche bietet täglich gesunde und abwechslungsreiche Kost. Dies bietet einen Vorteil an Frische und Qualität gegenüber einer Belieferung durch ausgelagerte Großküchen.

Die ganzheitliche Betreuung wird ergänzt und abgerundet durch Angebote wie Gymnastik, Sturzprophylaxe, Gedächtnistraining, kreatives Gestalten, Gesprächskreise, Lesezirkel, Gottesdienste, Singen und eine Tagesgruppe.

Von Montag bis Freitag werden für die Bewohner auch regelmäßig diverse Beschäftigungsangebote gemacht wie z.B. Einzeltherapie, Basteln, Gymnastik, Sturzprophylaxe, Singen/Haus-Chor, Gedächtnistraining, Lesezirkel, Therapiehunde und vieles mehr. Für an Demenz erkrankte Menschen wurde ein geronto-psychiatrischer Schwerpunkt eingerichtet.

Interessierte Menschen können sich gerne auch persönlich ein Bild machen von der angenehmen und entspannten Atmosphäre in diesem Haus und seiner zufriedenen Bewohner. Es könnte als Vorbild für alle Einrichtungen dieser Art dienen.

Autor Max Glashauser

Pfingst-Seminar: MEDITATIVES WANDERN – Der Weg zum inneren Glück

In unserer Sommerausgabe 2015 haben wir bereits über die HELDENPRAXIS, Schule für Heilung & Bewußtsein, aus Murrhardt berichtet. Im Zuge unseres Schwerpunktthemas »Tourismus in der Region« wollen wir unsere Leser aufmerksam machen auf das Seminar: »Meditatives Wandern«, welches das Ehepaar Felix und Magdalena Held über die Pfingsttage 2016 veranstaltet.



Was kann man sich unter meditativem Wandern vorstellen?

»Beim meditativen Wandern lassen wir den Alltag ganz bewußt hinter uns und tauchen mit allen Sinnen ein in die heilsame Begegnung mit der Natur«, beschreibt der Seminarleiter Felix Held die befreiende Erfahrung, welche die Seminarteilnehmer hierbei machen können. »Mit jedem Schritt löst sich angesammelter Streß, wodurch wir schon in kurzer Zeit wieder befreit aufatmen können. Beim achtsamen Gehen lenken wir unsere Aufmerksamkeit auch zu unserer inneren Mitte und erfahren so eine neue Quelle der Kraft in uns. Wir kommen wieder in Einklang mit uns selbst, fühlen unsere tiefe Verbindung mit der Erde und erleben kostbare Augenblicke

innerer Stille. So ergehen wir uns, genießen das Geschenk unseres Daseins und lauschen den Botschaften unseres Herzens.«

Worin liegen nun die Besonderheiten dieses meditativen Wander-Seminars?

»Unter weitem Himmel, in der Geborgenheit einer Gruppe und doch im eigenen Rhythmus zu wandern, eröffnet den Raum für ganz neue Erfahrungen«, erläutert Felix Held weiter. »Zeiten der inneren Besinnung und der kontemplativen Einkehr wechseln sich harmonisch ab mit Zeiten der achtsamen Begegnung und des fruchtbaren Austausches innerhalb der Gruppe. Während des Seminars inspirieren wir die Teil-

nehmer durch wertvolle spirituelle Impulse und leiten sie an in bewährten Achtsamkeits- und Energieübungen. Darüber hinaus feiern wir miteinander das Leben beim gemeinsamen Singen heilsamer Lieder und beim köstlichen Schmausen in romantischer Atmosphäre. So verweben sich die einzelnen Elemente des Seminars zu einem ganzheitlichen, erholsamen und beglückenden Erlebnis.

Die optimal zu unserem naturverbundenen Seminarkonzept passende Unterkunft haben wir gefunden in der »Alten Mühle Vellberg«, welche liebevoll unter Beachtung ökologischer Gesichtspunkte zum Seminarhaus umgebaut und renoviert wurde. Sie liegt am Fuße des verträumten mittelalterlichen Städtchens Vellberg, am Rande der Hohenloher Ebene.

in der Nähe von Schwäbisch Hall. Der staatlich anerkannte Erholungsort Vellberg mit seiner bezaubernden Atmosphäre, malerischen Kulisse und seinem ausgedehnten Wegenetz bietet uns den idealen Rahmen, um den Weg des inneren Glücks freudig miteinander zu begehen.«

Infos & Anmeldungen www.heldenpraxis.de info@heldenpraxis.de Tel: 07192-6388

Termin
»MEDITATIVES WANDERN – Der
Weg zum inneren Glück«
Samstag, 14. Mai &
Mittwoch, 18. Mai 2016 (Pfingsten)

Ankündigung
»HO'OPONOPONO: Heile deine Beziehungen, finde inneren Frieden«
Seminar im Allgäu: 31. August &
o4. September 2016

Können wir die Realität steuern? – Seminare mit der Expertin für »Russische Informationsmedizin« Olga Häusermann Potschtar

Bereits in der NATURSCHECK Winterausgabe 2015 haben wir über das Thema »Russische Informationsmedizin« berichtet. Auch im 2. Quartal 2016 finden wieder Seminare mit der Verfasserin des gleichnamigen Buches statt.



ie Russische Informationsmedizin arbeitet, wie der Namen bereits sagt, mit Information. Die Information ist der "Bauplan" der Energie und Materie, die Grundlage des gesamten Universums. Menschen, Tiere, Pflanzen, Mineralien und auch scheinbar unbelebte Materie sind "Objekte der Information". Auch Ereignisse, Gefühle, Gedanken werden als Information betrachtet. Dem gesunden Organismus liegt eine harmonische, gesundheitsfördernde, dem kranken Organismus eine disharmonische, von der göttlichen Ordnung abweichende Information zugrunde.

Sämtliche Vorgänge in unserem Organismus, alle Zellfunktionen, werden von der Informationsebene aus gesteuert. Genauso, wie wir z.B. im Internet Informationen abrufen und miteinander kommunizieren, kommunizieren unsere Zellen miteinander und mit dem Informationsfeld, das sie steuert. Interessanterweise reagiert unser Gehirn bis zu 4000-mal schneller auf Informationen als auf gespritzte oder geschluckte Medikamente. Informationsmedizin muß nicht erst durch den Verdauungstrakt bzw. über den Blutkreislauf assimiliert werden. Sie kann "augenblicklich" wirken.

Das Informationsfeld steht in direkten Kontakt zum Bewußtsein des Menschen und kann daher durch den Menschen verändert werden. Ziel der Russischen Informationsmedizin ist, dem Menschen zu helfen, sein geistiges Potential zu entwickeln und ihm zu zeigen, wie er seine Realität, seine Gesundheit und Ereignisse zum eigenen Wohl und zum Wohle aller Lebewesen steuern kann.

Angebotene Seminare

» 19./20.03.2016

Regeneration der Sehkraft nach Mirsakarim Norbekov + andere versierte Heiltechniken

Mit seinem Buch "Eselsweisheit – Wie Sie Ihre Brille loswerden" hat M. Norbekov neue Wege gezeigt, wie der Mensch aus eigener Kraft seine Sehkraft zurückerlangt. Sie lernen effektive Übungen, die einfach auszuführen sind und die Aktivierung des Körpers ermöglichen, die Heilung und Regeneration der Organe und die Wiederherstellung der optimalen Sehkraft.

Die Anwendung der Methode nach M. Norbekov erlaubt Menschen jeden Alters ohne Schmerzen und Leid, ohne Brille und Hörgeräte in Unabhängigkeit von Medikamenten zu leben. Dieses System verändert den Charakter des Menschen und führt somit zu einer Persönlichkeitsentwicklung des eigenen Ich`s.

» 16./17.04.2016

Steuerung der Realität mit Hilfe der Russischen Informationsmedizin Intensivseminar – Hilfe zur Selbsthilfe (Teil 2) Im Seminar 2 lernt der Teilnehmer, wie er mithilfe der Russischen Informationsmedizin Gründe für eine Krankheit und die Krankheit selbst auflösen kann. Z.B. durch mentale Reinigung der Zellstruktur.

Durch das bewußte Steuern der Realität kann jeder Mensch auch "zur Reinigung der Erde" beitragen.

» 18./19.06.2016

Steuerung der Realität mit Hilfe der Russischen Informationsmedizin Intensivseminar – Hilfe zur

Selbsthilfe
Altes russisches Wissen

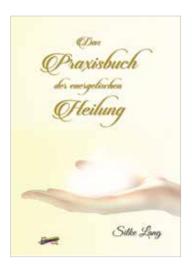
über die geistigen Strukturen des Menschen und des Universums wird aktuell wieder neu entdeckt. Es stellt einzigartige Methoden und Techniken zur Verfügung, welche die bewußte Steuerung sämtlicher Ereignisse der inneren und äußeren Lebensrealität erlauben. Unter ihrer Anleitung lernt der Mensch mentale Techniken, mit welchen er die Funktionsfähigkeit der Organe und sein gesamtes gesundheitliches Wohlbefinden wiederherstellen kann.

- > Seminarort: Alle Seminare finden in Wüstenrot statt.
- > Beginn jeweils 10.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr.
- > Seminarkosten 220,- Euro pro Person

Anmeldungen
NATURSCHECK MAGAZIN
mh@naturscheck.de
07945-943969

Buchvorstellung: Das Praxisbuch der energetischen Heilung

Seit vielen Jahren ist Silke Lang aus Untergruppenbach als spirituelle Heilerin tätig. Zudem bildet sie zukünftige Heiler aus. Ihr reichhaltiges Wissen hat sie in ihrem neuen »Praxisbuch der energetischen Heilung« zusammenfaßt. Durch die Schilderung der Erfahrungen, welche sie mit ihren Schülern und in ihren Seminaren gemacht hat, gewinnt der Leser einen tieferen Einblick in den praktischen Berufsalltag der Heilarbeit.



Bereits in ihrem ersten Buch »Kundalini-Reiki« hat es Silke Lang verstanden, ihren Lesern wertvolle Tipps über die segenseiche Arbeit mit der »universellen Lebensenergie« zu geben.

In ihrem neuen Buch geht sie nun einen Schritt weiter und beschreibt mit praktischen Anleitungen und anschaulichen Bildern, wie die Energiearbeit funktioniert und wie man sie bei ihr erlernen kann.

Themen sind unter anderem: Die Aura des Menschen. Die Bedeutung der Chakren. Und wie man negative Energien beseitigen kann. Es werden verschiedene Schutztechniken vor negativen Energien vorgestellt. Der Leser erfährt, wie er die wahre Ursache ei-



ner Krankheit erkennt. Und auch die Schamanische Energiearbeit, wie z.B. Schamanische Reisen, den inneren Lehrer finden, Blockaden lösen mit Heilsteinen, Seelenrückführung, Seelenheilung und Räucherungen, spielen

eine wichtige Rolle.

Dabei wird das theoretische Wissen anhand von praktischen Behandlungsbeispielen erläutert. Dieses informative Begleitwerk zur Heiler-Ausbildung bei Silke Lang, regt dazu an, das eigene Wissen über die Energiearbeit zu erweitern und vielleicht eines Tages eine eigene Heilpraxis zu eröffnen.

»Das Praxisbuch der energetischen Heilung« ist ab März 2016 im Buchhandel erhältlich:

» Autorin: Silke Lang, ISBN: 978-3-94070-074-2, Einband: Hardcover, 172 Seiten, Preis: 29.- Euro

Wer sich für Seminare bei Silke Lang interessiert:

Das Angebot geht vom 2-Tagesseminar »Praxis der energetischen Heilung« bis zur Jahresausbildung. Neben individuellen Heilbehandlungen wird auch Einzelcoaching angeboten.

Zudem finden mehrere Kurzseminare mit Lesungen aus dem neuen Buch statt:

Unter anderem am » 05.03. / 02.04. / 11.05. und am 02.06.2016. Beginn jeweils um 15 Uhr, Dauer 2-3 Stunden. Kosten 60,- Euro ohne Buch oder 89,- Euro mit Buch.

Weitere Infos unter www.energetischeheilung.com Tel.: 07131-9739822

EINE MAGISCHE MINUTE – Wie Sie in 60 Sekunden Krankheiten heilen, die Welt verändern und inneren Frieden finden!

Sie meinen, eine Minute sei viel zu kurz, um irgendetwas zu verändern? Da haben Sie vollkommen recht – zumindest so lange, bis Sie es versuchen. Die EINE-MINUTE-METHO-DE ist wunderbar einfach, sehr effektiv und in wenigen Stunden erlernbar. Und doch ist sie das Resultat eines langen Erkenntnisweges. Wer sich einmal auf die »Magie der einen Minute« eingelassen hat, den kann so schnell nichts mehr aus der Fassung bringen.



Während der einen Minute, die Sie mit dem Lesen dieser Zeilen verbringen, werden auf unserem Planeten 200 Menschen geboren. Ein Lichtstrahl legt 17.987.520 km zurück, und in Ihrem Körper finden 420 Trillionen chemische Reaktionen statt.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum wir nur eine Minute die Luft anhalten können? Warum eine Minute 60 Sekunden hat? Und warum das gesunde Herz in einer Minute 60 Mal schlägt? Jedem Augenblick wohnt ein Zauber inne, ein Samenkorn für die eigene Weiterentwicklung. Wem es gelingt, diesen Samen 60 Sekunden lang bewußt in sich wachsen zu lassen, der findet in der »magischen Minute« den Schlüssel zur inneren Transformation.

Wie die EINE-MINU-TE-METHODE entstanden ist

Der eine oder andere NATURSCHECK-Leser hat mich schon persönlich kennengelernt. Ich bin der Herausgeber dieses Magazins und bemühe mich, (m)eine ganzheitliche Weltsicht zu vermitteln. Seit vielen Jahren schreibe ich, gebe Vorträge und Seminare, und erkenne doch immer mehr, daß unser großes theoretisches Wissen uns irgendwann nicht mehr weiterbringt. Unzählige Bücher über den Sinn des Lebens überschwemmen jedes Jahr den Markt. Gute Ratschlä-

ge aller Art, die jedoch selten umgesetzt werden.

Warum ist das so? Leben wir nur noch im Kopf, oder liegt es daran, daß uns das »Erleben« inzwischen fremd geworden ist? Mit diesen Gedanken habe ich das Jahr 2015 verbracht – und plötzlich kam mir eine Eingebung! Ich beobachtete gerade einen Sekundenzeiger, der 60 Sekunden lang im Kreis lief, um dann wieder dort anzukommen, wo er ausgegangen ist. Da machte es bei mir »Klick«!

Die Minute ist das Vorbild aller Transformationsprozesse

Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, daß bei jeder Uhr nach 30 Sekunden Abwärtsbewegung ab der 31. Sekunde der »Aufstieg« beginnt? In diesem Bild liegt eine tiefe Symbolik. Die Uhr zeigt uns den Schlüssel zur Transformation!

Vielfach wurde dieses Phänomen beschrieben wie z. B. bei der sogenannten »Transformations- oder Heldenreise«. Wann immer wir vom Leben einen Impuls zur Weiterentwicklung erhalten, wiederholen sich derselbe Prozeß und dasselbe Szenario. Sie sind in vier Abschnitte eingeteilt:

- 1. Wir erhalten einen Impuls, irgendetwas in unserem Leben zu verändern. Sei es, um zu gesunden, uns weiterzuentwickeln oder neue Wege zu gehen. Wir sind motiviert und entschlossen, treffen eine Entscheidung und setzen uns in Bewegung. Die Flamme brennt in uns. Hilfen werden uns zuteil. Alles läuft! (Sekunde 1 15)
- 2. Wir verlassen die Komfortzone, den gewohnten Raum. Dann kommen die ersten Hindernisse. Das Alte ruft uns zurück, die Gewohnheit, die negativen Erfahrungen. Wir beginnen zu zweifeln. Wir leiden und überlegen, ob wir nicht aufgeben und umkehren sollen. Am tiefsten Punkt erleben wir unsere »schwärzeste Stunde«, den sogenannten »Knackpunkt«, den Moment der Entscheidung, der wie ein kleiner Tod anmutet. (Sekunde 16 - 30)
- 3. Wenn wir durchhalten und diesen Punkt überstehen, erleben wir eine Art Neugeburt ab Sekunde 31! Von hier an geht's aufwärts! Wir durchlaufen einen Trans-

formationsprozeß vom alten in den neuen Menschen. Wir spüren, wie wir erstarken und unser Horizont sich erweitert. Wie sich der Nebel immer mehr lichtet und uns neue, bisher unbekannte Kräfte zur Verfügung stehen. (Sekunde 31 -45)

4. Mit diesen neuen Erfahrungen ausgestattet, kehren wir nun zurück an den Ort, von dem wir ausgegangen sind. Doch wir sind nicht mehr dieselben. Wir haben uns verändert, haben dazugelernt - und sind verwandelt! Es folgt eine Ruhephase bis zum nächsten Abenteuer! (Sekunde 46 - 60)

Dieser Transformationsprozeß ist in allen Lebenszyklen enthalten und findet auch tagtäglich in uns selbst statt. Und doch wird er von den meisten Menschen nicht wahrgenommen. Ob in den vier Jahreszeiten, den vier Temperamenten, den vier Elementen oder den vier Vierteln einer Minute - überall ruft das Leben uns zu: »Wir sind geboren, um uns zu verwandeln. Bleib nicht stehen! Geh weiter! Gib nie auf! Das Leben steht dir immer mit Rat und Tat zur Seite! Mutig voran, Gott wohlgetan!« Fakt ist: Ab Sekunde 31 geht es aufwärts, und hier beginnt die Transformation!

Die EINE-MINUTE-METHODE

Was ist eine »magische Minute«? Ganz einfach ausgedrückt, ist es das bewußte, zielgerichtete Erleben von 60 magischen Sekunden. Eine »magische Minute« entsteht, wenn wir sie mit Achtsamkeit, Bewußtheit und Gegenwärtigkeit füllen. Wenn wir einen würdigen Rahmen für sie schaffen. Wenn wir unser ganzes Sein in sie hineingeben. Wenn wir eine Minute lang ganz wir selbst sind!

Das Ziel dabei ist immer, uns aus dem konditionierten Denken zu befreien und bewußt ins Hier und Jetzt einzutreten. Klingt das zu einfach? Ist es aber nicht!

Wer je meditiert oder sich konzentriert hat, weiß, daß nur der Geübte in der Lage ist, den unruhigen Verstand länger als wenige Sekunden lang zum Schweigen zu bringen. Unser konditioniertes Ego hindert uns beständig daran, den Schleier zu lüften zwischen der Welt der Form und unserem innersten geistigen Kern.

Es lenkt uns ab mit sinnlosen Gedanken, berieselt uns mit mentaler »Hintergrundmusik« und schiebt beständig graue Wolken zwischen uns und die Sonne. Dadurch wirkt es wie ein Filter, der das lebendige, heilende, alles transformierende Licht nicht hereinläßt.

Immer mehr Menschen sind sich dessen bewußt - zumindest theoretisch! Es gibt zahllose Bücher zu diesem Thema. Doch gelingt es den Allerwenigsten, dieses Wissen auch in die Tat umzusetzen.

Nur die Praxis ist die Realität

Für das bewußte »Erschaffen« eines Transformationsprozesses genügt eine bewußt erlebte Minute. In 60 bewußten Sekunden liegt der geheime Schlüssel zur Transformation.

Jede »magische Minute« ist eine Art Türöffner. Wir widmen unsere Aufmerksam-

Praxis Für Ganzheitliche Kieferorthopädie



Dr. Martin Kamp -Kieferorthopäde-

Schwerpunkte:

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

<u>In Verbindung mit</u>: Osteopathie, Cranio-Sacral Therapie, Logopädie, Heil-Eurythmie, MedReflexTherapie®

Bandhausstr. 10, D-74336 Brackenheim

Tel.: 07135 - 963 337

www.dr-kamp-de

keit einem »Schlüsselgedanken«, einem Ziel oder einer Vision. Wir »loggen« uns ein in ein höheres Lebensprogramm und halten so lange still, bis eine Art »Kalibrierung« stattgefunden hat. Irgendwann macht es »Klick«, und der Vorgang ist abgeschlossen.

Sobald wir in Resonanz sind mit dem, was wir anstreben, ist der Code geknackt. Der Sesam öffnet sich, und wir erhalten Energien und Informationen, die uns sonst nicht zur Verfügung stehen.

Wenn diese Energien ßer anfangs eine Uhr). dann in unser Leben fließen, findet Verwandlung statt! Wir werden zum Mitschöpfer unseres Schicksals, werden geheilt, befreit, beglückt oder falls nötig - in unsere Schranken gewiesen.

Jeder Ort eignet sich für die Umsetzung

Sie können diese magischen Minuten überall und zu jeder Tages- und Nachtzeit durchführen. Das Besondere daran ist: Sie benötigen keinen Guru, keinen Therapeuten, keinen Magier und auch keinerlei äußere Hilfsmittel (au-



Wenn Sie also eines Nachts aufwachen und nicht mehr einschlafen können, wälzen Sie sich nicht unruhig durch die Laken. Lassen Sie allen Widerstand los, und verändern Sie die Welt mit ein paar magischen Minuten.

Wo Sie die »Magische-Minute-Übung« ausführen, ist egal. Ob im Büro, im Wald, im Café oder auf der Toilette, es spielt überhaupt keine Rolle. Der größte Teil unseres Lebens findet nicht in Klöstern, am Meeresstrand oder auf Berggipfeln statt. So wie jeder Moment ein Moment der Transformation ist, so ist auch jeder Ort ein Ort der Verwandlung.

EINE-MINUTE-SEMI-

Wenn Sie mehr über die EINE-MINUTE-METHO-DE wissen möchten, seit Anfang 2016 finden einführende Seminare statt.

Denn trotz der Einfachheit der Technik selbst, dürfen wir uns nicht von unserem Verstand an der Nase herumführen lassen. Die tiefere Dimension der »magischen einen Minute« wird sich uns niemals beim Lesen oder »Darübernachdenken« erschließen, sondern nur im Erleben. Nur wenn wir uns bewußt auf die jeweilige EI-NE-MINUTE-Übung

Telefon 0 71 92/9 33 70

lassen, offenbart und entfaltet sie ihre wahre Magie.

Bei den Seminaren wird zudem gezeigt, wie man die EINE-MINUTE-Übungen selbst entwerfen kann - denn jeder Mensch strebt andere Ziele an, die er verwirklichen

Seminar: Einführung in die EINE-MINUTE-**MFTHODE**

Termine in Wüstenrot: » 09.04.2016, 24.04.2016 oder 21.05.2016 - jeweils 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr Maximale Teilnehmerzahl 12 Personen Seminarkosten 99,- Euro (zzgl. 25,- Euro für Tee/Kaffee, biologisch-vegetarisches Mittagessen, Geträn-Seminarleitung Michael Hoppe, NATUR-SCHECK-Herausgeber

> Anmeldung Naturscheck Magazin Tel: 0 79 45 - 94 39 69 E-Mail: mh@naturscheck.de

www.altenpflegeheim-fritz.de Alten- und Pflegeheim Klingen 41 Inhaber: Bruno Fritz

71540 Murrhardt

Die Geschlechterrollen im Wandel der Gesellschaft

Vor genau zehn Jahren veröffentlichte die Schriftstellerin und Fernsehmoderatorin Thea Dorn ein vielbeachtetes Buch mit dem Titel: »Die neue F-Klasse«. Manch einer dachte dabei an den Autohersteller Mercedes Benz, dessen A-, B-, C- oder gar S-Klasse den meisten Menschen hierzulande ein Begriff sind. Erst der Untertitel: »Wie die Zukunft von Frauen gemacht wird« ließ darauf schließen, daß mit »F« die Frauen gemeint sind. Es ist unbestreitbar, daß immer mehr Frauen in ehemaligen Männerdomänen ihren Mann – Pardon – ihre Frau stehen! Und was machen derweil die Männer?



Die Protagonistin

Dorn Thea bezeichnet sich selbst als Agnostikerin und moderne Feministin. Sie studierte Gesang und Philosophie. Bekannt wurde sie als Autorin von blutrünstigen Kriminalromanen und als Moderatorin der Fernsehsendungen »Büchertalk« und »Literatur im Fover«. Ihr Buch »Die neue F-Klasse« versteht sie als Beitrag zu einer neuen, ideologiefreien Geschlechter- und Feminismusdebatte. Grund für ihr Engagement ist ihre Überzeugung, daß zwar viel über Gleichberechtigung gesprochen wird, dieses darüber Sprechen jedoch das Handeln eher ersetzt, als es zu fördern.

»Noch immer sind es die »Old Boys Groups«, also die alte(n) Männerseilschaften, die das globale Machtzepter in Händen halten.«, schreibt Thea Dorn sinngemäß. Während die Frauen in dem beständigen Zwiespalt leben, ob es tatsächlich ihre verdammte (Mutter-)Pflicht ist, zu gebären und damit das Weiterbestehen der Menschheit zu sichern, oder ob es weibliche Selbstbefreiung nur geben kann, wenn die Frau alle Klischees über Bord wirft und »so rücksichtslos wie der Mann« ihre persönlichen Interessen in den Lebensmittelpunkt stellt und durchboxt.

Seit der ersten Veröffentlichung des Buches sind nun zehn Jahre vergangen. Und es ist unübersehbar, daß immer mehr Frauen sowohl in der Wirtschaft als auch in der Weltpolitik neue Maßstäbe setzen. Hierzulande hat Angela Merkel längst alle männlichen Kontrahenten aus dem Wege geräumt. Wer auch immer versucht hat, an ihrem Ast

zu sägen, wurde kurzerhand aufs Abstellgleis »befördert«. Als sie 2015 bekanntgab, daß sie für eine weitere Amtsperiode als Kanzlerin kandidieren wolle, überlegten die anderen Parteien tatsächlich, ob sie überhaupt einen Gegenkandidaten (respektive eine Kandidatin) benennen sollten. Zu gering sind die Chancen, die Mutter der Nation zu verdrängen. Und wenn man sich die potentiellen »männlichen Alternativen« so anschaut, oje!

»Schwierige« Bundespräsidenten wurden durch einen netten und immer lächelnden Pfarrer ersetzt. Neben der stets durchgestylten und hyperdynamischen Ursula von der Leyhen kann sich kein CDU-Bartträger auch nur annähernd behaupten. Bei den Linken ist seit dem Rückzug von Oskar Lafontaine nur noch die Gallionsfigur Sahra Wagenknecht

wortgewaltig. Und während aus dem bayrischen Süden der Republik vor allem CSU-Gejammere zu vernehmen ist, zieht es SPD-Vizekanzler Sigmar Gabriel inzwischen vor, seine politische Funktion als gut dotierten Halbtagsjob zu betreiben, um seine kleine Tochter von der Kita abzuholen, sie zu füttern, sich freizunehmen, wenn sie sich erkältet und tagtäglich im Internet über sie zu »twittern«.

Zur selben Zeit stemmt Angela M. alle 12 europäischen Herkulesaufgaben gleichzeitig, Ursula v. d. L. krempelt die Bundeswehr um, und Sahra W. ist die letzte Bastion deutsch-politischer Globalisierungskritik.

Braucht das Land neue Männer? Oder ist das die längst überfällige Entwicklung hin zu einer ausgewogeneren Gesellschaft?







Renate Maia Pfrombeck 🖾 Heilpraktikerin



- cs Pflanzenheilkunde
- 3 Basenfasten, die Wacker Methode®
- ☞ Frauenheilkunde
- Shiatsu
- ∞ Sanjo
- ് Dorn, Breuß

Storchsnest 18, 74535 Mainhardt Tel. 07903 943 81 32 pfrombeck@naturheilpraxis-alchemilla.de www.naturheilpraxis-alchemilla.de



Das weibliche Geschlecht ist auf dem Vormarsch und hat sich in der westlichen Welt in vielen Lebensbereichen Gleichberechtigung erkämpft. Und das ist gut so! Das oft eindimensionale männliche Verstandesdenken hat unsere Welt an einen Punkt gebracht, wo das weibliche Prinzip geradezu »überlebensnotwendig« ist.

Den Männern hierzulande geht das alles zu schnell. Viele sind vom gesellschaftlichen Wandel sichtbar überfordert. Laut der amerikanischen Autorin und Gesellschaftsforscherin Hanna Rosin ist »der Mann von heute« zu starr und zu unflexibel und daher – wenn er sich nicht ändert – vom baldigen Aussterben bedroht.

Ist gibt kaum eine Männerdomäne, in die »Frau« noch nicht eingedrungen ist. Sie kommentiert Männerfußballspiele, leitet Dax-Unternehmen, und immer mehr Länder werden von Frauen regiert.

Wenn ich mit meiner Frau im Auto sitze und das Radio läuft, denke ich oft: »Wahnsinn! Schon wieder eine!« Denn auch die musikalischen Powerfrauen schießen wie Pilze aus dem Boden. Ob Pink. Rihanna, Katie Perry oder Lady Gaga - das Reservoir scheint nahezu unerschöpflich. Auf jeden einigermaßen begabten männlichen Sänger kommt gleich ein ganzes Dutzend Frauen, die ihn bei weitem in den Schatten stellen, und die - wie der Name schon sagt - »Power« haben.

Freiwillig erniedrigen lassen sich nur noch die typischen »RTL-Frauen«: Diverse Realityshows, »Germanys Next Topkleiderständer«, Dschungelcamp und Bachelor-Inszenierungen bestätigen dem IQ-freien Zuschauer noch immer das alte Rollenverständnis: Mann=dumm, Frau=dümmer.

Doch selbst der Blindeste sieht, daß es sich dabei um eine gemachte und im Grunde zutiefst hilflose Inszenierung handelt. Und so ist auch hier zu vermuten, daß hinter den Kulissen nicht etwa der Bachelor, sondern dessen Mama die Hosen anhat. Angeblich sind ja die »Muttersöhnchen« ganz besonders attraktiv und wecken in den Damen (oft mißinterpretierte) Muttergefühle.

Sage und schreibe ein Viertel der deutschen Männer wohnt bis zum 30. Lebensjahr im »Vollpensionshotel Mama« und lebt sich – anstatt im »Dschungel des Lebens« – am Computer und in virtuellen Partnerbörsen aus. Meist unter dem Pseudonym »Tarzan«.

Der gesellschaftliche Wandel

Was ist nur mit den Männern los? Natürlich gibt es noch unzählige Lebensbereiche, in denen das angeblich so starke Geschlecht weiter omnipräsent ist. Man denke nur an das Militär oder an Macho-Figuren wie Donald Trump, der gerade in prähistorischer Dumpfbackenmanier Millionen Amerikanerinnen begeistert. Auch der Islam versucht das alte Rollenmodell mit Gewalt wiederherzustellen.

Dennoch ist ein Wandel zu spüren, und glaubt man den Gesellschaftsforschern, befindet sich »der Mann« – vor allem in der westlichen Welt – inmitten einer tiefen Sinnkrise. In einem immer komplexer werdenden und sich ständig verändernden System fällt es ihm zunehmend schwerer, über seinen eigenen Schatten zu springen und die Veränderungen mitzumachen.

In ihrem Buch »Das Ende der Männer und der Aufstieg der Frauen« geht die amerikanische Autorin und Gesellschaftsforscherin Hanna Rosin genau diesen Beobachtungen nach. In den USA hat sich in den letzten Jahren - verstärkt noch durch die große Wirtschaftskrise - eine unübersehbare gesellschaftliche Umwälzung ergeben. Immer mehr Fabriken schließen oder werden ins »billigere Ausland« verlagert, wodurch viele einfache (Männer-)Tätigkeiten wegfallen. Der Mann wird so einer Bastion beraubt, die bisher eindeutig seinem Resort zugerechnet wurde: nämlich der traditionellen Rolle des Familienernährers.

In Zahlen ausgedrückt, waren 2011 in den USA erstmals mehr Frauen als Männer in Lohn und Brot, und in 40 % der Ehen verdienen die Frauen inzwischen auch mehr als ihre Ehegatten. Während viele Frauen die Zeichen der Zeit erkannt haben und den Wandel nutzen, um sich selbst weiterzuentwickeln, verharrt ein Großteil der Männer im alten Weltbild. Statt an die Schule oder Universität pilgern sie lieber in die Fußballstadien oder in die nächstbeste Knei-

Das führt natürlich zu gewaltigen Spannungen in der Mann-Frau-Beziehung, weshalb viele Amerikanerinnen es inzwischen vorziehen, unverheiratet zu bleiben. Fast jedes zweite Kind wird heute in den USA von einer alleinstehenden Frau geboren. Und viele dieser Kinder wachsen gänzlich ohne Vater auf.

Laut Hanna Rosin zeigt sich der gesellschaftliche Abder amerikanischen sturz Männer auf vierfache Weise: Erstens bei den schulischen Leistungen, wo die Mädchen auf der Überholspur an den Iungen vorbeiziehen. Dann beim Abschneiden auf dem Arbeitsmarkt, wo die flexibleren, besser ausgebildeten Frauen den weniger qualifizierten Männern häufig vorgezogen

werden. Zum dritten bei der Qualität der Jobs, die für den »anpassungsunfähigen« Mann noch übrigbleiben. Und letztlich vor allem darin, wie er mit der Arbeitslosigkeit umgeht. Bildet er sich weiter, oder läßt er sich hängen? Im Gegensatz zu den fünfziger Jahren, wo noch 85 % aller männlichen Amerikaner im arbeitsfähigen Alter eine Anstellung hatten, sind es heute gerade einmal noch 65 %. Ein Drittel der Männer ist also längst durch das gesellschaftliche Raster gefallen.

Natürlich ist die amerikanische Situation nicht eins zu eins auf Deutschland übertragbar. Zumal unser Wirtschaftssystem »noch« genügend Raum für einfache Tätigkeiten bietet. Und doch sind auch hierzulande längst ähnliche Tendenzen erkennbar. In seinem Leitartikel »Männerdämmerung« drückte es der SPIEGEL vor einigen Jahren so aus: »Viele Frau investieren in ihre Bildung, sie strengen sich an für ihr berufliches Fortkommen, fordern eine gesetzliche Quotenregelung. Viele Männer kämpfen dafür, in Fußballstadien Feuerwerkskörper abschießen zu dürfen. Manchmal wirkt es, als hätten die Männer sich von der Zukunft verabschiedet.«

Weibliche Selbstbefreiung?

Was Thea Dorns Repräsentantinnen der neuen F-Klasse angeht, so waren dies im Jahre 2006 in der Hauptsache Frauen, die sich im maskulin dominierten Gesellschaftsund Karrieresystem durchgesetzt und sich einen Namen gemacht zu haben. In ihnen sah die Autorin gar die Frauen der neuen Zeit, den Durchbruch in ein neues Zeitalter.

Die Tatsache, daß ein Teil dieser Frauen in Männerklei-

Urige Gärtnerei mit Hofladen und Gemüse aus eigener Produktion Ausgefallene Beet- und Balkonblumen Riesensortiment an Kräuter- und Tomatenraritäten

1. Mai 10-17 Uhr "Tag der Offenen Gärtnerei" mit Bewirtung Wir freuen uns auf Sie!

ÖFFNUNGSZEITEN

Di. - Fr. 8:30 - 12:30 und 14:00 - 18:00 Uhr Sa. 8:00 - 13:00 Uhr Im Mai haben wir auch montags für Sie geöffnet

> Charlottenstraße 142 74074 Heilbronn Tel 07131/252306

AUM KURZENTRUM



Traditionelle Ayurvedakuren



Seit 1994 in Deutschland. Ruhige Atmosphäre, qualifiziertes, erfahrenes Team; idyllische Lage. Auch Kurzaufenthalte möglich.

Fordern Sie unsere Prospekte an!

www.avurvedakuren.com

Römerstraße 1-3 • 74629 Pfedelbach-Gleichen Tel. 07949 - 590 • www.ayurvedakuren.com



Magnetfeld Therapie Alternative Ganzheitstherapie Ohne Nebenwirkungen für Zuhause?

Über 40 Jahre Erfahrung in Deutschland, direkt vom Hersteller – deshalb preiswert – Erst ausprobieren - bei Erfolg Kaufen -

Wir können... ... wieder schmerzfrei sein

... wieder richtig schlafen ...wieder fröhlich sein ... uns wieder gut bewegen

..wieder beschwingt laufen ... und noch vieles mehr

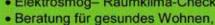
Kostenlose Information: auch für Therapeuten und Ärzte Orth.med.Produkte: H. John, Sudetenhalde 13, 74653 Künzelsau Tel.07940 9393410 Fax:07940 9394 027 email:haraldjohn@gmx.de

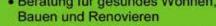
Grün - Klima - Baubiologie

Neutrale Beratungsstelle









Lüftungskonzepte - Raumklimatisierung

denn Gesundheit fängt Zuhause an



Markus Kurz 74229 Oedheim

Baubiologe IBN FAX 07136/911210

1082 · IBN

www.gruen-klima-baubiologie.de

dern, in Männerberufen, bei Männersport und Männerbier ihre Verwirklichung findet, sollte als Beweis herhalten: Frauen können alles, auch (bessere) Männer sein! Doch ist das tatsächlich der Weg der weiblichen Selbstbefreiung?

Was in »Die neue Fnicht hinterfragt Klasse« wird, ist, ob das System, in welchem all dies stattfindet. auch wirklich das richtige ist. Ob es tatsächlich zur Lösung unserer Menschheitsprobleme beiträgt, wenn die Frau dem Manne »auf seinem Irrweg« ebenbürtig ist. Wenn sie als topausgebildete Businesslady an der Illusion vom ewigen Wirtschaftswachstum mitfesthält und gar noch höhere Umsätze anstrebt als ihre männlichen »Konkurrenten«, um sich im großen Haifischbecken zu profilieren. Ob nicht, anstatt Gleichberechtigung im alten System zu suchen, ein ganz neues, »weiblicheres« System ins Auge gefaßt werden sollte. Ein System, in dem Karriere und Ellenbogengesellschaft nur noch eine untergeordnete Rolle spielen. Und ob nicht vielleicht gerade die bei vielen Karrierefrauen häufig unterdrückten weiblichen Qualitäten hierzu die Grundlage bieten könnten. Das Miteinander statt des Karriereund Konkurrenzdenkens, das Verbindende statt des Trennenden, die Versöhnung statt

des Geschlechterkampfes.

Unzweifelhaft hat die Emanzipationsbewegung zu mehr Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern beigetragen und zu einem Erstarken der Frau. Aber ist das Ziel wirklich, die Frau immer mehr zu vermännlichen? Gewichtheberinnen, Boxerinnen, Soldatinnen oder »knallharte Karrierefrauen« hervorzubringen? Ist das die neue F-Klasse?

Solange die Frau glaubt, sie sei dann frei, wenn auch sie endlich all das Sinnlose tun kann, das der seit Jahrtausenden orientierungslos durch die Menschheitsgeschichte torkelnde Mann vollbringt, dann hat sie sich den falschen Götzen auserwählt. Er hat keine Ahnung, wohin die Reise geht. Deshalb befindet sich unsere Welt ja auch in einer Sackgasse.

Nicht orientieren sollte sich die Frau deshalb an ihm, sondern sie sollte ihm Vorbild sein. Sie kann das, was er nicht kann. Sie trägt die geistigen Fähigkeiten in sich, die für die Erneuerung der Welt notwendig sind. Sie könnte ihn in die richtige Richtung führen, anstatt ihm noch tiefer hinein in das Mann-geschaffene Chaos zu folgen. Nur wenn die Frau das erkennt, kann sie wirklich zur Befreiung und Erneuerung der Welt beitragen.

Die vaterlose Gesellschaft

Auch die Männer haben sich ganz sicher noch nicht von der Zukunft verabschiedet. Die Gesellschaft ist im Wandel, und auch der Mann sucht darin seinen Platz. Und das nicht erst seit heute, sondern schon seit langem. Gerade in Deutschland fällt, wenn es um das Thema männliche Orientierungssuche geht, immer wieder der Begriff der »vaterlosen Gesellschaft«. Der Psychologe Alexander Mitscherlich hat auf dieses Phänomen schon vor Jahrzehnten hingewiesen. Unsere fast ausnahmslos wirtschaftsorientierte Welt hat das »menschliche Vorbild« sukzessive vom Lebensbildschirm gelöscht. Wichtig sind nur noch Rollen und Klischees: wir brauchen Macher, Gewinner, Topmanager, Sporthelden, und dazu noch ein großes Heer an »Humanrobotern«, die - flexibel einsetzbar - sich in alle vorgegebenen Arbeitsbereiche einfügen.

Ob diese sich auch menschlich weiterentwickeln und ihren Kindern als Leitbilder dienen, ist eher zweitrangig. Hauptsache, sie dienen dem Ansehen des Landes und der Wirtschaftsmacht, nähren das Bruttosozialprodukt und steigern die Umsätze.

Kinder brauchen jedoch menschliche Leitbilder, jemanden, an dem sie sich orientieren können. Doch an wem soll sich das heranwachsende männliche Wesen heute orientieren? Wo sind die »Lichtgestalten«, denen er nachstreben könnte? Sind es die eigenen Eltern, die oft ebenfalls auf Orientierungssuche sind? Sind es die Filmstars, die Macher und die Sportidole, die er sich zum Vorbild nehmen soll? Oder die neuen (alten) Macho-Modelle, die uns durch den radikalisierten Islam oder Vladimir Putin vorgelebt wer-

Ein Drittel aller Jungen wird heute von alleinerziehenden Müttern großgezogen. Was für den orientierungssuchenden männlichen Jugendlichen noch hinzukommt: Der Ruf des Mannes in der Gesellschaft ist katastrophal schlecht. Und dafür hat er natürlich auch über die Jahrhunderte selbst gesorgt. Wenn es um Themen wie Korruption, Krieg, Kriminalität, religiöser Fanatismus, Unterdrückung der Frau, Naturzerstörung, fehlende Moral oder andere Haltlosigkeiten geht - Themen, die eigentlich die gesamte Menschheit betreffen - ist fast immer zu 99 % der Mann gemeint. Die Frau besetzt hier immer noch die traditionelle Opferrolle. Auf den Mann jedoch ist einfach kein Verlaß.





74225 Nordhausen - Oststr. 10 Tel.: 07135/9859-0 - Fax: 07135/9859-29 mail@kasseckert.de - www.kasserckert.de Viele Gesellschaftsforscher weisen auf die ungesunden Folgen der »ideologischen Feminisierung« der Welt für Familie und Gesellschaft hin. Der Mann verliert immer mehr an Bedeutung, auch innerhalb der Familie. Als Vater hat er oft nur eine Nebenrolle und wird dort mehrheitlich mit negativen Eigenschaften belegt.

Diese Entwicklung währt bereits seit Jahrzehnten. Und so ging - laut Alexander Mitscherlich: »den Kindern der Vater und den werdenden Männern das positive Leitbild zunehmend verloren.« Eine bekannte Familienzeitung schrieb zu diesem Thema: »Verloren war der Vater zuerst in der für das Kind weit weg liegenden Arbeitswelt, aus der er am Abend kurz zurückkam, meistens nicht gut aufgelegt. Viel konnte man von ihm nicht erwarten, denn er hatte schon genug gearbeitet, war müde und wollte nur essen und vor der Glotze sitzen, mit dem Bierkrug in der Hand. Bisweilen war der Vater die richterliche Autorität, an die die Mutter appellierte, um das launische Kind in die etablierte Hausordnung zu fügen.«

Während die Mutter für die »liebevolle Erziehung« der Kinder zuständig war und auch heute noch ist, oblag dem Vater das Mahnen und Bestrafen, womit man sich in der Regel keine großen Sympathien bei seinen Kindern erwirbt.

Der medial dafür gescholtene Sigmar Gabriel macht es anders. Er zieht (zumindest zeitweise) seine Tochter den angeblich so existentiellen politischen Themen vor. Und viele kritisieren und verachten ihn gar dafür. Denn noch immer besteht für dieses Verhalten keine gesellschaftliche Lobby.

Ein anderes Bild der Frau

Ja, das traditionellen Männerbild ist sicher überholungsbedürftig. Wie so vieles in dieser Welt. Aber wie steht es mit dem gesellschaftlichen »Bild der Frau«? Was ist denn eigentlich eine Frau? Was ist das Besondere an ihr, dem Goethe in seinem Satz über »das ewig Weibliche, das uns alle aufwärtsführen kann« ein Denkmal setzte? Was unterscheidet die Frau vom Mann?

Ist es tatsächlich so, daß Frau- oder Mannsein lediglich eine Folge unserer frühkindlichen Prägung und Erziehung ist? Daß Frauen nur deshalb »weiblich« sind, weil man ihnen »fälschlicherweise« Puppen zum Spielen gab und keine Bagger oder Holzbauklötze? Ist tatsächlich die rosafarbene Bettwäsche dar-

an schuld, daß Frauen in unserem maskulingeprägten System zwangsläufig ins Hintertreffen geraten? Oder wird die Frau bereits als Frau geboren und bringt ihre Weiblichkeit mit? Was ist weiblich? Und was ist männlich?

Hier scheiden sich wieder einmal die Geister, wie immer, wenn wir den Menschen auf ein seelenloses, erst durch Zeugung und Geburt entstehendes Wesen reduzieren. Dann liegt die Vermutung nahe, die Gesellschaft sei für sein Wesen verantwortlich. Aus spiritueller Sicht hat der innere Kern des Menschen. sein Geist, sich bereits zu Beginn seiner Wanderung durch die Stofflichkeit für eine der beiden Schöpfungspolaritäten entschieden: für die aktive, vorwärtsdrängende, maskuline Art, oder für die aufnehmende, vermittelnde, feminine Art. Entsprechend dieser Entscheidung inkarniert er in weibliche oder männliche Körper. Er bringt also sein Wesen bereits mit, ehe Eltern oder Gesellschaft Einfluß auf ihn nehmen können.

Dem Männlichen liegt der Drang inne, nach außen zu streben und die Welt zu erobern. Dem Weiblichen die Fähigkeit, Leben zu gebären und durch die feinere Empfindung und ihren Schönheitssinn die Welt zu bereichern und zu veredeln. Beide Arten ergänzen sich und sollten das große Schöpfungsgleichgewicht bilden. Keine ist mehr oder weniger als die andere.

Ganz offensichtlich ist der Selbstfindungsprozeß der Spezies Mensch noch lange nicht abgeschlossen. Und so ist weder die vermännlichte Emanze noch das spätpubertierende »Muttersöhnchen« der Weisheit letzter Schluß. Aber das ist es ja auch, was das Leben so interessant macht – das nichts so bleibt, wie es ist, und sich ständig alles weiterentwickelt.

Zu wünschen wäre, daß die neue F-Klasse überall dort entsteht, wo sich die Frau wieder auf ihr eigenes inneres Wesen besinnt und über die Begrenzungen der maskulin dominierten Gesellschaft hinauswächst. Denn nur so kann sie aufblühen und ein neues Gleichgewicht schaffen.

Wenn sich das männliche Geschlecht dann ebenfalls entschließt, endlich erwachsen zu werden, wird es vielleicht auch irgendwann eine neue »M-Klasse geben«. Halleluja! Oder wie Thea Dorn sagen würde: »Emanzipierte Frauen und Männer aller Länder, vereinigt euch! Nicht nur neue Frauen, sondern auch neue Männer braucht das Land.«

Autor Michael Hoppe

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.



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

info@dernaturbaumarkt.de

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



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

GRANDER WASSERBELEBUNG

Tiele 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 Was-

ser (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 (o) 79 45 - 94 39 69



NATURSCHECK-LESER-STAMMTISCH - in Wüstenrot

Termine: 21.3., 25.4. und 30.5.2016

Seit einigen Jahren findet in Wüstenrot ein regelmäßiger NATURSCHECK-LE-SER-STAMMTISCH statt. Am jeweils letzten Montag des Monats treffen sich ganzheitlich Interessierte zum Gedankenaustausch. Moderiert wird dieser »Gesprächskreis« vom NATURSCHECK-Herausgeber Michael Hoppe.

Themen sind: Familie, Partnerschaft, Wirtschaft, Finanzen, Beruf, Spiritualität, Ökologie, Bildung, etc. Denn in allen Lebensbereichen ist eine ganzheitlichere Weltsicht gefragt.

Beginn ist jeweils 18.30 Uhr. Um 20.00 Uhr wird ein biologisch-vegetarisches Buffet serviert. Und gegen 22.00 Uhr gehen alle wieder nach Hause. Manchmal auch erst um 23.00 Uhr ...

Termine

21.3., 25.4. und 30.5.2016

jeweils 18.30 Uhr bis 22.00 Uhr Ort: Wüstenrot-Finsterrot, Im Gogelsfeld 11 Kosten: 25,- Euro inkl. 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 (o) 79 45 - 94 39 69



10.4.2016 oder 22.5.2016

Am Anfang war das Wort!

Mein ganzes Leben lang habe ich mit der menschlichen Sprache beschäftigt. Mit ihrer Entstehung, ihrer Magie und mit der Wirkung, die das geschriebene oder gesprochene Wort auf uns alle hat. Und immer wieder wundere ich mich, daß nicht alle Menschen ebenso fasziniert von diesem Thema sind. Dabei bestimmt die Sprache doch unsere aller Dasein. Und bereits einige wenige bewußte Umstellungen in unserem Sprachgebrauch können unser Schicksal in eine völlig neue Richtung lenken.

Der Autor Dr. Joseph Murphy riet deshalb allen Menschen: "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.«

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.

Beim Tagesseminar DIE MACHT DER SPRACHE werden folgende Themen behandelt:

- » Die Entstehung der Sprache und der tiefere Sinn der Worte und Buchstaben.
- » Das Wunder der deutschen Sprache.
- » Die fünf Sprachen der Liebe.
- » Wie Sprache heilt

Termine in Wüstenrot: 10.4.2016 oder 22.05.2016 - 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Seminarkosten: 130.- Euro (inkl. Mittagessen und Getränke) Seminarleitung: Michael Hoppe, NATURSCHECK-Herausgeber

Informationen und Anmeldungen: Naturscheck-Magazin mh@naturscheck.de oder unter o 79 45 - 94 39 69

E-Mail: mh@naturscheck.de

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. Claudia Wirz-Heyd

Privatpraxis für Homöopathie, Pflanzenheilkunde ganzheitliche Frauenheilkunde Kinder (ADHS, Infekte...) Wilhelmstr. 16/1 74072 Heilbronn

Tel. 07131-398011 www.heile-sanft.de

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

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

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

www.ayurvedakuren.com

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

Quantenheilung mit Quantenfeld

Transformation. Kostenlose Info-Abende im Großraum SHA Gipfelstürmer Institut

www.Gipfelstuermer-Institut.de

Stein und Duft

Große Auswahl an hochwertigen Mineralien, Edelsteinen und besonderen Schmuckstücken in ausgewählter Qualität. Reine ätherischen Öle, ausgewählte Räucherwerke, Klangschalen, Pendel, Ruten. Kompetente Beratung und Literatur zum Thema Steine, Öle und ganzheitliche Gesundheit. Untere Neckarstraße 16 74072 Heilbronn

Tel: 07131-677699 www.steinundduft.de

Licht Quell

Geistiges Heilen Wirbelsäulen Begradigung Haus- und Wohnraumentstörung

Tel. 07942-520 www.licht-quell.de

Farb- & Stilberatung für Körper, Geist, Seele!

Farbvisualisierung u. -rituale im Alltag, Stärkung d. Immunität, Entspannung, Harmonisierung, Aktivierung d. Selbstheilungskräfte, sanfte Unterstützung und Wandlung seelischer Prozesse.

Tel.: 0163 8045497 Frau Margarete Kranz www.farbberatung-kranz.de

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

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

Sven Poksiva 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

HOTEL & GASTRONOMIE

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

NATURKOSMETIK & NATURFRISEURE

La Silhouette

Naturfriseur – Naturkosmetik Susanne Mietzner Zabergäustr. 2 74336 Brackenheim-Meimsheim

Tel. 07135-9699199

Beatrix Nägele

Naturfrisör & Naturkosmetik Am Schlosshof 1 74354 Besigheim Termine Di – Sa nach telefonischer Vereinbarung

Tel.: 07143-34917

NATUR-, TIER- & UMWELTSCHUTZ

Igelkrankenhaus Stocksberg

Verein der Igelfreunde Stuttgart e.V. Talblick 10 71543 Stocksberg

Tel. 07130 - 40 36 33 www.igelverein.de

Sabine Rücker Naturparkführerin Schwäbisch-Fränkischer Wald

Natur- und heimatkundliche Wanderungen, Burg- und Stadtführungen Löwenstein, Vollmondwanderungen und Keltische Jahresfeste, Wildniscamps und -workshops 71720 Oberstenfeld-Prevorst, Ortsstr. 95

Telefon 07194-9548545 www.sabine-ruecker.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

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: o 79 45-94 39 69. Per Fax: o 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: **13.05.2016** Erscheinungstermin: **01.06.2016**

Gewerbliche und private Kleinanzeigen

GASTRONOMIE

Neueröffnung am 1.3.2016 CAFE-WEINSTUBE

ehemals Württemberger Hof Hauptstr. 6, 97990 Weikersheim Jeder neue Gast erhält ein Getränk und eine Praline nach Wahl. Infos: 0171 - 9 88 16 26

GESUNDHEIT & WELLNESS

Viola-Isabell Keilbach Masseurin und ärztlich gepr. Fußpflegerin

Massagen - Fußpflege Mooranwendungen, Wellness Hauptstraße 35, 74248 Ellhofen Tel. o 71 34 - 18 36 6 www.sportmassage-vitalness. jimdo.com/

Naturheilpraxis M. Woll

Rückenanwendungen, Ausleitungsverfahren; Chelattherapie, Oxyvenierung, Alternative Krebsbegleitung, Pilzheilkunde, Taping, Chiropraktik, Schmerztherapie Werderstr. 121, 74074 HN Informationen:

Tel.: 0 71 31 - 6 42 11 16 www.naturheilpraxis-woll.de

Compass Bioenergetics GmbH Healers Who Share

Heute schon für ein gesundes Morgen - Basisseminar - Level I

am 12. und 13. März 2016 in Löwenstein Prävention der meisten Zivilisationskrankheiten durch quantenphysikalisches Ausschwingen von ererbtem

Negativpotential Kontakt in Ihrer Nähe:

Gudrun Rheinhold Tel. o 71 30 - 99 90

Gesundheitsberatung nach D. Slater www.compass-bioenergetics.de

Heidrun Landwehr HP Psychotherapie

ADHS-Therapeutin Neurofeedback Mediatorin

Dr. Paul-Anton Grathwohl

Neurofeedback
Mediator
Karlsstraße 139/2
74076 Heilbronn
Fon: 07131-6490166
www.landwehr-mediation.de

INITIATIVEN

Solidarische Landwirtschaft Heilbronn-Mosbach

»Sich die Ernte teilen« Qualitativ hochwertige Lebensmittel erhalten unddie regionale Landwirtschaft unterstützen Informationen:

Tel: 07131-702166 solawi.hn@gmail.com www.solawiheilbronn.wordpress.

Naturkosmetik

NAOWA Seminare in Rosengarten:

Meditative Selbstheilabende auf Spendenbasis 1.Di im Monat Yoga Mi & Do 20.00, Kids Mi 17.40-18.40, Teenymädels Mi 18.40-19.40 -1x Schnuppern kostenlos 04.03. Göttinnenabend 05. - 06.03. Deine systemisches Aufstellung 12.03. Weg der weisen Frau: Kräuter & Intuition 13.03. Spirituelle Jahresgr. 18.03. Brustgesundheit

18.03. Frauen Massageaustausch

19.-20.03. Kräuter Jahresgr.

01.04. D. weibl. Zyklus 08.04. Creme kochen

o8.04. Kräuterwanderung 10.04. Energetic Clearing Massage

10.04. Energetic Clearing Massag Ausbild.

15.04. Pflanzenparfum herst. 16.-17.4. Naturkosmetik herst.

22.4. Kräuterabend 23.-24.4. bzw. -30.4. Detox- & Regeneration

Roh- & Wildkost WE o. Kurwoche o7.05. Veganes Rohkost Buffet

o8.o5. Energetic Yoga Ausbild. 14.-15.o5. Pflanzen astrologisch betrachten

20.-22.05. Detox WE

26.05. Frischpflanzen-Kosmetik herst.

27.05. Wechseljahre **www.naowa.de**

Tel.: 07 91 - 9 46 08 12

FÖRDERPARTNER GESUCHT!

nen 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 NATUR-

Der NATURSCHECK erscheint seit Herbst 2009 in den Regio- SCHECK-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 NATUR-SCHECK 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 auf www.naturscheck.de



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 o 79 45 - 94 39 69 oder per E-Mail mh@naturscheck.de

Das NATURSCHECK-Abonnement – Nur 18,- pro Jahr

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 Pa-

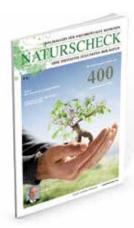
piercontainer landen. Häufig bis zu 80 % der Auflage! Diesen Weg wollen wir nicht gehen. Wir wollen, daß der NATURSCHECK gelesen wird und sich jeder selbst von der Qualität des redaktionellen Inhalts überzeugen kann. Zumal es sich um Themen handelt, die uns alle angehen.

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

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

		(5)
☐ Ja, ich möchte den NATURSCHECK für ein	Jahr zum Gesamtpreis von 18,- E	uro abonnieren.
Ja, ich möchte für ein Jahr NATURSCHECK von 99,- Euro pro Jahr je Quartal 25 Maga		
Ja, ich möchte NATURSCHECK-FÖRDERPA pro Quartal (zzgl. MwSt.) je Quartal 25 Ma und einen kostenlosen Eintrag im ÖKO-BF	igazine, eine Kleinanzeige im NATL	IRSCHECK MAGAZIN
	Beginnend ab Ausgabe:	Frühling Herbst Sommer Winter
Name:	Vorname:	
Straße / Nr.:	PLZ / Ort:	
Telefon	E-Mail:	
☐ Ich bezahle per Lastschrifteinzug	per Rechnung gege	n zusätzliche Gebühr von 1,50 Euro
Kontonummer:	Bankleitzahl:	
Bankinstitut:		
	Datu	m und Unterschrift





Vorschau auf die Ausgabe Sommer 2016



Oskar Ernst Bernhardt, alias Abd-ru-shin

In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts lebten in Deutschland zahlreiche spirituelle Lehrer. Rudolph Steiner haben wir die Anthroposophie (Demeter, Walldorfschulen, etc.) zu verdanken, Oskar Ernst Bernhardt (18.04.1875 - 06.12.1941) das sogenannte Gralswissen. In seinem Buch "IM LICHTE DER WAHRHEIT – Gralsbotschaft von Abd-ru-shin" gibt der in Bischofswerda geborene Schriftsteller einen Überblick über den Aufbau der Schöpfung. Und er ruft alle Leser dazu auf, nur das zu glauben, was sie in sich selbst als wahr empfinden.

Werbepartner dieser Ausgabe

3E-Zentrum, Adventure Company, Armbruster, Arnold Silke Coaching, AUM Ayurvedazentrum, Bäckerei Schmidt, Bäckerei Weber, BESH Bäuerl. Erzeuger, Bike-Arena, Bruckner Fahrradhaus, Büchle, Casa Medica, Christian Jeschke – Achtsamkeitscoach, Der Holzhof, Der Naturbaumarkt, Deutsche Paracelsus, Dr. Eyok, Dr. Jansen, Dr. Kamp Zahnarzt, Dr. med. Pfisterer, Dr. Nadj-Papp, Föll Biohof, Franken Bräu, Fritz Alten- und Pflegeheim, Gärtnerei Umbach, Greeneyemedia, Gunkel Säfte, Haiduk NHP, Haller Löwenbräu, Haus Ahorn, Heldenpraxis, Hibo Lebensraum, HNV - Heilbronner Nahverkehr, Hof Engelhardt, Holz Hauff, Hotel Haus Nicklass, Hotel Rappenhof, John Magnetfeldtherapie, Kasseckert, Klarmodul, Klee 4, Klippel NHP, Knecht Sonnenschutz, Kurz Baubiologie, La Silhouette, Landes Gärtnerei, Layher Baubiologie, Mathias & Partner, Medisol, Merkle NHP, Molkerei Schrozberg, Müller Holzbau, Naturland Bio Obsthof Gräßle, Ökofaktur Janek, Palmbräu Eppingen, Panoramahotel, Peter Hess Institut, Peter Steinhausen – Baubiologie, Poksiva NHP, Quantenharmonie, Renate Pfrombeck NHP, Schloss Langenburg, Scholl Sigrid, Schwarzenhölzer NHP, Schwegler Vogel und Naturschutzprodukte, Schweikert Kachelöfen, Sichersche Apotheke, Silke Lang, Stadt Kirchberg, Stierhof Reformhaus, Touristengem. Hohenlohe, Vistara Haiduk NHP, Waller Baumschulen, Wirz-Heyd - NHP & Ärztin, Zachersmühle - Kulturförderkreis

IMPRESSUM

ISSN 1869-0300

Naturscheck

Regionales Magazin für Natur, Mensch & Umwelt

E-Mail: mh@naturscheck.de

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

Anzeigenleitung

Verlagsbüro Heilbronn Max Glashauser Schirrmannstr.16 - 74074 Heilbronn Tel. 07131-772280 Fax 07131-772281 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 10 00 00

Mobil: 0170-2 19 09 00 E-Mail: ws@naturscheck.de

Produktionsleitung GREENEYEMEDIA

Mehmet Yesilgöz Lerchenstr 60 - 74172 Neckarsulm Tel. 07132 - 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



Bildnachweis

Allgaier Karl Heinz: 13 Bruckner Alfred: 51 Fäber Günter: 50 Fam. Held: 65 Haus Ahorn: 64 Häusermann Olga: 66 Hoppe Michael: 3 Irion Mirko: 54 iStockphoto: U2, 4, 13, 16, 56, 59, 61, 65, 68, 70, 71, 77 Janek Thilo: 47 Koch Tanja: 61 Komplett Media Verlag: 13 Lacour Michael: 59 Lang Silke: 67 Meyer-Heinerich Beate:

5, 52, 53

Molinari Piero: U1, Müller Dirk: U1, 5, 6, MyEric: 63 Pater Gerhard: 59 Santamaria Teresa: 30, 31, 32, 33 Scholz Andreas: 5, 28, 29, 34, 38, 40, 41, 48 Seidel Irene: 62, 63 Tolle Eckhart: 14 UVO: 76 Willenbacher Matthias: 5, 42 Wonderbag: 60 Yesilgöz Mehmet: U1, 5, 24



Solero E8
E-Bite 28 Zoll
Annus sh-stree

BOSCH Active Line Mittelmolor
400 Wh, Reichwester bis zu 190 km
Shimano Alivio 8-Gang Schallwerk
Hydraulische Schelinwerfer vom
Display aus bedienkar

Fahrradhaus Bender GmbH Koepffstraße 7 - 13 74076 Heilbronn Tel: (0 71 31) 96 15-0 www. bikearena-bender.de

Öffnungszeiten:

Mo-Fr 9.30 - 19.00 Uhr Samstag 10.00 - 16.00 Uhr



FINANZIEREN ZUM NULLTARIF!



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







