DAS MAGAZIN FÜR EIN NEUES ÖKOLOGISCHES BEWUSSTSEIN

NATURSCHECK

www.naturscheck.de

AUSGABE WÜRTTEMBERG NORD

*EUR 3,50

*Die Maximierung der Menschlichkeit

Interview mit der Autorin und Sozialunternehmerin SINA TRINKWALDER

*NEUE HELDEN BRAUCHT DAS LAND

Über Weicheier, Warmduscher und andere Erziehungsmodelle

*DER BIENEN-SIEBENSTERN

Ein aktiver Beitrag zur Heilung unserer Mutter Erde

*UNSER TÄGLICH BROT GIB UNS HEUTE ...

Aber bitte vom Bäcker

*HEILKOSMETIK AUS DER NATUR – Interview mit der Autorin und Heilpflanzenexpertin Myriam Veit

ISSN: 1869-0300

NATURSCHECK – SelbstheilungsTage 2016 – 18.09., 16.10. und 13.11.2016

In jedem Menschen steckt ein Heiler. Wir können sowohl zu unserer eigenen als auch zur Genesung unserer Mitmenschen aktiv beitragen. Dazu bedarf es keiner schwer erlernbaren Techniken und auch keines Universitätsstudiums. Es genügt, sich innerlich richtig einzustellen und sich für die Heilkraft zu öffnen. Wir haben alle Schlüssel zur Heilung selbst in der Hand!

An den NATURSCHECK-SELBSTHEILUNGSTAGEN steht nicht die »Theorie des Heilens« im Mittelpunkt, sondern die sofortige praktische Umsetzung. 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
»NATURSCHECK-SELBSTHEILUNGSTAG«
18.09., 16.10. und 13.11.2016
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-Herbstausgabe 2016.

Während sich immer mehr Menschen für ein neues Bewußtsein öffnen, treibt auch der alte Wahnsinn weiter seine bunten Blüten. Die Medien dienen dabei als wohlfeiler Multiplikator. Jede »Untat« wird medial ausgeschlachtet. Anstatt sich in Zurückhaltung zu üben, um potentiellen Nachahmern keinen Anreiz zu liefern, stürzt man sich katastrophengeil auf jeden »Schreckens-Event«. Kaum geht der Notruf ein, werden auch schon die ersten wackligen Handyvideos gezeigt und im Liveticker die Opferzahlen gepostet. Sogenannte Terrorismus-»Experten« geben zu allem ihren Senf ab. Dabei wird wild herumspekuliert - anstatt einfach abzuwarten, bis sich ein klares Bild ergibt.

Stehen die Täter schließlich fest, wird deren Gesicht wochenlang durch die Medien gezerrt, werden Nachbarn interviewt und Familiengeschichten breitgetreten. Die Opfer hingegen sind kaum eine Zeile wert.

Doch wozu das alles? Warum machen sich die Medien immer wieder zum Helfershelfer und Kooperationspartner all jener, die mit ihren Wahnsinnstaten genau das bezwecken wollen? Warum entzieht man ihnen nicht die mediale Aufmerksamkeit, anstatt sie ständig zu motivieren?

Diesen und anderen Fragen widmen wir uns im neuen NATURSCHECK-Magazin. Denn wir leben in einer sehr, sehr interessanten Zeit. Ein neues Bewußtsein entsteht, und der große Transformationsprozeß ist in vollem Gange. Was sich niemals ändert, sind die höheren Gesetzmäßigkeiten, die unser Leben regulieren und im Gleichgewicht halten. Sie existieren seit Anbeginn der Zeit und haben auf ewig Bestand. Genau wie wir Menschen. Auch wir sind schon immer da und entwickeln uns Schritt für Schritt vom unbewußten Geistkeim zum vollbewußten Geistesmenschen. Wenn wir es so wollen! Denn niemand kann uns dazu zwingen, zu erwachen und unsere individuelle »Heldenreise« anzutreten. Wir sind selbst die Architekten unseres Schicksals.

Wie anders aber wird unser menschliches Zusammenleben sein, wenn immer mehr Menschen diese Entscheidung treffen und wir die höheren Gesetzmäßigkeiten zur Grundlage unseres gemeinsamen Erdendaseins machen. Dann ändert sich alles. Harmonie, Leichtigkeit und Lebensfreude erwachen. Der Nebel lichtet sich, und wir treten ein in unsere wahre Bestimmung, die darin liegt, uns gegenseitig aufwärtszuhelfen. Dabei alles zu veredeln, womit wir auf unserer Reise in Berührung kommen. Achtsam, bewußt und menschlich zu sein. Frieden zu stiften mit dem, was wir denken, sprechen und tun.

Klingt das zu idealistisch? Ist es aber nicht. Viele Menschen auf diesem Planeten handeln bereits danach, auch wenn diese nicht in den Schlagzeilen unserer »negativ-programmierten« Massenmedien erscheinen. Es gibt sie! Und es ist niemals zu spät, selbst zu einem neuen Menschen zu werden. Alles beginnt mit dem ersten Schritt!

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

Michael Hoppe und das
Naturscheck-Team

Bewußtsein

14 Neue Helden braucht das Land

18 Aktuelle Kurznachrichten

30 Digitalisierung der Arbeit

34 Brot – Regionale Vielfalt

66 WWW – WasWäreWenn?

Gesundheit & Medizin

25 Kindergesundheitskongreß

49 Gesundes Saunieren

70 Tiere und Immunsystem

Interviews

6 Sina Trinkwalder

26 Myriam Veit

46 Elke Tegel

52 Dirk Müller

62 Nico Paech

Mensch & Kultur

50 Werden Sie zum Helden

Regionales

17 Bienen Siebenstern

28 Neckar-Schwarzpappel

38 Regionaler Genußführer

56 Ganzheitliches Bauen

Serien

45 Biokochen mit Frau Koch

63 Kräuterkolumne von Pater Gerhard

Film & Buch

74 The Big Short

Seminare

69 Russische Informationsmedizin

69 Retreat mit Han Shan

77 Die Macht der Sprache

U3 Eine magische Minute

Branchenbuch & Kleinanzeigen

78 Branchenbuch & Förderpartner

79 Kleinanzeigen

Vorschau / Abo

81 Abonnement

82 Werbepartner dieser Ausgabe

82 Vorschau

Impressum 82

Niko Paech

Für den Autor und Konsumforscher Prof. Dr. Niko Paech verkörpert das komplette TTIP-Vertragswerk eine Antithese zur Nachhaltigkeit. Im Naturscheck–Interview erklärt er, warum er dieser Meinung ist.

Myriam Veit

Seit Jahrtausenden verwenden Menschen heilkräftige Pflanzen und duftende Kräuter. Bevor es Bücher oder das Internet gab, fand der Zugang in diese geheimnisvolle Welt über die Intuition statt. »Das ist heute noch immer möglich«, erklärt die erfahrene Kräuterfrau Myriam Veit.

Tiergesundheit

Um bei wechselhaftem Wetter und in der kalten Jahreszeit gesund zu bleiben, brauchen Tiere ein stabiles Immunsystem. Tierhalter können mit einfachen Maßnahmen viel dazu beitragen, das Immunsystem ihrer Tiere zu unterstützen, um Krankheiten vorzubeugen.

Unser täglich Brot

Deutschland ist Brot-Weltmeister. Die Globalisierung macht jedoch auch vor dem Brot nicht Halt - und so gehören Billig-Backshops mit tiefgefrorenen Aufbackrohlingen aus China inzwischen ebenso zum Gesamtbild wie Bio-Bäckereien oder die Renaissance der ländlichen Backhäuschen.

Sina Trinkwalder

Sina Trinkwalder studierte Politik und Betriebswirtschaft und war erfolgreich im Marketing tätig. 2010 wechselte sie die Seiten und gründete „manomama“, das erste textile Sozialunternehmen Deutschlands. In dieser Kleidermanufaktur werden von ehemals arbeitslosen Näher/innen innerhalb einer regionalen Wertschöpfungskette ökosoziale Bekleidung und Accessoires produziert.

Der gläserne Arbeitnehmer im digitalen Zeitalter

Bei der politisch gewollten Hightech-Strategie dominiert das Schlagwort »Industrie 4.0«. Doch trotz all der Zukunftshoffnungen von Industrie und Politik gibt es Indizien, die dafür sprechen, daß durch den Wandel zur digitalen Arbeitswelt der Leistungsdruck für Mitarbeiter nicht etwa abnimmt, sondern sich noch weiter verschärfen wird.

Die Maximierung der Menschlichkeit

Sina Trinkwalder studierte Politik und Betriebswirtschaft und war erfolgreich im Marketing tätig. 2010 wechselte sie die Seiten und gründete „manomama“, das erste textile Sozialunternehmen Deutschlands. In dieser Kleidermanufaktur werden von ehemals arbeitslosen Näher/innen innerhalb einer regionalen Wertschöpfungskette ökosoziale Bekleidung und Accessoires produziert. Für ihr ökologisches und soziales Engagement wurde Sina Trinkwalder mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. 2015 erhielt sie das Bundesverdienstkreuz.

Wie kommt man eigentlich auf die Idee, aus dem gut bezahlten Marketingbereich auszusteigen, um – völlig branchenfremd – im desolaten deutschen Massentextilbereich Fuß zu fassen?

Sina Trinkwalder: Eigentlich war Textil überhaupt nicht mein Plan! Im Gegensatz zu vielen anderen Mädchen hat Modedesign mich in meiner Schulzeit Null interessiert. Ich hätte ab einem bestimmten Punkt in meinem Leben im Grunde auch ganz woanders landen können, da die Branche für mich letztlich nur so etwas wie ein Vehikel war, um die ökosoziale Idee zu transportieren, von der ich überzeugt war.

Vor dieser Erkenntnis entsprach der Job in der Werbeagentur, für den ich mich nach meinem Studium entschieden hatte, zunächst viel eher meinen Vorstellungen. Mich störte allerdings recht bald schon, daß es in der Werbewelt leider gar nicht um Menschen geht, sondern nur darum, den Konsumkreislauf weiter und weiter anzuheizen und Produkte an den Mann zu bringen, die im Grunde keiner braucht. Sie wissen ja: Entweder man sagt die Wahrheit, mit der man nichts verkaufen kann, oder man wendet sich an die Werbeabteilung und kreiert ein Marketingmärchen. Das Problem ist mittlerweile nur, daß die Nummer mit dem sorglosen Konsum längst durch ist! Die Kauf-Dich-glücklich-Botschaft ergibt schon lange keinen Sinn mehr, da man mit ihr rein gar nichts zur Verbesserung der Gesellschaft beiträgt.

Irgendwann griff die für Konsum so wichtige Logik, Geld sei wichtiger als alles andere, auch bei mir nicht mehr. In Wirklichkeit ist es relativ einfach zu verstehen, daß es nichts Wichtigeres geben kann … als *Menschen* und unsere Beziehungen zueinander! Inmitten des größten Erfolgs in meiner Agentur entbrannte also in mir die Sehnsucht, etwas mit Menschen zu machen, anstatt durch sie, und deshalb verlor meine bisherige Tätigkeit bald auch jeden Reiz.

In mir begann es zu rattern. Ich fragte mich, ob die Zukunft der Arbeit nicht sein könnte, sich konsequent für die Gemeinschaft einzubringen. Wieso also kein Unternehmen gründen, das radikal auf menschlichen und nicht monetären Gewinn ausgerichtet ist?! Am Ende eines langen Denkprozesses stand für mich fest, daß ich genau mit den Menschen einen Neuanfang wagen wollte, die in unserer Gesellschaft die meiste Unterstützung benötigen! Fündig wurde ich bei denen, die in meiner Unternehmung mittlerweile wunderbar Fuß fassen konnten und den Erfolg erst möglich gemacht haben, also alleinerziehende Eltern, Menschen mit Migrationshintergrund, Personen mit Behinderungen, Senioren, Ex-Sträflinge usw. – diejenigen eben, die bei den »HR-Abteilungen« (Human-Resource) landauf, landab als »nicht einstellungswürdig« oder als Menschen mit »multiplen Vermittlungshemmnissen« tituliert werden! Außerdem war Augsburg, der Sitz meiner Unternehmung »manomama«, vor dem Niedergang des Industriezweigs, eine der Textilhochburgen Deutschlands. An so eine Tradition kann man doch, wenn man schon einen radikalen Neuanfang sucht, anknüpfen, oder (lacht)!?

Als ob der Branchenwechsel nicht risikoreich genug wäre, basiert Ihre Unternehmung nicht wie heute üblich auf Gewinnsteigerung, sondern auf »Maximierung der Menschlichkeit«. Können Sie uns erklären, was damit gemeint ist und wie Sie das praktisch umsetzen?

Sina Trinkwalder: In der konventionellen Wirtschaft ist das oberste Ziel, billig zu produzieren und möglichst teuer zu verkaufen, alles, um eine möglichst hohe Marge zu erzielen. Ich wollte aber nicht mehr auf diese Weise arbeiten, nicht, nachdem mir klar wurde, daß diese »Mehr-ist-nicht-genug-Neurose« immer auf Kosten der Arbeiter geht und zu Raubbau auf unserem Planeten führt. Unternehmen müssen sich heute mehr denn je fragen, ob ihre Legitimierung weiterhin auf dem zweifelhaften Paradigma der Gewinnmaximierung basieren soll, oder ob man nicht besser gemeinwohlorientiert arbeitet, also die sozialen und ökolo-

klarmodul ENERGIE

Photovoltaik
Installation und Reinigung
Elektrotechnik
Wärmepumpen
Gebäude-automatisierung

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

- BERATUNG
- DESIGN
- OFFSETDRUCK
- DIGITALDRUCK
- DIREKT MARKETING
- FINISHING
- LOGISTIK

- KLIMANEUTRALE PRODUKTION
- PAPIER AUS NACHHALTIGER WALDWIRTSCHAFT
- ÖKOLOGISCHE DRUCKFARBEN
- PROZESSLOSE DRUCKPLATTEN
- ÖKOSTROM
- KLIMANEUTRALER FAHRZEUGPARK

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

gischen Folgen seiner Unternehmung in den Mittelpunkt stellt.

Bei manomama beweisen wir täglich aufs Neue, daß man sowohl sozial als auch erfolgreich sein kann, einfach in dem man die Wertschöpfung der Menschen wieder *wertschätzt*! Das bedeutet in der Praxis, daß man seine Mitarbeiter ordentlich bezahlt, oder daß man Arbeitsplätze und Rahmenbedingungen schafft, die nicht krank machen oder psychischen Streß erzeugen. Ich habe aufgrund dieses sozialen Ethos' übrigens auch nie meine Lieferanten unter Druck gesetzt, wie sonst üblich in der Wirtschaft, sondern ich bitte die Partner darum, uns den Preis zu nennen, den sie für ihr Produkt benötigen und den wir noch bezahlen können.

Ein Lieferant war z.B., nach dem er sein Angebot abgegeben hatte, ziemlich erstaunt darüber, daß wir es einfach ohne zu feilschen angenommen haben. Er rief mich also an und fragte verdutzt, wieso wir nicht handeln würden? Jeder würde das doch so machen. Ich erklärte ihm dann, warum wir das anders handhaben und was wir damit gesellschaftlich verbinden. Das Ende vom Lied: er gewährte uns von sich aus einen wirklich fairen Preisnachlaß.

In meiner Wirtschaftswelt bräuchte man schlicht keine Einkäufer, die wären bei mir alle arbeitslos! Nachdem sich das herumgesprochen hatte, bekam ich immer gleich realistische Angebote und es wird seither nicht mehr gehandelt. Ich bin auf diese Weise bislang immer gut gefahren und noch nie über den Tisch gezogen worden. Es ist eben nie ein Fehler, Menschen zu vertrauen, es ist immer nur ein Fehler, in Geld zu vertrauen!

Ökosoziale Bekleidung bedeutet aber auch, regional zu denken. Wenn möglich, wird deshalb alles in Augsburg und Region hergestellt oder aus einem Umkreis von maximal 250 Kilometer angeliefert. Außerdem werden unsere Textilien komplett in der gläsernen Manufaktur hier vor Ort produziert. So leben wir das hier. Uns reicht es, wenn die Null am Ende des Jahres schwarz ist, wir wollen uns ja nicht zum Sklaven von ständig steigenden Renditewünschen machen, hinter denen nur die Automatismen einer entfesselten Gier wüten. Wenn bei uns ein wenig übrigbleibt, wird das Geld reinvestiert, oder es kommt den Mitarbeitern zugute, z.B. in Form eines schönen Sommerfestes. Es ist aber auch nicht so, daß es sich hier um so ein komisches Sozialhilfeprojekt handelt, bei dem wir abends am Lagerfeuer sitzen und Gitarre spielen! Wir haben noch nie irgendwelche Fördermittel oder Subventionen erhalten. Wir haben nicht einmal Schulden bei der Bank. Unsere 150 Mitarbeiter und ich tragen uns selbst, aus eigener Kraft.

Welche gesellschaftliche Vision verbinden Sie mit manomama? Oder anders gefragt: Welche Probleme plagten Sie so sehr, daß Sie sich sagten: »Fertig aus, jetzt geh' ich's anders an!«?

Sina Trinkwalder: Das war kein Entschluß, den ich von heute auf morgen getroffen habe, zumal ich an meiner vorherigen Firma auch gehangen bin. Diese Art Unzufriedenheit wächst langsam. Es gab 2009 allerdings ein für mich doch relativ prägendes Schlüsselerlebnis. Ich hatte damals eine längere Zugfahrt vor mir und wollte zuvor am Bahnhof noch Altpapier entsorgen. Nachdem ich am Container war, fiel mir auf, wie ein Obdachloser mei-

nen Zeitschriftenmüll wieder herausfischte. Ich fragte ihn ziemlich naiv, ob er diese Blätter auch so gerne lesen würde, woraufhin er mir erklärte, daß ihn die Zeitschriften inhaltlich gar nicht interessieren, ihm ging es viel mehr um die bunten Umschlagsseiten. Vor den Feiertagen seien die ideal, um daraus Weihnachtsschmuck zu basteln und das öde Leben auf der Platte ein wenig erträglicher zu machen.

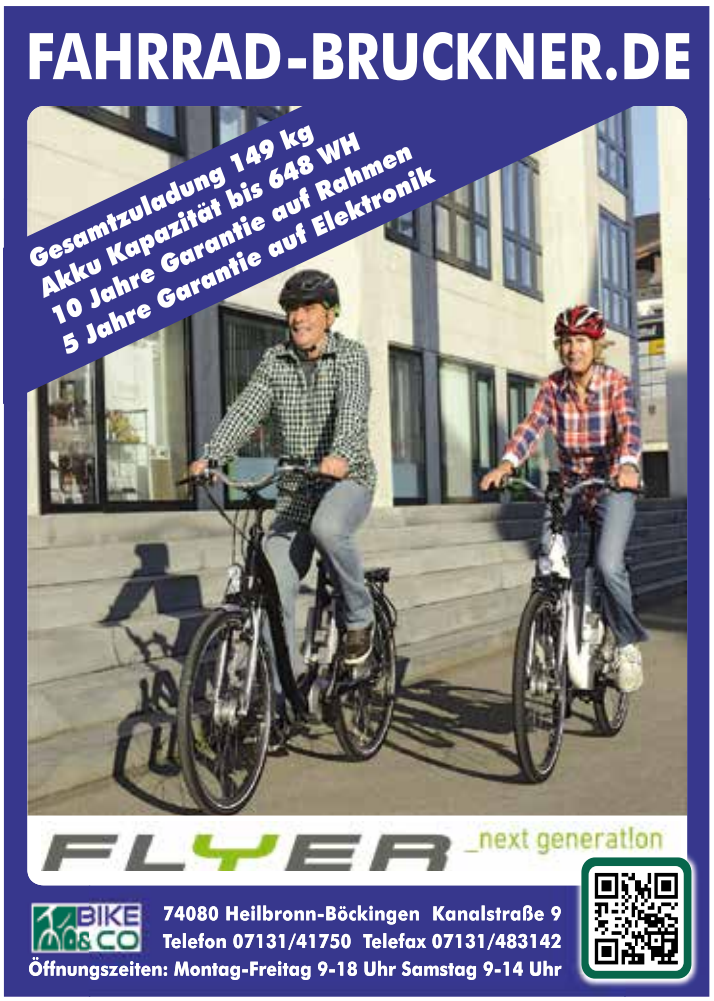
Ich schmeiße alle möglichen Dinge einfach so weg, dachte ich, und andere Menschen sind gezwungen, daraus noch etwas zu machen. Dem Mann, das war ganz offensichtlich, fehlten grundlegende Dinge, wie eine geregelte Arbeit oder ein Dach über dem Kopf. Da sich politisch allerdings niemand für diese Menschen interessiert, fristen sie meist ein Leben auf dem Abstellgleis, ohne kulturelle Teilhabe, ohne gesellschaftliche Relevanz. Mir schoß durch den Kopf, daß diese Gleichgültigkeit doch auch eine Auswirkung auf unser Miteinander haben muß. Schließlich erkennt man die Güte einer Gesellschaft am Umgang mit Behinderten, Kranken oder Schwachen. Es konnte doch nicht sein, daß wir diese Menschen einfach ignorieren und ausgrenzen.

Nach der Unterhaltung stieg ich ziemlich nachdenklich in den Zug. Auf der Fahrt wurde es mir aufgrund des Erlebnisses jedoch von Station zu Station klarer: Es ging nicht mehr! Ich mußte raus aus dem alten Job und etwas Sinnvolles tun. In Stuttgart hat mir der liebe Gott dann einen Herrn, so Mitte 60, ins Abteil geschickt, der mich, weil ich wohl ziemlich komisch aus der Wäsche geschaut haben muß fragte, ob alles in Ordnung sei. Da ich von der Begegnung noch beeindruckt war, habe ich ihm ohne zu zögern meine Gedanken und die für mich mittlerweile klar ersichtliche Schlußfolgerung anvertraut, nämlich, daß ich von nun an etwas ganz anderes im Leben machen wollte, etwas, bei dem ich ein gutes Gefühl haben kann. Ich ging eigentlich davon aus, daß der Herr mir nach dieser Ansage auf die Schulter klopfen und mich loben würde. Pustekuchen! Im breitesten Schwäbisch bekam ich zu hören, daß das »de gräschde Scheißdreck isch, den er je g'hört hät!«. Aber danach hat er den wirklich wichtigen Satz gesagt: »Wissen Sie, es ist nicht wichtig, ob *Sie* Sinn in ihrer Arbeit sehen, wichtig ist, ob das, was sie tun, relevant für die Gesellschaft ist!«. Das war wirklich beeindruckend, denn er hatte einfach recht.

Es ist wahnsinnig egoistisch zu sagen, ich mache nur noch die Dinge, mit denen ich mich persönlich wohlfühle, da kann ich gleich Charity oder Yoga machen! Wenn ich meine heutigen Tätigkeitsbereiche betrachte, dann finde ich mehr als die Hälfte der Arbeiten wenig reizvoll, aber sie sind eben relevant für die Gesellschaft. Dennoch macht mich mein Job heute summa summarum viel glücklicher, als die Tätigkeit zuvor in der Agentur.

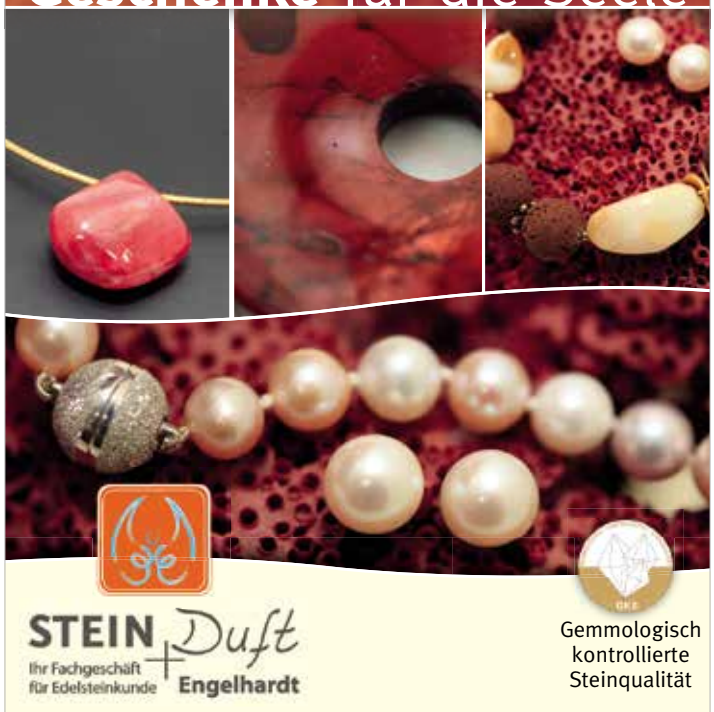
Sie sagen, manomama sei radikal ökologisch geworden, weil Sie zuvor die Produktionsprozesse Schritt für Schritt durchgegangen sind und die damit verbundenen Probleme analysiert haben. Können Sie uns diesen Prozeß ein wenig schildern?

Sina Trinkwalder: Es ist ja mittlerweile ziemlich trendy, grün zu produzieren; wegen der Umwelt, den Tierchen und der Kinderarbeit und so. Ich kann nur sagen: Vergessen sie die Wohlfühlmärchen der Werbung! Für die Industrie wird ein Produkt nur deshalb grün »an-



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

Tu dir was Gutes
Geschenke für die Seele



STEIN + Duft
Ihr Fachgeschäft für Edelsteinkunde
Engelhardt
Gemmologisch kontrollierte Steinqualität
Untere Neckarstraße 16
74072 Heilbronn
Tel.: 07131-677 699
www.steinundduft.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10.00 - 18.30 Uhr
Sa: 10.00 - 16.00 Uhr

gestrichen« – mehr ist es am Ende nicht –, weil Unternehmen auf diese Weise ihre Erzeugnisse besser verkaufen können! Punkt. Der Handel betreibt aus dieser Motivation heraus bewußte Verbrauchertäuschung und soziale Schönfärberei und führt die Kunden hinters Licht.

Da der heutige Konsument zu faul ist, selbst zu denken und Verantwortung zu übernehmen, kann die Industrie allerdings auch relativ einfach verschleiern, lügen und betrügen. Getrieben von Gier und im Auftrag eines Kunden, der scheinbar ein »Billig ohne Wenn und Aber« toleriert, artet das ganze Konsumspiel zu einem Tanz um den Gewinn aus, jenseits aller Moral und Ethik. Klar haben viele Konsumenten ein schlechtes Gewissen und wollen etwas tun. Die Welt wird aber nicht besser, wenn wir mit derselben oberflächlichen Haltung wie zuvor »selektiv einkaufen« und glauben, fairer Konsum könne die Welt verbessern! Da »fairarschen« wir uns, wie ich es in meinem Buch beschreibe, nur selbst.

Wenn man, um auf Ihre Frage zurückzukommen, die Wertschöpfungskette eines Textilbetriebes betrachtet, dann sollte die wichtigste »Ökofrage« viel eher sein, wie man den Arbeitsplatz gestalten muß, damit Menschen ihren Job möglichst lange verrichten können. Es sind die Arbeiter, bei denen die grüne Idee zuallererst greifen muß, damit wir später auch von einem ökologischen Produkt reden können! Grüne Marketingphrasen hingegen, da sollten wir uns nichts vormachen, dienen immer nur den ökonomischen Interessen der Industrie.

Als wir damals den Textilbereich analysiert haben, war uns die Antwort auf obige Frage aufgrund unserer sozialen Ausrichtung schnell klar: Wir müssen komplett auf den ganzen chemischen Mist verzichten, der die Angestellten krank macht. Kein Arbeiter will, daß seine Finger geschwollen und blutig sind, nur damit der Endkunde ein »Antischwitz-« oder Antischmutz-Hemd hat! Dafür hat man ja eine Waschmaschine! Genau durch solch einen Marketingmist wird Ökonomie erst menschenverachtend. Wer ökologisch und sozial denkt, der kommt nicht umhin, die ganze Chemie wegzulassen.

Der Mittelpunkt unserer unternehmerischen Ausrichtung ist deswegen die Wertschätzung menschlicher Leistung und Erfahrung. Unser erstes Hemd, das Modell »Marlies«, heißt beispielsweise so, weil uns die alte Marlies aus Augsburg beibrachte, wie früher Manschettenknöpfe im großen industriellen Stil angenäht wurden. Es gab hier einfach niemanden mehr, der sich noch mit textiler Massenproduktion auskannte. Es kann dir in Deutschland eben keiner mehr sagen, wie man produktiv wertschöpft, da wir es nur noch gewohnt sind abzuschöpfen. Wir holen das Zeug billig aus dem Ausland und verkaufen es dann teuer weiter, mehr geschieht bei uns im Grunde nicht mehr …

Deutsche Unternehmen produzieren in Billiglohnländern, um den hiesigen Verbrauchern billige Waren anzubieten. Wo liegt der Denkfehler in diesem Satz?

Sina Trinkwalder: In dem Wort »billig«! Unser Billig ist in Wirklichkeit ziemlich teuer! Die Wertschöpfung eines Produktes kostet nun einmal seinen Preis und irgendjemand muß am Ende des Tages die Zeche zahlen. Wir verschieben die Kosten allerdings in die nächste Generation oder in einen anderen Erdteil. Der wahre Preis versteckt sich innerhalb unse-

rer globalisierten Ökonomie dabei so gut, daß die meisten gar nicht auf die Idee kommen, an unseren Umständen könnte etwas nicht stimmen. Die Flüchtlingsströme verdeutlichen aber z.B., daß dieses Discount-System auf Raubbau am Menschen basieren *muß*! Die Menschen kommen ja nicht zu uns, weil denen langweilig ist, sondern weil deren Lebensraum nicht zuletzt durch unser Einwirken keine Möglichkeit für eine menschenwürdige Existenz mehr bietet. Wenn jemand auf der einen Seite des Globus nämlich mit wenig Arbeit viel Geld verdient, muß logischerweise auf der anderen Seite jemand mit viel Arbeit wenig Geld verdienen! Das derzeitige System schaltet die Menschen auf diese Weise automatisch auf Kampfmodus und das wird zunehmend gefährlich!

Die Billigschiene ist in Wirklichkeit ein Teufelskreis; wir verlagern gute Arbeitsplätze in Billiglohnländer, reduzieren dadurch Kaufkraft im Inland und schaffen so bei uns Arbeitslose oder prekär Beschäftigte. Diese seien dann auf den Discounter »angewiesen«. Die Industrie wiederum kann durch dieses Scheinargument in Niedriglohnländern nahezu protestlos unter miesen aber billigen Sozialstandards produzieren und – nur darum geht's – Kasse machen! Für diese perverses System bezahlen dann z.B. 1124 Näher/Innen in Bangladesch mit ihrem Leben. Ist halt so, sagt man sich dann bei uns kurz betroffen, schickt ein wenig Geld hin, kauft vermeintlich grün ein und am Ende des Tages geht alles so weiter. Das Deprimierende dabei ist, daß laut einer Studie 96% der jungen Menschen über derlei globale Mißstände gut informiert sind. Leider spielt jedoch dieses Wissen bei den Konsumentscheidungen keine Rolle.

Noch perverser wird dieses Billig-System, wenn es im Drittweltland durch die reiche Elite an den eigenen Landsleuten praktiziert wird. Fabrikbesitzer in Bangladesch z.B. machen auf diese Weise fantastische Geschäfte. Das sind oft junge Firmeninhaber in der zweiten Generation, die größtenteils im Westen studiert haben. Wenn die ins Land zurückkommen, dann denken die sich, das geht alles noch viel besser! Wir beuten jetzt nicht nur die Arbeiter aus, sondern wir maximieren – weil das bislang vergessen wurde – auch noch den Gewinn! Das ist Raubtierkapitalismus der schlimmsten Art … den diese Typen von uns gelernt haben.

Echte Fairneß fängt immer bei uns selbst an. Wenn ich faire Produkte möchte, dann muß ich erst einmal fair zu den Produkten und der Wertschöpfung sein, sprich, ich muß wieder anderer Leute Schweiß wertschätzen lernen! Ich muß ja nicht jeden Tag gedankenlos billige Hemden oder Lebensmittel kaufen, die ich dann mangels Wertschätzung einfach so wegschmeiße. Ich persönlich ersetze nur noch und zwar durch Produkte, die preiswert, also im wahrsten Sinne des Wortes ihren Preis wert sind! Ich esse auch nicht mehr das, was mir die Werbung versucht schmackhaft zu machen, sondern ich emanzipiere mich davon, indem ich selbst aktiv werde und mir z.B. meinen eigenen Joghurt mixe. Ich gehe zu Fuß zur Arbeit, treibe Sport und fühle mich dadurch gesünder und kreativer. Verantwortung übernehmen bedeutet doch nichts anderes, als die tagtäglichen Fragen und Probleme durch *eigenes Erleben und Nachempfinden* zu beantworten! Nur durch Eigenverantwortung befreit man sich von dem korsettartigen Lebensstil, den sich

die Industrie für uns ausgedacht hat und findet zu einem selbstbestimmten Leben zurück, nach dem wir uns doch eigentlich so sehr sehen.

Was paßt Ihnen an Fairtrade-Siegel bei Aldi und anderen Discounter nicht? Ist es nicht gut, wenn »Drittwelt-Bauern« ihre Waren in großem Stil verkaufen? Oder werden wir mit dem »Ablaßhandel mit Zertifikaten«, wie Sie es nennen, ebenfalls »fairarscht«?

Sina Trinkwalder: An Fairtrade paßt mir das ganze System nicht! Hier hat sich ein »Gewissensmarkt« entwickelt, der so ähnlich funktioniert, wie seinerzeit der Ablaßhandel bei der katholischen Kirche. Würden wir auf Augenhöhe mit den Rohstofflieferanten aus den Entwicklungsländern sprechen, bräuchten wir dieses »Bonusmeilensystem« nicht. Wir würden dann einfach von Anfang an sauber das bezahlen, was der dortige Bauer benötigt. Wir arbeiten seit kurzem mit Rohstofflieferanten aus Afrika und Südamerika. Wir betreiben dort allerdings kein Fairtrade, sondern, weil wir direkt mit den Bauern handeln, »Directtrade«, und das funktioniert sehr gut.

Was ich an dem Siegel persönlich schlecht finde, ist die Tatsache, daß wir im Augenblick riesige Überschüsse haben. Im Grunde haben wir hier dasselbe Problem wie in der konventionellen Landwirtschaft, auf die der Fairtrade-Gedanke eigentlich ja auch nur draufgestülpt wurde. Eine gute Idee auf ein krankes Wirtschaftssystem zu stülpen, macht das System aber nicht besser, sondern die an sich gute Idee kaputt!

Bei Fairtrade werden nicht die Ärmsten der Armen gefördert, sondern nur jene Bauern, die sich die Zertifizierung leisten können. Außerdem wird dermaßen überzertifiziert, daß man auf der Ware sitzen bleibt. Nur 13% der so produzierten Baumwolle und 7% des Tees konnten mit dem Siegel verkauft werden. Der Rest wird eingelagert, weil er wegen des Preises keinen Abnehmer findet – genauso, wie bei konventioneller Ware eben. Aus diesem Grund ist es gang und gäbe, Fairtrade-Waren heimlich auch ohne Siegel zu verkaufen. Bei Mischprodukten ist es noch dreister: da genügt schon ein Fairtrade-Anteil von ca. 20%, um ein Siegel zu erhalten und es so bei Lidl & Co. zu platzieren. Mit dem sog. Mengenausgleich, z.B. bei Fruchtsäften, ist es zudem möglich, daß ein Saft noch als Fairtrade bezeichnet werden kann, wenn von 5000 Früchten eine faire beigemischt wurde. Da kann das Produkt also »Spuren von Fairness« enthalten!

Ich finde, ein Grundanstand muß in der Wirtschaft wieder Einzug halten, denn nur Anstand und Respekt trägt uns auf Dauer! Alles andere bringt so viele üble Rückwirkungen, daß die Rechnung für uns am Ende richtig teuer wird. Moral und Ethik ist allerdings immer eine Frage der Erziehung, also des Elternhauses und nicht des Studiums. Es könnten viele ethische Grundsätze greifen. Was Du nicht willst, das man Dir tut, das füg auch keinem anderen zu, oder, wie man in den Wald hineinruft, so schallt es wieder heraus usw. Auf jeden Fall brauchen wir wieder mehr Gemeinsinn, und den bekommt man nicht, wenn man die Leute einfach nur auf die Hochschule schickt und BWL studieren läßt – das braucht kein Mensch!

Das Gespräch führte
Mehmet Yesilgöz

Spirituelle Wirbelsäulenbegradigung

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

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

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

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

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

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

Autor
Michael Hoppe

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

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 immaterielle 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

Neue Helden braucht das Land – Über Weicheier, Warmduscher und andere Erziehungsmodelle

Hast du den Ruf an dich bereits vernommen? Hat das Leben bei dir angeklopft und dich an deine Aufgabe erinnert? Weißt du, aus welchem Grund du auf dieser Erde bist, jetzt und in dieser Zeit? Oder bist du Muttis Rat gefolgt, hast dich immer schön warm angezogen - und schaust nun zu, wie das Leben an dir vorüberzieht?

Für die Menschen früherer Hochkulturen war das Leben ein Abenteuer. Man war sich sicher: Alles hat einen tieferen Sinn. Jeder Mensch hat seine Bestimmung und besitzt Anlagen und Fähigkeiten, die für das große Ganze von Bedeutung sind. Eltern haben ihre Kinder auf diesen »Ernst des Lebens« vorbereitet und sie irgendwann hinausgeschickt auf ihre ganz persönliche Heldenreise. Denn nur im Erleben lernt der Mensch und entwickelt sich weiter. Das Erlebte und Erlernte wurde dann wieder in die Gemeinschaft eingebracht, so daß letztlich alle von den »Heldentaten« des Einzelnen profitierten ...

Was ist davon geblieben in unserer weichgespülten Wohlstandgesellschaft? Wo sind die Vorbilder und Rituale, die den nachfolgenden Generationen den »Helden-Weg« weisen? Heute wimmelt es von Intellektuellen und Lebenstheoretikern, deren vordringlichstes Ziel es ist, allen Schwierigkeiten und realen Erlebnissen bestmöglich aus dem Wege zu gehen. Das Heldentum ist dem »Maulheldentum« gewichen, und Konflikte sind dazu da, vermieden und zerredet zu werden. Neue Helden braucht das Land!

Der Monomythos der Heldenreise

Der amerikanische Forscher Joseph Campbell entdeckte vor einigen Jahren, daß den mythologischen Heldengeschichten aller Kulturen eine einheitliche Struktur zugrundeliegt. Symbolisieren diese doch – auf metaphorische Weise – unseren menschlichen Umgang mit Problemen und Konflikten. So ähneln sich die Heldenreisen des griechischen Odysseus oder Herakles, des Hobbits Frodo Beutlin oder des altgermanischen Siegfried ebenso wie die diversen Heldengeschichten der Gegenwart:

Wann immer Menschen sich auf den Weg machen, ihre Komfortzone verlassen, dabei ihre Ängste und den »inneren Schweinehund« überwinden, vor bedrohlichen Situationen nicht zurückweichen, sondern durchhalten und Lösungen suchen, dann wachsen sie über sich hinaus. Sie werden zu Helden!

Bisweilen geschehen dabei sogar »Wunder« in Form von Hilfen, mit denen niemand gerechnet hat. Verborgene Fähigkeiten erwachen. Man wächst an den Aufgaben. Aus theoretischem Wissen wird im Erleben die vielgepriesene Weisheit. Der Weg des Helden ist immer ein Praxisweg!

Wer hingegen in der warmen Stube sitzenbleibt und nur den Weg des geringsten Widerstandes geht, dem bleiben diese Wunder verborgen. Er wird träge, antriebslos, unselbständig und sicherheitsbedürftig. Bis er irgendwann zu der Überzeugung kommt, daß alle anderen, nur nicht er selbst für sein Schicksal verantwortlich ist.

Die Ähnlichkeit der vielen globalen Heldengeschichten beruht vor allem auf der Tatsache, daß wir Menschen in Krisensituationen nahezu identisch reagieren. Im Grunde kennen wir nur drei Reaktionsmuster, wenn uns Gefahr droht:

Entweder reagieren wir mit dem sogenannten »Totstellreflex« und versuchen uns zu verbergen und unsichtbar zu machen. In der Hoffnung, vom Feind übersehen und damit verschont zu werden. Tun wir das zu oft, wird es zur Gewohnheit. Wir weichen allen Konfrontationen aus, schrumpfen und werden zu Zwergen. Die Folge sind Depressionen aller Art und die Unfähigkeit, sich aus dieser selbstgewählten Erstarrung wieder zu lösen.

Die zweite Variante ist der »Fluchtreflex« - dem vor allem Männer folgen, wenn ein »gefährlicher Dialog« mit der Partnerin ansteht. In bedrohlichen Situationen nehmen wir automatisch die Beine in die Hand und suchen das Weite. Wobei Flucht natürlich auch eine sehr sinnvolle Reaktion sein kann, vor allem, wenn uns tatsächlich einmal der Himmel auf den Kopf zu fallen droht. Flüch-

ten wir jedoch grundsätzlich, dann werden die Monster mit jeder Begegnung größer und wir selbst immer kleiner, mutloser, handlungsunfähiger. Dazu gehört übrigens auch die heute so verbreitete »Flucht in virtuelle Computer-Welten«.

Die dritte Variante ist der »Kampfreflex«. Wir stellen uns nicht tot, fliehen auch nicht, sondern konfrontieren uns mit der Gefahr. Wir schauen ihr ins Auge und versuchen ihr standzuhalten. Je öfter wir dies tun, desto »kampferprobter« werden wir. Und vielleicht erkennen wir dabei sogar, daß die Gefahr gar nicht so groß ist oder überhaupt nicht existiert. So werden Helden geboren.

Über Weicheier und Warmduscher

Sich dem Leben und den »Gefahren des Lebens« zu stellen, ist die fundamentalste Grundlage für die eigene Weiterentwicklung. Dazu muß man kein Kamikaze sein, der ohne Fallschirm aus einem Flugzeug springt. Es genügt, Verantwortung für das eigene Schicksal zu übernehmen und nicht immer zwischen Totstellen und Flucht hin- und herzupendeln. Die Begriffe »Selbstdisziplin« und »Selbstüberwindung« spielen dabei eine wichtige Rolle.

Denn wie kann ich über mich selbst hinauswachsen, wenn ich das alte (begrenzte) Selbst nicht regelmäßig ausdehne und die Gewohnheitshüllen sprenge? Wie kann ich wachsen, wenn ich nicht »erwachsen« werden will? Wie kann ich überhaupt glauben, daß ohne eigenen Energieeinsatz ein befriedigendes Resultat möglich sei? Fühlen wir uns nicht dann am besten, wenn wir mutig sind und etwas geleistet haben für das, was wir vom Leben erhalten? Ist der bequeme Weg wirklich der Königsweg?

In unserer Konsum- und Wohlstandsgesellschaft sind »Anstrengungen« jeglicher Art inzwischen verpönt. Es soll alles locker und problemlos vonstatten gehen und – wenn möglich – von anderen erledigt werden. »Sie haben es sich verdient« ist die Devise. Und für alle Entscheidungen gibt es ein »Rückgaberecht«. Die Folge ist eine große Zahl unselbständiger, unreifer Menschen, die vor jeder »Gefahr« zurückschrecken und die Verantwortung für ihr Leben konsequent abgeben.

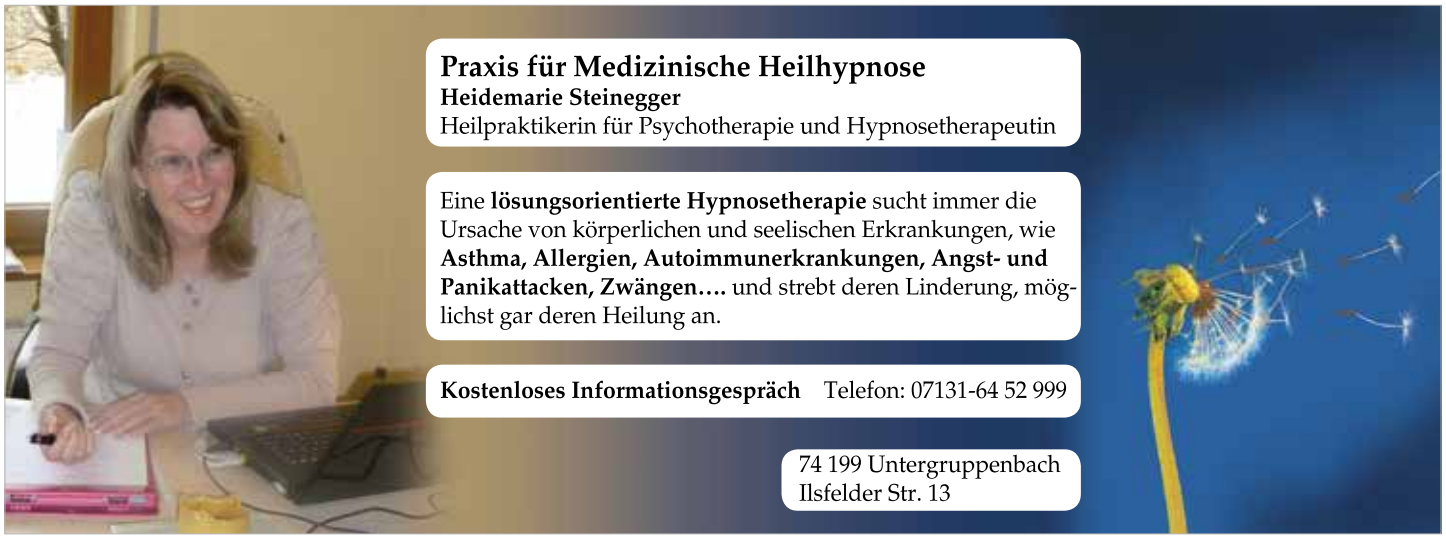
Wie aber soll ein Junge zum Mann reifen, wenn ihm Mami mit 30 noch die Wäsche bügelt, ihm das Pausenbrot in die Uni bringt und auch sonst alles tut, um den lieben Bubi vor allen »Gefahren« zu schützen? Wie soll er die »Wahrheit« herausfinden, daß das Leben für ihn zwar ein Zuckerschlecken ist, daß zu viel Zucker jedoch fett macht und die Zähne zerfrißt?

Früher haben die Indianer ihre Heranwachsenden sechs Wochen allein in die Wildnis geschickt: Damit sie etwas erleben, sich beweisen, heranreifen und sich »einen neuen Namen« machen. Damit sie sich abnabeln und selbständig werden. Damit sie erkennen, daß sie auch als Individuum überlebensfähig sein. Heute traut man dem Muttersöhnchen noch nicht einmal zu, daß er weiß, wie man eine Waschmaschine bedient. Er könnte sich dabei ja in »Todesgefahr« begeben und sich den Finger einklemmen …

Das erste, was viele Jugendliche heutzutage von ihren Helikoptereltern lernen, sind nicht die Rüstzeuge für das Leben wie Mut, Fleiß, Pflichtbewußtsein oder Charakterstärke, sondern die mannigfaltigen Rechte, die sie angeblich in unserer Gesellschaft haben. Um die Pflichten sollen sich gefälligst die anderen kümmern. Eine befreunde Sportlehrerin berichtet über 14jährige Schüler, die zu weinen beginnen, wenn sie ihnen beim Sportunterricht einmal etwas fester den Arm hält, damit sie nicht vom Sportgerät fallen. Da wird dann sofort das Gesetzbuch gezückt und mit Anzeige gedroht. Und Mama und Papa stehen natürlich prompt am nächsten Morgen auf der Matte, um den »kleinen Helden« beizustehen.

Nicht nur, daß viele Eltern ihren Kindern nichts mehr zutrauen - sie muten ihnen auch nichts mehr zu und erziehen sie zu den sprichwörtlichen »Weicheiern und Warmduschern«, die heute die westliche Wohlstandswelt bevölkern. Müde, früh gebeugte Grisgrame, denen ständig etwas weh tut und denen alles viel zu anstrengend ist. Fällt etwas schwer, wird es eben seingelassen. Gelingt etwas nicht sofort, gibt man auf. Der Papa wird´s schon richten und die Mama den Müll wegräumen. Und das tun sie natürlich auch.

Aus falschverstandener Elternliebe strebt man heute nicht mehr danach, seinen Kindern Durchhaltevermögen und Selbstdisziplin beizubringen, sondern man dreht die Realität einfach um. Aus charakterlichen Schwä-



MARTIN LANG | Immobilien
Ich gebe Immobilien ein Zuhause
Ist Ihnen Vertrauen, Ehrlichkeit und Kompetenz wichtig? Dann **Verkaufen** oder **Vermieten** Sie Ihre Immobilie über mich. Ich verkaufe Ihre Immobilie schnell, sicher und zu einem guten Preis. Überzeugen Sie sich selbst!
Jetzt Neu Im Angebot ! 360° Panorama Touren
Bei uns erhalten Sie auch Energieausweise
*Von **FOCUS** für 2014 zu Deutschlands besten Maklern gewählt.*
27 erfolgreiche Immobilienvermittlungen in nur 8 Monaten
Martin Lang
Immobilienmakler (IHK)
Gepr. Technischer Fachwirt
Mitglied im IVD Verband
Jägerhausstraße 30
74199 Untergruppenbach
Büro: 07131 9739868
Mobil: 01522 8677858
info@martin-lang-immobilien.de
www.martin-lang-immobilien.de

Dr. med. Dr. phil. Natalie Jansen
Master of Arts für Komplementäre Medizin
Heilkunde - Kulturwissenschaften
Fachärztin für Allgemeinmedizin Naturheilverfahren
Akupunktur Tätigkeitsschwerpunkt Biologische Medizin
Schwerpunktpraxis Komplementäre Medizin
- Akupunktur
- Komplementäre Tumortherapie
- Schwermetallausleitung
- Bioidentische Hormontherapie
- Eigenbluttherapie
- Darmsanierung

Öffnungszeiten:
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

chen wird eine Tugend oder ein Persönlichkeitsrecht gemacht. So haben inzwischen auch der »Warmduscher« und das »Weichei« in unserer Gesellschaft ihre Lobby. Und wehe, man tritt ihnen zu nahe, indem man sie zum Handeln oder gar zur Veränderung motiviert. Denn wo kämen wir denn da hin, wenn wir einem 100 Kilo schweren Zehnjährigen sagen würden, er solle Sport treiben oder weniger Schokolade essen. Das wäre keine Hilfe zur Selbsthilfe, sondern »Mobbing« der übelsten Art …

Erwachsenwerden als Heldenreise

Eine Gesellschaft lebt immer von den Vorbildern, die man ihr präsentiert. Natürlich gab es auch Zeiten, in denen die gesellschaftlichen Heldenideale völlig »entartet« waren. Heute muß kein deutsches Kind mehr »hart wie Kruppstahl oder zäh wie Leder« sein. Keiner wird mehr in »Umerziehungslagern« dazu gezwungen, in die Fußstapfen seiner Vorfahren zu treten oder sich für politische Ideologien zu opfern. Aber ebensowenig bringt es uns weiter, wenn wir unsere eigenen Schwächen zum neuen Erziehungsideal erheben. Wenn Kinder verhätschelt und getätschelt werden, vergöttert und verwöhnt, und ihnen von Eltern und Großeltern alle vermeintlichen Schwierigkeiten »abgenommen« werden. Zahlreiche Gesellschaftsforscher prophezeien ein Heer von Narzissten und lebensunfähigen Dauerteenagern …

Die alten Heldengeschichten sind natürlich nicht eins zu eins auf unsere heutige Zeit übertragbar. Dennoch liefern sie viele Anhaltspunkte, sowohl für die Kindeserziehung als auch für all jene, die endlich erwachsen werden wollen. Anstatt virtuellen »Pokémonstern« hinterherzulaufen oder den ganzen Tag vor der Glotze zu hocken, wäre das wirkliche Erleben sicher ein erster Schritt. Es müssen ja nicht gleich sechs Wochen allein im Wald sein. Manchmal tun es ja auch schon echte Abenteuer wie kalt zu duschen, den weichen Sessel gegen ein Fahrrad zu tauschen, sich nicht vor Regen zu fürchten, gelegentlich auch mal einen Schmerz auszuhalten, auch Dinge zu tun, die einem keinen Spaß machen, einen Tag zu fasten, einem Sportverein beizutreten, den Waldkindergarten zu besuchen, einen Kampfsport zu erlernen, das Mobiltelefon auszuschalten … und vor allem: nicht immer sofort aufzugeben, wenn etwas nicht gleich gelingt.

Je früher wir lernen, daß das Leben ein Abenteuer ist und wir an Konflikten und Schwierigkeiten reifen, desto mutiger werden wir ihnen entgegentreten. Je häufiger wir uns selbst überwinden, desto mehr Selbstvertrauen erwächst in uns. Anstatt uns also bei jeder drohenden Gefahr »totzustellen« (und Mama die Arbeit zu überlassen) oder permanent in virtuelle Scheinwelten zu flüchten - nehmen wir den Lebenskampf doch einfach an! Es gibt vieles, wofür es sich zu kämpfen lohnt. Überall warten Herkulesaufgaben, die unbedingt bewältigt werden müssen. Und außer uns ist keiner da, der sie erledigen kann.

Deshalb nehmen wir uns doch wieder die Helden zum Vorbild, erheben unseren Hintern vom bequemen Sofa und machen uns auf die Reise. Und vielleicht wird daraus unsere ganz persönliche Heldenreise!

Autor
Michael Hoppe

Der Bienen-Siebenstern – Ein aktiver Beitrag zur Heilung unserer Mutter Erde

Eigentlich müßte uns das Schicksal der Biene weit mehr interessieren als wirtschaftliche Wachstumsraten oder schwankende Börsenkurse. Denn längst wissen wir, daß ohne die fleißigen Bienen der Großteil unserer Pflanzen aussterben wird. In den USA und in China sind ganze Landstriche inzwischen »bienenfrei«. Jedes Pflänzchen muß vom Menschen selbst und eigenhändig bestäubt werden. Daß der »Bien«, also der Organismus Bienenstock noch weitere lebenswichtige Aufgaben erfüllt, zeigt das Projekt »Bienen-Siebenstern«.

2015 haben die Geomantin Gabriele Friemelt, die Imkerin Lopetra Möhle und der Imkermeister Bodo Peter auf der Heilbronner Waldheide einen von inzwischen bundesweit über 400 Bienen-Siebensternen aufgestellt. Dabei werden sieben Bienenstöcke nach dem Prinzip der »Heiligen Geometrie« so angeordnet, daß sie einen energetischen Einfluß auf die Umgebung ausüben. Dieses alte Wissen wurde schon im Mittelalter für den Dombau (z.B. in Chartre) verwendet, um besonders energiereiche Orte zu schaffen. Wiedererweckt hat es der Imker Heinrich Sannemann. Seine Schrift: »Der Bien und seine wahre Aufgabe auf Erden« hat weltweit über 8.000 Imker zum Siebensternbau inspiriert.

Bienen-Bewußtsein

Im Juli fand eine Informationsveranstaltung auf der Heilbronner Waldheide statt, bei der die Bienenstöcke besichtigt werden konnten. Zu Gast war auch der Autor und Bienenexperte Volker von Schintling-Horny. Für ihn sind Bienen geradezu heilige Wesen. »Die Bienen erfüllen ganz besondere und sehr wichtige Aufgaben. In früheren Zeiten gab es eine Kommunikation zwischen dem »Bienenvater« (dem Züchter) und dem »Bien«, also dem Bewußtsein des Bienenvolks. Man hat sich mental ausgetauscht über das, was auf dem Hof geschieht.«, erklärt der passionierte Imker. »Damit bei einem Bienenvolk ein Ich-Bewußtsein entstehen kann, müssen einige Voraussetzungen gegeben sein: Die Bienenkönigin ist das Herzstück eines Bienenvolks. Wenn sie, wie heute üblich, durch künstliche Befruchtung entsteht, kann sie kein Ich-Bewußtsein entwickeln. Nur wenn sie einer Schwarmzelle entstammt. Die Bienenkönigin fliegt dabei bis auf Regenbogenhöhe von ca. 2,1 km hoch – genaugenommen in den Violettbereich des Regenbogens – und wird dort von mehreren Drohnen begattet. Danach gründet sie ihr Volk. Alles unterliegt einer höheren Ordnung.«

Auch die Anordnung der Bienenstöcke hat, so Volker von Schintling-Horny, eine wichtige Bedeutung: »Der Bienen-Siebenstern wird in einem bestimmten Winkel aufgestellt, gemäß der Heiligen Geometrie. Dadurch bildet sich über dem Siebenstern eine Säulenwelle, ähnlich einer Vortex oder eines Energiewirbels. In einem Radius von 4,2 km wird so die Umgebung um den Siebenstern harmonisiert. Auch geopathogene Zonen wie Erdstrahlen, Erdverwerfungen oder Wasseradern werden neutralisiert. Wer also zur Erdheilung aktiv beitragen möchte, für den ist der Bienen-Siebenstern eine effektive Möglichkeit. Zumal die Bienen dadurch gestärkt und geschützt werden.«

Praxisversuche haben gezeigt, daß die so gefürchtete Varroamilbe bei den im Siebenstern angeordneten Bienenstöcken ihre Bedrohlichkeit verliert. Auch der nachweislich schädliche Einfluß von strahlenden Handymasten und anderen elektromagnetischen Schwingungen wird positiv beeinflußt. Und selbst der Mensch kann sich die besondere Energie der »Bienen-Siebensterne« zunutze machen, indem er sich in deren Wirkungskreis aufhält. Oder – noch besser – indem er selbst Bienen-Siebensterne aufstellt.

Wer mehr über die Bienen-Siebensterne erfahren oder den Siebenstern auf der Heilbronner Waldheide besichtigen und die Energie »spüren« möchte, kann sich an Bodo Peter oder an Gabriele Friemelt wenden.

Autor
Michael Hoppe

Kontakt
Bodo Peter, 07131-84663
bodopeter@gmx.de
Gabriele Friemelt, 0172-6382788
oase@fengshuitreff.de

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

Liebe Mitmenschen, heute präsentieren wir Ihnen diese Kolumne in alphabetischer Reihenfolge. Mit A für Amok, Attentate und den Organspendepromotor Apple, B für Betrug, Bestechlichkeit und José Manuel Barroso, C für das Freihandelsmärchen Ceta, D für den weltweit drittgrößten Waffenexporteur Deutschland, E für den türkischen Diktator Erdogan, F für Frankreich im Ausnahmezustand … Und so weiter und so fort! Es passiert derzeit so viel, daß man kaum noch mit dem Berichten hinterherkommt. Zumindest was die negativen Nachrichten angeht. Und der Rest interessiert ja sowieso keinen – in der »Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns«.

A wie Amok oder Attentate

Im Juli war es endlich soweit: der Eifelturm erstrahlte in Schwarz-Rot-Gold! Denn auch im »Einwanderungsland« Deutschland haben sich die ersten Selbstmordattentate ereignet. Das mußte ja so kommen, war vielfach zu hören. Aber Moment – waren das überhaupt Islamisten? Oder »nur« geisteskranke Amokläufer? Oder wurde uns vielleicht alles nur vorgespielt, um Angst zu schüren?

Eine wilde und teilweise abstruse Diskussion ist seitdem entbrannt. Und jeder möchte diese »Schreckens-Events« für seine Interessen verbuchen. Fragen kann man die Attentäter ja selten – da die es für gewöhnlich vorziehen, sich entweder selbst zu töten oder sich töten zu lassen. Das hat inzwischen Tradition. Und so bleibt immer wieder vieles im Dunkeln. Wer mehr wissen möchte und sich ein bißchen durchs Internet arbeitet, der wird daher neben den bekannten Mainstream-Medien-Berichten auch viele alternative Darstellungen vorfinden. In jedweder Couleur!

Beginnen wir mit dem schrecklichen Attentat in Nizza am 14. Juli. Da kursieren inzwischen Gerüchte, daß dieses gar nicht wirklich stattgefunden habe, sondern nur von Schauspielern »inszeniert« worden sei (?!). Augenzeugen wollen gesehen haben, wie man die Komparsen geschminkt und an ihre Plätze dirigiert hat. Befeuert werden solche Theorien durch eine geradezu absurde Informationspolitik der staatlichen Medien. Werden doch stereotyp und gebetsmühlenartig immer wieder dieselben Bilder gezeigt, die nichts aussagen und keine Klarheit bringen. Obwohl es noch viele andere Aufnahmen gibt, die dann aber aufgrund der Persönlichkeitsrechte der Gefilmten angeblich nicht veröffentlicht werden dürfen.

Zum Thema Nizza sind im Internet mehrere Handy-Videos zu finden, die zeigen, wie der vermeintliche Attentäter nach der Tat lebend von der Polizei abgeführt wurde. Also nicht, wie berichtet, im Kugelhagel starb. Oder war das nur ein Opfer, das man für einen weiteren Täter hielt? Sind diese Videos echt? Wem kann man noch glauben? Man überschlägt sich mit Spekulationen.

Daß man den bösen Weltverschwörern inzwischen alles zutraut, zeugt von grenzenlosem Mißtrauen, das sich immer mehr breitmacht. Die Gerüchteküche brodelt und treibt die Menschen auseinander. Im Fall von Nizza ist das besonders grotesk, da hier reale Menschen reale Familienmitglieder verloren haben. Es wäre ein Leichtes, sich mit diesen realen Menschen zu konfrontieren. Aber nein, das wäre wahrscheinlich zu real und birgt zudem das Risiko, deren Schmerz mitfühlen zu müssen. Also spekuliert man lieber aus der Ferne!

A wie absurde Medienberichte

Doch auch der »Amoklauf« von München ist ein echtes mediales Mysterium. Während die einen Zeugen einen islamistischen Attentäter beobachtet haben wollen, der »Allahu Akbar« gerufen und dann wahllos um sich geschossen hat, steht inzwischen auch die These im Raum, der Deutsch-Iraner sei in Wirklichkeit ein »Nazi« gewesen und habe es explizit

auf Ausländer abgesehen gehabt. Na was denn nun?

Auch im Fall München erhalten wir nur abstruse Pseudo-Videos: Ein Maskierter, der vor einem Lokal auf Passanten schießt, aber niemanden trifft. Und ein seltsames Szenario auf dem Dach eines leeren Parkhauses, welches – so die Anwohner – um diese freitägliche Uhrzeit normalerweise immer völlig überfüllt sei. Während es ganz zufällig an besagtem Tag komplett leer war. Wo waren die Autos? Wo die vielen um diese Zeit einkaufenden Münchner? Wer hat dieses Video gedreht?

Fakt ist: Es fällt immer schwerer, irgendeiner Darstellung unmittelbar Glauben zu schenken. Denn selbst wenn eine Tat nicht inszeniert ist, wird sie sofort instrumentalisiert - mit dem Ziel, uns allen irgendetwas weiszumachen. Entweder, daß alles gut sei, obwohl die Kacke am Dampfen ist. Oder eben das Gegenteil. Ganz nach dem individuellen Geschmack der Propagandisten. George Orwell läßt grüßen!

A wie Apple Teil 1: Firma sabotiert eigene Produkte

Verbraucherschutzorganisationen laufen Sturm. Apple sabotiert seit Jahren seine eigenen Produkte. Ältere Geräte werden per Software-»Update" gezielt verlangsamt, damit wir uns das neue Modell kaufen. Der Trick heißt: »geplante Obsoleszenz".

So vermeldet die Organisation SumOfUs im Juli 2016: »Mit dem herbeigeführten Altern macht Apple Kasse. Den Preis für diese Ressourcenverschwendung zahlen wir und unser Planet. Als nächstes wird iOS 10 veröffentlicht. Am besten wäre es, wenn wir alle die Aufforderung »Jetzt installieren" ignorieren. Aber Millionen ahnungsloser Kunden werden wieder auf »Update" drücken. Wer ein verlangsamtes iPhone oder iPad hat, kauft sich ein neues - so geht die Rechnung von Apple auf. Machen wir dem Konzern jetzt klar, was wir von dieser Praxis halten.«

Laut Expertenmeinung wäre es einfach für Apple, die Lebensdauer seiner Geräte zu verlängern: Der Konzern könnte aufhören, seine »Updates" so aggressiv zu vermarkten. Oder den Nutzern ermöglichen, auf eine frühere Version umzusteigen, wenn ihr Gerät plötzlich langsam wird. Daran hat Apple natürlich kein Interesse. Deshalb ist der mündige »User« gefragt, der entscheidet, ob er sich diese Art von Manipulation weiterhin gefallen läßt oder nicht. Kaufverweigerung ist der wohl effektivste Protest!

A wie Apple wirbt für Organspende

Apple hat sein iPhone-Softwareupdate iOS 10 mit einem neuen »Notfallpaß« ausgestattet. In diesem wurde bei »Organspende« automatisch ein JA angegeben. Wenn Sie diesen Notfallpaß also aktivieren, sind Sie als iPhone-Nutzer potentieller Organspender.

Bereits das aktuelle iOS bietet im Notfallpaß die Zustimmung zur Organspende. Mit iOS 10 will Apple das Feature optimieren, um auch jüngere Nutzer zum »Ja« zu einer Organspende zu bringen. Apple CEO Tim Cook sagte in einem Interview, daß er sich von der Vereinfachung des Setup-Prozesses eine deutliche Steigerung der Organspenden verspreche.

Unabhängig davon, was der Einzelne über das Multimilliardengeschäft Organspende denkt, so hat diese Apple-Initiative auch einen politischen Hintergrund. In den USA werben viele Prominente massiv für die Organspende. Im Betriebssystem iOS 10 soll der Hinweis zur Organspende daher einen prominenteren Platz finden und – zumindest in den USA – diese Zustimmung auch automatisch an die zuständigen US-Behörde »Donate Life America« weitergeleitet werden.

So berichteten diverse Medien, daß die im iPhone gespeicherten persönlichen Daten von einer zuständigen Organisation ausgewertet und via Internet immer auf dem aktuellen Stand gehalten werden, je nachdem, wie der momentane Notfallpaß eingestellt ist. Neben der Blutgruppe und privaten medizinischen Befunden kann man dabei allerlei persönliche Informationen preisgeben.

Rund 670 Millionen iPhones wurden seit 2013 weltweit verkauft. Das sind eine Menge automatischer bzw. potentieller Organspender. Wer die »freiwillige« Organspende deaktivieren möchte, geht einfach ins Menü und ersetzt das JA durch ein NEIN. Und um auf Nummer sicher zu gehen, raten Juristen allen iPhone-Besitzern, diese Entscheidung auch in einer Patientenverfügung niederzuschreiben.

B wie Barroso wechselt zu Goldman Sachs

Nachdem er als Ministerpräsident Portugals den Ausverkauf seines Heimatlandes eingeleitet und als späterer EU-Kommissionspräsident auch erfolgreich vollzogen hat, heuert José Manuel Barroso nun bei Goldman Sachs an. Die US-Mafia-Investment-Bank engagiert den Polit-Profi demnach als »Berater«. Als Grund nennt man das »tiefe Verständnis von Europa«, das der Portugiese mitbringe. Ja, so kann man es auch ausdrücken, wenn ein hoher politischer EU-Geheimnisträger sein Insiderwissen an die Wallstreet verhökert.

Der Einstieg von José Manuel Barroso bei der US-Bank weckt europaweite Empörung. Sitzt ein Großteil der 6.000 Goldman Sachs Mitarbeiter doch im durch den Brexit abtrünnig gewordenen London. So berichtete der SPIEGEL im Juli: »Skandalös findet es die französische Regierung, daß der ehemalige Präsident der EU-Kommission, José Manuel Barroso, nun einen neuen Job in der Londoner Niederlassung des amerikanischen Finanzmultis Goldman Sachs übernimmt. Mit dem Wechsel bereite Barroso den »Anti-Europäern« den Weg, sagte der französische Europastaatssekretär Harlem Désir in der Nationalversammlung in Paris: Ich rufe ihn deswegen feierlich auf, auf diesen Posten zu verzichten.«

Frankreichs Regierung ist mit ihrer Empörung über den Wechsel des ehemaligen Top-Politikers nicht allein. Die enge Verflechtung der amerikanischen Großbank mit der europäischen Politik-Elite zeigt, wie wenig vertrauenswürdig viele unserer sogenannten »Volksvertreter« sind. Und so ist José Manuel Barroso in bester Gesellschaft: Denn auch der italienische Ex-Ministerpräsident Mario Monti, der griechische Ex-Präsident Lucas Papademos, der Präsident der Europäischen Zentralbank (EZB) Mario Draghi, der Vorsit-

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
info@panoramahotel-waldenburg.de
www.panoramahotel-waldenburg.de

zende des Financial Stability Board zur Überwachung des globalen Finanzsystems Mark Carney, der erste Generaldirektor der Welthandelsorganisation WTO Peter Sutherland, der Finanzberater Angela Merkels Alexander Dibelius (Vorsitzender von Goldman Sachs Deutschland) – alle sind sie aktuelle oder ehemalige Goldman Sachs Mitarbeiter.

Daß sich hinter Goldman Sachs u.a. die Familien Rothschild und Rockefeller verbergen sollen, das pfeifen die Spatzen schon lange von den Dächern. Denen gehört ganz nebenbei auch noch die FED-Bank und damit der amerikanische DOLLAR. Und wohl bald auch der EURO - wenn dies nicht längst schon der Fall ist. Ansonsten werden Draghi, Barroso und Co. sicher dafür sorgen. Money makes the world go round.

B wie Beraterverträge für Ex-Politiker

Doch nicht nur Goldman Sachs »sponsert« Politiker. Auch hierzulande wechseln Abgeordnete gerne in gutbezahlte Lobbyisten- und Beraterjobs. Ein paar aktuelle Bespiele:

Ex-SPD-Chef Kurt Beck ist seit kurzem für den Pharmaproduzenten Boehringer Ingelheim tätig.

Ex-Entwicklungsminister Dirk Niebel, FDP, arbeitet nun für den Rüstungskonzern Rheinmetall.

Ex-Kanzleramtsminister Eckart von Klaeden, CDU, wechselte 2015 völlig überraschend zu Daimler.

Ex-Außenminister Joschka Fischer, Die Grünen, berät Firmen wie Siemens, BMW und RWE.

Und unser ehemaliger Bundeskanzler Gerhard Schröder, SPD, ist heute Aufsichtsratsvorsitzender bei Gazprom. Daß er für selbiges Unternehmen während seiner Zeit als Kanzler noch Multimilliarden-Bürgschaften unterschrieben hat, zeugt nicht gerade von Berührungsängsten.

Alt-Kanzler Kohl war in seinen politischen Anfangszeiten noch Chef-Lobbyist beim Chemieriesen BASF. Daß diese Verflechtung nie wirklich aufgelöst wurde, ist hinlänglich bekannt. In seiner Zeit als Kanzler hat Helmut Kohl alles nur Menschenmögliche getan, um der deutschen Pharmaindustrie Vorschub zu leisten. Was diese ihm und seiner Partei mit entsprechend hohen Wahl-»Spenden« gedankt hat, die – siehe Parteispendenaffäre – zudem noch auf steuerfreie Konten in der Schweiz überwiesen wurden.

Bayerns legendärer Franz Josef Strauß war in seiner Funktion als Außenminister »nebenher« noch als Waffenhändler tätig. Er vertickte Panzer und Kampfflugzeuge in arabische Länder und hinterließ seinen Nachkommen ein Vermögen von über 200 Millionen.

Bei welcher »Firma« unsere Angela Merkel wohl am Ende landen wird …

C wie Ceta durch die Hintertür

Ob Barroso-Nachfolger Jean-Claude Juncker inzwischen auch bei Goldman Sachs angestellt ist, wissen wir nicht. Daß der Präsident der Europäischen Kommission aber ein doppeltes Spiel spielt, hat er im Juli während der Fußball-EM anschaulich unter Beweis gestellt. Denn da wollte er uns doch tatsächlich im Schnellverfahren das Freihandelsabkommen

Ceta unterjubeln. Ohne Beteiligung der nationalen Parlamente! Damit fiel er allerdings gehörig auf die Nase.

Lieber Herr Juncker, da haben Sie sich aber wie ein blutiger Anfänger angestellt. Jedes Kind weiß doch inzwischen, daß große Sportereignisse wie Welt- und Europameisterschaften oder Olympische Spiele von Ihrer Kaste regelmäßig dazu genutzt werden, umstrittene Gesetze zu erlassen oder andere Schweinereien durchzusetzen. Denn da sind alle abgelenkt und passen nicht so genau auf! Zumindest war das in der Vergangenheit so. Doch die Menschen sind inzwischen aufgewacht und lassen sich nicht mehr ganz so leicht für dumm verkaufen. Aber probieren kann man es ja mal, gell?

Da viele mit einem solch miesen Trick gerechnet hatten, mußte Herr Juncker einlenken und hat dann behauptet, es sei ihm sowieso alles »schnurzegal«. So bleibt es also den einzelnen Staaten vorbehalten, über das Freihandelsabkommen selbst abzustimmen.

Über Ceta folgte wenige Tage später ein Artikel im SPIEGEL mit dem Titel: »Europäisch-kanadisches Freihandelsabkommen: Ceta erlaubt Klagen gegen öffentliche Versorger in Deutschland.« Dort hieß es unter anderem: »Trotz Nachbesserungen am europäisch-kanadischen Freihandelsabkommen Ceta kann die Bundesregierung nicht ausschließen, daß Investoren künftig gegen öffentliche Dienstleistungen wie die Wasserversorgung klagen.« Wird Ceta verabschiedet, steht zukünftig jede kleine deutsche Gemeinde in Konkurrenz zu milliardenschweren kanadischen oder US-Versorgungsunternehmen. Weigert man sich, die eigenen Wasserrechte zu veräußern, findet man sich ruckzuck vor einem privaten amerikanischen Schiedsgericht wieder.

Die Liberalisierung des Wassermarktes ist wegen der fundamentalen Bedeutung des Rohstoffs Wasser besonders umstritten. Länder wie Frankreich, in denen Monopolisten den Wassermarkt beherrschen, verzeichnen einen zunehmenden Qualitätsverlust bei gleichzeitig ständig steigenden Preisen. Viele Gemeinden kaufen daher die Wasserrechte von den Konzernen zurück.

Die USA sind überhaupt das Negativvorbild für die Liberalisierung von Strom- und Wassermärkten. Das Stromleitungssystem ist in vielen Regionen der USA so marode, daß immer wieder Stromausfälle zu beklagen sind. Das Leitungswasser ist meist völlig ungenießbar und teilweise sogar rationiert.

Nur dem Protest vieler Millionen europäischer Bürger ist es zu verdanken, daß der Ausverkauf Europas bisher verhindert oder zumindest gebremst werden konnte. Denn ginge es nach der EU-Kommission, wären TTIP und Ceta längst umgesetzt. Mit allen katastrophalen Konsequenzen. Daß sich inzwischen auch der Grüne Ministerpräsident Kretschmann für das Freihandelsabkommen stark macht, zeigt, wie »flexibel« doch unsere Politiker sind. Oder wie taub und blind!

D wie Deutschland, der weltweit drittgrößte Waffenexporteur

Deutsche Firmen haben 2015 Waffen im Wert von rund 4,78 Milliarden US-Dollar ins Ausland verkauft. Laut einer britischen Militärfach-

Traumberuf wird Wirklichkeit.

5% Rabatt jetzt sichern!*

Einfach auf
www.paracelsus.de/Aktion
diesen Aktionscode eingeben:
bg2016/6013

Studienleitung:
Heilpraktikerin
Marion Haigis

Starten Sie
Ihre Zukunft als:
Heilpraktiker/in · Osteopath/in
Psycholog. Berater/in · Heilpraktiker/in
für Psychotherapie · Wellnesstrainer/in
Tierheilpraktiker/in u.v.m.

Aktuelle Termine:
01.10. Massagepraktiker/in
07.10. Ganzheitl. Ernährungsberater/in
18.11. Trance Healing

Heilbronn, Schellengasse 2
Infos auf paracelsus.de/heilbronn
oder unter Tel. 07131 - 62 98 41

paracelsus die heilpraktikerschulen

*Der Rabatt ist nach Anforderung 3 Monate lang an allen Paracelsus Schulen gültig.

www.dernaturbaumarkt.de

Die Natur ins Haus holen!

Naturbaustoffe - Beratung - Malerarbeiten

Naturkalkputze ++ Schimmelvorbeugung ++ Lehmputz ++ Massivholzielen ++ Thermohanf ++ Raumklimaplatten ++ Energie- & Bauberatung ++ Handwerksservice ++ und mehr

Großingersheimer Str. 8
74321 Bietigheim-Bissingen
Telefon 07142 919562

DER NATUR BAUMARKT
...die erste Wahl für Wand und Boden

Shakti Naam Yoga
Meisterklasse

in Untergruppenbach-Donnbronn
9. SEPTEMBER 2016

„Licht schenkt uns alles, was wir zur Erfüllung brauchen. Wo Licht ist, findest du auch Liebe und Frieden."
Dr. Joseph Michael Levry

LICHT IST DAS PRINZIP DER VOLLKOMMENHEIT

10. - 11. SEPTEMBER 2016

Universelle Kabbalah Seminar
mit Dr. Joseph Michael Levry,
Meister der Universellen Kabbalah und des Naam Yoga

Weitere Infos: www.naamyoga.de Tel.: 07132/7685

zeitschrift waren nur die Exporte von Rußland und den USA noch höher.

So beteiligt man sich hierzulande nicht nur aktiv am internationalen Terrorismus, unterstützt Amokläufer und Kriegstreiber, sondern hat auch ein Drittel der 30.000 Menschen mit auf dem Gewissen, die alljährlich in den USA erschossen werden. Denn gerade in den USA sind die handlichen Exportprodukte von Heckler & Koch besonders beliebt.

Laut dem aktuellen Jane´s-Bericht ging ein Großteil der Exporte in Richtung Nahost-Nordafrika. Wichtigster Abnehmer in dieser Region sei Saudi-Arabien gewesen, gefolgt von Algerien, Ägypten und Katar.

Im Vorjahr hatte Deutschland in der Liste der größten Exporteure noch auf dem fünften Platz gelegen. Daß es 2016 wohl »nur« für den vierten Platz reichen wird, liegt nach Auskunft des Autors Ben Moores allerdings nicht daran, daß Deutschland seine Exporte zurückfährt. Im Gegenteil: Der Gesamtbetrag wird den Berechnungen zufolge sogar noch weiter ansteigen.

Grund sei vielmehr die Tatsache, daß Frankreich seine Rüstungsindustrie »wiederbelebt« habe, so Ben Moores. Die Gesamtsumme der französischen Rüstungsexporte in diesem Jahr schätzt er auf rund sechs Milliarden US-Dollar. Seinen Berechnungen zufolge wird Frankreich 2018 sogar Rußland überrunden und zum zweitgrößten Exporteur von Rüstungsgütern aufsteigen. Und natürlich stimmt die französische Bevölkerung – aus Angst vor Terrorismus – allen weiteren »Aufrüstungsmaßnahmen« zu. So kurbelt jedes Attentat indirekt die französische (Waffen-)Wirtschaft an.

Der weltweit größte Importeur von Waffen und Ausrüstung ist und bleibt Saudi-Arabien. Im vergangenen Jahr hat die westliche Welt Rüstungsgüter im Wert von rund 9,3 Milliarden US-Dollar in das islamische Königreich geliefert. Und ein Großteil davon wurde sicher direkt an die IS oder andere »Waffenliebhaber« weitergeleitet, die von den Saudis massiv unterstützt werden.

Ja, das Leben ist eben wie ein Bumerang – irgendwann kommt alles, was wir »exportieren«, zu uns zurück!

E wie Erdogan

Nach dem medienwirksamen »Pütschchen« in der Türkei wird dort nun kräftig aufgeräumt. Überall laufen Säuberungsmaßnahmen, Tausende werden verhaftet, Zeitungen geschlossen, und man denkt laut darüber nach, die Todesstrafe wieder einzuführen. Der Westen schaut tatenlos zu, da man sich davor fürchtet, daß der selbsternannte Sultan von Konstantinopel die Grenzen wieder öffnet und Millionen asylsuchender Syrer ins schöne Europa strömen läßt. Schockierenderweise bejubeln auch viele anscheinend gut integrierte Deutsch-Türken das makabre Geschehen. Und das, obwohl der Blindeste der Blinden sieht, daß hier am Rande Europas im Schnellverfahren eine (islamistische) Diktatur entsteht. »Ein bißchen Diktatur ist vielleicht gar nicht so schlecht«, war bei einer Umfrage im August zu vernehmen. »Denn einer muß schließlich das Sagen haben!«

Das Phänomen Erdogan zeigt: Einfache Lösungen sind heutzutage wieder »Trump«f. Da die Welt so kompliziert geworden ist, schreit das gemeine Volk nach starken Führern und Märchenerzählern. Die Realität spielt dabei keine

Rolle. Hauptsache der »Erlöser« verspricht Besserung.

Und so wird mit der »neuen Türkei« auch für Deutschland ein ganz neues Faß aufgemacht! Da hatte man sich doch hierzulande vor allem vor den muslimischen (nichttürkischen) Zuwanderern gefürchtet und muß sich nun auch noch mit einem Teil der Türken herumschlagen, die seit Jahrzehnten hier leben. Bei jeder Pro- oder Contra-Demonstration herrscht zukünftig Ausnahmezustand. Die Polizei warnt vor Straßenkämpfen. Und wieder einmal steht die Politik nur staunend daneben. Allen voran Angela M., die sich noch vor wenigen Wochen Herrn Erdogan als wichtigsten Verbündeten in Sachen Flüchtlingspolitik ausgesucht hatte. Es ist schon erstaunlich, wie viele fatale Fehleinschätzungen sich »unsere« Kanzlerin bereits geleistet hat, ohne daß der deutsche Michel aufbegehrt! Es herrscht kollektive Katatonie! Und politisch ist auch keinerlei Besserung in Sicht. Oder wen würden Sie wählen, wenn heute Wahltag wäre?

Zur Türkei ist noch zu sagen: Daß Präsident Erdogan den Schalter nun umgelegt hat, ist im Grunde nicht verwunderlich. Jahrzehntelang hat sich die Türkei dem wohlhabenden, modernen Westen angebiedert und auf Akzeptanz und EU-Beitritt gehofft. Man hat sich – so zumindest das türkische Nationalgefühl – teilweise selbst erniedrigt und auch erniedrigen lassen. Man war geduldeter Gastarbeiter, globaler Bittsteller und Billigurlaubsland für saufende Russen und hochmütige Deutsche. Doch damit ist jetzt Schluß! Wer das TV-Interview Ende Juli gesehen hat, welches Herr Erdogan (etwas überraschend) wenige Tage nach dem Putsch der ARD gab, der konnte sich sein eigenes Bild machen. BR-Chefredakteur Sigmund Gottlieb sprach mit dem türkischen Präsidenten, als habe er einen Döner-Budenbesitzer vor sich. Er war völlig respektlos, ließ ihn selten ausreden, bezweifelte jedes seiner Worte und behandelte ihn derart von oben herab, daß der gemeine Zuschauer sich wunderte, warum Erdogan so mit sich umspringen ließ.

Doch Recip Tayyip Erdogan ist es inzwischen sch … egal, was andere über ihn denken. Er sitzt in Asylfragen am längeren Hebel und hat auch politisch – im Gegensatz zur vermerkelten EU – einen klaren Plan. Und den zieht er gnadenlos durch. Ohne Rücksicht auf Verluste.

F wie verlorene Freiheit

Apropos Verluste! Irgendwann werden wir alle von der Realität eingeholt, wie sehr wir sie auch verdrängen. Das beste Beispiel ist Frankreich. Dort singt man noch immer lauthals die Marseillaise, obwohl die große Revolution nun doch schon ein paar hundert Jährchen zurückliegt. Freiheit? Gleichheit? Brüderlichkeit? Ja, aber nur für die, die so sind wie wir. Doch wer sind wir überhaupt?

Durch die unübersehbaren Integrationsprobleme und die Anschläge der letzten Jahre steht das Land kollektiv unter Schock, und keiner weiß, wie es weitergehen soll. Man hat jede Art von gesellschaftlicher Weiterentwicklung konsequent verschlafen und sich auf den Lorbeeren der weit, weit zurückliegenden kulturellen Vergangenheit ausgeruht. Nun fürchtet man sich vor Staatsbankrott und Islamisierung. Und die Bevölkerung driftet immer weiter auseinander.

Ich bin selbst Mitte der Achtziger nach Südfrankreich »ausgewandert«, weil mir der französische »Freigeist« als hoffnungsvolle Alternative zum deutschen Bürokratismus erschien. Doch was ist aus diesem gesunden Hang zur Anarchie geworden? Wo sind die kreativen Köpfe, die mutigen Vorkämpfer und Revolutionäre?

Heute herrscht im völlig überregulierten Frankreich das totale Chaos! Einer aktuellen Umfrage zufolge geben 78 % der französischen Jugendlichen als Berufsziel »Beamter« an. Eigene Pläne – Fehlanzeige! Wie in Huxleys »Schöner Neuer Welt« kümmert sich der Staat um alles und soll es gefälligst irgendwie richten. Im einstigen »Revoluzzerland« Europas leistet sich der sozialistische Präsident einen Privatfriseur für 10.000 Euro im Monat, ohne daß das Volk aufbegehrt. Früher hätte man ihn dafür geteert und gefedert. Und nach der nächsten Wahl gilt Frankreich als nächster Kandidat für einen EU-Austritt. Denn die »Front Nationale« steht schon in den Startlöchern.

G wie Grande Confusion

Wie konnte es soweit kommen? Die ehemalige »Grande Nation« pendelt zwischen zwei widerstreitenden Staatsphilosophien: Da sind zum einen die sozialistischen Regierungen, die in pseudokommunistischer Manier »Gleiches Recht für alle - ohne eigene Pflichten« predigen. Was dann aber zur Folge hat, daß kinderreiche, meist muslimische Großfamilien und alle »Nicht-Arbeitenden« aus einem riesigen Born staatlicher Förderungen schöpfen können: vom kostenlosen Strandurlaub für Großfamilien und Langzeitarbeitslose, über Mietfreiheit für Alleinerziehende bishin zur völligen Steuerbefreiung für all jene, die es mit dem »Werktätigsein« nicht ganz so ernst nehmen.

Junge Paare heiraten nicht mehr, um die Mietfreiheit der »alleinstehenden Mutter« nicht zu gefährden. Der Vater wohnt dann eben mit in der Wohnung. Wer regelmäßig arbeitet, riskiert, die staatlichen Vergünstigungen zu verlieren, und bleibt deshalb lieber zu Hause. Wer viele Kinder hat, wird automatisch zum »Frührentner«.

Was auf den ersten Blick besonders sozial klingt, regt geradezu zum Mißbrauch an und demotiviert die arbeitende Bevölkerung, die sowieso kaum Aufstiegsmöglichkeiten hat und sich daher massiv benachteiligt fühlt.

Den Gegenpol bildet eine nationalistische Bewegung, die immer offener »Ausländer raus« ruft und die Probleme nicht im Elysée-Palast, sondern bei den Zuwanderern sucht. Und tatsächlich sieht man sich im heutigen Frankreich in vielen Ballungszentren einer »Übermacht« verschleierter Frauen und arabisch- oder afrikanischstämmiger Männer gegenüber. Nicht nur die französische Fußball-, Handball oder Leichtathletik-Nationalmannschaft, sondern ganze Stadtviertel sind inzwischen »muslimisch«. Bisweilen hört man dort sogar den geradezu ketzerischen Spruch: »Da wir inzwischen in der Überzahl sind, dann paßt ihr euch gefälligst uns an!«

Oje, so hatte sich der gemeine Franzose das nicht vorgestellt! Da hatte man sich doch jahrzehntelang in der Hauptsache um sich selbst gekümmert und war davon ausgegangen, daß sich

der Rest irgendwie von selbst fügen wird – Pustekuchen!

Ob 58 Atomkraftwerke im eigenen Land, Monopolisten im Einzelhandel (es gibt nur noch drei Supermarktketten), dazu zwei Großunternehmen, die Strom- und Wasserwirtschaft unter sich aufteilen, oder die Tatsache, daß niemand in Frankreich beruflich aufsteigen kann, der nicht eine der wenigen »Elite-Universitäten« besucht hat - in der Grande Nation herrscht Handlungsbedarf!

Es wird also Zeit, daß Asterix und Obelix auferstehen und wieder etwas mehr Bewegung nach Gallien bringen. Denn Frankreich ist noch immer eines der schönsten Länder Europas und eine der Wiegen unserer zeitgenössischen Kultur. Und die sollten wir doch nicht untergehen lassen.

Aus Platzmangel H bis Z im Stenogrammstil:

H wie Hoffnung

Es gibt immer Hoffnung. Und wenn Du keine Chance hast, nutze sie!

I wie Italien

Italien ist ein ebenso wunderschönes Land wie Frankreich. Wenn dort auch noch immer die Mafia regiert. Dennoch fahren auch wir bald wieder hin, um dort Urlaub zu machen. Aufgrund der italienischen Bankenkrise hat die Regierung gerade beschlossen, den maroden Banken 360 Milliarden Euro zu schenken, um sie vor dem Kollaps zu retten. Und ein neues Touristengesetz gibt es dort seit 2016 auch: Wer am Strand von einem der Millionen illegalen afrikanischen Verkäufer eine gefälschte Handtasche kauft, bezahlt zukünftig 200 Euro Strafe. Das ist kein Witz! Das Ganze läuft unter dem sogenannten »Markenschutz-Gesetz«. Die illegalen Verkäufer werden dagegen nicht bestraft, denn die sind ja (wie viele Carabinieri) bei der Cosa Nostra beschäftigt und haben deshalb »mafiöse Immunität«.

J wie Jesus

Den treffen wir in Italien leider nicht. Nicht mal, wenn wir 100 Euro Eintritt für eine Vatikanbesichtigung bezahlen.

K wie Kirche

Kennen Sie den Witz? Fragt Jesus den Heiligen Geist: »Wohin gehst Du dieses Jahr in Urlaub?« Der antwortet: »Nach Rom! Da war ich noch nie.«

L wie Liebe

Wußten Sie, daß jeder Mensch seine eigene Liebessprache spricht? Beziehungsprobleme sind oft reine Kommunikationsprobleme.

M wie Mensch

Die Menschlichkeit ist unser aller Ziel. Nicht Religionen, Konfessionen, Philosophien oder andere Unmenschlichkeiten.

N wie Nein

Sag »Nein« zu dem, was Du in Dir selbst nicht als wahr empfindest!

O wie Ordnung

Es gibt nur zwei Dinge, die entscheidend sind für die Gesundheit des Menschen: Energie und Ordnung. Die Energie ist immer da – wir müssen nur lernen, sie wieder in uns aufzunehmen. Die (innere) Ordnung entsteht durch den unerschütterlichen Glauben an die Vollkommenheit des Seins!

P wie Philosophie

Da es keine objektive Realität gibt, wird jedem Menschen nach seinem Glauben. Glauben Sie daher vor allem das, was Sie glücklich macht.

Q wie Quelle

Wo ist die Quelle des Seins? Entscheiden Sie selbst!

R wie Rußland

Warum sollte ein Russe weniger Mensch sein als ein Amerikaner?

S wie Sicherheit

Die einzige Sicherheit ist das Urvertrauen!

T wie Trump

Oje. Matschbirne Trump hat Anfang August zum zweiten Mal dazu aufgerufen, seine Konkurrentin Hilary Clinton zu erschießen. Ein wahrer Gentleman. Und an Niveaulosigkeit kaum zu überbieten. Gewählt wird er höchstwahrscheinlich dennoch – in der Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns.

U wie USA

Amerikaner sind von Natur aus anders. Selbst die, die erst vor drei Wochen eingewandert sind.

V wie VW

… baut bald wieder Autos fürs Volk und nicht nur für die kleine Minderheit der Aktionäre.

W wie Werte

Was ist wirklich wertvoll? Machen Sie Vorschläge!

X für U

Lassen Sie sich kein X für ein U vormachen.

Y für »Yes we can not!«

... und den vielleicht charismatischsten und gleichzeitig machtlosesten Präsidenten der Geschichte der Vereinigen Staaten von Amerika. Herr Obama, wo haben Sie sich acht Jahre lang versteckt?

Z für Ziele

Hiermit beginnt und endet letztlich alles! Jeder Mensch muß sich eigene Ziele setzen und gleichzeitig das große Ganze im Auge haben. Zwei große Strömungen streiten um die Vorherrschaft auf der Erde: Die bekloppten Machtmenschen, denen alles »Vergängliche« völlig egal ist, und die erwachenden Freigeister. Wie das große Spiel ausgeht, wird sich zeigen! Noch sind alle Varianten möglich. Und wir sind mittendrin!

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

Ihr Mitmensch,
Michael Hoppe

Kinder-Gesundheitskongreß von 23.09. – 02.10.2016

»Durch schlechte Ernährung und krankmachende gesellschaftliche Entwicklungen in Erziehung, Bildung und Gesundheitswesen werden immer mehr Kinder (und Eltern) krank. Wenn Du dieser Entwicklung entgegenwirken möchtest, damit Deine Kinder gesund, streßfrei und glücklich durch die Welt gehen - dann bist Du hier genau richtig!«

Zum Thema »Kindergesundheit« haben Nicole Kikillus & Christian Clemens aus Leingarten 18 Experten befragt. Die so entstandenen Interviews können vom 23.9. bis 2.10.2016 von Interessierten jeweils einen Tag lang kostenlos im Internet angeschaut werden. Dazu genügt es, sich auf der unten angegeben Internetseite anzumelden. Wer den kompletten Kongreß »erwerben« möchte, kann dies ebenfalls tun.

Unter anderem sind beim Kinder-Gesundheitskongreß dabei:

Dr. med. Raimund von Helden, Arzt und Buchautor - zum Thema: Vitamin D-Mangel - die unbekannte Kinder-Krankheit. Vorbeugung, Eigentherapie & Sonnenschutz.

Dr. med. Ruediger Dahlke, Arzt und Buchautor - zum Thema: Der einfache Weg zu einer gesunden Ernährung: mit Roh- & Kochkost voller Lebensenergie & Lebenswärme.

Veit Lindau, Referent und Buchautor - zum Thema: Love Revolution – wie wir Eltern unsere Beziehung(en) zum Erblühen bringen.

Prof. Dr. Eva Rass, Analytische Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin, Buchautorin – zum Thema: Mit spätestens einem Jahr in die Kita? Über die Risiken der frühkindlichen Fremdbetreuung.

Lienhard Valentin, Achtsamkeitslehrer, Buchautor – zum Thema: Über die Gehirn-Entwicklung unserer Kinder – für mehr Verständnis & Achtsamkeit im Familienalltag.

Bertrand Stern, freischaffender Philosoph und Buchautor – zum Thema: Mut machen zum Freilernen: Bildungsfreiheit trotz Schulzwang – ein gangbarer Weg.

Dieter Berweiler, Heilpraktiker – zum Thema: Zecken & Borreliose: Zecken-Schutz, Umgang mit Zeckenbissen, Borreliose natürlich vorbeugen & heilen.

Nadine Schubert, Bloggerin, Autorin – zum Thema: Macht Plastik unsere Kinder krank? Besser leben ohne Plastik.

+ 10 weitere Gesundheitsexperten

Weitere Informationen erhalten Sie unter

www.kinder-gesundheitskongress.de/naturscheck

oder direkt bei

Nicole Kikillus & Christian Clemens
Im Lützelfeld 4, 74211 Leingarten
mail@kinder-gesundheitskongress.de
Tel: 07131-1331204

Heilkosmetik aus der Natur – Interview mit der Autorin und Heilpflanzenexpertin Myriam Veit

Seit Jahrtausenden verwenden Menschen heilkräftige Pflanzen und duftende Kräuter. Bevor es Bücher oder das Internet gab, fand der Zugang in diese geheimnisvolle Welt über die Intuition statt. »Das ist heute noch immer möglich«, erklärt die erfahrene Kräuterfrau Myriam Veit. Sie ist überzeugt: Wer das Wesen einer Pflanze erfassen will, muß ganz still sein, in sie hineinspüren und lauschen, was sie uns zu sagen hat. Dann offenbart sie uns ihre heilende Kraft ganz von selbst.

Liebe Frau Veit, in Ihrer Manufaktur NAOWA im beschaulichen Rosengarten dreht sich alles um das Thema Pflanzenkraft. Sie bauen Pflanzen selbst an und verarbeiten sie vor Ort. Was ist das Besondere an den NAOWA-Produkten?

Myriam Veit: Zum einen die reine Handarbeit mit viel Liebe und langjähriger Erfahrung im Umgang mit heimischen Heilpflanzen. Zum anderen der konsequente Einsatz von naturreinen Rohstoffen, wo andere gerne bereit sind, Kompromisse zu machen. Wir verstehen unsere Produkte nicht nur als Kosmetik, da die Haut als unser größtes Organ sowohl eine Pforte von innen nach außen ist, als auch eine wesentliche Schutzschicht - stofflich, emotional und feinstofflich betrachtet. Der Zusammenhang zwischen Emotion und Haut ist ja auch verbal offensichtlich: »Unsere ehrliche Haut zeigt, wann wir uns wohlfühlen in derselben oder wann wir lieber aus der Haut fahren wollen.«

Wie Sie in Ihrem Buch »Heilkosmetik – aus der Natur« schreiben, sind Sie von der Belebtheit der Natur überzeugt. Leider ist dieses intuitive Wissen vielen Menschen verlorengegangen. Sind Sie in der Lage, mit den Wesen der Natur in Kontakt zu treten?

Myriam Veit: Das Wesen einer Pflanze ist erleb- und spürbar - für jeden Menschen, der sich der Ruhe der Pflanzenwelt hingeben kann, ganz intuitiv und unmittelbar. Wer das lieber mit dem Kopf begreifen möchte, kann sich aber auch mittels der zwischenzeitlich zahlreichen wissenschaftlich fundierten Arbeiten damit beschäftigen.

Was muß ein Mensch tun, der Kontakt zu einer Pflanze aufnehmen will?

Myriam Veit: Vordergründig geht es darum, sich der Art der Kommunikation der Pflanzenwelt zu öffnen. Diese ist sehr viel zurückhaltender, stiller und leiser als die der Menschen; daher gilt es zunächst einmal, selbst still zu werden. Fähig zu werden zu lauschen, ohne eigenes Dazutun oder Interpretation bzw. Wollen - aus sich selbst heraus. Hier ist die Schnittmenge zwischen Heilpflanzenarbeit und meditativer Betrachtung. Die Arbeit mit dem Pflanzenwesen ist immer auch ein ganz persönlicher spiritueller Pfad. Man könnte beispielsweise damit beginnen, sich in Frieden vor einer Pflanze zu platzieren, um sie einfach nur wahrhaft zu sehen. Wie wenn wir sie ganz genau beschreiben wollten. Wir entdecken vielleicht plötzlich feine Haare oder gefiederte Blättchen und bemerken Zusammenhänge in den Signaturen, die uns zuvor verborgen blieben.

Wie sind Menschen in Zeiten ohne Internet und Bücher auf Pflanzen zugegangen? Das einzige Werkzeug war die Intuition, und diese ist

als solches tatsächlich schulbar. Vielleicht möchten wir die Pflanzen auch zeichnen, den Duft beschreiben oder sie zu den verschiedenen Jahreszeiten besuchen, um zu bemerken, wo sie wie in ihrer Kraft verankert ist. Im Frühling reckt sie sich dem Licht entgegen, im Sommer erstrahlt sie vielleicht in ganzer Kraft, im Herbst konzentriert sie sich auf die Samenbildung und das sich selbst Weiterschenken, während sie im Winter in den Schoß der Erdenmutter zurückkehrt. Das ist dem menschlichen Werden, Sein und Vergehen nicht ganz unähnlich.

Neben der Naturkosmetik sind Sie auch »Energiearbeiterin« und Yoga-Lehrerin. Können Sie uns ein bißchen aus der Praxis berichten?

Myriam Veit:

Ich selbst sehe mich lediglich als Kanal, mit der Aufgabe, meine Bahnen rein zu halten. Dies wurde mir als kostbare Gabe in die Wiege gelegt - es ist Beruf und Berufung - ebenso wie die ursprünglich rein intuitive Arbeit mit den Pflanzenwesen. Traditionelles Kundalini-Yoga habe ich u.a. auf meinen langen Indienreisen erlernen dürfen. Besonders wirkungsvoll ist die Kombination der Energiearbeit mit Achtsamkeit und mit yogischer Bewegung. Das geht im Übrigen bei jedem Beweglichkeitslevel und in jedem Alter. Aufmerksamkeit schult die kostbare Fähigkeit, nährende Stille zu spüren. Stille ist ein Seinszustand, der unserem Wesen entspricht, nicht ein linearer Prozeß, der kreiert werden müßte. Blockaden des emotionalen bzw. des geistigen Körpers, die dem Erleben des inneren Friedens entgegenstehen, werden harmonisiert. Körperschatten aus emotional prägenden Erfahrungen lösen sich auf – der Geist wird frei.

Diese Art der Energiearbeit bietet den Raum zu sein und damit deinem Wesen die Möglichkeit zur Entfaltung. Der »Energetic Clearing Prozess« in einer Behandlung findet innerhalb des energetischen Gefüges desjenigen, der Unterstützung sucht, statt und kann bis in karmische oder systemische Verknüpfungen hineinreichen. Dies kann eine Verhaltensweise plötzlich plausibel machen und emotionale Schatten sowie Schutz- bzw. Abwehrhaltungen lösen.

Ganz besonders herzlich einladen möchte ich die Leser zum Energetic Yoga auf der isla bonita **La Palma vom 17.-27.01.2017**. Die Insel hat eine so freundliche Kraft, daß der Prozeß der Selbstreflektion weitreichend und das Ankommen in der Schönheit des Selbst nachhaltig ist.

Über Ihre Philosophie schreiben Sie, daß es ihr Ziel ist, den Anderen - ob Mensch, ob Tier, Stein oder Pflanze - in seinem Wesenskern wahrzunehmen. Das zu sehen, was er im Grunde seiner Seele wirklich ist und wie »Gott ihn gemeint haben könnte«. Was hat die höhere Weisheit mit Ihnen vor? Und haben Sie den Eindruck, Ihren Weg gefunden zu haben?

Myriam Veit:

Ja ... was für ein Geschenk! Und ebenfalls ein ganz besonders kostbares Gut ist es, anderen Menschen beim Erblühen zusehen zu dürfen - einfach nur durch deren Bereitwilligkeit, deren Hingabe und das Teilen der Lebensfreude. Das erlebe ich in unseren vielfältigen Gruppen wie den meditativen Selbstheilabenden auf Spendenbasis (aktuell für das Kochertal). Auch der Frauenmassageaustausch oder die Göttinnenabende sind wundervoll inspirierend, neben den Kräuter- und Energiearbeit-Jahresgruppen für alle, die es wirklich wissen wollen.

Besonders berührend finde ich auch die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, wie bei Kinder-Kräuterspaß und dem Teeniemädels-Yoga. Aber auch die praktischen Kurse wie Seife selbst sieden, Naturkosmetik und individuelles Pflanzenparfum selbst herstellen sind nährende Zusammenkünfte kreativer Seelen.

Liebe Frau Veit, wir bedanken uns für das interessante Gespräch.

Das Interview führte
Michael Hoppe

Kontaktinfos
www.naowa.de

Die Neckar-Schwarzpappel ist gerettet – Beispielhaftes Artenschutzprojekt einer privaten Initiative

Die Schwarzpappel (Populus nigra L.) ist eine Lichtbaumart der Flußauen und in Deutschland heimisch. Die Wildform der bis zu 30 m hohen, bizarr wachsenden Schwarzpappel mit ihren knorrigen Ästen und Maserknollen ist heute sehr selten und stark gefährdet (RL 2 B-W) - am Neckar galt sie als ausgestorben. Nach der Wiederentdeckung mehrerer autochthoner Schwarzpappeln am Neckar bei Nürtingen im Jahr 1997 bildete sich eine private Initiative, welche das Projekt »Erhaltung der Neckar-Schwarzpappel« ins Leben rief. Für sein Engagement wurde der Arbeitskreis mit dem FörderPreis der Region Stuttgart ausgezeichnet.

Die Schwarzpappel wächst als Flußbegleiter auf den Kies- und Sandböden großer Flüsse im Übergangsbereich von der Weichholz- zur Hartholzaue. Restbestände gibt es in Baden-Württemberg nur noch an Rhein, Neckar, Bodensee und Donau.

Gründe für den Rückgang der Schwarzpappel am Neckar und seinen Nebenflüssen sind der Verlust von Auenstandorten durch den Ausbau des Neckars und die Nutzung der Flußauen für bauliche und landwirtschaftliche Zwecke. Eine weitere wichtige Ursache ist die Pflanzung von gezüchteten Hybridpappeln anstelle der einheimischen Art. So wird vor allem die Bastard-Schwarzpappel (Populus canadensis) angebaut, welche forstwirtschaftlich von Interesse ist, weil sie geradschäftig wächst. Dabei handelt es sich um eine Kreuzung der Kanadischen Schwarzpappel (Populus deltoides) mit der heimischen Schwarzpappel (Populus nigra).

Die Bastard-Schwarzpappel nimmt der heimischen Art nicht nur den Lebensraum, sondern dezimiert die bestehenden Restpopulationen der Wildform schleichend durch Rückkreuzung (Introgression). Auch die Aufgabe der Nutzungen etwa zur Holzgewinnung, oder der Ruten für Korbmacher sowie die Gewinnung von belaubten Reisern als Viehfutter trugen zum Rückgang der Art bei. Um auf die Gefährdung der Schwarzpappel und der Auwälder aufmerksam zu machen, wurde sie zum Baum des Jahres 2006 gekürt.

Das Projekt

Es handelte sich um einen Zusammenschluß von ehrenamtlich tätigen Fachleuten u. a. aus den Bereichen Naturschutz, Forstwirtschaft, Forstgenetik, Botanik und dem Baumschulwesen. Im Rahmen des Projekts hat der Arbeitskreis in jahrzehntelanger ehrenamtlicher Arbeit alle rund 140 noch existierenden Schwarzpappeln im gesamten Neckareinzugsgebiet kartiert und Stecklinge gewonnen. Das Projekt beinhaltete zudem umfangreiche genetische Untersuchungen und befaßte sich mit der Grundlagenforschung zur innerartlichen Verwandtschaft der Schwarzpappel in Süddeutschland.

Die nun vorliegenden Forschungsergebnisse sind neu und ungewöhnlich, da sie die genetische Anpassung der Schwarzpappeln an die unterschiedlichen Flußsysteme belegen. Es konnte eindeutig eine Differenzierung und die Existenz eigener Subpopulationen der Schwarzpappel an

Donau, Oberrhein, Bodensee und in gewissem Umfang am Neckar nachgewiesen werden. Diese Ergebnisse sind für Schutzprogramme zur Erhaltung der Art von essentieller Bedeutung und erweitern die bisherigen Kenntnisse in diesem Bereich erheblich.

Im Rahmen des Projektes wurden außerdem sämtliche am Neckar und seinen Nebenflüssen gefundenen Genotypen der Neckar-Schwarzpappel durch die Baumschule Waller, Schwäbisch Hall, vermehrt und zu pflanzfertigen Gehölzen herangezogen. Es handelt sich unisono um gengeprüfte artreine und zertifizierte Schwarzpappeln aus dem Projekt. Die Bäume sind über die Waller GmbH Baumschulen, Tüngentaler Straße 115, 74523 Schwäbisch Hall, Tel.: 0791/93095-0, E-Mail: info@waller-baumschulen.de zu beziehen.

Der Arbeitskreis zur Erhaltung der Neckar-Schwarz-Pappel leistet mit diesem Projekt einen Beitrag zur Markteinführung von gebietsheimischen Gehölzen. Langfristiges Ziel ist es, genetisch begründete Zertifizierungsverfahren sowie Kontrollverfahren zur Herkunftsidentifizierung und -sicherung zu etablieren. Die Methoden sind auch auf andere gefährdete Baumarten übertragbar.

Die »Neckar-Schwarz-Pappel« soll aus Gründen des Naturschutzes nur in ihrem ursprünglichen Verbreitungsgebiet, also dem Einzugsbereich des Neckars und seiner Nebenflüsse gepflanzt werden. Geeignete Standorte sind Auen mit ziehendem Grundwasser und alluvialen Bodensubstraten. Auch ist zu berücksichtigen, daß es sich um eine Lichtbaumart handelt, die keine Beschattung verträgt.

Bei Nachzucht und bei Pflanzungen ist auf ein ausgeglichenes Geschlechterverhältnis zu achten. Es sollen deshalb jeweils gleichviel weibliche wie männlichen Pappeln gepflanzt werden.

Weitere Informationen

Dipl. Ing. Landespflege Conrad Fink
Im Kirchfeld 38, 71691 Freiberg a. N.

»Ich weiß, was du in den letzten Minuten (nicht) getan hast« – Der gläserne Arbeitnehmer im digitalen Zeitalter

Die Digitalisierung durchdringt alle Gesellschaftsbereiche. Mobile Endgeräte wie Smartphones oder Tablet-PCs werden zunehmend privat wie beruflich genutzt. Der Trend zur Digitalisierung verstärkt sich durch die von der Bundesregierung propagierte »digitale Agenda«. Bei der politisch gewollten Hightech-Strategie dominiert das Schlagwort »Industrie 4.0«. Doch trotz all der Zukunftshoffnungen von Industrie und Politik gibt es Indizien, die dafür sprechen, daß durch den Wandel zur digitalen Arbeitswelt der Leistungsdruck für Mitarbeiter nicht etwa abnimmt, sondern sich noch weiter verschärfen wird.

Die Digitalisierung schreitet sowohl im privaten als auch im beruflichen Rahmen voran. Mit dem Smartphone kann heute jeder bequem vom Auto aus den Backofen oder die Sauna vorheizen. Auch bei vielen Außendienstmitarbeitern ersetzt inzwischen die digitale Produktpräsentation auf dem Tablet den abgewetzten Handelskoffer aus Leder. Der Wunschgedanke bei der »Vierten Industriellen Revolution«: Mithilfe moderner Internettechnologien soll die Verzahnung der industriellen Produktion weiter ausgebaut und so die Wettbewerbsfähigkeit und das Wachstum deutscher Unternehmen auf den globalen Märkten gefestigt werden.

Der technologische Vorsprung und die ökonomische Spitzenposition soll durch intelligent vernetzte Abläufe in vollautomatischen Fabriken erreicht werden. »Das Internet der Dinge« unterstützt im digitalen Zeitalter den Menschen bei der Arbeit – zum Beispiel durch Strichcode oder RFID-Technik. Zur Freude von Ökonomen und Politikern werden die in IT-Systemen eingebetteten Computer dank Apple, Samsung und Co. immer handlicher.

Maschinenintelligenz als Vision

Ebenfalls politisch forciert wird der Zuwachs an intelligenten Maschinen: Im »neuen« Maschinenzeitalter sollen Maschinen selber ihren Status erkennen und steuern können. Ein Beispiel: Wenn einer Maschine das Öl ausgeht, dann übernimmt das notwendige Auffüllen künftig nicht mehr der Mitarbeiter in der Produktionshalle, sondern die Maschine erledigt das gleich selbst. 200 Jahre nachdem James Watt mit der Dampfmaschine die »Erste Industrielle Revolution« einläutete, bestimmen Begriffe wie »Additive Manufacturing« die industrielle Fertigung. So sind heute 3D-Drucker in der Lage, dreidimensionale Werkstücke schichtweise aufzubauen.

Auch »global player« wie die Siemens-Unternehmensgruppe versprechen sich von der Fertigungsrevolution durch 3D-Druck, Leichtbauroboter oder Virtual Reality einen wirtschaftlichen Schub, wie auf der Firmenhomepage nachzulesen ist. Beim milliardenschweren Geschäft will Siemens vorne mitmischen. Es verwundert daher kaum, daß der Weltkonzern mit deutschen Wurzeln den Wandel zur »digitalen Fabrik« mit automatisierten und IT-gesteuerten Fertigungsprozessen vorantreibt. Die Vision: »Smarte« und kosteneffiziente Fabriken mit einem hohen Autonomiegrad der Produktionsmittel und eine weltweite Kommunikation zwischen Milliarden Maschinen, Anlagen oder Sensoren.

Digitale Branchen

Doch nicht nur im produzierenden Gewerbe soll die Digitalisierung zu automatisierten, effizienten und kostensenkenden Geschäftsprozessen führen. So skizziert der Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien (Abkürzung: BITKOM) auf seiner Website, wie der Grundgedanke von Industrie 4.0 sowohl auf Leitindustrien als auch auf andere Branchen übertragbar ist.

Auch die Digitalisierung des Bankenwesens soll vorangetrieben werden. Und Bahnchef Rüdiger Grube träumt davon, daß künftig neben Autos auch Züge der Deutschen Bahn autonom fahren können. So sollen in absehbarer Zeit immer mehr Regional-, Fern- und Güterzüge ohne Lokführer auskommen. Erste Pilotprojekte seien bereits angelaufen, erklärte der Bahnchefs in einem aktuellen Interview mit der Frankfurter Allgemeinen Zeitung.

Ob Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer aus seligen Kindertagen es heute noch als spannendes Abenteuer empfinden würden, wenn es irgendwann nur noch vollautomatische Züge gäbe? Der Chef der Gewerkschaft Deutscher Lokomotivführer (GDL), Claus Weselsky, kriti-

sierte im Anschluß an das Interview die Digitalisierungspläne der Bahn. Denn ganz offensichtlich spielt der »mitarbeitende Mensch« dort nur noch eine untergeordnete Rolle.

Die Schattenseiten des technischen Fortschritts

Die Landwirtschaft wie auch die Gesundheitsbranche sollen künftig ebenfalls noch stärker mit IT verschmelzen – Begriffe wie Landwirtschaft 4.0 und Pflege 4.0 machen längst die Runde. Spätestens bei diesem Vorhaben muß die Dauerlobeshymne von Industrielobbyisten und Wirtschaftspolitikern bezüglich Industrie 4.0 unter Einsatz des gesunden Menschenverstands kritischer beleuchtet werden. Allein der aktuelle Blick auf ökologische, gesellschaftliche und soziale Mißstände genügt, um zu konstatieren: mit dem rasanten technologischen Fortschritt kann der Mensch und die Umwelt auf Dauer kaum mithalten. Die technische Entwicklung macht außerdem das Leben keineswegs stets einfacher, wie einem die Werbewirtschaft gerne vorgaukelt.

So begrüßt der renommierte Umweltökonom Niko Paech zwar einerseits die Möglichkeiten des 3D-Drucks, die jedem Einzelnen von uns mehr kreatives Entfaltungspotenzial erlauben. Andererseits kritisiert der Wachstumskritiker aber auch, daß ein ungehemmter Konsum der großindustriell erzeugten Produkte die Umwelt enorm schädigt. »Jeder von uns muß sich heute fragen, wie viel an materieller Selbstverwirklichung er sich noch leisten darf, um die Klimabilanz nicht noch mehr zu belasten«, betont Niko Paech in seinen Vorträgen immer wieder. Durch den Trend zu Industrie 4.0 könnte noch mehr Konsumterror entstehen, der nicht nur die Verbraucher überfordert, sondern auch die Weltmeere mit noch mehr Plastikmüll verstopft.

Digitaler Kuhstall

Auch in der Landwirtschaft hat die Digitalisierung längst Einzug gehalten. Es ist sicherlich sinnvoll, wenn abgelegene Höfe dank des bundesweiten Breitbandausbaus besser mit schnellem Internet versorgt werden, um die hofeigenen Erzeugnisse über Online-Kanäle besser vermarkten zu können. Die Schattenseiten der Landwirtschaft 4.0 liegen aber auf der Hand. So kritisierte der ostfriesische Landwirt Tamme Hanken vor kurzem in der Talkshow von Markus Lanz den von der EU gewollten Wachstumsdruck für Landwirte. »Daß die EU immer größere landwirtschaftliche Betriebe anstrebt, führt auch zu massiven Problemen, wie die aktuelle Milchkrise zeigt. Die Überproduktion ist nur ein Beispiel.«

Der »digitale Kuhstall« birgt zudem eine weitere Gefahr. Die Kühe sind an ein digitales Melksystem angeschlossen. Was passiert aber, wenn das System mal streikt und den Kühen die prallen Euter förmlich zu platzen drohen? Außerdem ist dem Datendiebstahl Tür und Tor geöffnet. Im Hohenlohekreis hat beispielsweise vor einigen Wochen ein Einbrecher im Kuhstall den Laptop gestohlen, der mit der digitalen Melkmaschine verbunden ist. Die Gefahr einer räuberischen Erpressung schwebt wie ein Damoklesschwert über der Landwirtschaft. Schließlich kann sich der kleine Bauernhof im Gegensatz zum großen Maschinenbauer kein ausgeklügeltes Sicherheitssystem zulegen, um Datenmißbrauch oder Hackerangriffe abzuwehren.

Pflegebranche im Wandel

Die Gesundheitsbranche will sich ebenfalls auf den digitalen Wandel einstellen. Den digitalen Neuerungen begegnet so manche Pflegekraft mit Skepsis. Anstatt die knapp bemessene Zeit dem menschlichen Kontakt mit dem Patienten zu widmen, müssen immer größere Datenmengen virtuell und am PC verarbeitet werden.

Es hilft aber nichts: Kritische Stimmen werden sich an IT-Begriffe wie E-Health, Ambient Assisted Living, Smart Home und Digital Rescue gewöhnen müssen. Unscheinbare Assistenzsysteme werden die ambulante Pflege massiv verändern. Moderne Technik dringt in den Wohnraum der Patienten ein und soll im Optimalfall Pflegebedürftige in ihrem Alltag unterstützen und das Pflegepersonal entlasten. Hausnotrufsysteme, Serviceroboter, Sturzdetektoren im Bodenbereich und Sensoren, die bei Gefahr im Verzug dann Alarm auslösen, sind nur einige neue Einsatzmöglichkeiten.

Auch Hightech-Exoskelette, welche die menschliche Muskulatur stärken, sollen künftig vermehrt zum Einsatz kommen. Beispiel: beim Heben von Patienten im Bett soll dadurch die körperliche Anstrengung für das Pflegepersonal deutlich verringert werden.

Auf den ersten Blick klingt der technische Fortschritt im Pflegebereich positiv. Aber auch hier macht sich der Mensch eventuell zu abhängig von der Technik. Kaum auszudenken, welche Fol-

Wohnen & Leben im Garten

Besuchen Sie unsere neu gestaltete Ausstellung.

KASSECKERT

der Holzzaun-König

74225 Nordhausen - Oststr. 10
Tel.: 07135/9859-0 - Fax: 07135/9859-29
mail@kasseckert.de - www.kasserckert.de

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

gen ein Stromausfall nach sich ziehen könnte. Darüber hinaus steigt der Mehraufwand von pflegefremden Aufgaben enorm: anfallende PC-Tätigkeiten wie Datenerhebung und -auswertung verkürzen die Interaktionszeit und persönliche Beziehung zwischen Pflegekraft und Patienten. Denn: Ein Serviceroboter ist eben nicht in der Lage, menschliche Gefühle zu zeigen. Ganz zu schweigen von potenziellen Datenschutzverletzungen durch die Nutzung der generierten Daten für wirtschaftliche Zwecke.

Elektronischer Bürodschungel

Vom »digitalen Dschungel« quasi umzingelt, ist in Deutschland auch der klassische »Büroarbeiter«. »Dann heirat' doch dein Büro, du liebst es doch sowieso«, trällerte einst Katja Ebstein zu Beginn der 1980er Jahre. Mittlerweile dient das Büro im digitalen Zeitaltern nicht mehr als willkommene Fluchtstätte vor ermüdenden Ehestreitigkeiten im heimischen Wohnzimmer: Der kaufmännische Angestellte erlebt den Leistungsdruck, die Konkurrenzsituation und das Arbeitspensum in der globalisierten Arbeitswelt zunehmend als belastend.

Die Burnout-Rate steigt auch »dank« der IT-gesteuerten Leistungskontrolle und Aufgabensteuerung. Die Arbeitsschritte und der Umfang der Aufgabenpakete werden heute oft vom IT-System fest vorgegeben – Abweichungen von der Norm werden geahndet. »Wo kommen wir denn als Betrieb hin, wenn ein Mitarbeiter eigene Wege geht und somit die mühsam erworbene ISO-Zertifizierung gefährdet«, so der allgemeine Tenor in den Chefetagen. In profitorientierten und effizienten Call-Centern wird die Anrufdauer immer häufiger streng durchgetaktet. Die ohnehin schon latent tinnitusgefährdeten Call-Center-Mitarbeiter geraten dadurch immer tiefer in die Streß-Spirale: Ihnen bleibt am Telefon wenig Zeit für eine freundliche und kompetente Kundenbetreuung.

Digitaler Terror am Arbeitsplatz

Neben gesundheitlichen Folgen zieht das atemlose Abhaken von elektronischen Ticketnummern im Kunden-Support berufliche Konsequenzen nach sich. »Arbeiten Sie eigentlich auch mal was«, fragt der schnöselige Jungmanager mit ironischer Schärfe im Mitarbeitergespräch. Der Hintergrund: Das IT-System speichert zu Ungunsten der Mitarbeiter ab, wenn die PC-Maus mehrere Minuten lang nicht bewegt wurde. Das ist leider Munition für Jungmanager, die zur Generation der »Digital Natives« zählen. »Ich habe doch nur der schwangeren Kollegin dabei geholfen, ein paar schwere Aktenordner im Schrankregal zu verstauen«, rechtfertigt sich der angegriffene Mitarbeiter. Doch so plausibel seine Erklärungsversuche auch sind: Beim zahlenorientierten und technikgläubigen Jungchef stößt er in der Regel auf taube Ohren.

Gefühllos wie ein Roboter vermerkt er einen negativen Eintrag in der »digitalen« Personalakte. Solche Erlebnisse im Berufsleben des elektronischen Zeitalters häufen sich leider. Zudem wirkt das Jobtrauma bei der anschließenden Stellensuche nach. »Wollen auch Sie Teil unseres dynamischen Teams werden und das Ziel verfolgen, die von uns koordinierten Inbound-Kundencenter mit intelligentem Cross- und Upselling von reinen Cost-in gewinnorientierte Profitcenter zu verwandeln?« Es ist doch immer wieder nett, daß das Jobcenter einen nie im Stich läßt und in schöner Zuverlässigkeit »passende« Jobangebote aus dem Hut zaubert.

Quo vadis, Arbeitswelt?

Beklemmende Buchszenarien wie in »1984« von George Orwell oder »Schöne neue Welt« von Aldous Huxley lassen angesichts von sinnentleerten und schlecht bezahlten Jobs in der digitalen Arbeitswelt grüßen. Der Konkurrenzdruck und die Angst vor dem Arbeitsplatzverlust wird auch noch durch anonyme oder öffentliche Bewertungsportale geschürt, auf denen sich Mitarbeiter untereinander bewerten können. Was das für negative Konsequenzen hat, weiß auch Verdi. Die Gewerkschaften warnen vor der Entwicklung hin zum gläsernen Arbeitnehmer.

Die schöne »neue« Medienwelt birgt aber leider weitere Bedrohungen für den sozialen Frieden im Berufsleben. Als Beispiel kann hier erneut die phänomenale Visionskraft eines George Orwells herangezogen werden. Sein Roman »Farm der Tiere« aus dem Jahr 1945 ist aktueller denn je. Doch im Gegensatz zu den Tieren in der Farm, die sich gegen die Ausbeutung durch den Menschen wehren, verharrt die Smartphone-Generation lieber weiter in ihrer ahnungslosen Opferrolle. Nur zu gerne schlachten Internetunternehmen wie Google, Amazon oder Facebook die Daten jeden Nutzers aus, um ihn anschließend regelrecht mit individualisierter Werbung zu bombardieren.

Eindimensionale Geschäftsmodelle

Geschäftsmodelle, die auf dem »klassischen« Pyramiden-System basieren, nehmen im digitalen Zeitalter rasant Fahrt auf. Wer wissen will, wie die Ausbeutung in den digitalen Medien weiter zunimmt, braucht sich nur näher mit den AGBs von Bildagenturen aus Übersee oder Online-Recruiting-Plattformen befassen. Bei den größten Bildagenturen gibt es ein Bild im Abo-Modell bereits für wenige Cent. Der professionelle Fotograf, den es viel Mühe und Zeit gekostet hat, die phantastische Lichtstimmung in der Abendsonne rund um den Kilimandscharo einzufangen, kann da auf Dauer einpacken.

Obwohl vor allem Zeitungsverlage im digitalen Zeitalter unter enormen Zuschauer- und Anzeigenschwund leiden, gibt es auch Unternehmen, die vom Online-Business profitieren. Hierzu zählen beispielsweise Online-Portale und Webbörsen für den An- und Verkauf von Immobilien und Autos. Sehr gut lebt ebenso ein Teil der digitalen Industrie von der anonymen Heerschar an Webworkern, die für Beträge unter dem Mindestlohn arbeiten (müssen). So verdienen die Betreiber von Onlinevermittlungsplattformen jedes Mal ordentlich mit, wenn ein Freelancer ein ausgeschriebenes IT-Projekt annimmt. Reich werden in der Regel dabei nur die Plattformbetreiber - der talentierte Programmierer wird in der digitalen Welt auch weiterhin schlecht bezahlte Aufträge annehmen müssen, wenn es nicht bald gesetzliche Änderungen gibt. Aber solange die Bundesregierung weiterhin von einem deutschen »Silicon Valley« träumt, wird sich daran leider nichts ändern.

Digitalisierungsprozeß kritisch begleiten

An dem Trend zu Industrie 4.0 wird mittelfristig kein Weg vorbeiführen, was grundsätzlich nicht an jeder Stelle schlecht sein muß. So können zum Beispiel Pflegeroboter wirklich eine Entlastungshilfe für Pflegekräfte sein. Es muß jedoch kritisch hinterfragt werden, ob durch den Trend zur Automatisierung von Geschäftsprozessen tatsächlich Millionen von neuen Arbeitsplätzen entstehen, wie Industrieökonomen beharrlich behaupten. Es gibt nicht wenige Stimmen, die eher einen massiven Personalabbau fürchten, wenn intelligente Fabriken zur Realität werden. So kam im vergangenen Jahr zum Beispiel die Bank ING-Diba in einer Studie zu dem Ergebnis: knapp 60 Prozent der Arbeitsplätze in Deutschland sind durch den zunehmenden Einsatz von Robotern und anderen modernen Technologien in Gefahr. Mittel- und langfristig könnten der Studie zufolge von knapp 31 Millionen Beschäftigten rund 18 Millionen durch Maschinen oder Software ersetzt werden.

Was die Substitution durch Maschinen und Roboter für den einfachen Arbeiter bedeutet, bringt die leicht abgewandelte Textzeile von Katja Ebsteins Hit auf den Punkt. »Dann verschwind' endlich aus deinem Büro, dich braucht man jetzt nirgendwo«. Vielleicht ist es aber im Einzelfall gar nicht schlimm, die Fabrikarbeit oder den Großraumbürodschungel hinter sich zu lassen. Beim Schäfchenzählen ohne digitalen Taschenrechner bliebe dann mal Zeit, um über neue sinnerfüllende Tätigkeiten nachzudenken – zum Beispiel über ein Engagement in der Gemeinwohlökonomie.

Autor
Andreas Scholz

Licht im Garten

Feng Shui Radiaesthesie

Garten und Landschaftsbau

H. Staub, Schöntal
Tel.: 07943/2511

– wo der Gaumen Urlaub macht –

Restaurant Rose

BIO aus Küche und Keller, möglichst regional, ist das wofür wir stehen!

Saisonale Gaumenschmeicheleien nach Hausrezepten

Regionalen, zeitgemäßen, hausgemachten Naturgenuss erleben

Weitere Informationen und Termine für Kochkurse und Themenwochen unter: www.eschenau–rose.de

Ortsstraße 13 • 74541 Vellberg-Eschenau • Tel. 07907 / 2294 • www.eschenau-rose.de

Beste Qualität!
Für höchste Ansprüche

Schmidt Bäckerei Konditorei

Kraichgau Korn

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.baeckerei-schmidt-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

Unser täglich Brot gib uns heute – Aber bitte vom Bäcker!

Brot steht auf dem Speiseplan der Deutschen ganz oben. Rund 300 Brotsorten und mehr als 1.200 verschiedene Kleingebäcke aller Geschmacksrichtungen werden bundesweit von Bäckerinnen und Bäckern angeboten. Damit ist Deutschland Brot-Weltmeister. Doch die Globalisierung macht auch vor dem Brot nicht Halt - und so gehören Billig-Backshops mit tiefgefrorenen Aufbackrohlingen aus China inzwischen ebenso zum Gesamtbild wie Bio-Bäckereien oder die Renaissance der ländlichen Backhäuschen. Ein jeder ißt eben, was er ist!

Meine Großmutter entstammt der »Kriegsgeneration« und hat noch echten Hunger gekannt. Diese Erinnerungen haben stark auf ihre Ernährung abgefärbt. Seit Jahrzehnten kauft sie jeden Montag eine große Tüte Doppelwecken für die ganze Woche und ißt sie nach und nach leer. Da die Brötchen natürlich jeden Tag etwas härter werden und die Zähne nicht mehr ganz so gut funktionieren, verschwinden die Samstagsbrötchen dann in irgendeinem Knödelteig. Früher bekam die Sau das trockene Brot. Weggeworfen wird bei meiner Oma nichts!

Die Geschichte des Brotbackens

Brot ist neben Reis das weltweite Grundnahrungsmittel Nr. 1. Wer einmal in der Sahara in einem Beduinenzelt gesessen und den Frauen beim Brotbacken zugesehen hat, der hat die große Magie gespürt, die dem Backprozeß innewohnt. Das liebevolle Kneten des Teigs, das langsame Ausbacken in einer Pfanne oder auf einem heißen Stein, das geduldigen Warten auf das Resultat, welches sich durch seinen ganz besonderen, Heimatgefühle weckenden Duft ankündigt. In arabischen Ländern ist es übrigens nicht »erlaubt«, am Brot zu riechen. Brot ist ein Geschenk Allahs, und daran riecht man nicht.

Vor vielen Jahren arbeitete ich einmal in einem französischen Restaurant, das jüdischen Gastronomen gehörte. Wenn da versehentlich ein Stück Baguette zu Boden fiel, wurde es wieder aufgehoben, ihm ein symbolischer Kuß zugehaucht und wieder ins Brotkörbchen gelegt. Bei uns undenkbar. Ebenso undenkbar wie für den Juden, ein Stück Brot einfach wegzuwerfen.

Das Brotbacken hat eine lange Tradition. Nicht nur in den orientalischen Ländern. Nördlich der Alpen wurden bereits vor 30.000 Jahren Wildpflanzen gemahlen, wie Funde aus Rußland und Tschechien belegen. Vor ca. 10.000 Jahren begann der Mensch dann mit dem systematischen Anbau von Getreide zur eigenen Ernährung. Ursprünglich wurde das Getreide gemahlen und mit Wasser vermengt als Brei gegessen. Später wurde der Brei auf heißen Steinen oder in der Asche als Fladenbrot gebacken. Vermutlich sind gebackene Fladen schon frühzeitlichen, nomadischen Völkern bekannt gewesen. Aus wildem Getreide und anderen Zutaten gekochter Brei wurde auf heißen Steinen getrocknet und war so haltbar und transportierbar.

Zwei Erfindungen haben das Brotbacken entscheidend verändert: Die eine war der Bau von Backöfen. Auf den Steinen lassen sich nur flache Brote backen. Ein runder Laib muß beim Backen von der Hitze ganz umschlossen sein, damit er gleichmäßig durchbacken kann. Die ersten primitiven Öfen bestanden lediglich aus einem Topf, der umgedreht auf einen heißen Stein gestürzt wurde.

Die zweite wichtige Entdeckung, die das Brotbacken grundlegend verändert hat, war die Wirkung von Hefen. Wenn man den ungebackenen Brotteig stehen läßt, sorgen in der Luft vorhandene Hefen für eine Gärung – aus dünnen Teigen wird eine Art vergorenes Getränk, aus dickeren ein Hefeteig, aus dem sich Brot backen läßt.

Gesäuertes Brot dürfte nach archäologischen Funden schon vor über 5.000 Jahren bekannt gewesen sein, unter anderem in Ägypten, wo schon damals Brot in größerem Maße in Bäckereien hergestellt wurde. Die Ägypter hatten in der Antike auch den Beinamen »Brotesser«. Sie waren es, die als erste Hefe kultivierten und damit die erste Bäckerhefe verwendeten.

Von Ägypten aus gelangten die Kenntnisse des Brotbackens über Griechenland und das Römische Reich nach Europa. Die Römer bauten die ersten großen Mühlen und waren schon in der Lage, sehr feines Mehl herzustellen. Sie erfanden sogar eine Vorrichtung zum Teigkneten: In einem Trog wurden über eine Mechanik große Rührhölzer bewegt, indem ein Ochse oder ein Sklave darum herum lief.

Nach den römischen Grundtechniken wurde mit kleinen Veränderungen in ganz Europa bis ins 19. Jahrhundert hinein Brot gebacken. In vielen Dörfern gab es Gemeinschaftsöfen, in denen einmal in der Woche jeder sein Brot backen konnte.

Die kulturelle & die spirituelle Bedeutung des Brotes

In Europa und in Nordamerika stellt Brot ein unverzichtbares Grundnahrungsmittel dar. Andere Gegenden der Erde kennen brotähnliche Produkte. In der orientalischen Küche sind Fladenbrote beliebt, in Indien gibt es kleinere Varianten wie Chapati oder Papadam, in Pakistan wird Puri gebacken. In Nordchina bevorzugt man gedämpfte Hefeteigbrötchen. Aus Mexiko stammen die Tortillas, die aus Maismehl hergestellt werden. In Afrika werden vor allem Fladenbrote aus Maniok, Hirse oder Mais mit Gewürzen gebacken.

Brot hat in vielen Kulturen eine spirituelle oder rituelle Bedeutung. So bricht man im Nahen Osten vor jeder Mahlzeit gemeinsam das Brot. In christlich orientierten Ländern wurden und werden zu bestimmten religiösen Feierlichkeiten traditionelle Brote, sogenannte Gebildbrote, gebacken und verzehrt. Rund um das Brot gibt es noch heute sehr viele Bräuche, die mit dem Glauben an übernatürliche Kräfte verbunden sind. Etliche Sagen berichten von göttlichen Strafen, die umgehend den ereilten, der einen Brotfrevel beging. Auch an das erbettelte Brot sind abergläubische Vorstellungen und viele Sprichwörter geknüpft.

Und wer die Geschichte der Brezel kennt, die die göttliche Dreieinigkeit symbolisieren soll oder die Fürbitte im »Vater unser«: »Unser täglich Brot gib uns heute«, der empfindet den tiefen Bezug, den der Mensch schon seit Jahrtausenden zu seinem irdischen Getreide-Manna hat. Auch das Gleichsetzen des Leibes Christi mit der gebackenen Hostie beim Abendmahl entspringt dieser Volksmythologie.

Über 300 Brotsorten

Warum gerade in Deutschland eine so große Brotvielfalt herrscht, während sich unsere Nachbarn die Franzosen fast ausschließlich vom Weißbrot Baguette ernähren und die Italiener in der Hauptsache Ciabatta-Brote verzehren, das steht in den Sternen. Mehr als 300 Brotsorten gibt es hierzulande - damit sind unsere Bäcker »Weltmeister im Brotbacken«. Unter dem Begriff »Sorte« versteht man alle nach Mehlart, -type und Mischung, sowie Rezeptur, Zutaten und Verarbeitung gleichen Brote. Der backenden

NATÜRLICHE ERNÄHRUNG

Härdtner
Der Bäcker. Das Brot.

Erhältlich in unseren Fillialen und im Naturkosthandel.

Zunft stehen also viele Möglichkeiten offen, verschiedene Brote herzustellen. Neben der kreativen Fantasie sind es aber vor allem historische, regionale und kulturelle Besonderheiten, die unsere weltweit einmalige Brotvielfalt geprägt haben.

Allein bei den Brotgetreidearten Weizen und Roggen werden 16 verschiedene Standard-Mehltypen (nach DIN-Norm) gehandelt, hinzukommen Vollkorn-Mahlerzeugnisse und eine Vielzahl Spezialmehle oder -schrote für besondere Zwecke. Die sich daraus ergebenden Variationsmöglichkeiten beim Bäcker sind groß und haben ebenfalls vielfach regionale Wurzeln.

Ganz nach eigenem Geschmack kann der Bäcker entscheiden, welche Zutaten wie Gewürze oder Ölsaaten er dem Teig beifügt. Damit können immer neue Geschmacksnuancen in Gebäcken kreiert werden. Neben den Zutaten und der Teigart spielt dann der Backprozeß eine form– und geschmacksgebende Rolle. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Globalisiertes Brot versus Bio- und Regionalprodukte

Viele regionale Bäcker bekommen, trotz großer Kreativität und qualitativem Anspruch, die Schattenseiten unserer globalisierten Billigkultur zu spüren. Denn die Konkurrenz droht heute nicht etwa nur vom Bäckerkollegen um die Ecke, sondern von Discountern, Tankstellen und anderen »Backshops«.

Hier werden nicht nächtelang Teigvariationen geknetet, sondern tiefgefrorene Brot- und Brötchenrohlinge aufgebacken. Während man sich dafür anfangs noch deutscher Roherzeugnisse bediente, folgte bald der billigere Rohling aus Polen, der inzwischen längst von noch billigeren Chinaimporten abgelöst wurde. Während der Familienvater also vom frischen deutschen Brötchen für sein Frühstück träumt, werden täglich Abermillionen solcher Chinabrötchen in die Röhre geschoben. Inhaltstoffe? Zutaten? Mehlqualität? Unbekannt. Hauptsache billig!

Was kann der regionale Bäcker dieser Entwicklung entgegensetzen? Qualität und Aufklärung! Und die Hoffnung auf ein schrittweises Umdenken der Kundschaft. So wirbt die BÄCKEREI HÄRDTNER aus Neckarsulm mit dem Leitspruch des Seniorchefs Rolf Härdtner: »Ich wollte immer ein guter Bäcker werden, der stolz ist auf das, was er macht.« Kann man auf industriell hergestellte Billigprodukte stolz sein? Eher nicht!

Als Rolf Härdtner 1973 mit seiner Frau Annemarie die elterliche Backstube übernahm, gab es in der heutigen Stammfiliale auf der Viktorshöhe in Neckarsulm etwa 25 Mitarbeiter. Heute zählt das mittelständische Unternehmen mit 60 Filialen zwar zu den Großen der Branche, die Rezepte und die verwendeten Zutaten sind dennoch die eines traditionellen Bäckers geblieben: »Wir sind nachhaltig und mit Verstand gewachsen – so weit, daß wir alles noch selbst backen können. Wir arbeiten dort handwerklich, wo es der Geschmack und die Qualität der Backwaren erfordert, aber wir setzen dann moderne Maschinen und Techniken ein, wenn wir damit die tägliche Arbeit erleichtern und die Güte unserer Backwaren weiter verbessern können.«

Im Bio-Sortiment kommen die Rohstoffe bereits seit 1973 von demeter-Partnern. Vom Holzofenbrot bis zum Urdinkel-Laibchen bietet die Bäckerei Härdtner über 40 Brotsorten, die ohne Zusatzstoffe, täglich frisch hergestellt, von echten Bäckern von Hand geformt werden. »Wir lassen uns dabei auch gerne über die Schulter schauen und bieten für Gruppen nach Voranmeldung gerne Backstubenführungen an.«

Auch die Heilbronner BÄCKEREI SCHMIDT folgt dem Credo Nachhaltigkeit. »Echtes Handwerk ist ein Gütesiegel, dem wir uns jeden Tag verpflichtet fühlen. Damit meinen wir uns, die kleine Schar an Bäckern in Deutschland, die sich nicht von der wachsenden Backwarenindustrie unter Druck setzen läßt. Dies gelingt nur, wenn man seine wahre Berufung erkennt und diese mit viel Hingabe und Engagement in die Tat umsetzt.«

Bei der Bäckerei Schmidt hat man sich entschieden, anders und – wenn möglich - besser zu sein als andere. Die Kundenzufriedenheit steht daher immer im Mittelpunkt.

»Mit Leidenschaft und Tradition erstellen wir für Sie jede Nacht frisches Brot, Brötchen und leckere Kuchen – von Hand, ehrlich und mit Liebe zum Detail, von Menschen, die mit Begeisterung am Werk sind und ihren Beruf schätzen. Wir achten auf Regionalität, Natürlichkeit und beste Qualität unserer Rohstoffe, denn unser höchstes Ziel und Interesse besteht darin, unsere Kunden jeden Tag aufs Neue mit unseren Backwaren zu begeistern.« Das Getreide bezieht die Bäckerei Schmidt von der Marktgemeinschaft KraichgauKorn. Diese erhalten es von regionalen Bauern – ohne chemischen Pflanzenschutz und ohne Gentechnik.

Auch die BÄCKEREI PETERHANS in Ilsfeld hat sich erfolgreich nach eine Qualitätsnische umgesehen und auf Bio umgestellt. »Um einen hohen Qualitätsstandard in den verwendeten Zutaten und in der Herstellung zu garantieren, haben wir uns von einer Reihe von unabhängigen Instituten zertifizieren lassen.«, erklärt man bei Peterhans. »Wir wollen so natürlich wie möglich sein, denn wo Bio draufsteht, ist bei uns auch Bio drin! Unsere Backwaren enthalten keine Farbstoffe, Geschmacksverstärker, künstliche oder naturidentische Aromen. Auch Stabilisatoren, synthetische Süßstoffe oder jodiertes Speisesalz werden in unserem Betrieb nicht verarbeitet.«

Bei Peterhans möchte man wissen, wie Nahrung hergestellt wird. Daher werden für alle Bio- und Bio-Vollkorn Produkte nur Getreide aus biologischem Anbau verwendet. Nur so kann man nachvollziehen, wo das Getreide herkommt und unter welchen Bedingungen es angebaut wurde. »Alle Vorgänge, die in unserer Produktion vor sich gehen, sind darauf ausgelegt, das Beste aus unseren Rohstoffen herauszuholen und einen vollmundigen Geschmack zu verbreiten. Deshalb werden auch viele Arbeitsschritte noch immer von Hand gemacht.«

Die Bad Friedrichshaller BÄCKEREI HIRTH ist ein echtes Traditionsunternehmen. 1908 vom Urgroßvater gegründet, wurde die Bäckerei von Großvater Theodor und Großmutter Maria Hirth von 1951 bis 1979 im Gründungshaus in der Marienstraße 54 erfolgreich weitergeführt. Seit 1980 sind Johannes Hirth Senior und Rosemarie Hirth die Inhaber der Bäckerei, die mittlerweile zu einem mittelständischen Betrieb herangewachsen ist.

Mit Sohn Johannes Hirth Junior wirkt bereits die 4. Generation im Familienbetrieb mit. Nicht nur als Bäckermeister in der Produktion, Marketing und Entwicklung, sondern auch mit Kreativität und neuen Ideen bringt er sich ein.

Und wie! 2012 gewann Johannes Hirth Junior die Deutsche Meisterschaft der Bäckermeister. Durch diesen Titel gehört er zu den Besten des Bäckerhandwerks und ist Teil der deutschen Bäcker-Nationalmannschaft.

Auch für die Bäckerei Hirth stehen Qualität und Nachhaltigkeit an erster Stelle: »Das Wichtigste ist das Vertrauen unserer Kunden in unsere Backwaren. Wir verarbeiten nur beste Rohstoffe und Zutaten, möglichst aus der heimischen Region. Unsere Backwaren sind Unikate und werden in Handarbeit hergestellt. Darauf geben wir Ihnen unser »Bäcker-Ährenwort««.

Bio-Bäcker und Hofbackstuben

Die Winnender BIO-BÄCKEREI WEBER ist ein echter Bio-Pionier. Bereits seit 1987 ist man Bioland-Partner. Ob Weißmehl oder Vollkorn: bei Weber ist alles Bio! Gemahlen wird mit einer eigenen Vollkorn-Mühle. Die wesentlichen Rohstoffe (Getreide, Molkereiprodukte, Honig, etliche Saaten und weitere Zutaten) bezieht man aus der Region. Nachhaltigkeit, Umweltverträglichkeit und eine soziales, menschliches Wirtschaften nach innen und außen setzt man sich täglich neu zum Ziel.

Die Bäckerei Weber gibt es in Winnenden schon seit 1921. Sie entstand als Familienbetrieb, in dem auf handwerkliche, traditionelle Weise schmackhafte Backwaren hergestellt wurden.

1983, in der dritten Weber'schen Generation, wandelten Günter und Helmut Weber die Bäckerei in einen selbstverwalteten Betrieb um und setzten mit der Ausrichtung auf biologische Backwaren und Vollkorn eine neue Zielrichtung.

Die Bäckerei Weber gehört zu den Pionieren unter den Bio-Bäckereien. Bis heute ist man eine der wenigen reinen Bio-Bäckereien in Deutschland!

Daß auch auf vielen Bio-Höfen Brot gebacken wird, hat sich längst herumgesprochen. So bietet der RIEGENHOF in Mainhardt regelmäßig ein von Inhaberin Doris Braun im Holzofen selbstgebackenes Demeter-Brot an. Das HOFGUT HERMERSBERG in Niedernhall hat sogar vor einigen Jahren eigens ein aus dem Jahre 1790 stammendes Backhäuschen im Raum Wüstenrot abtragen und auf dem Hof wieder aufbauen lassen. In dem urigen Gebäude wird heute auf althergebrachte Weise feinste Backkunst betrieben. Spezialität des Hauses ist das inzwischen weit über die Region hinaus bekannte Holzofenbrot in Demeterqualität.

Das Freilandmuseum Wackershofen feiert im September sein alljährliches »Backofenfest«, wo neben verschiedenen traditionellen Brotarten auch der Hohenloher »Blooz« zu genießen ist. Überhaupt ist die Renaissance der Backhäuschen ein echter Segen für die Backkunst. Denn wer selbst einmal seine Hände im Teig vergraben und das Entstehen eines Brotes live und mit allen Sinnen miterlebt hat, der weiß die Arbeit unserer Bäcker zu würdigen.

Wen es dennoch nach einem industriell gefertigten McDonald-Matschbrötchen oder nach aufgebackenen China-Billig-Importen gelüstet, der wird auch hier seine Anbieter finden. Für alle anderen gilt: Der Mensch lebt zwar nicht vom Brot allein – doch lebt es sich mit hochwertigem, mit Liebe gebackenem Brot besser. Und das gibt es nur zu Hause oder beim Bäcker!

Autor
Michael Hoppe

Bio-Bäckerei Weber
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

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

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

Gesunder Genuß von A – Z – Die Naturscheck-Region ist europaweit einzigartig in ihrer Bio- und Nachhaltigkeitsvielfalt

Bereits in der letzten Ausgabe hatte die NATURSCHECK-Redaktion gute Adressen für Lebensmittel in Bioqualität oder aus regionaler Herkunft zwischen Stuttgart, Ludwigsburg, Heilbronn und Schwäbisch Hall vorgestellt. Und das in Zeiten der Globalisierung und der dominierenden Verbrauchergroßmärkte aus gutem Grund: man kann nämlich gar nicht oft genug betonen, daß mit dem Einkauf bei lokalen Vermarktern und ökologisch wirtschaftenden Betrieben die heimische Landwirtschaft und der regionale Handel gestärkt wird. So präsentieren wir Ihnen an dieser Stelle erneut einige Bio- und Genußadressen aus der NATURSCHECK-Region, die sich vorbildlich der ökologischen Landwirtschaft oder der regionalen Produktion von Lebensmitteln verschrieben haben.

Obst ist gesund …

… das weiß heute eigentlich jeder halbwegs aufgeklärte Konsument. Obst enthält jede Menge Vitamine und Mineralstoffe. Doch neben dem gesundheitlichen Aspekt geht es beim Obst eben auch um den Geschmack. Doch hier offenbaren sich dem Verbraucher oft gewaltige qualitative Unterschiede. Wer beispielsweise im großen Supermarkt unbedarft zur großindustriell abgepackten Granny Smith-Apfelsorte greift, darf sich dann nicht über den künstlichen Geschmack beklagen. Apfelesser, die natürliche Aromen bevorzugen, sollten daher stets zu Apfelsorten in Bioqualität greifen – am besten aus regionaler Produktion.

So kommt es im NATURLAND BIO-OBSTHOF GRÄSSLE in Heilbronn-Biberach im Vergleich zu abgepackten Äpfeln aus industrieller Serienfertigung zu einer regelrechten Geschmacksexplosion: Die Äpfel im Hofladen von Jürgen Gräßle sind garantiert nicht gespritzt. Der erfahrene Obstbautechniker und sein Team setzen auf den eigenen Streuobstwiesen am Westrand des Kraichgaus auf fruchtbare Lößböden. Sie profitieren dabei ebenfalls vom milden Klima in der charakteristischen Hügellandschaft. Der Kraichgau – gerne auch als Land der Tausend Hügel bezeichnet – gilt im Südwesten der Republik als »Kornkammer«. Seit Anfang August 2016 stehen die ersten knackigen Frühäpfel im Hofladen zum Verkauf bereit.

Auch bei den Birnen- und Kirschenkulturen steht für Jürgen Gräßle eine organische Düngung und eine schonende Bodenbearbeitung im Vordergrund, um die Biodiversität zu erhalten – das Resultat sind vitale Obstbäume, die leckere und gesunde Früchte tragen. Chemiefreie Obstplantagen und naturbelassene Streuobstwiesen bilden wichtige Kulturlandschaften und Biotope für viele Tiere wie Igel, Schmetterlinge, Spechte und Singvögel. Bienen und Wildbienen hilft Jür-

gen Gräßle durch die Aussaat von ausgesuchtem Saatgut – die Folge sind »brummende« Blühstreifen in den Obstplantagen. Der Obstbautechniker greift nicht in die Natur ein, sondern paßt die Arbeitsabläufe an die natürlichen Kreisläufe an.

»Vom Feld auf den Tisch", so lautet Gräßles Motto, daß sich längst bewährt hat. Die langjährige Kundschaft schätzt die regionalen und saisonalen Bio-Produkte mit kurzen Transportwegen. Der Hofladen auf dem Bio-Obsthof Gräßle läßt für bewußte Konsumenten keine Wünsche offen: neben Obst aus Eigenproduktion bieten Jürgen Gräßle und seine Mitarbeiter ein hochwertiges Sortiment an biologischen Lebensmitteln an: das Angebot reicht von Gemüse, Kräutern, Milch und Milchprodukte sowie Brot und Getreideprodukten bis hin zu Wurstwaren, Eiern, Gewürzen, Nudeln, Kaffee, Tee, Säften, Wein oder Schokolade.

Zum Hofladen-Team in Biberach zählt auch die Ernährungswissenschaftlerin Tanja Koch, die im NATURSCHECK regelmäßig mit einer Bio-Koch-Kolumne vertreten ist. Die Hofladen-Kunden erhalten beim Einkauf von ihr vegane und gesunde Rezept-Tipps quasi aus erster Hand.

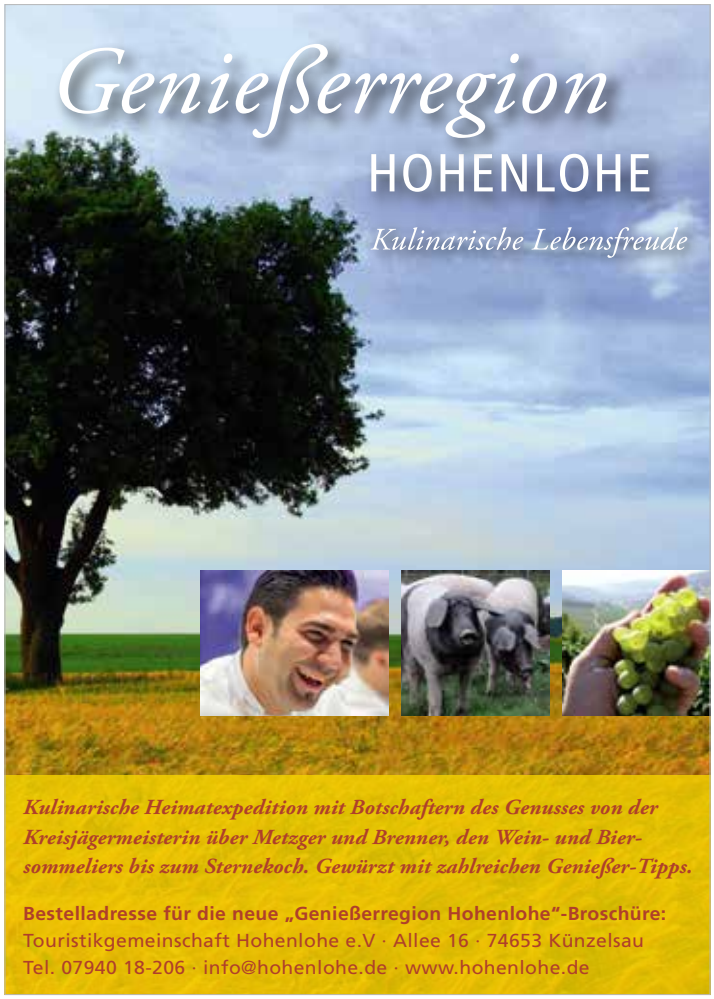
Seit knapp 20 Jahren bewirtschaften Marion und Marcus Föll den von den Eltern übernommenen Betrieb in Ilsfeld-Wüstenhausen nach den Bioland-Richtlinien. Während in der Anfangszeit auf dem BIOHOF FÖLL der Fokus zunächst auf Milchproduktion, Getreide- und Kartoffelanbau gerichtet war, rückte in den vergangenen zehn Jahren zunehmend ebenso der Obstanbau in den Vordergrund.

Seit 2003 hält der Biohof Föll auch den Demeter-Status inne. Auf rund 24 Hektar erstreckt sich heute die Obstbaufläche. Dort werden auf biologische Weise viele Obst- und Beerensorten geerntet. Das günstige Weinbauklima und die sorgfältige Verwendung von biologisch-dynamischen Präparaten garantieren frische Naturaromen bei Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren, Stachelbee-

HAGEN KAFFEE
KAFFEEHAUS

KAFFEESPEZIALITÄTEN
AUS ALLER WELT

WILLY HAGEN GMBH * 74076 HEILBRONN
www.hagenkaffee.de



ren, Kirschen, Pflaumen oder Zwetschgen. Goldrot leuchten auch die pausbäckigen Äpfel auf den Obstwiesen von Familie Föll. Selbst exotische Früchte wie Minikiwis gedeihen bei den Bio-Obstbauern prächtig.

Im Jahr 2002 verwirklichten sich die Fölls den Traum vom eigenen Hofladen, fünf Jahre später stand die Erweiterung zum Naturkostfachgeschäft an: auf über 100 Quadratmeter findet der gesundheitsbewußte Kunde alles, was das (Bio-)Herz begehrt. Sämtliche Produkte sind aus biologischem Anbau und werden somit ohne Gentechnik produziert. Die Fölls nehmen nur tierische Produkte in ihr Sortiment auf, die aus artgerechter Tierhaltung stammen. Im Hofladen ist selbstverständlich auch kein Platz für »Chemie-Monsanto-Keulen« und Konsorten. Die Fölls kooperieren mit benachbarten Bioland- und Demeterbetrieben sowie regionalen Naturkostgroßhändlern, um den Kunden stets ein frisches Sortiment anbieten zu können. Ergänzende Beerensorten beziehen die Fölls beispielsweise von Beerenbauern aus Ebermannstadt in der Fränkischen Schweiz. Seit 30 Jahren setzt der Bäckereibetrieb auf den Einsatz von Getreide aus nachhaltigem Anbau. Gesunde Obstsäfte hält das Hofladensortiment der Fölls ebenfalls bereit. Die Fruchtsäfte und Gemüsesäfte in Bio-Qualität der Beutelsbacher Fruchtsaftkelterei runden das hervorragende Angebot im Ilsfeldener Hofladen ab.

Flüssiges Obst

Fundierte Fruchtkenntnisse, ausgeprägte Geschmacksnerven und ein chronisches Faible für nachhaltigen Obstanbau besitzt auch die Familie Gunkel. Seit 1945 steht der Familienname Gunkel für Natursäfte in ausgesuchter Qualität. Doris und Otto Gunkel starteten die Natursaftherstellung zunächst in der eigenen Garage. Seit 1960 entstehen die leckeren und gesunden GUNKEL NATURSÄFTE in der Heilbronner Badstraße. Der Erfindungsreichtum von Otto Gunkel führte um 1970 zum Bau einer vollautomatischen Fruchtpresse, die unter dem Namen »Gunkel-Fließband-Etagenpresse« den Weg ins Patentamt fand. Nach seinem Studium stieg Jürgen Gunkel als studierter Getränkeingenieur in den elterlichen Betrieb ein.

In schöner Regelmäßigkeit gewinnen die Frucht- und Gemüsesäfte des Heilbronner Traditionsunternehmens bei den jährlichen Lebensmitteltests der Deutschen Landwirtschafts-Gesellschaft (DLG) zahlreiche Preise. Das Sortiment von Geschäftsführer Jürgen Gunkel und seinen Mitstreitern umspannt neben naturtrüben Bio-Apfelsaft oder schwarzen Bio-Johannisbeer-Nektar auch Rhabarber-Nektar sowie Bio-Tomatensaft und Bio-Karottensaft. Ein Geheimtipp unter Kennern ist der Gunkel-Bio-Elstar. Bei diesem Bio-Apfelsaft schimmert die aromatische und saftige Note der Apfelsorte »Elstar« mehr als nur leicht durch.

Zur Fruchtsaftproduktion verwenden die Gunkels ausschließlich Früchte aus biozertifizierter Herkunft. Als führendes Mitglied des Vereins »Bio Streuobstinitiative Neckar e.V. (BioSIN)« setzt sich Jürgen Gunkel für den Erhalt der ökologisch wertvollen Streuobstwiesen-Kulturlandschaft im Neckartal ein. Auf Streuobstwiesen ist unter anderem der geschützte Steinkauz heimisch. Die Bio-Streuobstäpfel aus dem Neckartal verarbeiten Jürgen Gunkel und sein Team zu naturtrüben oder klarem Apfelsaft.

Auch in diesem Herbst

nimmt Familie Gunkel wieder Äpfel und Birnen nach dem »Lohnmostprinzip« an. Die Obstannahme startete am 30. August 2016. Der letzte Annahmetermin für das laufende Kalenderjahr ist auf den 7. November 2016 fixiert. Das Lohnmostprinzip wenden die Gunkels auch bei Trauben an. Der Familienbetrieb verfügt über ein zugelassenes Weinlabor für die Anbaugebiete Württemberg und Baden und erzeugt zudem Süßreserve für regionale Weinbauern und Winzergenossenschaften.

Wein aus der Region

Das Neckartal zwischen Heilbronn und Ludwigsburg zählt du den wichtigsten Weinbaugebieten in Württemberg. In Lauffen – der Geburtsstadt des schwäbischen Dichters Friedrich Hölderlin – sorgt der terrassierte und ökologisch wertvolle Steillagenweinbau für Weine mit besonderer Note. Der Lauffener »Katzenbeißer« ist Weinkennern im gesamten Bundesgebiet ein Begriff.

Bei Weinsberg, vor den Toren Heilbronns, werden die nicht minder bekannten Grantschener Weine produziert. Alle Weinspezialitäten aus dem Neckartal aufzuzählen, würde den Rahmen dieses Artikels sprengen. Wer sich einen Überblick über die erlesene Weinvielfalt aus dem Neckartal verschaffen möchte, sollte bei nächster Gelegenheit das WEIN- & GETRÄNKEHAUS ARMBRUSTER in Heilbronn ansteuern. Freunde von erlesenen Tropfen erwartet dort ein einladendes Weinangebot von deutschen und internationalen Weingütern. Ralf und Frank Armbruster führen das traditionsreiche Getränkehaus in der 2. Generation. Die beiden Brüder nehmen sich stets Zeit für die Kundenberatung: schließlich soll zu jedem Anlaß der richtige Wein auf dem Tisch stehen. Darüberhinaus werden in der Getränkewelt der Armbruster 80 verschiedene Biere kredenzt. Hinzu kommt ein umfangreiches Angebot an Likören, Spirituosen und Säften in Bioqualität.

Durst ist zwar schlimmer als Heimweh, aber ein knurrender Magen schlägt bekanntlich ebenfalls beträchtlich aufs Gemüt. Da trifft es sich gut, daß Ralf und Frank Armbruster ihren Kunden neben Getränken auch eine angeschlossene Biolebensmittelecke bieten. In ARMBRUSTERS BIOWELT können die Kunden aus über 1.500 Naturprodukten bekannter Marken wie Naturland, Demeter oder Bioland auswählen. So gibt es unter anderem frische Milch und Backwaren, knackiges Obst- und Gemüse sowie gesunde Öle oder Teemischungen. Sehr empfehlenswert ist der Bieressig aus bayrischem Bockbier.

Ein exklusives Geschmackserlebnis liefern auch Kastanienhonigessig oder Portweinessig. Herbstzeit ist Kürbis- und Halloweenzeit – in den Regalen von »Armbruster's Biowelt« steht selbstverständlich auch Kürbiskernöl für kleine und große »Pumpkinfans« bereit. Das Kürbiskernöl in Bioqualität schmeckt übrigens hervorragend zu einer leicht bekömmlichen Kürbiscremesuppe. Ralf und Frank Armbruster setzen voll und ganz auf eine Produktpalette aus ökologischem Anbau, da nur dieser sowohl Boden, Wasser wie auch Luft schont.

Regionales Bio-Gemüse

Schonend mit natürlichen Ressourcen geht auch Eberhard Landes um. Der Biogärtner betreibt in Oedheim seit 1990 die BIOLAND-GÄRTNEREI LANDES. Eberhard Landes baute sie nach seinem landwirtschaftlichen Studium auf. Anfangs standen ihm 0,5 Hektar Freilandfläche und 400 Quadratmeter im Glashaus zur Verfügung. Im Laufe der Jahre wuchs die Anbaufläche von 43 Hektar im Freilandbereich und 5.000 Quadratmeter im Glashaus an.

Inzwischen ernten Eberhard Landes und seine Mitarbeiter verschiedene Sorten an Gemüse und Kräutern in Bioland-Qualität. Das Produktsortiment umfaßt unter anderem Sellerie, Kohl, Bohnen, Tomaten, Paprika, Petersilie, Schnittlauch und Dill. Sein Gemüse und seine Kräuter verkauft der sympathische Biogärtner entweder direkt im Hofladen oder auf den Wochenmärkten in Heilbronn, Neckarsulm, Bönnigheim und Brackenheim. Regelmäßig bietet Eberhard Landes auch Führungen an, um interessierten Zuhörern den Biolandbau näher zu bringen.

Das Kaffeeparadies

Für genußorientierte Menschen sind nicht nur Lebensmittel aus nachhaltiger Produktion essentiell für den täglichen Nahrungsbedarf. Der Kaffeegenuß in der Mittagspause zählt für den Großteil der arbeitenden Bevölkerung zu einem willkommenen Alltagsritual. Doch der oft fade und geschmacklose Automatenkaffee in den tristen Stockwerken grauer Büro-

komplexe kann einem schnell die Freude an des Deutschen liebstem Heißgetränk vergällen. Wer ein bißchen mehr Zeit einplant und den anregenden Duft von frisch geröstetem Kaffee sowie ein entspannendes Ambiente schätzt, der sollte einmal das Kaffeehaus HAGEN in Heilbronn besuchen.

Das Hagen in der Christophstraße ist seit vielen Jahren die erste Adresse für exzellenten Kaffee- und Teegenuß in der Käthchenstadt: hier bilden Riechen, Sehen, Tasten, Schmecken (und Genießen) eine perfekte Handlungskette. Beim Anblick von antiken und modernen Kaffeemaschinen im Ausstellungsraum steigt die Vorfreude auf einen frisch gebrühten Kaffee.

Seit ihrer Gründung im Jahr 1934 ist die Firma WILLY HAGEN GMBH ein Familienbetrieb. Nach dem Tod von Willy Hagen im Jahr 1989 hat Hanspeter Hagen in dem traditionsreichen Kaffeeunternehmen das Sagen. Er baute in den vergangenen Jahren das Angebot an Kaffee und Tee kontinuierlich aus. Darüberhinaus läßt er sich immer wieder etwas Neues einfallen, damit sich die Gäste im unverwechselbaren Kaffeehaus-Ambiente stets wohlfühlen und gerne wiederkommen.

In der Rösterei schwören Geschäftsführer Hanspeter Hagen und sein eingespieltes Röstmeister-Team auf beste Bohnenqualität und wohl temperierte Röstprozesse. Während in der großindustriellen Produktion Rösttemperaturen von mehr als 350 Grad Celsius die Regel sind, setzen die Röstmeister im Hagen auf eine längere Röstzeit bei gedrosselten Temperaturen. Das Plus: der Kaffee wird schonender durchgeröstet, was für einen noch leichteren und verträglicheren Genuß sorgt.

Ihr langjähriges Wissen geben die Röstmeister in Kaffeeseminaren gerne weiter – schließlich ist Kaffee mehr als nur ein Getränk. Die Italiener machen es den Deutschen ja schon seit eh und je beim »dolce Vita« vor: in »Bella Italia« gehört zum mediterranen Lebensstil die Barista-Kunst in stilvollem Ambiente einfach mit dazu. Wer lernen möchte, wie aus der angeblich so simplen Teeaufbereitung eine echte »Teezeremonie« werden kann, für den sind die Tee-Seminare im Cafe Hagen geeignet.

Für experimentierfreudige Kaffee- und Teetrinker halten die Verkaufsfläche im Erdgeschoß des Kaffeehauses sowie der Online-Shop weitere Überraschungen bereit. Über 60 Einzelsorten und Mischungen umfaßt allein das Kaffeesortiment – darunter sind 12 verschiedene Espresso-Varianten! Das renommierte Magazin »Feinschmecker« bezeichnet das »Hagen« als einen der zehn besten Teeläden im Bundesgebiet. Besonders empfehlenswert ist die wohltuende Biokräutermischung »Basische Kräuter«.

Autor & Fotos
Andreas Scholz

Genußadressen in der Naturscheck-Region

www.obsthof-graessle.de
www.beutelsbacher.de
www.bio-landes.de
www.foell-biohof.de
www.gunkel-natursaft.de
www.molkerei-schrozberg.de
www.besh.de
www.armbruster-getraenke.de
www.hagenkaffee.de

NAAM YOGA – Das Yoga für Liebe, Frieden und Licht

Dr. Joseph Michael Levry aus den USA, Gründer des Naam Yoga und Meister der Universellen Kabbalah, kommt am 9. - 11. September 2016 nach Donnbronn-Untergruppenbach. Eine einmalige Gelegenheit, Dr. Levry in Deutschland persönlich zu begegnen, an einer einzigartigen Shakti Naam Yoga Meisterklasse und einem inspirierenden Universelle Kabbalah Seminar mit dem Titel »Licht ist das Prinzip der Vollkommenheit« teilzunehmen.

Was ist Naam Yoga?

Dr. Levry: Naam Yoga ist ein sehr kraftvolles und äußerst effektives Yoga, das die Universelle Kabbalah und Yoga miteinander kombiniert. Naam Yoga ist universell. Egal wer du bist, was du glaubst oder wie du aussiehst, alle können sich im Naam Yoga zu Hause fühlen. Wir haben Gebete und Mantras aus zahlreichen Heiligen Lehren, wie etwa lateinische Mantras aus dem Christentum, hebräische aus dem Judentum, Gurmukhi Mantras aus der Sikh Lehre, Sanskrit Mantras aus dem Hinduismus und viele mehr. Naam Yoga ist für alle Menschen.

Naam Yoga arbeitet mit der Kraft des Klanges. Warum? Das gesamte Universum wird durch Klang gesteuert, und Klang ist der schnellste Weg, alle Menschen zu vereinen. Klang ist der kraftvollste und schnellste Weg, sich mit Gott zu verbinden. Naam Yoga hilft den Menschen, sich über die Illusion des Getrenntseins zu erheben und Gott in allen Lehren zu sehen, in sich selbst und in jedem Menschen.

Was bedeutet Naam?

Dr. Levry: Mit unserer Alltagssprache verständigen wir uns in der physischen Welt. Naam ist die Sprache des Himmels. Im Naam werden heilige Worte auf besondere Weise kombiniert und geordnet. Dadurch läßt sich die Energie lenken, und es entsteht ein harmonischer, gesunder Rhythmus. Denn ein Mensch ohne Rhythmus ist wie ein Land ohne Wasser. Naam Yoga bringt also durch das Naam oder die Kraft des Wortes Rhythmus in unser Leben. Denn Rhythmus erzeugt Schwingung und das gesamte Universum wird durch Schwingung bewegt.

Was ist Sukshma Vyayama und Shakti Naam?

Dr. Levry: Sukshma Vyayama ist ein Teil des Naam Yoga. Es ist ein sehr altes und wirksames Yogasystem, das am Energiekörper arbeitet. Der Energiekörper versorgt den physischen Körper. Die Kombination von Sukshma Vyayama und der Kraft des Klanges wird im Naam Yoga »Shakti Naam« genannt. Die speziellen Atemübungen im Shakti Naam sind so kraftvoll, daß ihr positiver Einfluß auf den Körper bereits nach einer Minute spürbar ist. Naam Yoga öffnet das Herz und arbeitet auf besondere und mathematische Weise mit der Kraft des Klanges. Es verändert und erhöht die molekulare Schwingung, um Selbstheilung und Harmonie zu bewirken. Die Verbindung von Sukshma Vyayama und Klang fördert die Selbstheilung und schenkt Vitalität und spirituelles Wachstum.

Wie kann Naam Yoga den Menschen helfen?

Dr. Levry: Es läßt uns strahlen und erfolgreich werden und wirkt wie ein Schutzschild aus Licht. Die Kombination von Naam und Kabbalah öffnet das Herz. Sobald unser Herz geöffnet ist, beginnt alles auf die richtige Weise zu funktionieren. Die Kabbalah hilft uns zu verstehen, wie das Universum funktioniert. Naam Yogis lernen die Gesetze des Universums. Sie lernen mit diesen Gesetzen zu arbeiten, um im Einklang mit dem Universum zu sein. Die Wissenschaft des richtigen Timings ist sehr wichtig, denn richtiges Timing ist alles. Es ist äußerst wichtig zu wissen, wann wir handeln oder nicht handeln sollten, wann wir vorwärts gehen oder still stehen sollten oder wann wir ein neues Projekt oder ein Business beginnen, um erfolgreich zu sein.

Shakti Naam Yoga und Seminar mit Dr. Levry in Untergruppenbach-Donnbronn:

Shakti Naam Yoga Meisterklasse am Freitag, den 9. September 2016 ab 19:30 Uhr

Seminar »Licht ist das Prinzip der Vollkommenheit« am 10. und 11. September 2016 ab 13:00 Uhr

NAAM YOGA

Anmeldung und Infos

für Seminare, Ausbildungen und Naam Yoga Klassen unter www.naamyoga.de

Die Peter Hess®-Klangmassage als wirkungsvolle Methode bei Streß und Burn-out

Die Peter Hess®-Klangmassage und -Klangmethoden bieten eine erfolgreiche Möglichkeit der Streßbewältigung durch Achtsamkeitsschulung und Tiefenentspannung. Psychische Erkrankungen, die auf Streß im Berufsleben und auch im privaten Umfeld zurückzuführen sind, nehmen nach einer aktuellen Studie der DAK zu und können zur Entstehung von »Zivilisationskrankheiten« wie Depressionen und Burn-out führen. Hier sind gelingende Streßbewältigungsstrategien gefragt. Es reicht nicht aus, das Krankmachende zu bekämpfen, die Stärkung des zumindest im Kern immer vorhandenen Gesunden rückt in den Vordergrund.

Mit der Peter Hess®-Klangmassage, eine ganzheitliche Methode, kommt der Betroffene schnell in eine tiefe Entspannung, in der er wieder an seine Ressourcen anknüpfen kann, um das Gesunde in ihm zu stärken und somit in eine seine Lebensbalance, in seine stabile Mitte finden kann.

Mit der Peter Hess®-Klangmassage die Gesundheit stärken

Viele Menschen reagieren fast augenblicklich auf die Klänge und kommen bereits bei der ersten Klangmassage in eine tiefe und wohltuende Entspannung. Entspannung ist als Gegenpol zur Aktivität ein wichtiger Aspekt für ein ausgewogenes und damit gesundes Leben, und so können Klangschalen zur Stärkung der Gesundheit und Steigerung von Lebensfreude beitragen. Dies macht sie für den Bereich der Prävention zu einer interessanten Methode. So hat eine Studie des Europäischen Fachverbandes Klang-Massage- Therapie e.V., die 2007 mit über 200 Probanden durchgeführt wurde, die positiven Auswirkungen auf den Umgang mit Streß und das Wohlgefühl in und mit dem eigenen Körper nachgewiesen.

Peter Hess, Dipl.-Ing. für Physikalische Technik, hat vor über 30 Jahren die Klangmassage entwickelt. Durch wissenschaftliche Begleitung, Forschungen und Erfahrungsberichte der Praktizierenden ist Peter Hess der bedeutendste und erfolgreichste Anbieter in den Klangmethoden mit über 80 Fachseminaren. Diese ganzheitliche Methode hat sich im Bereich der komplementären Methoden etabliert. Die Ausbildungsgänge sind zertifiziert durch das Steinbeis-Transfer-Institut Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung der Steinbeis-Hochschule Berlin.

Zeit für mich – kleine Klangübungen für zwischendurch

Bereits kleine Klangübungen können eine Auszeit vom Alltag schenken. Eine Universalschale auf den Handteller gestellt, sanft angeklungen und mit geschlossenen Augen den Klängen lauschen. Im Lauschen auf die Klänge oder Fühlen ihrer Vibrationen richtet sich die Aufmerksamkeit vom Außen nach Innen – wir kommen zur Ruhe und können Kraft tanken. Dies belegen vier Untersuchungen des Regensburger Professorenehepaars Luis und Hella Erler. Sie haben die Wirkung von in den Alltag integrierten kurzen Klangübungen von nur zwei bis fünf Minuten Dauer untersucht.

Die Probanden berichteten, daß Motivation, Ausdauer, Kreativität und Schaffenskraft gestiegen sind.

Die heilsame Wirkung des Yoga mit Klang

Emily Hess hat die Peter Hess®-Klangmassage mit Yoga kombiniert und zu ihrer eigenen Methode des Emily Hess-Klangyoga entwickelt. Der Klang wirkt unmittelbar auf unsere Zellen, Organe, auf unsere Atmung, auf unseren Puls und Blutdruck und führt in den Asanas zu einer tiefen Entspannung. Die Verbindung von Yoga-Klangmeditation, Yoga-Klangmassage und Yoga-Klangentspannung verbindet ideal Körper, Geist und Seele und trägt zu einer gesunden Balance und zur Stärkung der Selbstheilungskräfte bei. Die Körperwahrnehmung wird tiefer und bewusster wahrgenommen und verspricht eine heilsame Wirkung.

Weitere Infos

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

Biokochen mit Frau Koch

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

Feigen-Orangen Fruchtaufstrich mit Walnusskrokant

– für etwa 5 Gläser à ca. 200 ml –

5 Twist-off-Gläser à ca. 200 ml

Den Backofen auf 70 °C (Umluft) vorheizen. Die Gläser und Deckel mit Wasser und Spülmittel gründlich reinigen und gut mit Wasser nachspülen. Die Gläser bis zum Füllen mit der Öffnung nach unten auf ein Gitter in den Backofen stellen. Die Deckel mit einem sauberen Tuch gut trocken reiben.

50 g Walnusskerne, 60 g Zucker

Die Walnüsse fein hacken. Den Zucker in einer Pfanne erhitzen und schmelzen lassen, bis er honigbraun wird. Die Hitze zurück stellen. Die Walnüsse einrühren und solange rühren, bis sie eine schöne Röstung haben. Die Nüsse auf ein Backpapier kippen und den Krokant flach streichen. Nach dem Abkühlen in kleine Stücke brechen oder hacken.

500 g frische Feigen, 1 Bio Orange

Die Feigen waschen, trocken tupfen, den Strunk oben etwas abschneiden und die Feigen fein würfeln. Die Orange heiß abwaschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben; es werden 3 TL benötigt. Den Saft auspressen.

150 ml Orangensaft, 150 ml Rotwein, 3 EL Zitronensaft
100 g Muscovadozucker, 100 g Rohrohrzucker, 25 g Geliermittel wie Pektin oder Mischungen daraus (erhältlich im Naturkosthandel)

Den ausgepressten Orangensaft auf 150 ml auffüllen. Diesen mit den Feigen, dem Rotwein und dem Zitronensaft in einen Topf geben. Die beiden Zuckersorten mit dem Geliermittel verrühren und in den Topf geben. Die Masse kurz mit dem Stabmixer anpürieren. Alles zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren 3 Minuten sprudelnd kochen lassen.

0,5 TL gemahlener Zimt, 2 TL Honig, 4 EL Orangenlikör

Wenn die Masse zu gelieren beginnt, den Zimt, den Orangenabrieb, den Honig, den Orangenlikör und das Walnusskrokant untermischen und den Aufstrich kochend heiß in die vorbereiteten Gläser mit einem Einfülltrichter und einer Schöpfkelle abfüllen. Darauf achten, dass der Glasrand sauber bleibt. Ansonsten mit einem sauberen Tuch gut abreiben. Die Gläser gut füllen, fest verschließen, für 5 Minuten auf den Kopf stellen und wieder zurück drehen. In einem kühlen Raum ist der Fruchtaufstrich etwa 3 Monate haltbar.

Tipp: Der Aufstrich passt nicht nur aufs Brot, sondern auch prima als Füllung für Kuchen und Plätzchen oder zum Verfeinern von Salat-Dressings, z.B. zu Feldsalat oder Rucola.
Statt reines Geliermittel kann natürlich auch normaler Gelierzucker verwendet werden; hier den 3:1 wählen und auf die je 100 g Muscovadozucker und Rohrohrzucker verzichten.

Was ist Krebs? – Interview mit der ganzheitlichen Krebsberaterin Elke Tegel

Im Oktober feiert das 3E-Zentrum für »Alternative Krebstherapie« in Remshalden-Buoch sein zehnjähriges Bestehen. Aus einer anfangs noch umstrittenen Vision ist längst eine weltweite Institution geworden. Die Heilpraktikerin Elke Tegel ist im 3E-Zentrum für die medizinische Betreuung zuständig. Neben ihrer Tätigkeit als ganzheitliche Krebsberaterin ist sie ausgebildete Meditationsgruppenleiterin und 1. Vorsitzende des Verbandes der deutschen Sektion der europäischen Reflexologen.

Liebe Frau Tegel, Krebs ist die Volkskrankheit Nr. 1. Und eine Krebsdiagnose ist immer ein harter Schlag für den Betroffenen. Doch was verbirgt sich eigentlich hinter dem Begriff »Krebs«?

Elke Tegel:
Wie bei jeder Erkrankung ist es gerade auch bei Krebs entscheidend, den Blick nicht nur auf das Symptom und die körperliche Ebene zu richten, sondern den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele zu betrachten. Auf der körperlichen Ebene sehe ich Krebs als Regulationssystem des Körpers. Ganz im Sinne der »Krebs-Entstehungstheorie der 2. Leber«, die sich auf die Forschungsergebnisse der Ernährungswissenschaftlerin Frau Dr. Catherine Cousmine gründet, in der man davon ausgeht, daß ein Tumor eine Überlebenssicherung des Körpers ist, da er Säuren und Schlacken binden kann.

Es gibt verschiedene Theorien über die Krebsentstehung. Die geschulte Medizin hat als Grundlage der Krebsentstehung die sogenannte Mutations-Theorie. Sie ist heute »die als plausibel geltende Theorie der Krebsentstehung (Karzinogenese)«. In der alternativen Medizin gibt es dazu diverse Forschungen und aus diesem Grund auch verschiedene Theorien wie zum Beispiel die »Mitochondrien-Theorie«, die »Adrenalin-Theorie«, die »Säure-Basen-Theorie« und vieles mehr.

Auf der geistig/mentalen Ebene, die wir als die »energetische Ebene« bezeichnen, sehe ich Krebs als Gelegenheit, disharmonische Lebenssituationen zu stoppen und Lebensveränderungen durchzuführen. Herr Hirneise (Autor von »Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe« und Mitbegründer des 3E-Zentrums) erzählt gerne von den vielen Überlebenden, mit denen er gesprochen hat. Sie haben alle gemeinsam davon berichtet, daß sie sich »energetisch aufgebaut« haben. Es geht also darum, Energien wieder frei fließen zu lassen. Auch die verschiedenen Arten der Psychotherapie haben festgestellt, daß das Aufdecken unbewußter Spannungen Energien freisetzt, die dem Wohlbefinden zugeführt werden können. Krebs ist für mich multifaktoriell, und es macht daher keinen Sinn, Krebs und seine Ursachen nur auf der körperlichen Ebene zu betrachten. Es wäre schön, wenn sich Menschen, die an Krebs erkrankt sind, mit den verschiedenen Theorien der Krebsentstehung beschäftigen würden und sich dann einen Therapeuten suchen würden, der in ihrem Sinne handelt.

Sie haben ja verschiedene Ausbildungen durchlaufen. Wie hat es Sie in das 3E Zentrum verschlagen?

Elke Tegel:
Aufmerksam auf das 3E Zentrum wurde ich über eine Stellenanzeige in der Zeitung. Damals wurde nach einer Person gesucht, die eine kaufmännische und medizinische Ausbildung hat, sowie Erfahrungen vorweisen kann im Halten von Fachvorträgen und Seminaren. Zu diesem Zeitpunkt arbeitete ich im Vertrieb eines Groß- und Einzelhandelsbetriebs. Beim Lesen dieser Anzeige wurde ich den Gedanken nicht los, daß diese Firma (also das 3E Zentrum) mich sucht. Es kam mir vor, als wäre die Anzeige direkt auf mich zugeschnitten. Trotz eines sogenannten »sicheren« Arbeitsplatzes bewarb ich mich und arbeite nun seit über 9 Jahren im 3E Zentrum. Übrigens hatte die Anzeige nicht zu viel versprochen - ich habe hier meine Lebensaufgabe gefunden.

Was unterscheidet eine »Behandlung« im 3E Zentrum von einer konventionellen Krebstherapie?

Elke Tegel:
Die große Unterscheidung liegt darin, daß wir nicht »behandeln«, sondern den Patienten ermutigen und anleiten, zielgerichtet zu »handeln«. Wir lehren also eine Lebensumstellung und nehmen den Gast ganz bewußt in den Prozeß mit hinein. Unsere Gäste erlernen die Ernährungsumstellung zur Öl-Eiweiß-Kost und diverse Methoden, um den Körper zu entgiften. Diese Maßnahmen

unterstützen und stärken den Körper. Die mental/geistige Ebene wird durch Seminare in Mental-Training und Einzel-Coaching-Sitzungen gestärkt. Hier liegt unsere Aufmerksamkeit in der Entspannung und in der Aktivierung von vorhandenen Ressourcen und Fähigkeiten, um die persönliche Widerstandskraft in Krisensituationen zu stärken. Wir befähigen also unsere Gäste, selbst Verantwortung zu übernehmen und geben ihnen dazu wichtige Werkzeuge an die Hand.

Unsere Gäste werden ermutigt, alles Gelernte zu Hause weiter durchzuführen. Dies erfordert hohe Eigeninitiative und Disziplin. Hierzu liebe ich ein Zitat von Lichtenberg: »Ich weiß nicht, ob es besser wird, wenn es anders wird. Aber es muß anders werden, wenn es besser werden soll.« Das Leben, welches unsere Gäste bis zur Diagnose geführt haben, hat zur Erkrankung beigetragen. Aus meiner Sicht muß sich die Lebensweise und die Einstellung zu sich selbst und zum Leben ändern, um in der Folge eine positive Veränderung in der körperlichen Situation hervorzurufen.

Mit der Selbstverantwortung tut man sich ja hierzulande oft schwer. Welche Art von Menschen entscheidet sich für eine Kur im 3E Zentrum?

Elke Tegel:
Menschen, die sich für das 3E Programm entscheiden, haben erkannt, daß sie selbst verantwortlich sind für ihre Gesundheit und ihr Leben. Sie sind 100%ig bereit, ihr Leben zu verändern. Unsere Gäste sind sehr belesen und haben sich ein enormes Wissen über ihren Körper, die Wirkung von diversen Anwendungen und Therapien sowie die Wirkung von Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten angeeignet.

Persönlich halte ich unsere Gäste für sehr starke Persönlichkeiten. Man bedenke, daß ihre Entscheidung, einen alternativen Weg zu gehen, von der Familie und den behandelnden Therapeuten manchmal widerwillig akzeptiert wird. Die Entscheidung für eine alternative Therapie ist also eine durchaus mutige und sehr bewußte Entscheidung. Betroffene können mit nahezu jeder Art von Krebs in das 3E Zentrum kommen. Voraussetzung ist, daß sie körperlich und geistig fit genug sind, um von dem doch sehr aktiven 3E-Programm profitieren zu können. Dies ist auch deshalb erforderlich, da wir keine Klinik sind. Allen Gästen ist es jedoch gemein, dass sie sanfte Methoden bevorzugen.

Wir Deutschen sind nicht gerade als präventiv denkende Wesen bekannt, sondern handeln meist erst, wenn die körperlichen Alarmglocken läuten. Wie sollte ein Mensch leben, der gesund bleiben möchte?

Elke Tegel:
Um gesund zu bleiben, sollte man sich, meiner Meinung nach, eine harmonische und selbstbewußte Lebenseinstellung aneignen, sich ausgewogen und mit möglichst biologischen und naturbelassenen Lebensmitteln ernähren, sowie jährlich vorbeugende Kuren zur Unterstützung der Entgiftungsorgane durchführen.

Ein Teil der 3E-Therapie ist die Öl-Eiweiß-Diät nach Johanna Budwig. Ist diese auch für gesunde Menschen geeignet? Und wenn ja, wie ist das Rezept?

Elke Tegel:
Die Öl-Eiweiß-Kost gibt dem Körper Energie – und dies in einem viel höheren Maße als herkömmliches Essen. Gerade deshalb ist diese Kost für alle Menschen geeignet. Die Budwig-Kost ist biologisch, vegetarisch, mit sehr viel Rohkostanteil und kohlenhydratarm, und so gesehen eine sehr zeitgemäße Ernährungsform, die viele Menschen heute suchen. Sie ist nicht besonders aufwendig und läßt sich sehr gut umsetzen, sowohl im Hinblick auf die Zutaten als auch in der Art und Weise der Zubereitung.

Ich esse beinahe täglich das Budwig-Frühstück und kann es allen Menschen sehr empfehlen. Es ist ein idealer Tagesstart und sehr schnell zubereitet: Sie mischen 100g Magerquark mit 3 Eßlöffeln Milch und 3 Eßlöffeln Leinöl, würzen mit Vanille, Zimt oder etwas Honig – fertig. Dazu essen Sie Obst und Nüsse.

Was war die beeindruckendste Erfahrung, die Sie in Ihren Jahren im 3E-Zentrum gemacht haben?

Elke Tegel:
Meine beeindruckendste Erfahrung im täglichen Leben mit Menschen, die an Krebs erkrankt sind, ist die gelebte Menschlichkeit. Egal, welchen Bildungsstand oder welche »Reichtümer« die einzelnen Gäste besitzen – im 3E-Zentrum sind wir alle, ob Gäste oder Mitarbeiter, wahrhaftig ebenbürtig. Dies ermöglicht einen Umgang der echten Wertschätzung und eine einzigartige heilbringende Atmosphäre.

Liebe Frau Tegel, wir bedanken uns ganz herzlich für das interessante Gespräch.

Das Interview führte
Michael Hoppe

ALTERNATIVE KREBSTHERAPIE 3E PROGRAMM
Ursache finden – Ursache bearbeiten – Krebs lösen

Lernen von Menschen, die Krebs überwunden haben.
5 Wochen intensive Intervention in entspannter und liebevoller Atmosphäre mit erfahrenen Therapeuten.
Ernährung + Entgiftung + Energie-Mentalarbeit.

3E Gesundheitszentrum, Im Salenhäule 10, 73630 Remshalden-Buoch, Tel. 07151-9813 0, **www.3e-zentrum.de**

10 JAHRE 3E

WerkstattKultur in ökologischem Ambiente

Wie man Kultur und Handwerkskunst harmonisch verbindet, zeigt die Schreinerei **klee4** aus Ilsfeld. Bereits in ihrem Gründungsjahr 2002 ist das Unternehmerehepaar Sandra Böhringer und Claus Müller dem Aufruf von SWR1 gefolgt, Kultur in Betriebsstätten zu präsentieren. Seitdem wird zweimal pro Jahr die Werkstatt leergeräumt und die Bühne aufgebaut. Am 8. Oktober 2016 um 20.00 Uhr erwartet alle Kleinkunstliebhaber »ZWISCHENRÄUME - Politik und Poesie von Sunna Huygen«.

Mit Sunna Huygen haben die passionierten Schreiner quasi eine Kollegin eingeladen. Ist diese doch im Hauptberuf Tischlerin und diesem Beruf ebenso verbunden wie dem Kabarett. 2013 war sie für ihren ersten Kabarett/Comedypreis nominiert. In ihrem Programm spricht Sunna Huygen über Räume und die Räume dazwischen, über Grautöne und Schubladendenken. Sie ist überzeugt: »Wut, Sexismus und Poesie gibt es auch jenseits klar definierter Wahrheiten, die uns der Kapitalismus weiszumachen versucht, und spätestens beim Betreten öffentlicher Badeanstalten ist ein kabarettistischer Blickwinkel dem Überleben durchaus zuträglich.« Zwischen den Räumen wird gelacht, gedacht und gebrüllt!

Die Öko-Schreinerei klee4

Neben der Liebe zur Kultur haben die Betreiber der Schreinerei **klee4** auch einen hohen ökologischen und handwerklichen Anspruch. Von Beginn an definierte man sich als ökologisch wirtschaftenden Betrieb. Dabei ging es Sandra Böhringer und Claus Müller nicht nur darum, ihren Kunden möglichst gesunde und ökologische Produkte anbieten zu können, auch der Betrieb als Ganzes sollte möglichst ökologisch sein.

In seiner Werkstatt, die idyllisch auf einem Aussiedlerhof bei Ilsfeld zwischen Obstwiesen und Weinbergen liegt, stellt das Schreinerehepaar Möbel individuell nach Kundenwunsch her. Im Mittelpunkt der handwerklichen Kunst steht der Möbel- und Küchenbau. Die Materialauswahl konzentriert sich dabei auf ökologisch unbedenkliche, der Wohngesundheit dienliche Werkstoffe. Dabei kommen ebenso Tischlerplatten, Massivholz sowie auch echte Holzfurniere zum Einsatz. Auch ausgefallenere Materialien wie Möbellinoleum, das aus Korkmehl und Leinöl hergestellt wird, werden zur farbigen Gestaltung von Möbelfronten eingesetzt. Küchenarbeitsplatten bietet die Schreinerei **klee4** auch in äußerst robustem Feinsteinzeug an. Die Platten werden individuell im Westerwald in einer reichen Farbpalette gefertigt.

Zum Schutz der Oberfläche ihrer wertvollen Erzeugnisse setzen die Schreiner auf natürliche Öle und Wachse. Diese Oberflächenbehandlung bietet außer dem ökologischen Vorteil auch den, daß sie einfacher reparierbar ist als eine lackierte.

Von der Beratung über den Entwurf bis zur Herstellung und Montage bieten Sandra Böhringer und Claus Müller das komplette Angebot. Und in diesem Bereich hat man sich auch einen Namen gemacht. Derzeit arbeitet das **klee4**-Team unter anderem an der Möblierung der neuen Fossilienausstellung des Städtischen Museums im Deutschhof Heilbronn. Am 25.9.2016 nimmt die Schreinerei **klee4** an der Ökomesse der Gemeinde Ilsfeld teil. Und – wie oben angekündigt – ist am **08.10.2016 um 20.00** Uhr wieder »WerkstattKultur« angesagt.

Weitere Informationen
www.klee4.de

Wichtig ist nicht, wie sehr Sie schwitzen, sondern wie wohl Sie sich fühlen

Nicht nur die Skandinavier saunieren. Auch hierzulande ist der regelmäßige Saunagang für viele Menschen eine Selbstverständlichkeit. Ob nach dem Training oder zum Relaxen nach einer harten Arbeitswoche, der Begriff »Wellness« ist untrennbar mit der Sauna oder dem Dampfbad verbunden. Das Medisol in Niedernhall erklärt, worauf Saunierende achten sollten.

Was bewirken regelmäßige Saunabesuche?

› Training für Herz & Kreislauf
› Entspannung die Muskulatur
› Anregung des Stoffwechsels
› Verbesserung der Durchblutung der Schleimhäute
› Stärkung des Immunsystems
› Geringere Infektanfälligkeit
› Erweiterung die Bronchien
› Training für die Elastizität der Blutgefäße
› Reinigung des Körpers von Schwermetallen
› Heiße Sommertage werden besser vertragen

Welche Arten von Sauna sind die beliebtesten?

1. Die finnische Sauna - Ca. 90° Grad, Luftfeuchtigkeit ca. 15%

Die finnische Sauna ist die klassische und wohl bekannteste Saunaform. Sie dient durch den Wechsel von Schwitzen und Abkühlen zur Steigerung der körpereigenen Abwehrkräfte. Ein Saunagang sollte etwa 15 Minuten dauern - anschließend kühlt man sich mit kalten Brausen, im Winter auch im Freien ab.

2. Die Bio-Sauna - Ca. 65 ° Grad, Luftfeuchtigkeit ca. 30 %

Die Bio-Sauna ist viel schonender für den Kreislauf als ihre heißeren Verwandten, so daß sie vor allem für Saunierende mit entsprechenden Problemen oder für die, die zum ersten Mal in eine Sauna gehen, geeignet ist. Aufgrund der geringeren Wärme werden hier keine Aufgüsse gemacht. Die Aufenthaltsdauer darf, je nach Lust und Befinden, wegen der niederen Temperaturen länger als 15 Minuten sein.

3. Das Dampfbad - Ca. 42 ° Grad, Luftfeuchtigkeit 80 - 100 %

Am meisten verbreitet ist das Römische Dampfbad, auch Caldarium genannt. Durch heißen Wasserdampf wird die Raumtemperatur aufgeheizt. Dies wirkt entspannend für die Muskulatur und öffnet die Poren. Durch die hohe Luftfeuchtigkeit eignet sich ein Dampfbad auch hervorragend zur Körperreinigung mit diversen Peelings.

Die Medisol Sauna in Niedernhall

Die Erholung steht hier absolut im Vordergrund. Denn es ist sehr wichtig, auch mal zur Ruhe kommen zu können. Einmal nicht getrieben zu werden von Streß und Hektik und dem Zwang, irgendwas tun zu müssen.

Die Aufgüsse werden stündlich zelebriert und je nach Teilnehmern gestaltet. Mal witzig oder auch mal sehr ruhig. In anderen Ländern wird die Sauna meist als Treffpunkt zu Gesprächen oder sogar zu geschäftlichen Besprechungen genutzt: die absolute Stille in den Schwitzkabinen ist eigentlich ein deutsches Phänomen. Also versucht die Medisol Sauna den Bedürfnissen ihrer Gäste entgegenzukommen, indem Gespräche in den Schwitzhütten möglich sind, solange sich niemand gestört fühlt.

Die vielen Stammgäste kennen sich oft schon jahrelang und wählen meist an festen Tagen den Treffpunkt Sauna, um auch ein kleines Schwätzchen zu halten. Durch die angeschlossene Physikalische Therapie Praxis läßt sich nach einer Terminvereinbarung der Saunabesuch auch mit einer Massage abrunden.

Weitere Informationen
www.sauna-hohenlohe.de

Werden Sie der Held in Ihrem eigenen Leben!

Furcht besiegt mehr Menschen als irgendetwas anderes auf der Welt. Daher steht dieser Artikel unter dem Motto: »Held im eigenen Leben werden!«. Denn Menschen werden zu Helden, indem sie ihre Ängste überwinden und sich auf den Weg in ihre Heldenreise begeben. Lesen Sie, wie Sie sich auf diesen Weg begeben können.

Erfolg wird aus Mut gemacht – dem Mut, das Bequeme und das vermeintlich Sichere zu verlassen. Was würden Sie ab heute tun, wenn Sie wüßten, daß Sie nicht scheitern können? Fehlt auch Ihnen hin und wieder der Mut, das zu tun, was Ihnen eigentlich wirklich entsprechen würde? Das, was Sie wirklich wollen? Dann ist das eine große Chance, denn genau an diesem Punkt waren alle Helden, bevor sie sich entschlossen, auf ihre persönliche Heldenreise zu gehen.

Was macht einen Helden überhaupt zum Helden?

Ein Held ist jemand, der etwas für sich oder andere geschafft oder geschaffen hat, was, aus einer anderen Perspektive heraus betrachtet, etwas Großartiges ist, eine Leistung, die nicht alltäglich ist oder sogar für viele etwas unmöglich Faßbares darstellt. Und oft liegt der Grund, die Motivation, aus der der Held heraus agiert, in einem Problem oder einem Mangel, der vorherrscht.

Nun macht sich der Held auf den Weg, trennt sich von diesem Problem und kommt ins Tun. Sein Ziel ist es, sich auf den Weg zu seinem Ziel zu machen und nicht »weg von seinem Problem(en)«. Dessen ist er sich ganz klar und sicher. Oft bekommt er auf seinem Weg auch Helfer, die ihm wohlgesonnen sind und ihn unterstützen. Doch zuerst muß er sich in seinem Kampf Gegnern und Widersachern und oft sich selbst stellen, um am Ende als Sieger – als Held – wahrgenommen zu werden. Durch all seine Zweifel und Bewährungsproben muß er hindurch, um schließlich die Erlösung zu erlangen, um Held zu sein und sich in seinem Heldentum selbst zu erleben.

Was tun Sie vielleicht nicht, was der Held tut?

Und wie fühlt es sich an, nicht Held in seinem Leben zu sein? Um diese Fragen zu beantworten, müssen wir uns klarmachen, was dies konkret bedeutet. Gehen Sie in Ihrem Leben auch mal ein Risiko ein, oder bleiben Sie stets in Ihrer gemütlichen Komfortzone, wo alles so vertraut ist und Sie immer wissen, was Sie haben und woran Sie sind? Fühlen Sie sich als Opfer der äußeren Umstände und geben Ihre Verantwortung ab und weisen die Schuld den anderen zu? Fühlen Sie sich manchmal wie (fern) gesteuert und als Nebendarsteller statt in der Hauptrolle?

Die Konsequenzen eines solchen Lebens sind Fremdbestimmung, Passivität und Verantwortungsübertragung, indem Sie sagen: mein Chef, meine Frau/mein Mann, die Gesellschaft oder wer auch immer ist schuld. Sie dienen mehr Ihrem Umfeld als sich selbst und leben nicht selbstbestimmt. Es mag sich vielleicht alles sinnlos anfühlen. Die Motivation, etwas zu verändern, sinkt Richtung Null, weil Sie sich machtlos fühlen und aus Ihrem Jammern nicht herauskommen. Sie leben mehr die Bedürfnisse und Werte anderer als Ihre eigenen und fühlen sich unglücklich, wertlos und unzufrieden. Sie leben nicht Ihre eigene Geschichte.

Aus meiner Sicht ist das die Chance, um das verborgene Potential zu erkennen und nach und nach umzusetzen, um wirklich der Held in Ihrem eigenen Leben zu werden. Machen Sie sich auf den Weg, indem Sie sich andere Helden zum Beispiel nehmen, und folgen Sie Ihrer eigenen inneren Bestimmung. Fragen Sie sich, wo kann ich aktiv in meinem Leben etwas verändern und umgestalten und somit zum Gestalter und Schöpfer meines Lebens werden. Wo kann ich einen ersten Schritt wagen, um in meinem Tempo etwas Neues zu erschaffen und meine Ängs-

te, die dahinter verborgen sind, zurücklassen. Wo haben Sie schon einmal in Ihrem Leben Ihre Angst überwunden und festgestellt, daß sich etwas zum Positiven verändert hat. Daß Sie sich danach glücklich und zufrieden gefühlt haben und stolz darauf waren, über den eigenen Schatten gesprungen zu sein.

Oft fürchten wir, nicht mehr geliebt zu werden und die Anerkennung und Wertschätzung der anderen zu verlieren, wenn wir das Leben leben, das unseren eigenen Werten und Bedürfnissen entspricht. Doch im Gegenteil: Je mehr Sie sich selbst leben, desto mehr werden Sie sich selbst lieben und desto mehr wird Sie Ihr Umfeld erkennen, lieben und wertschätzen – für das, was Sie wirklich sind.

Bei meinen Coachings habe ich genau diese wundervolle Entwicklung meiner Klienten auf Ihrer Heldenreise bereits viele Male begleiten dürfen. Es sind dabei ganz konkrete »Lebensfragen«. »Was wünsche ich mir in und für mein Leben?«, »Was ist mein Problem?«, »Was muß ich verändern?«, »Bin ich bereit dafür, den Preis zu zahlen?«, »Wer oder was kann mich dabei unterstützen?«.

Entscheiden Sie sich für das, was Sie wollen und handeln Sie danach.

Machen Sie sich bewußt, wohin Sie wollen - so wie der Held, der genau weiß, wohin er will. Das »Hin zum Ziel« ist entscheidend, denn es ist der Anfang Ihres Weges. Und dann machen Sie sich auf den Weg in diese Richtung. Denn jeder Weg beginnt immer mit dem ersten Schritt, und machen Sie diesen Schritt in Ihrem eigenen Tempo. Nur machen Sie ihn!

Seien Sie Held in Ihrem Leben, aber seien Sie sich auch bewußt, daß kein Held beim Antritt seiner Heldenreise seine komplette Route kennt. Sein Weg ist voller Herausforderungen und Möglichkeiten. Der Held hat Mut zum Abenteuer, weil er weiß, daß er ein erfülltes Leben erlebt, indem er sich auf seine Heldenreise begibt. Getragen von der Zuversicht, daß er durch das Beschreiten des Weges und das Meistern der Herausforderungen am Ende sein Ziel erreicht.

Deshalb mein Appell an Sie: Begeben Sie sich bewußt auf Ihre persönliche Heldenreise, und seien Sie Held in Ihrem Leben - entscheiden Sie sich JETZT! Wo wollen Sie sich verändern, wofür schlägt Ihre Herz, und wie können Sie diese Bestimmung mehr und mehr wirklich leben? Auf dem Weg dorthin werden Sie viele Ihrer wahren Stärken kennen und einzusetzen lernen. Machen Sie sich bewußt, welche Qualitäten Sie haben und welche Menschen Sie beim Entfalten dieser unterstützen können. Haben Sie keine Angst vor falschen Schritten. Nur ein Schritt ist schlechter als der falsche: Nämlich der Schritt, der nicht gemacht wird.

Autor
Mirko Irion
Mentalexperte und Coach

Sie wollen mehr erfahren, mich kennenlernen oder direkt Feedback geben? Dann freue ich mich auf Ihren Besuch an einem meiner offenen und kostenlosen Infoabende.

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

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

Mit PEAT in den Nullpunkt

- Neutralisieren von alten/aktuellen negativen Emotionen
- Dadurch auch Bereinigung der emotionalen Auslöser organischer Erkrankungen (META-HEALTH)
- Homöopathische Unterstützung ermittelt durch Psychosomatische Energetik (PSE)
- PEAT Firmencoaching schnell, leicht erlernbar, nachhaltig

Dipl. Ök., HP Astrid Paulini
astrid.paulini@t-online.de · www.heal-web.com

GREENEYEMEDIA
medienagentur

DRUCKPROJEKTE
WEBSEITEN
ONLINESHOPS
FILMPRODUKTIONEN

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

Was Sie schon immer über die Geld-Welt wissen wollten und nie zu fragen wagten – Antworten des 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 nimmt kein Blatt vor den Mund und spricht Klartext. Für den NATURSCHECK beantwortet er regelmäßig Fragen rund um das Thema Geld.

Herr Müller, entgegen quasi aller Expertenmeinungen hat sich die Mehrheit der Briten für den sogenannten Brexit entschieden. Ist das für Großbritannien eine historische Chance, sich aus den Tentakeln der EU-Bürokratie zu befreien? Oder wurden die Bürger getäuscht? Wie sehen Sie das Szenario?

Dirk Müller:
Ich hatte bereits zwei Wochen vor der Entscheidung gesagt, daß es zum Brexit kommen wird. Und so kam es dann auch. In den Medien wurde Angst geschürt, vor ganz großen Verwerfungen gewarnt. Und jetzt zeigt sich: die Welt dreht sich weiter. Der Brexit hat für die Briten Vor- und Nachteile. Wichtig ist, daß es schnelle Entscheidungen gibt, damit die Firmen wieder Planungssicherheit haben. Inzwischen wurde die Regierung umgebildet. Doch noch herrscht eine gewisse Unsicherheit für Unternehmer und auch für Privatpersonen.

Wenn die Klarheit da ist, glaube ich, daß Großbritannien sogar vom Brexit profitieren kann. Die City of London ist ein eigener Staat, ein eigener Organismus mit 700.000 Menschen, und das schon seit Jahrhunderten. Dieses ganze Geschwätz, daß alles auseinanderfallen und nach Frankfurt oder Paris transferiert werden würde – da hat jemand völlig naive Vorstellungen, wie die City of London funktioniert.

Durch den Brexit ändert sich dort gar nichts, ganz im Gegenteil! Jetzt kann London, ohne die Regulierungswut Brüssels, die Rahmenbedingungen für die Finanzindustrie noch angenehmer gestalten. Es entsteht ein noch größeres Paradies für die Banken, und das wird noch mehr Banken anziehen. Das gleiche gilt natürlich auch für die Unternehmen. Diese werden durch das abgewertete Pfund noch besser exportieren können. Und sie werden die Vorteile genießen, die der Staat aufbaut, um sich von Europa zu distanzieren, indem man noch bessere Rahmenbedingungen bietet, als es Europa tut.

Trotz vielfacher Vorwarnungen hat EU-Kommissions-Chef Juncker doch tatsächlich versucht, uns während der Fußball EM das Freihandelsabkommen Ceta unterzujubeln. An den einzelnen Regierungen vorbei. Da viele Menschen wach und vorbereitet waren, mußte er einen Rückzieher machen. Wie sehen Sie die Geschichte?

Dirk Müller:
Ich fand das eine unglaubliche Frechheit! Das war genau das, was Europa auseinandertreibt – nicht die krummen Bananen und die Agrarsubventionen. Die Menschen möchten dieses gemeinsame Europa haben und mit ihren Nachbarn gemeinsam gestalten. Das Problem sind tatsächlich Politiker, die politische Entscheidungen völlig entgegen der Wünsche der Bevölkerung treffen - zugunsten von wenigen Lobbyorganisationen. Denen pudert man den Hintern, während man den Menschen zeigt: ihr interessiert uns nicht. Das ist eine solche Arroganz, und das ist genau das, was Europa zerstört. Es sind genau diese Politiker, die Europa an die Wand fahren. Sie stellen die Bevölkerung als Idioten dar, die nicht wissen, was sie tun. Sie sind es, die dieses Jahrhundert-Friedensprojekt gefährden. Dafür sollte man sie auch anprangern.

Das paßt sehr gut zur nächsten Frage. Herr Junckers Vorgänger als EU-Kommissions-Chef, José Manuel Barroso, hat gerade seinen Wechsel zu Goldman Sachs bekanntgegeben. Ein echter Hammer! Der Ex-EU-Rats-Chef wechselt zu einer US-Bank. Hier ist doch Korruption vorprogrammiert, oder nicht?

Dirk Müller:
Goldman Sachs ist einer der ganz großen Spieler im Finanzsystem mit vielen Auswirkungen auf die Politik. Viele Notenbankchefs gehören oder gehörten schon seit Jahrzehnten zu Goldman Sachs. Die haben ja sogar einmal mit Henry Paulson den amerikanischen Finanzminister gestellt. Der Chef der britischen und vormals der kanadischen Notenbank war früher Direktor bei Goldman Sachs, genau wie EZB-Chef Mario Draghi. Die scheinen also gute Leute zu haben, die dann in die Politik gehen und umgekehrt.

Und genau das ist das Problem: diese große Verfilzung der Politik mit dem Finanzsystem. Wo die Politik doch eigentlich die Interessen der gesamten Gesellschaft repräsentieren sollte. Durch den aggressiven Lobbyismus verschiebt sich das Gleichgewicht immer mehr zugunsten der großen Konzerne, während die andere Seite – die Bevölkerung – keine große Lobby und kein Mitspracherecht hat und regelmäßig über den Tisch gezogen wird. Genau das erleben wir momentan. Die Politiker weigern sich, eine ausgewogene Politik zugunsten der Gesellschaft zu machen. Und wir sehen ja in Deutschland, wieviele drittklassige Politiker schließlich als Lobbyisten in die Industrie wechseln. Alle politischen Entscheidungen sind dann eine Art »Bewerbungsschreiben« für den späteren Job.

Inzwischen treten nun all jene Dinge ein, die – außer Frau Merkel – so gut wie jeder Normaldenkende hierzulande vorausgesagt hat: Die ersten frustrierten Asylanten sprengen sich in die Luft oder suchen andere Wege, die böse Welt der »Ungläubigen« für ihr eigenes schlimmes Schicksal zu bestrafen. Tausende tickender Zeitbomben leben unter uns, ohne Pässe und ohne verläßliche Vita. Und selbst abgelehnte Asylanträge führen nicht zur Abschiebung, da die betroffenen Länder ihre Bürger nicht zurücknehmen. Und alles durch die Entscheidung einer einzelnen Person. Sollte die Kanzlerin zurücktreten?

Dirk Müller:
Aus meiner Sicht: ja! Ich kann mich nicht erinnern, daß jemals ein Bundeskanzler Deutschland solchen Schaden zugefügt hat, wie Angela Merkel das getan hat. Ebenso der Innenminister, der vor einem Jahr behauptet hatte, es gäbe keinen Grund anzunehmen, daß sich unter die Flüchtling Gefährder mischen würden. Wenn wir uns die heutige Situation anschauen, wird klar, wie sehr man uns belogen hat. Diese Politiker haben Deutschland in ein Land verwandelt, das wesentlich gefährlicher ist, als es vorher war. Es war hier nicht üblich, daß Menschen auf offener Straße mit der Machete angegriffen oder in die Luft gesprengt werden. Das gehört nicht zu unserem Lebensalltag und ist die Folge der Politik Merkel. Und es war absolut voraussehbar. Das bezieht sich keineswegs nur auf die Öffnung der Grenzen, sondern explizit auch auf die Außenpolitik der letzten Jahre.

In Italien denkt man darüber nach, den maroden Banken ein paar hundert Milliarden zu schenken, um den kollektiven Zusammenbruch noch etwas hinauszuzögern. Wie schätzen Sie die italienische Lage ein?

Dirk Müller:
Als sehr problematisch. Italiens Banken haben über 360 Milliarden faule Kredite. Das ist ein Vielfaches dessen, was man vor der Krise 2008/2009 hatte. Die einzige Hoffnung ist wieder die Hoffnung auf Notenbankgeld und Staatsknete. Und das wird auch kommen. Die Banken werden wieder einmal überleben, weil sie beliebige Summen von der Notenbank erhalten.

Der Vatikan besitzt Billionenwerte. Ihm gehört ein Drittel aller Immobilien Roms. Könnte die katholische Kirche solche Summen nicht aus der Portokasse bezahlen? Hatten Sie schon einmal mit der Vatikan-Bank zu tun?

Dirk Müller:
(lacht) Hatte ich nicht. Aber das wäre vielleicht eine sinnvolle Lösung. Denn es gibt natürlich noch diese sehr, sehr Reichen, die weit jenseits der Forbes-Liste stehen. Und der Vatikan gehört ganz sicher dazu. Und da sollte man mal schauen: wer verwaltet denn diese Gelder eigentlich? Und welche Funktion hat dabei der Vatikan? Das würde aber ein ganz großes Faß aufmachen.

Hilary Clinton wird bereits als potentielle neue US-Präsidentin gefeiert. Doch mehrere Top-Journalisten warnen davor, die US-Präsidentschaftswahlen allzufrüh abzuhaken. Das US-Wahlsystem könnte – entgegen jeder Form gesunden Menschenverstandes – tatsächlich einen Präsidenten Trump möglich machen. Wie sehen Sie das, und was wären die Konsequenzen?

Dirk Müller:
Richtig! Nach dem heutigen Stand – und man weiß ja nicht, was in den nächsten Monaten noch alles geschieht – würde ich davon ausgehen, daß Trump Präsident wird. Der Grund ist, daß wohl schon heute 50% der Amerikaner für Trump stimmen würden. Und die Unterstützer Hilary Clintons sind wenig begeistert, während Trumps Unterstützer hochmotiviert, fanatisch und aktiv sind. Sie werden bis zum Schluß ihre Freunde und Nachbarn aktivieren, auch zur Wahl zu gehen.

Die Bernie-Sanders-Anhänger werden vielleicht sogar aus Trotz für Trump stimmen, weil man ihrem armen Bernie so übel mitgespielt hat. Was noch unterschätzt wird bei solchen Umfragen: Hilary Clinton gilt ja als Kandidaten der Intellektuellen, Trump hingegen als Mann der einfachen Leute. Und so werden viele behaupten, Clinton zu wählen, obwohl sie es vielleicht gar nicht vorhaben. Nur um nicht als naiv zu gelten. Dasselbe haben wir beim Brexit erlebt, weshalb ich auch sicher war, daß er kommen wird. Auch hier hatte man die Befürworter als Hinterwäldler dargestellt, als die Doofen, die nicht wissen, was sie eigentlich tun. Und das ist in Amerika genauso – zumindest in der öffentlichen Wahrnehmung in den großen Medien.

Und ein Teil der Menschen möchte vielleicht einfach sehen, was passiert, wenn so ein Typ wie Trump Präsident wird. Das ist Reality-TV pur! In Amerika gibt es viele Menschen, die so ticken. Und die Konsequenzen sind - im wahrsten Sinne des Wortes – ein echtes Abenteuer.

In einem früheren Interview sagten Sie sinngemäß, daß der ONE-WORLD-Einheitsregierung noch einige unangepaßte Politiker wie Putin oder Erdogan im Weg stünden. Daß gegen Rußland eine großangelegte Kampagne läuft, von der Truppenstationierung im Baltikum bis zum Teilausschluß von den olympischen Spielen, ist ja unübersehbar. Im Juli wurde in der Türkei auf geradezu dilettanti-

AUM KURZENTRUM

Traditionelle Ayurvedakuren

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

Fordern Sie unsere Prospekte an!

www.ayurvedakuren.com

Römerstraße 1-3 • 74629 Pfedelbach-Gleichen
Tel. 0 79 49 - 5 90 • www.ayurvedakuren.com

HELDENPRAXIS
Zentrum für Heilung & Lebensfreude

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

Naturfarben
Lehm- und Kalkbaustoffe
Kunsthandwerk
Matratzen und Bettwaren
Massivholzmöbel
Bodenbeläge
adpd.de
ÖKOFAKTUR natur im raum
thilo janek lange straße 5 74348 lauffen fon 07133 4021

RM Heilpraktikerschule
2-jährige Heilpraktiker-Ausbildung
Beginn Di. 04. Oktober 2016 - 17:00 bis 21:00
Tag der offenen Tür am Sa. 10.09.2016
mit Probeunterricht um ca. 10:00 Uhr
kein rollierendes System gleicher Anfang für alle
Prüfungsvorbereitungskurse
Kurs 1: mittwochs, 17:00 bis 21:00 Beginn: 28.09.16
Kurs 2: donnerstags, 08:00 bis 12:00 Beginn: 29.09.16
Dauer ca. 6 Monate
Renate Merkle Heilpraktikerin und Schulleiterin
74354 Besigheim * Tel. 07143/409576
weitere Kurse und Seminare unter
www.naturheilpraxis-merkle.com

sche Weise ein Putsch versucht. Als Folge verwandelt Erdogan das Land im Zeitraffertempo in eine ONE-MAN-Diktatur. Wer hat den Putsch veranlaßt? Wem nützt er?

Dirk Müller:
Man kann es natürlich nicht wissen. Aber nach meiner Einschätzung war das ein »Inside-Job«. Die Durchführung war zu dilettantisch. Das erste, was man bei einem Putsch macht, ist, die Regierung festzusetzen oder auszuschalten. Es gab wohl nicht einmal den Versuch, dies zu tun. Nachts eine einzelne Bombe auf ein leerstehendes Regierungsgebäude fallen zu lassen, das erinnert an den Reichstagsbrand 1933. Und dann am nächsten Tag sofort die Listen aus der Schublade zu holen … Die Soldaten auf der Straße wußten gar nicht, was sie eigentlich machen.

Daß vielleicht tatsächlich von außen ein militärischer Putsch in Vorbereitung war und Erdogan über seine Geheimdienste davon erfahren und die Gunst der Stunde genutzt hat, auch das ist denkbar. Wobei das natürlich reine Spekulation ist. Es deutet jedoch alles darauf hin, daß es ein »Inside-Job« war, der Erdogan sehr geholfen hat.

Nun folgt eine Annäherung zwischen Putin und Erdogan …

Dirk Müller:
Das sind Not-Allianzen gegen die amerikanischen Interessen. Ob Rußland, Iran oder auch China, das sind genau die Länder, die merken, daß ihnen Amerika massiv auf die Pelle rückt und sie massiv unter Druck setzt. Übrigens hat der amerikanische Politikwissenschaftler Zbigniew Brzezinski schon in den 90er Jahren geschrieben, daß die USA immer weiter vorrücken und die Nato sich bis an die russischen Grenzen ausweiten werden. Er schrieb auch, daß um das Jahr 2015 herum die große Auseinandersetzung um die Ukraine stattfinden würde, was einen großen Konflikt mit Rußland zur Folge hätte. Und daß Rußland sich deshalb mit dem Iran und China zusammenschließen wird. Wer will, kann das selbst nachlesen.

Doch man solle sich keine Sorgen machen - das sei nur ein Zweckbündnis. Jetzt kommt die Türkei noch dazu. Doch Erdogan mit seiner sehr religiösen Ausrichtung, der das osmanische Reich erweitern und die Turkstaaten wieder zusammenführen will, das ist alles nicht im Interesse Rußlands. Das einzige, was alle verbindet, ist der gemeinsame Gegner USA.

Sie sind ja selbst weiter aktiv im Börsengeschäft tätig. Ihr Dirk-Müller-Aktien-Fonds ist vor allem bei all denen sehr beliebt, die über den Tellerrand hinausblicken. Wie sieht Ihre Prognose für die nächsten drei Monate aus? Geht das Spiel weiter, oder müssen wir uns auf größere Börsen-Katastrophen gefaßt machen? Was raten Sie den Anlegern?

Dirk Müller:
Wir bleiben bei unserer Strategie, in die guten und starken Unternehmen zu investieren, mit wenig Verschuldung und langfristiger Perspektive. Zudem sichern wir das Depot gegen größere Verwerfungen ab. Der Markt ist zwar im Moment optimistisch mit 10.300 Punkten. Doch man weiß zu keinem Zeitpunkt, was passieren wird. Es kann auch schnell wieder abwärts gehen. Das kann aus heiterem Himmel kommen. Es ist ein heißer Ritt auf der Rasierklinge.

Das Interview führte
Michael Hoppe

Weitere Infos
Zum Dirk Müller Premium Aktien Fonds unter www.dirk-mueller-fonds.de
Zum Thema Wirtschaft unter www.cashkurs.com

Ökologische Traumvilla – Mit Birke Architekten zum flexiblen Nutzungskonzept

Sie schmiegt sich mit der Nordseite an ein Wäldchen, und raumhohe Fenster verlängern die Natur im Innern, holen den Wald herein. Vor der Villa, nach vorn hinaus, fällt der Hang sanft ab und das Haus öffnet sich zum Sonnenverlauf. Aus Wohn- und Eßzimmern bietet sich ein traumhafter Blick über Ludwigsburg: Diese Villa in Bestlage auf rund 360 Quadratmetern Wohnfläche ist das Domizil einer Familie, die darin ihre Herzenswünsche verwirklicht sieht und sich ebenso für ein zukunftsorientiertes flexibles Nutzungskonzept entschied.

Entworfen vom Architekten Peter Birke (Heilbronn/Ludwigsburg), realisiert als schlüsselfertiges Projekt mit kompetenten Baupartnern, vereint es die Bauherrenwünsche nach barrierefreiem, seniorengerechten und gesundem Wohnen mit den Vorstellungen hinsichtlich Anpassungsfähigkeit an verschiedene Lebensphasen.

Im Grünen eingebettet überrascht das maßgeschneiderte Traumhaus dennoch mit ebenso moderner wie exklusiver Ausstattung und punktet obendrein mit Wohngesundheit dank konsequenter Holzbauweise.

So geht Wohnen heute

Wie Wohnen heute geht, zeigt diese Villa in Traumlage. Energetisch gesehen ist sie ein Plusenergiehaus und somit nahezu energieautark, quasi ihr eigenes Kraftwerk. Solarkollektoren zur Stromgewinnung auf dem Dach, solarthermische Anlagen zur Warmwassererwärmung und auch etwa eine Strom-Zapfstelle in der Garage ermöglichen sowohl bei den Eigentumswohnungen am Neckarbogen als auch in der Villa den Bewohnern ein komfortables Leben, unabhängig etwa von Öl.

Gesteuert über ein sog. smart grid (englisch: intelligentes Stromnetz), einer innovativen Vernetzung aller Komponenten, arbeitet das Haus effizient und sauber. Eine hocheffiziente Gebäudehülle und dreifach verglaste Passivhausfenster sowie geregelte Komfortlüftung mit Wärmerückgewinnung sorgen mit einer Wärmepumpe, Photovoltaik und Solarthermie dafür, daß die jährliche Eigen-Energie-Lieferung aus natürlichen Ressourcen den Gesamt-Energiebedarf übersteigt.

Hinter der ebenso modernen wie ansprechend warmen Holzfassade der Traumvilla wurden Möglichkeiten planerisch vorweggenommen, die durch geänderte Bedürfnisse in verschiedenen Phasen des Lebens entstehen: Nach Auszug der Kinder ist hier etwa eine sofortige und kostengünstige Umwandlung in ein Zweifamilienhaus möglich. Die seniorengerechte und rollstuhlgerechte Bauweise ermöglicht den Verbleib im Eigenheim - auf lange Sicht.

Engagiert für den Einklang von Natur und Wohntraum

Die Zukunft des Bauens bedeutet für die engagierten Architekten schlicht ein Leben im Einklang mit der Natur. Gemeinsam mit Bauherren und Ingenieuren entwickeln sie den individuellen Traum vom Wohnen, zugeschnitten auf eigene Bedürfnisse, abgestimmt auf das persönliche Lebenskonzept, gemessen an den gewachsenen Vorstellungen eben dieser speziellen Menschen und für ihr engstes Umfeld, ihr Heim. Sie schaffen ihren Traum vom Wohlfühlraum.

Denn bei Birke Architekten stehen eingehende Beratung und individuelle Planung im Vordergrund: Vorlieben für Material werden gemeinsam erörtert und spielen eine ebenso große Rolle wie das harmonische Zusammenspiel einer eventuell gewünschten Einheit von repräsentativen Räumen und Privatsphäre. Gerade dann wollen Tagesabläufe effizient durchdacht und planerisch vorweggenommen sein, um jedem Qualitätsanspruch gerecht zu werden.

Komfort & Effizienz

Spezialisiert auf das Realisieren von Plusenergiehäusern gehört bei Birke Architekten neben dem ökologischen und schlüsselfertigen Bau die Begleitung über den Bauprozeß hinweg ebenso dazu, wie das Schaffen einer homogenen Einheit von Wohnkomfort und Energieeffizienz, von Innovation und Nachhaltigkeit.

Birke Architekten stehen für verläßliche Kompetenz rund ums Projekt, vom Einfamilienhaus bis zum Großprojekt. So geht Bauen aus einer Hand. Ökologisch-gesund-innovativ!

Weitere Informationen

Birke Architekten
Osterholzallee 76/1,
71636 Ludwigsburg
Tel: 07141 / 4870810
Fax: 07141/ 4870819
info@birke-architekten.de
www.birke-architekten.de

Ehrlich und regional schmeckt am besten – Der Brunnenhof Mäusdorf

Über den Dächern des Kochertales, im fränkischen Hohenlohekreis in Künzelsau-Mäusdorf, liegt der Brunnenhof, ein familiengeführter und traditionsreicher Bio-Geflügelbetrieb mit besonderem Anspruch für hochwertige Qualität und charaktervollen Geschmack von Bio-Geflügel-Fleisch.

Der Brunnenhof gehört zu den ersten Putenmast-Betrieben in Süddeutschland. Die Landwirtschaft wird von Beginn an – also seit 1967 – biologisch-dynamisch betrieben. Seit 1999 führen und Maik Noz und Caroline von Wistinghausen-Noz den biodynamischen, nach Demeter-Richtlinien zertifizierten und traditionsreichen Familienbetrieb.

Auf Streuobstwiesen und in Folienhäusern als Freilaufställe werden Puten und Landgockel gehalten. In den weitläufigen Freilaufställen entscheiden die Tiere selbst, ob sie nun in der grünen Wiese spazieren, neugierig die Natur erkunden, im Schatten der Obstbäume schlummern oder sich ins gemütliche und schützende Folienhaus zurückziehen. Die Tiere erleben den Wechsel der Jahreszeiten und den Tag- und Nacht-Rhythmus in der freien Natur.

Bio-Landwirt Maik Noz und Caroline von Wistinghausen-Noz setzen alles daran, die Puten und Landgockel selbst aufzuziehen. Tiergerechte Haltung bedeutet auf dem Brunnenhof auch, daß die Tiere Getreide vom eigenen Betrieb und das von Öko-Betrieben aus der Umgebung erhalten, ergänzt mit Demeter-Geflügelmastkorn.

Der Brunnenhof achtet auf ein gesundes Wachstum der Tiere, dies ergibt eine besondere Reife des Fleisches. Die Bio-Geflügelhaltung vom Küken über die Jungtieraufzucht bis zur Zerlegung und Vermarktung in der hofeigenen EU-zertifizierten Geflügel-Schlachterei ist einzigartig in Hohenlohe. Die hofeigene Verarbeitung nach bäuerlicher Handwerkskunst garantiert ausgezeichnete Lebensmittel.

Schwerpunkt des Bio-Betriebes ist die artgerechte und wesensgemäße Geflügelhaltung. Der Demeter-Brunnenhof verfügt über eine eigene EU-zertifizierte Schlachterei, die dem Bio-Landwirtschaftsbetrieb angegliedert ist. Stallungen, Schlachthaus und Manufakturküche auf dem Hofgelände liegen gerade mal 250 Meter voneinander entfernt, und das kommt nicht nur den Tieren entgegen. Aufgrund dieser kurzen Transportwege kann der Bio-Geflügelhof schnell und flexibel auf die Nachfrage reagieren und stets auch individuelle Kundenwünsche erfüllen.

Feinstes Brunnenhof-Geflügel

Das Bio-Geflügel wird frisch, ganz und zerlegt, vakuumverpackt, aber auch verarbeitet, als Wurst und Räucherware, im eigenen Hofladen verkauft. Darüber hinaus liefert der Brunnenhof an gastronomische Betriebe, Naturkostläden, Gemeinschaftsverpflegung, Naturkostgroßhandel, Einzelhandel sowie Hofläden der Region. Übrigens, Interessierte können gerne nach Absprache den Brunnenhof besuchen und sich von der artgerechten und wesensgemäßen Geflügelhaltung überzeugen.

In der Brunnenhof-Manufaktur werden hofeigene Erzeugnisse verarbeitet und handwerklich feine Wurstspezialitäten hergestellt. Mariniertes Grillfleisch, geräucherte Putenbrust, Bauernbratwurst und weitere Produkte, wie köstliche Chutneys, sind sehr beliebt und schnell vergriffen.

Das Brunnenhof-Bio-Geflügel und Bio-Rindfleisch, sowie Wurst und Räucherware erhalten Sie im eigenen Hofladen oder in ausgewählten Fachgeschäften der Region. Pute und den Mäusdorfer Landgockel gibt es ganz und in allen gewünschten Größen und das ganze Jahr über. Auch Teilstücke wie Keulen, Putenschnitzel, Gulasch, Rollbraten oder das beliebte Landgockelbrustfilet sind erhältlich.

Die Mäusdorfer Land-Pute bietet siebenerlei Fleischsorten. Durch eine ausgefeilte Zerlegemethode werden Putensteaks aus der Oberkeule, Putenschultermedaillons oder Landgockel-Fingerfood angeboten. Der Chef, Maik Noz, schneidet die bratfertigen Puten-Schnitzel selbst zu. In der Regel ist montags unser Vermarktungstag, von der Zerlegung bis zur Abholung bzw. dem Versand am Mittwoch. Absolute Frische bei bester Bio-Fleischqualität ist auf dem Brunnenhof Ehrensache. Ab November sind zusätzlich Bio-Enten und Bio-Gänse über den Brunnenhof zu beziehen.

Der Brunnenhof stellt auch die biologisch-dynamischen Präparate für die biodynamische Landwirtschaft her. Bei der internationalen Präparatezentrale vom Brunnenhof Mäusdorf können neben den biodynamischen Präparaten auch Blüten, Präparatehüllen, Blütenextrakt vom Baldrian sowie das Fladenpräparat Mäusdorfer Rottelenker und alle weiteren Hilfsmittel bezogen werden.

Weitere Infos

www.gefluegelvombrunnenhof.de
www.praeparatezentrale.de

Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind – Deshalb nimm Dir »mehr Zeit für Dich!«

Immer mehr Menschen fühlen sich im Hamsterrad des Lebens gefangen. Äußere Anforderungen, zunehmender Leistungsdruck und fehlende Identifikation tun ihr Übriges. Auch der Hohenloher Lebensberater Bernd Bissinger kennt dieses Phänomen. Er war selbst erfolgreich in der Wirtschaft tätig, bis ihn ein Burn-out aus der Bahn warf. Heute betreibt er in Künzelsau eine Praxis für »Entschleunigung, Selbstverwirklichung & Lebensfreude«

»Von außen betrachtet, sah mein altes Leben wirklich fantastisch aus.«, erinnert sich Bernd Bissinger. »Nach meinem Abschluß als Diplom-Kaufmann hatte ich zwei Jahre für eine bekannte Wirtschaftsprüfungsgesellschaft in Spanien gearbeitet. Nun war ich für dieses Unternehmen in Stuttgart tätig und bereitete mich auf mein Examen als Steuerberater vor. Ich war stolz auf meine analytische Denk- und Arbeitsweise und ziemlich sicher, am Beginn einer großartigen Karriere zu stehen.«

Doch von einem Moment auf den anderen war es vorbei mit seinem perfekten Lebensentwurf. Zu lange hatte Bernd Bissinger seine Kräfte überstrapaziert und erlebte nun das, was man allgemein als Burn-out bezeichnet. »In meinem Bestreben, es jedem recht zu machen, hatte ich mich selbst verloren. Statt Grenzen zu setzen, hatte ich meine Energie dafür verschwendet, die Ansprüche von anderen zu erfüllen. Indem ich versäumte, auf mich selbst aufzupassen, hatte ich riskiert, die Kontrolle über mein Leben zu verlieren und mir dabei selbst erheblich geschadet. Ich hatte darauf vertraut, daß ich irgendwann in der Zukunft glücklich und zufrieden leben würde und darüber vergessen, im Hier und Jetzt nach genau diesem Zustand zu streben.«

Angekommen bei mir selbst

Für Bernd Bissinger war klar, daß es so nicht weitergehen konnte. Also kündigte er seinen Job und nahm eine Auszeit. »Auf die plötzliche Leere, die dann folgte, war ich keinesfalls vorbereitet. Ich konnte gar nicht mehr anders, als mich mit mir selbst, meinem Selbstwertgefühl und meinen Lebenszielen auseinanderzusetzen. Meinen Selbstwert hatte ich bisher sehr stark über meinen Beruf definiert. Dabei hatte ich manchmal übersehen, daß ich auch einfach so als Mensch wertvoll bin – ganz ohne Titel und die üblichen Statussymbole.«

Meditation und Yoga halfen, zur eigenen Mitte und innerer Klarheit zurückzufinden. Es folgte eine Ausbildung zum Practitioner in Reconnective Healing® und The Reconnection® nach Dr. Eric Pearl, was Bernd Bissinger ein völlig neues Lebensgefühl vermittelte.

Was bewirkt Reconnective Healing®?

Du fühlst dich gestreßt und hast ständig das Gefühl, keine Zeit zu haben? Du wünschst Dir ein Leben in Fülle, aber Dir fehlt die Klarheit, welcher Weg Dich dorthin führen soll? Du läßt Dich immer wieder für die Erwartungen und Ziele anderer einspannen und möchtest endlich den Mut haben, klare Grenzen zu setzen? Dann bist Du hier richtig!

Reconnective Healing® hilft, mehr Klarheit zu erlangen, Entscheidungen leichter und sicherer zu treffen, Deinen Fokus gezielter nach innen, also auf Dich und Deine Bedürfnisse zu lenken. Du lernst dabei, Deine Träume und Wünsche an das Leben in den Mittelpunkt zu stellen, nach außen klare Grenzen zu setzen und Dir mehr Zeit für das zu nehmen, was in Deinem Leben wirklich zählt.

Nach dem Motto »Erträume Dir nicht nur Dein Leben, sondern mache jetzt den ersten Schritt in Richtung Deines Traumlebens!« vermittelt Bernd Bissinger heute das Handwerkszeug, das nicht nur ihm selbst, sondern inzwischen auch vielen anderen Menschen zu einem »Neuanfang« verholfen hat. Fühlen Sie sich angesprochen? Dann nichts wie los!

Weitere Infos

Praxis für Entschleunigung,
Selbstverwirklichung & Lebensfreude
(Dipl. Kfm.) Bernd Bissinger
Heinrich-Schüle-Str. 6
74653 Künzelsau
Fon: 07940/7970440
Mobil: 0176/72882348
Email: info@berndbissinger.de
www.berndbissinger.de
www.gesundheitscoach-ziele-erreichen.de/

Vitametik – Verspannungen lösen mit einem sanften Impuls

Der Vitametiker setzt an der seitlichen Halsmuskulatur mit seinen Daumen einen sanften Impuls, der in Sekundenbruchteilen das Gehirn erreichen und dann über das Nervensystem Spannungszonen im ganzen Körper auflösen soll. Muskuläre und nervlich-vegetative Störungen können eine ganzheitliche nachhaltige Regeneration erfahren. Der Körper soll seine natürliche Entspannungsfähigkeit und Selbstregulationskraft zurückgewinnen. Sabine Köble aus Mainhardt ist bereits seit 15 Jahren »Vitametikerin«. Am 16.10.2016 feiert sie ihr Jubiläum.

Frau Köble, wie kamen Sie zur Vitametik?

Sabine Köble:
Durch einen Bekannten hörte ich von der Vitametik und besuchte daraufhin eine Informationsveranstaltung. Dabei merkte ich als Sportlehrerin sehr schnell, daß die Technik logisch und nachvollziehbar war. Daraufhin machte ich sofort die Ausbildung, hängte meinen Schuldienst an den Nagel und arbeite nun seit 15 Jahren zufrieden und erfolgreich in meiner Praxis in Mainhardt.

Was begeistert Sie an dieser Methode?

Sabine Köble:
Von Anfang an die geniale Einfachheit! Vitametik setzt direkt da an, wo sich das Zivilisationsleiden Streß bei vielen Menschen niederschlägt: an einer verspannten Muskulatur im Nacken- und Rückenbereich. Da Heilung kein Arzt, kein Heilpraktiker oder Therapeut vollbringt, sondern ausschließlich der Körper selbst, kann ich als Vitametikerin den Körper zur Selbstregulation von außen unterstützen.

Wie macht das die Vitametik?

Sabine Köble:
Indem den verspannten Muskeln, die auf Nerven, Gefäße, Organe und Gelenke drücken, ein Mindestmaß an Entspannungsfähigkeit zurückgegeben wird. Als Vitametikerin setze ich einen effektiven, nervalmuskulären Impuls an der seitlichen Hals-Nackenmuskulatur und gebe so dem Körper die Möglichkeit zurück, Blockaden, Verkrampfungen und Beschwerden langfristig wieder selbst zu lösen. Durch den nachlassenden Druck kann eine nachhaltige Regeneration beginnen.

Das funktioniert so einfach?

Sabine Köble:
Den besten Beweis, daß es funktioniert, liefern meine Kunden, die die Vitametik und mich gerne und dankbar weiterempfehlen. Durch den vitametischen Impuls kann der Körper sich wieder an den entspannten Zustand erinnern. Auf diese Weise soll er sich selbstständig von vielerlei, mitunter langjährigen Beschwerden, wie z.B. Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Hals- und Nackenbeschwerden und vielen anderen streß- und verspannungsbedingten Symptomen befreien.

Sie nennen Ihre Praxis inzwischen nicht nur Vitametik-, sondern Gesundheitspraxis. Warum?

Sabine Köble:
Im Laufe der Jahre haben sich zwei weitere Themen wie ein roter Faden durch mein Leben gezogen, sich immer mehr herauskristallisiert und Gestalt angenommen. Das eine Thema ist die Entstörung von Elektrosmog. Wissenschaftliche Studien belegen, daß Elektrosmog Auswirkungen auf den menschlichen Organismus und somit auf unsere Gesundheit hat. Die Strahlung in der Hochfrequenz nimmt immer mehr zu und so auch die Elektrosmogbelastung für jeden Einzelnen.

Das andere Thema, das mich sehr beschäftigt, ist die zunehmende Belastung unseres Organismus durch Schadstoffe und Schwermetalle. Diese gelangen durch Nahrung und Luft in unser Gehirn und in die Zellen. Die ganzen Nahrungsunverträglichkeiten und Allergien hängen u.a. damit zusammen. Jeder atmet inzwischen täglich ca. 1,7 kg Schadstoffe ein. Damit die Stoffwechselvorgänge intakt bleiben und der Mensch gesund, ist es notwendig, den Körper davon zu befreien. Mit diesem Hintergrundwissen kann ich doch manchem meiner Kunden, die offen für diese Themen sind, in meinem Rahmen einfache Tipps anbieten, damit auch hier die Selbstheilungskräfte nicht blockiert werden. Für spezielle Fragen habe ich kompetente Fachleute an der Hand.

Sie haben also Ihren Traumberuf gefunden?

Sabine Köble:
Ja, so ist es. Ich fühle mich einfach wohl, mit Menschen zu arbeiten. Das erfüllt mich mit tiefer Dankbarkeit, Wertschätzung und Freude. Es ist auch die einfache Art und Weise Menschen in ihrer Regeneration unterstützen zu können. Am Sonntag, den 16. Oktober werde ich mein 15 jähriges Vitametikjubiläum feiern und meine Praxis von 10 – 17 Uhr für alle öffnen, die gerne kommen wollen. Jeder ist herzlich eingeladen. Am 22. Okt. habe ich anläßlich des »Tags der Naturheilkunde« in Schwäbisch Hall in der Hospitalkirche einen Stand und darf um 14.00 Uhr einen Vitametikvortrag halten. (Bei beiden Terminen wird es Jubiläumspreise geben!)

Weitere Informationen

Vitametikerin: Sabine Köble
Prüferin beim Berufveband
für Vitametik
Steinbühl 43, 74535 Mainhardt
Tel: 07903 -941588
info@vitametik-koeble.de
www.vitametik-koeble.de

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.«

Was dem erkrankten 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, indem 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

TTIP verkörpert eine Antithese zur Nachhaltigkeit … – Interview mit dem Autor und Konsumforscher Prof. Dr. Niko Paech

Niko Paech war viele Jahre an der Universität Oldenburg als Gastprofessor im Lehrstuhl für Produktion und Umwelt tätig. Ab dem Wintersemester 2016/2017 wird er als Lehrbeauftragter der Universität Siegen den dort neu entstandenen Masterstudiengang »Plurale Ökonomik« unterstützen. Die klugen Gedanken des Umweltökonomen und Konsumforschers hatten wir im NATURSCHECK erstmals im Frühjahr 2013 vorgestellt. Inzwischen sind dreieinhalb Jahre ins Land gezogen. Zeit genug also, um bei Niko Paech nachzuhaken, wie er über das jetzige Konsumverhalten und die Entwicklung in einer globalisierten Wirtschaft denkt.

Zu Beginn aus aktuellem Anlaß eine spezielle Frage an Sie: Sehen Sie einen Zusammenhang zwischen dem zunehmenden religiös motivierten Terror weltweit und dem »Konsumgott« der westlichen Industrieländer?

Prof. Niko Paech: Unser individualistischer, auf maßloser Selbstverwirklichung beruhender Lebensstil dringt über den Flugverkehr und die digitalen Medien bis in die entlegensten Nischen vor. Angehörige anderer Kulturen werden mit einer Lebensform konfrontiert, durch die sie sich nur gedemütigt fühlen können, weil sie mit den damit gesetzten Standards an schamloser Freizügigkeit und an Materialismus nicht mithalten können. Dies provoziert zwei Reaktionsmuster: nämlich entweder durch Migration dorthin zu kommen, wo es gelingt, möglichst schnell und mühelos so zu werden wie wir. Oder eben das zu bekämpfen, was als entwürdigend empfunden wird.

Auf Ihren bundesweiten Vorträgen erwähnen Sie oft, daß Sie bisher weder ein Mobiltelefon noch einen Fernseher besitzen. Sie sind also noch nicht vom derzeitigen Pokémon Go-Fieber erfaßt worden, oder sind Sie inzwischen auch »allzeit-vernetzt?«

Prof. Niko Paech: Daran hat sich nichts geändert. Ich nutze nach wie vor einen internetfähigen PC und einen Festnetzanschluß.

Sie gelten als Verfechter der Regional- und »Postwachstumsökonomie«. Was genau verstehen Sie unter diesem Begriff?

Prof. Niko Paech: Die Postwachstumsökonomie kombiniert genügsame, insbesondere seßhafte Lebensstile mit einem Produktionssystem, das auf maximaler Selbstversorgung, ergänzt um Regionalversorgung sowie einem noch immer vorhandenen, aber stark verkleinerten Industriekomplex beruht. Konsumenten wandeln sich zu »Prosumenten«, die infolge der um 50 Prozent zurückgebauten Industrieproduktion durchschnittlich nur noch 20 Stunden pro Woche für Geld arbeiten. Die freigestellte Zeit nutzen sie, um durch eigene Produktion, Gemeinschaftsnutzung und Reparaturleistungen mit weniger Güternachfrage auszukommen.

Was muß geschehen, damit regionale Produkte mit eindeutiger Herkunft nicht noch weiter von internationaler Massenware aus fragwürdiger Produktion verdrängt werden?

Prof. Niko Paech: Wenn sich Menschen nicht mit ihrer Region identifizieren – dazu zählt auch Seßhaftigkeit und stetiges Engagement vor Ort – laufen alle sonstigen Maßnahmen zwecks Regionalisierung ins Leere. Wichtig ist eine sture Widerständigkeit gegenüber den Versuchungen der Globalisierung. Erst auf dieser Grundlage funktionieren Konzepte wie beispielsweise Regionalwährungen oder regionale Versorgungssysteme.

Es wimmelt in der Industrie von Zertifizierungen, die angebliche Regionalität oder Nachhaltigkeit belegen. Italien fliegt alljährlich Zehntausende von chinesischen Schneiderinnen ein, die dann nach chinesischem Standard und zu Dumpinglöhnen Kleider »Made in Italy«

oder »Made in Europe« nähen. Wie kann man echte von Alibi-Zertifizierungen unterscheiden? Und wo müßte man ansetzen, um für mehr Transparenz zu sorgen? Denn letztlich stehen ja nicht nur die Firmen, sondern auch die Nationen miteinander in Konkurrenz.

Prof. Niko Paech: Transparenz und Kontrolle setzen kurze Distanzen zwischen Verbrauch und Entstehung von Gütern voraus. Der polnisch-britische Soziologe und Philosoph Zygmunt Bauman hat einmal geschrieben: »Verantwortung, das Grundelement moralischen Verhaltens, entsteht aus der Nähe des Anderen. Nähe bedeutet Verantwortung, und Verantwortung ist Nähe.«

Das geplante Freihandelsabkommen TTIP erhitzt die Gemüter. Die deutsche Industrie verspricht sich davon neue Exportchancen und weiteres Wachstum. Kritiker dagegen befürchten unter anderem eine Beschneidung von Arbeitnehmerrechten und den Rückgang von kleinen Betrieben durch eine Marktkonzentration auf wenige Großkonzerne. Wie sehen Sie TTIP unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit?

Prof. Niko Paech: TTIP verkörpert eine Antithese zur Nachhaltigkeit. Allerdings läßt sich unser durch industrielle Fremdversorgung organisierter Wohlstand nur erhalten, wenn die permanente Erschließung neuer Expansionspotenziale nicht zum Stillstand kommt. So gesehen ist TTIP nur eine konsequente Fortsetzung dessen, was die Euro-Einführung und bisherige Globalisierungsbestrebungen zum Ziel hatten: Die Einebnung aller Hindernisse, die der freien Fluktuation von Geld, Gütern und Menschen im Wege sein könnten. Mit anderen Worten: Wenn wir unsere Lebensform nicht genügsamer gestalten, sind wir es selbst, die eine Basis für die Umsetzung derartiger Absurditäten wie TTIP bilden.

Global agierende Großunternehmen bezahlen so gut wie keine Gewinnsteuern. Irgendein Land findet sich immer, das mit Vergünstigungen lockt. Wie die Panama-Papiere belegen, nutzen nicht nur »böse Buben«, sondern auch viele europäische Politiker sogenannte Briefkastenfirmen. Wo muß man ansetzen, um den großen Sumpf trocken zu legen? Und geht das überhaupt, wenn man auch den politischen Entscheidungsträgern nicht wirklich vertrauen kann?

Prof. Niko Paech: Es existiert nur ein verläßlicher Weg aus dieser Gemenge-Lage, nämlich die Rückkehr zu Lebens- und Versorgungsmustern, die ökonomisch so autonom wie möglich sind. Die von Ihnen trefflich beschriebene Pathologie ist der Preis für unsere Daseinsform, die in eine Abhängigkeit von industrieller Fremdversorgung und technologischer Bequemlichkeit geführt hat.

Die Reichen werden immer reicher, die Armen immer ärmer. Ist Nachhaltigkeit für alle ohne Umverteilung überhaupt machbar?

Prof. Niko Paech: Die Beschwörung von Verteilungsproblemen – deren Existenz ich nicht im geringsten bezweifle – lenkt vom Kernproblem ab: Übersehen wird oft, daß die durchaus extrem ungleiche Einkommens- und Vermögensverteilung erstens nichts über die Konsumquote der Haushalte und zweitens nichts über die absolute reale Kaufkraft derjenigen aussagt, die relativ betrachtet als »arm« gelten. Gemessen am physischen Konsum- und Mobilitätswohlstand ist es in immer mehr Ländern die Mehrheit, welche von den be-

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

Ausbildung in der
Peter Hess®-Klangmassage
PETER HESS® INSTITUT
In Ludwigsburg mit Beate Pihale
• Klangmassage I – Die eigene Mitte stärken · Kursgebühr: 220 €
17.–18.09.2016 oder 29.–30.10.2016
Anmeldung + Info unter Tel.: 04252-9389114
• Fantasiereisen I + II · Kursgebühr: 390 € · 20.–23.10.2016

Klingender September
mit Klangschalen und Gongs
*** Events auch in Ihrer Nähe ***
www.peter-hess-institut.de/aktuelles
E-Mail: info@peter-hess-institut.de · www.peter-hess-institut.de

...aus Liebe zur Natur
Gräßle Bio Obsthof
DE-ÖKO-003 Deutsche Landwirtschaft
Beste regionale Produkte
- natürlich vom Bio-Hofladen Gräßle -
...Obst & Gemüse und vieles mehr
Öffnungszeiten: Montag-Freitag: 8.00 - 18.30 Uhr
Mittwoch: Ruhetag
Samstag: 8.00 - 13.00 Uhr
Brunnenstraße 18 • 74078 Heilbronn-Biberach
Telefon: 07066-5549 • mail: info@obsthof-graessle.de
www.bio-obsthof-graessle.de

FLOW-DUFT:
Naturreine ätherische Öle zur Raum-Beduftung für Ihre Konzentration & Entspannung. Auch für Schüler zur Unterstützung von Lern-Prozessen.
Flow
Der Duft der Achtsamkeit
ACHTSAMKEITS-ABENDE:
jeden 1. Donnerstag 20.00 Uhr im Ayurvedazentrum, Pfedelbach-Gleichen
iO-PARTNER | 71543 Wüstenrot | FON: 0700 8SAMKEIT
kontakt@io-partner.de | www.FLOW-DUFT.de

Steinhausen
BAUBIOLOGIE IBN _ NATURBAUSTOFFE
Peter Steinhausen
Rodbachhof, 74397 Pfaffenhofen
Telefon 07046 881275
www.steinhausen-naturbau.de
Wandheizungen, Kalk- + Lehmbaustoffe, Naturdämmstoffe, Massivholzböden, Bodenbeläge, Farben. Beratung von Bauherren, Handwerkern und Architekten, Selbstbau-Betreuung. Spezialist für Fachwerk-, Feuchte- und Schimmelsanierung.
Bauen Sie auf Ihren gesunden Verstand.
Bauen, renovieren und dämmen Sie nach biologischen Standards. Für ein natürliches, unbelastetes Wohnumfeld. Das verändert Ihr Leben – und schont die Umwelt.

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

zachersmühle
gaststätte · kleinkunst · biergarten · eseltrekking

Eseltrekking in der Zachersmühle:
Abenteuer.Natur.Bewegung.Spaß.
73099 Adelberg · Tel: 07166.255 · www.zachersmuehle.de

www.quantenharmonie.de
VORTRÄGE
WORKSHOPS
SEMINARE
Quanten Harmonie
„Das Nährstoff-Labyrinth" - mit Dr. Andreas Noack
Seminar am 17./18. September 2016 - weitere Infos online
„Dein Blut entschlüsseln - ein Weg der Erkenntnis"
Stoffwechselzusammenhänge erkennen & entsprechend handeln
Seminartag mit der Stoffwechselexpertin Irmgard Gräf
Samstag 22. Oktober 2016 I 10:00 - 17:00 Uhr
74336 Brackenheim-Hausen · info@quantenharmonie.de
Tel.: 07135 - 939 86 84

stehenden, auf Wachstum beruhenden Verhältnissen profitiert. Jede auch noch so an feinfühligen Gerechtigkeitserwägungen orientierte Nachhaltigkeitspolitik, die diesen Namen verdient, käme daher nicht umhin, der demokratischen Mehrheit – und nicht nur einer vermeintlich ausbeuterischen Elite – materielle Reduktionsleistungen abzuverlangen …

… Und würde deshalb wohl auch schnell wieder abgewählt, richtig? Denn verzichten möchte ja am Ende niemand. Eine echte Sackgasse, wenn sich unsere Grundeinstellung gegenüber dem Konsum nicht ändert. Von Werbung und Medien wird der Konsum aber noch immer als ökonomische Universallösung gepredigt. Sie setzen auf nachhaltigen Konsum und auf den Dreiklang »Reduktion, Überschaubarkeit und Entschleunigung«. Wie kann man sich das vorstellen?

Prof. Niko Paech:
Moment mal, ich setze zuvorderst auf Suffizienz und nicht auf nachhaltigen Konsum. Die Reduktion unserer Ansprüche an Mobilität und an konsumtive Entfaltung muß in Real-Laboren eingeübt und als lebendes Kommunikationsinstrument genutzt werden. Wir brauchen glaubwürdige Suffizienzpioniere, die die Gesellschaft mit reduktiven und fortschrittskritischen Lebenspraktiken konfrontieren.

Was übersetzt heißt: Der allgegenwärtigen Konsum-Versuchung zu widerstehen und ein bescheideneres Leben zu führen?! Derartige Ansätze gibt es ja vielerorts bereits. Sehen Sie in der Gesellschaft ein ökologisches Umdenken, oder fallen wir auch weiterhin auf die raffinierten Werbestrategien ein, die uns weismachen wollen, daß die neueste Handy-Generation unverzichtbare Features bietet?

Prof. Niko Paech:
Was jede nachhaltige Entwicklung derzeit hemmt, ist ein Phänomen, das ich als ökologisches Versteckspiel bezeichne. Insbesondere in den gebildeten und sich progressiv gerierenden Mittel- und Oberschichten üben sich immer mehr Menschen in Nachhaltigkeitsritualen, die vom Veganismus über Fotovoltaik-Anlagen auf dem Dach bis zur Mitwirkung im Gemeinschaftsgarten reichen. Aber genau diese Menschen sind global vernetzt, sehr technikorientiert und einkommensstark, so daß sie allein über die zunehmend entgrenzte Mobilität ein Vielfaches dessen an ökologischen Schäden verursachen, was sie durch viele kleine Nachhaltigkeitssymbole positiv bewirken. Letztere dienen zumeist der moralischen Kompensation, insbesondere der Gewissensberuhigung.

Der letzte Weltklimagipfel fand in Paris statt. Die anwesenden Länder legten diesmal sogar verbindliche Klimaschutzziele fest. Wie haben Sie die Weltklimakonferenz verfolgt? Sehen Sie dadurch mehr Chancen für nachhaltigen Konsum und ökologische Wirtschaftsprinzipien? Wird sich etwas ändern?

Prof. Niko Paech:
Diese Klimakonferenz war ein schöner Erfolg. Zumindest für die Flugindustrie, die Hotels oder wer sonst noch vom globalen Nachhaltigkeitstourismus profitiert.

Herr Prof. Paech, wir danken Ihnen für das Gespräch.

Das Interview führte
Andreas Scholz

Weitere Informationen
»Befreiung vom Überfluß: Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie«, Niko Paech, Oekom-Verlag, München, ISBN -10: 3865811817
www.postwachstumsoekonomie.org

Pater Gerhards Kräuterkolumne: Der Borretsch

Du wirst Dein „Blaues Wunder“ erleben mit diesem „rauen Gesell“. Vom **Borretsch (Borago officinalis)**, soll die Rede sein, der auch als **Kukumerkraut** bezeichnet wird und zur Familie der Raublattgewächse gehört. Würzen und Heilen, das ist sein Metier.

Für die gebräuchliche Bezeichnung Borretsch gibt es eine Reihe unterschiedlicher Erklärungen. Einige Kräuterkundler leiten „Borretsch“ vom lateinischen Wort „borra“, das meint „Gewebe aus rauer Wolle“, ab und vermuten eine Beziehung zu den behaarten Stängeln und Blättern. Andere Weise sind der Meinung, der Name stamme vom arabischen „abu r-rach“, „Vater des Schweißes“, und verweisen auf die in der Volksmedizin genutzte schweißtreibende Wirkung des Borretsch. Wieder andere vermuten im keltischen Wort „borrach“, das heißt „Mut“ den Ursprung des Namens.

Wen wundert‘s? Der im Volksmund verwendete Name **Gurkenkraut** leitet sich vom charakteristischen Gurkengeschmack der Blätter ab. Weitere volkstümliche Bezeichnungen für den „**Bruder Wohlgemut**“ sind **Blauhimmelstern, Herzfreude und Liebäuglein**. Wer hätte das gedacht – ausgerechnet in den Mittelmeerländern liegt die Heimat von Borretsch! Mittlerweile wächst das einjährige Kraut sogar wild in ganz West-, Ost- und Mitteleuropa.

Wer Borretsch links liegen bzw. stehen läßt, verpaßt etwas. Seine grau-grünen, runzlig-welligen Blätter haben es in sich: Ätherische Öle, Mineralstoffe (besonders Kalzium) und eine gute Portion Vitamin C machen Borretsch zum Powerkraut. Beachtlich ist auch sein Gehalt an Saponinen, deren heute erforschte Wirkung dem Kraut vermutlich den ebenfalls benutzten Namen „Herzensfreund“ eingebracht hat. Denn diese sekundären Pflanzenstoffe „putzen" nicht nur den Körper von innen, sie spielen vor allem eine wichtige Rolle im Fettstoffwechsel: Saponine blockieren gewissermaßen die Poren der Darmschleimhaut so, daß schädliches Cholesterin aus der Nahrung sie nicht mehr passieren kann und ungenutzt einfach wieder ausgeschieden wird. Nicht zuletzt deshalb ist es eine gute Tradition, Borretsch unter anderem auch bei eher fetten und cholesterinreichen Gerichten als Würzkraut einzusetzen.

Ein „Wermutstropfen“ ist aber auch dabei: enthält kleine Mengen (etwa 2-10 mg pro Kilogramm getrocknete Pflanze) verschiedener Pyrrolizidinalkaloide, Stoffe, die dafür sorgen, daß unsere Leber „sauer“ wird. Ein regelmäßiger Genuß von Borretsch ist daher nach Angaben des „Bundesinstituts für Risikobewertung“ nicht zu empfehlen. Gelegentlicher Verzehr gilt im Behördendeutsch als unbedenklich, ebenso ein Verzehr von Blüten, Samen sowie des aus den Samen gepressten Borretschöls, da diese die erwähnten Alkaloide nicht oder nur in Spuren enthalten.

Borretsch symbolisiert Fröhlichkeit und Lauterkeit im Denken. Plinius schrieb „ich, Borretsch, bringe immer Freude“. Borretsch hatte den Ruf, die Lebensgeister zu wecken. Bei John Gerard heißt es (1597): „Heute tun die Menschen die Blüten in den Salat, um sich fröhlich zu stimmen und die Laune zu verbessern.“ Vieles kann man aus der Pflanze machen, was das Herz erleichtert, die Sorgen vertreibt und den Geist erhebt. Die Blätter des Borretsch, im Wein zu sich genommen, machen Männer und Frauen froh und glücklich, vertreiben Trauer, Langeweile und Melancholie. Das haben bereits Dioskorides und Plinius bestätigt. Sirup aus Borretschblüten ist gut für das Herz, läßt die Melancholie vergehen und „beruhigt die Verrückten“.

Borretsch gehört zu den Kräutern, die kulinarisch völlig unverdient ein Schattendasein führen. Dabei sieht die Pflanze nicht nur hübsch aus, sie schmeckt auch klasse und versorgt außerdem unseren Körper mit wichtigen Inhaltsstoffen. Seinen Stellenwert als erste Wahl beim Einlegen von Gurken verdankt der Borretsch dem typischen, an Gurken und Zwiebeln erinnernden Geschmack. Je jünger der Borretsch, desto kleiner und zarter seine Blättchen – so bekommt das Kraut selbst Leuten mit empfindlichem Magen wunderbar. Im Sommer hingegen werden seine Blätter groß und bekommen eine Art rauer Behaarung, die eine sensible Magenschleimhaut reizen können. Tee und Blätter können natürlich auch als Tinktur oder Tee zubereitet werden. Borretsch wirkt beruhigend, harntreibend, entzündungshemmend und stimmungsaufhellend. Schon Plinius schrieb, dass der Borretsch Fröhlichkeit bringe. Mit ihm behandelt man Husten, Rheuma, Kinderkrankheiten und Hautkrankheiten. Das aus den Samen gewonnene Borretschöl wirkt nicht nur bei Ekzemen und Neurodermitis, sondern pflegt allgemein reife und empfindliche Haut. Es enthält einen hohen Anteil ungesättigter Fettsäuren.

Borretsch liebt sonnige und halbschattige Standorte und feuchte Böden, ist aber ansonsten unkompliziert. Die einjährige Pflanze wird bis zu 70 cm groß. Stängel und Blätter sind borstig behaart. Borretsch blüht von Mai bis September. Die anfangs rosafarbenen Blüten färben sich später leuchtend blau.

Gott befohlen
und herzlichst,
Ihr Pater Gerhard

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

WWW – WasWäreWenn? – Impulse für eine friedvollere und harmonischere Zukunftsgesellschaft!

Wir haben im NATURSCHECK schon zahlreiche praktische Zukunftsvisionen vorgestellt. In dieser Ausgabe geht es um das Thema »Alles, worauf wir uns konzentrieren, wächst«. Obwohl wir das wissen, befassen uns doch vor allem mit dem, was wir nicht wollen und ziehen es dadurch in unser Leben. Wir »bekämpfen« Probleme und verstärken sie damit. Wir unterhalten uns bevorzugt über Krankheiten, Kriege und Katastrophen. Und wann immer wir die Zeitung aufschlagen, erscheint uns die Welt wie ein Höllental. Wie wäre es mit einem Perspektivwechsel?!

Machen wir eine kleine Übung: *Legen Sie dieses Magazin beiseite, setzen Sie sich entspannt auf einen Stuhl, und stellen Sie das Denken ein. Betrachten Sie bewußt und achtsam Ihre nähere Umgebung. Lösen Sie sich völlig von dem, was nicht in Ihrem näheren Umfeld ist. Seien Sie ganz da im Hier und Jetzt. Tun Sie es eine Minute lang. Spüren Sie, wie ein Gefühl von Frieden in Ihnen aufsteigt, wenn Sie »bei sich selbst« bleiben?*

Was würde geschehen, wenn dieser »überschaubare« Raum die einzige Realität wäre? Wenn Sie ab sofort nur noch in diesem Raum leben würden? Wie würde es sich anfühlen, wenn Sie diesen Raum genau so gestalten könnten, wie Sie es gerne hätten? Wenn diese kleine Welt die einzige Welt wäre, die existiert? Was, wenn Sie selbst der Schöpfer Ihres Universums sind und es gar nicht bemerken, weil Sie ständig in Gedanken in der großen, weiten »Scheinwelt« weilen?

Was ist die Welt? Worüber berichten die Medien, und natürlich auch die lieben Nachbarn, wenn sie von »der Welt« sprechen? Wo sind sie, all die Katastrophen, die uns angeblich von morgens bis abends bedrohen und uns – im wahrsten Sinne des Wortes – das Leben zur Hölle machen? Sie existieren nur in unserem Kopf!

Natürlich gibt es tatsächlich Ereignisse auf diesem Planeten, die tragisch, traurig und unschön sind – was bei einer Weltbevölkerung von 7,5 Milliarden Menschen in Hunderten von Ländern und in den unterschiedlichsten Entwicklungs- und Bewußtseinszuständen nicht verwunderlich ist. Jeden Tag sterben 160.000 Menschen. Jeden Tag werden 360.000 Menschen geboren. Und ob die Erde der einzige bewohnte Planet im Universum ist, oder ob dieses Szenario auch noch auf Tausenden oder gar Millionen anderer Planeten stattfindet, wissen wir ebenfalls nicht. Für wieviele Ereignisse können und sollen wir uns gleichzeitig verantwortlich fühlen? Die Medien behaupten: für alle!!!

Was wäre wenn …

… wir endlich erkennen würden, daß dies eine Lüge ist. Die bekannte Autorin Byron Katie erklärt, daß es im Grunde nur drei Arten von Verantwortung gibt: »Meine, Deine und Gottes.«

Für unser eigenes Leben sind zu 100 % wir selbst verantwortlich. 24 Stunden am Tag und bis ans Ende unseres Erdenlebens. Und damit haben wir mehr als genug zu tun.

Für das Leben anderer Menschen sind zu 100 % die anderen Menschen verantwortlich. Ob wir das wahrhaben wollen oder nicht. Sobald wir das vergessen und uns in das Leben anderer Menschen einmischen, sind wir selbst nicht mehr in unserem eigenen Leben präsent.

Für das große Ganze ist »Gott« verantwortlich. Ebenfalls zu 100 %. Er hat diese Welt erschaffen mit allen darin enthaltenen Spielregeln. Und weder Sie, noch ich, noch irgendein anderer Mensch kann sich – wie der mythologische Atlas – das Himmelsgewölbe auf seine Schultern legen und es an Seiner statt tragen. Die Verantwortungen und »Kompetenzen« sind also klar verteilt.

Klingt das banal? Verantwortungslos? Fatalis-

tisch? Das könnte so erscheinen. Aber ist es nicht ebenso wahnsinnig zu glauben, wir könnten den Lauf des großen Geschehens aufhalten, indem wir uns permanent mit den »Problemen der Welt« befassen und uns emotional mit jeder globalen »Untat« verbinden? Indem wir uns für alles und jeden »verantwortlich« fühlen …

Wenn wir Menschen uns so gut und so bewußt als möglich um unser eigenes Leben kümmern, an unserer eigenen Weiterentwicklung arbeiten und immer so handeln, daß wir anderen Menschen keinen Schaden zufügen - und wenn wir dabei noch die Eigenverantwortung unserer Mitmenschen zu 100 % respektieren - dann werden wir sehr viel freier und auch glücklicher sein. Und vielleicht erkennen wir dabei sogar, daß wir tatsächlich Schöpfer »unseres« Universums sind. Für das große Universum ist ein anderer zuständig.

Alles, worauf wir uns konzentrieren, wächst

Im Juli erschien ein Artikel von Matern Boeselager mit der Überschrift: »Warum die Medien sofort aufhören müßten, über Nizza zu berichten«. Dort hieß es sinngemäß: »Paris, Brüssel, Nizza - die Kette von grausamen Terroranschlägen mitten in Europa scheint nicht abreißen zu wollen. Mittlerweile haben sich Medien, Politiker und Öffentlichkeit eingespielt: Minuten nach dem Anschlag beginnt auf allen Kanälen das Wettrennen um die ersten Bilder, die ersten Berichte von Augenzeugen und Betroffenen, die ersten Beileidsbekundungen von Politikern aus aller Welt.

Und die Öffentlichkeit saugt es auf: Wir alle sitzen gebannt vor unseren Bildschirmen, wir reden über das Ereignis mit jedem, den wir treffen, wir denken darüber nach. In den nächsten paar Tagen werden die Medien weitere Augenzeugenberichte, Debatten, Analysen, Bilder von Blumenkränzen und weinenden Angehörigen verbreiten. Am Ende wird sich auch der Anschlag von Nizza in unser kollektives Gedächtnis gebrannt haben - genau wie Paris, Brüssel und der 11. September.

Diese kollektive Reaktion ist völlig natürlich - aber vielleicht trotzdem völlig falsch. Bei all den Diskussionen darüber, welche Reaktion denn nun die angemessene wäre - mehr Überwachung, Luftschläge gegen den IS oder Al-Qaida, mehr Ursachenbekämpfung - redet fast nie jemand über die naheliegendste Lösung: Warum ignorieren wir den Terror nicht einfach?«

Was vielleicht auf den ersten Blick unvorstellbar oder gar wie eine Beleidigung der Opfer klingt, hat eine viel tiefere Dimension: Alles, worauf wir uns konzentrieren, wächst … und vermehrt sich. Wann immer wir große Kampagnen »gegen« etwas starten, geben wir ihm damit Energie. Die Probleme werden dadurch nicht etwa kleiner, sondern größer. Wann immer wir unsere Aufmerksamkeit auf etwas Bestimmtes richten, erschaffen wir es damit und halten es am Leben.

Bei sogenannten »Anschlägen« kommt noch hinzu, daß Attentäter genau das mit ihren Taten bezwecken, was sie von den Medien erhalten: Aufmerksamkeit. Terror funktioniert überhaupt nur, weil wir ihm Aufmerksamkeit schenken. So besteht also eine tiefe Symbiose zwischen dem Terrorismus, den Medien und uns selbst.

Was wäre wenn ...

... wir zukünftig nicht mehr emotional auf all die »großen Katastrophen« dieser Welt reagieren? Wenn wir sie lediglich zur Kenntnis nehmen und nicht mehr darüber sagen, als absolut notwendig ist? Wenn wir keine Namen oder Täterfotos mehr veröffentlichen, sondern dem Szenario seine Energie entziehen?

Nach den Anschlägen in Paris hat der Schweizer Moderator Stephan Klapproth diesen Gedanken so formuliert: »Wer uns totschießt, den schweigen wir tot! Die Presse muß ihre Freiheit nicht nur dazu nutzen, über alles zu berichten. Sondern auch dazu, um bei Terroranschlägen eine bewußte »Entdramatisierung« zu praktizieren. Es geht nicht darum, Gefahren für unsere Gesellschaft zu verschweigen. Es geht darum, sie wirklich unverzerrt darzustellen: Es sterben immer noch viel mehr Menschen bei häuslichen Unfällen als durch terroristische Gewalt. Warum wird sie dann als Gefahr für uns dargestellt?«

Tatsache ist: wenn wir eine positive Veränderung in unserem Leben vollziehen möchten, dann müssen wir vom (medial gesteuerten) negativ Reagierenden zum »positiv Handelnden« werden. Wir müssen erkennen, daß die negativen Schlagzeilen nur einen verschwindend kleinen Bruchteil der »Realität« darstellen.

Eine negative, sensationslüsterne Berichterstattung kann keine friedvollere Welt erschaffen. Dasselbe gilt natürlich für uns selbst. Anstatt uns katastrophengeil auf jeden »Schreckens-Event« zu stürzen und all unseren Freunden und Bekannten darüber zu berichten, nehmen wir ihn einfach zu Kenntnis und ... schweigen. Schicken wir stattdessen neutrale Energie in die Richtung, aus der er kam. Sprechen wir nicht mehr über das, was wir in unserem Leben nicht haben wollen. Konzentrieren wir uns auf das Wesentliche: auf die Schönheit und die Vollkommenheit der Welt.

Der Beobachtereffekt

Die Quantenphysik hat uns einen grandiosen Hinweis geliefert, wie Realität entsteht und wie wir sie beeinflussen können. Sie hat erkannt, daß es eine »objektive Realität« gar nicht gibt, da der »Beobachtereffekt« überall mitwirkt. Jedes Experiment wird durch den Menschen beeinflußt, der es durchführt oder beobachtet. So wie wir die Welt sehen, so ist bzw. wird sie.

Unsere innere Einstellung ist wie ein Energiekanal, durch welchen höhere Kräfte in die Wirklichkeit fließen. Denken wir »positiv«, beginnen sich die schöpferischen Kräfte positiv auszuwirken. Denken wir »negativ«, bewirken sie das Gegenteil.

In diesem Bild steckt eine tiefe Magie! Je mehr Menschen sich nämlich dazu entscheiden, zu einem höheren Bewußtsein zu erwachen, jeden Widerstand gegen die »Mängel« der Welt aufzugeben und sie stattdessen durch die Augen der Liebe zu betrachten, desto lichtvoller und schöner wird sie. Jeder Mensch kann dazu betragen durch seine schiere Existenz. Je öfter und je bewußter wir das tun, desto beglückender wird es für uns selbst sein. Und wenn wir die Welt heilen, heilen wir uns selbst.

Was wäre wenn ...

...wir dies von heute an in die Tat umsetzen? Wenn wir nicht mehr nur diskutieren und philosophieren, sondern endlich auch »praktizieren«? Hier eine kleine Übung, die zeigt, wie das gehen könnte:

Schließen Sie die Augen, und atmen Sie tief ein und wieder aus. Konzentrieren Sie sich von innen auf Ihre Augen. Sie sind das Tor zu Ihrer Seele. Sie sind aber auch das Tor hinaus in die Welt.

Die Welt ist das, was Sie in ihr sehen. Mit der Art, wie Sie die Welt betrachten, wird sie sich verändern.

Lassen Sie die Augen noch geschlossen. Und öffnen Sie Ihr Herz. Spüren Sie, wie aus Ihrem Herzen warme und heilende Energie nach oben fließt - durch Ihre Brust, durch den Hals, bis zu Ihren Augen.

Lassen Sie die Energie in Ihre Augen fließen. Spüren Sie, wie sich Ihre Augen entspannen. Wie sie von der Energie Ihres Herzens gereinigt werden.

Dann atmen Sie einmal tief ein und wieder aus – und öffnen die Augen.

Was sehen Sie? - Sie entscheiden! Sie entscheiden in jedem Augenblick und mit jedem Blick Ihrer Augen, ob Sie mit dem kritischen Verstand oder mit der Weite Ihres Herzens sehen. Sie sind der Beobachter. Sie sind das Bewußtsein, das an der Entwicklung dieser Welt aktiv mitwirkt. So wie Sie die Welt sehen, so ist sie.

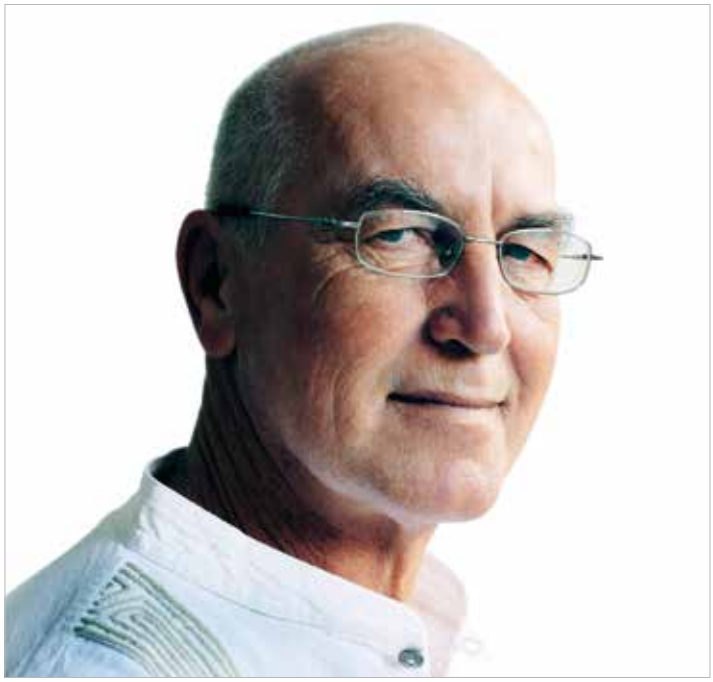
Autor
Michael Hoppe

DER HOLZHOF
mitwelt funktion design

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

3 Tage Retreat mit Han Shan vom 18.11.2016 – 20.11.2016 in Eppingen

»Achtsamkeit, die höchste Form des Selbstmanagement«



Han Shan wurde als Hermann Ricker in Deutschland geboren, war lange erfolgreicher Manager eines weltumspannenden Konzerns in Asien, ehe er anläßlich eines dramatischen Autounfalls sein Leben völlig neu überdachte. 1995 entschied er sich daher, zehn Jahre als buddhistischer Bettelmönch zu leben.

Derzeit begleitet er in Thailand die Nava Disa Foundation, ein internationales Meditationszentrum, das er zuvor in Eigeninitiative erschaffen hat (www.navadisa.com).

Seine Bücher DAS GEHEIMNIS DES LOSLASSENS und WER LOSLÄSST, HAT ZWEI HÄNDE FREI sind zu Bestsellern geworden. Heute ist Han Shan Vorstandsvorsitzender und Gründer des in Europa etablierten Vereins »Universal Awareness Association«. Kernthema des Vereins ist »Achtsamkeit« – die Schärfung des menschlichen Bewußtseins (www.unawa.world).

Ansprechpartner & Anmeldung für Eppingen

Steffen Häffner
haeffner training
(Persönlichkeit – Führung – Retreats)
Email: training@haeffner-training.de
Tel.: 0172-6246481

Weitere Informationen

www.master-han-shan.de

Viszerale Therapie nach Prof. Alexander Ogulov am 5./6.11.2016 – Seminar mit der Expertin für »Russische Informationsmedizin« Olga Häusermann Potschtar

Seit Jahrhunderten wird die manuelle Therapie der inneren Organe (viszerale Therapie) in der slawischen Volksmedizin mit großem Erfolg praktiziert. Das alte Wissen wurde von Prof. Alexander Ogulov neu entdeckt und wissenschaftlich begründet. Beim Seminar mit Olga Häusermann lernt der Teilnehmer, sich selbst und anderen Menschen zu helfen.

U.a. die Schwachstellen des Körpers zu diagnostizieren, die erkrankten Organe nach bestimmten Gesetzen (Reihenfolge, Winkel, Druckstärke, Ausrichtung etc.) manuell zu behandeln, um ihre Funktionsfähigkeit wieder herzustellen. Und vieles andere mehr.

Das neue praktische Wissen hilft, funktionelle Störungen der Organe bzw. venösen und lymphatischen Stau im Gewebe sowie Verkrampfungen zu beseitigen. Die manuelle Therapie (vor allem im Bauchbereich) bietet die Möglichkeit, die Gesundheit der inneren Organe wieder herzustellen und dadurch den ganzen Körper zu regenerieren.

Weitere Informationen

Seminarort: Wüstenrot
5./6.11.2016 - 10.00 bis ca. 17.00 Uhr.
Seminarkosten: 220.- Euro + 50.- Euro für zweitägige Vollverpflegung

Anmeldungen

NATURSCHECK MAGAZIN
mh@naturscheck.de
07945-943969

Vom »ganzheitlichen« Bauen

Das ganzheitliche Bauen gibt es nicht - es ist stets Versuch, die Suche nach dem möglichst allumfassenden Blick, der allumfassenden Methode für das rundum gute Haus. In jedem Fall geht mit diesem Suchen die intensive Beschäftigung mit dem Ort sowie mit den künftigen Nutzern einher. Als Ziel ließe sich formulieren: ein harmonisches Ganzes zu schaffen, welches in Zeit und Raum sich neu einpendelt, welches Schutz gibt und Kraft spendet, sowie als Ort von Erfahrung, Entfaltung und Wachstum neue Freiheiten schafft.

Hauseingang einladend und individuell gestalten

4 zusätzliche Sommerzimmer für vielfältige Nutzungen

Innenraum und Aussenraum verschmelzen zur Einheit

Um diesem Ziel möglichst nahe zu kommen, benötigt es ein überdurchschnittliches Maß an Wachsamkeit und Feingefühl, Wissen und Erfahrung, Hingabe und Liebe. In Ausrichtung auf das Höchste, wissend, daß die Aufgabe einmalig, Bauherrschaft und Ort einzigartig sind.

Wie der Bauer, der erntet, was er sät. Wenn er säte mit bestem Korn, zu einem nicht beliebigen Zeitpunkt auf einen vorbereitenden Acker, hegend und pflegend, bittend um Sonne und Wasser, achtsam den Wachstumsprozeß begleitet, wird er schließlich eine gute Ernte einfahren.

Es beginnt mit dem Saatgut also und der Hand, die es hält. Auf den Bauprozeß übertragen bedeutet dies, daß von Projektbeginn an, in der ersten Planungsphase, alle zu berücksichtigenden Parameter erkannt und benannt werden müssen. Das Bauen, die Bauweise läßt später sich entscheiden, korrigieren, anpassen.

Die allumfassende Methode beinhaltet die Bauweise, zuvorderst aber die frühzeitige Einbindung von Fachleuten in der Vorplanungsphase, ggfs. sogar vor dem Vollzug des Grundstücks- oder Hauskaufs.

Der Architekt ist hier der wichtigste Partner für die Bauherrschaft, denn Architekten sind ausgebildete Generalisten und verfügen über vielfältige Erfahrung im Planungs-und Bauprozeß. Die Planungsmethodik einer intensiven Kommunikation und Nutzerbeteiligung schafft hohe Transparenz und gegenseitiges Vertrauen. Mit allumfassendem Blick gilt es nun alles das zu erfassen, was für das Projekt von Bedeutung sein könnte. Dies ist eine Frage des Bewußteins, des Blickfeldes von Bauherrschaft und Planerschaft. Insbesondere hier sollte sich in ersten Gesprächen schon eine grundlegende Übereinstimmung ergeben.

Bauherrschaft steht im Mittelpunkt:

Neben den Kernaussagen wie Raumbedarf, Budget und Zeitfenster gilt es Wünsche zu formulieren, Gewohnheiten, Werte und Ideale, sowie den Vorstellungen von »meinem Traumhaus« Ausdruck zu verleihen - auch wenn dies zunächst völlig fragmentarisch, konkurrierend mit anderen Wünschen oder als nicht realisierbar erscheint.

Vom Baumspitzenhock zum Lesen und Meditieren bis zur Wohnhöhle mit Feuerstelle ist alles möglich. Wer in dieser Projektphase nicht wagt zu träumen, wird über das Durchschnittliche kaum hinausgelangen. Eine Architektur-Rundfahrt kann Ihnen helfen, den Blick zu schärfen, welcher Raumeindruck, welche Materialien und Farben, welche Details bei der Bauherrschaft Anklang finden und möglicher Weise auf das eigene Projekt übertragbar sind.

Intensive Beschäftigung mit dem Ort:

Jeder Ort ist anders, der »genius loci« einzigartig und besonders. Die Lage in einer Talaue, an einer Hügelflan-

ke oder oben auf einem Sandsteinrücken geben Hinweise auf mögliche Gebäudeform und Konstruktion. Die Himmelsrichtungen, der Lauf der Sonne in den unterschiedlichen Jahreszeiten, Verschattung durch Bäume und Nachbargebäude, mögliche Blickbeziehungen legen die Orientierung des Gebäudes nahe, beeinflussen das Wechselspiel kleiner und großer Fensterflächen beim Entwerfen des Gebäudes.

Aber auch Klänge und Gerüche beispielsweise wollen frühzeitig wahrgenommen werden, ebenso wie Wasseradern, Verwerfungen und ungesunde Ausdünstungen. Insbesondere dann, wenn schon ein Gebäude vorhanden ist, spielt die Geschichte des Hauses hinein, die Geschichte der ehemaligen Bewohner, etwaiger Umbauten, Schäden usw.

Das rundum gute Haus

Je mehr wir uns mit Konstruktion und Bauweise befassen, gewinnt das Eintauchen in die Elemente an Bedeutung. Erde, Feuer, Wasser, Luft sollen spürbar und deutlich präsent sein im ganzheitlichen Haus. Wer ein deutliches Verlangen nach Luft verspürt, sollte mit größerer Raumhöhe planen oder zumindest auch einen überhohen Raum vorsehen. Ausreichende Bewegungsflächen im Grundriß-Layout, große Glasflächen und Lichteinfall von oben, unterstützen dieses Bedürfnis. Für tägliche Wasserspiele bietet die Wellness-Industrie vielfältigste Möglichkeiten, ergänzbar durch Gartendusche, Regenwasserversickerung bis hin zum Schwimmteich.

Die meisten Bauherren wünschen sich einen Kaminofen mit Sichtfenster, denn das Element Feuer schafft eine lebendige Mitte, bringt wohlige Wärme ins Haus. Als Grundofen mit beheizter Sitz- und Liegebank wird es zum winterlichen Treffpunkt für alle Familienmitglieder. Moderne wassergeführte Systeme ermöglichen die Alleinheizung des ganzen Hauses mit gleichzeitigem Feuererleben im Wohnraum. Solarunterstützt funktioniert dies auch bestens in den Übergangszeiten Frühjahr und Herbst.

Das Element Erde wird spürbar durch Natursteinböden - und am besten beheizte Lehmwände. In Kombination mit Holzbaustoffen auch zur Wärmedämmung können wir so auf eine Bauweise setzen, die unserem anhaltenden Wohlbefinden dient, die die Umwelt nicht übermäßig belastet und eine gute Energiebilanz aufweist.

Geringer Aufwand bei Herstellung, Transport und Verarbeitung auf der Baustelle, aber auch Qualität und Langlebigkeit aller Komponenten bis zur Recyclingfähigkeit sind hierbei von Bedeutung. Vom Passivhaus mit minimalem Heizenergiebedarf, bis zum Energiegewinnhaus zeichnet sich ein ganzheitlich gedachtes Haus auch im Betrieb als besonders energieeffizientes Gebäude aus.

Das harmonische Ganze:

Entsteht im Zusammenspiel des Gebäudes mit dem lebendigen Außenraum, einem Baum, zu unterschiedlichen Zeiten blühenden Sträuchern und Blumen, vielleicht einem Nutzgarten, Trockenmauern und Totholz, die wiederum Lebensraum für Insekten, Kleintiere, Vögel und beispielsweise Fledermäuse sein können. So erleben sich die Bewohner täglich inmitten der Natur. Überhaupt kann die Gestaltung der Bereiche rund ums Haus die Lebensqualität entscheidend erhöhen. Eine Nordterrasse ermöglicht angenehm kühles, schattiges Sitzen im Sommer. Ein überdachter Balkon bietet Aufenthalt selbst bei Regen. Mit zusätzlichem Windschutz wird man hier auch an Wintertagen gerne draußen sitzen.

Für die allermeisten Bauherren ist der Bau des eigenen Hauses eine einmalige Lebensleistung, eine Willenserklärung an das Leben. Das Hauskonzept sollte anpassungsfähig sein an sich ändernde Lebenssituationen, Möglichkeiten bieten z. B. eine Einliegerwohnung oder Homeoffice abzutrennen. Bei richtiger Planung sind die Mehrkosten hierfür durchaus gering zu halten.

In Bezug auf die Gesamtkosten läßt sich sagen, daß ganzheitliches Bauen wohl einen Mehraufwand in der Planung und Ausführung bedeutet, gleichzeitig aber ein anhaltender Wert für Generationen geschaffen wird. Die Lust, zu planen und zu bauen, ist Voraussetzung; Zeit und Kraft müssen investiert werden. Doch da dies für jeden Hausbau ohnehin erforderlich ist, dann doch richtig, dann doch so, daß das neue Haus jeden Tag Freude bereitet und zur regelrechten Energietankstelle wird!

Autor
Peter Brinkmann
Architekt aus Welzheim
www.brinkmann-architektur.de

CASA MEDICA
DAS NATURHEILSANATORIUM
DR. MED. STEPHAN LESER
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

Quellwasser-Dauerbrause und AVWF Methode - Ihr Gesundbrunnen im Odenwald!

Unsere Haustiere – Mit einem stabilen Immunsystem durch Herbst und Winter!

Um bei wechselhaftem Wetter und in der kalten Jahreszeit gesund zu bleiben, brauchen Tiere ein stabiles und leistungskräftiges Immunsystem – so wie wir Menschen auch. Tierhalter können mit einfachen Maßnahmen viel dazu beitragen, das Immunsystem ihrer Tiere zu unterstützen, um Krankheiten vorzubeugen.

Ein kleiner Ausflug in Aufbau und Funktion des Immunsystems hilft zu verstehen, mit welch vielfältigen Belastungen es fertig zu werden hat und wie effektiv es arbeiten kann. Denn das Immunsystem ist ein sehr komplexes Gebilde, hat es sich doch über Jahrtausende entwickelt, um das Überleben von Mensch und Tier in ihrer Umwelt sicherzustellen. Im Laufe der Evolution haben immer diejenigen Individuen überlebt und sich vermehrt, deren Immunsystem am besten mit den sich immer wieder verändernden Umweltbedingungen zurecht gekommen ist.

Vereinfacht dargestellt besteht das Immunsystem von Tieren (und Menschen) aus zwei Hauptabteilungen mit unterschiedlichen Unterabteilungen: der unspezifischen körpereigenen Abwehr und den spezifischen Abwehrmechanismen.

Die spezifische Abwehr richtet sich gegen ganz bestimmte Erreger, mit denen das Tier im Laufe seines Lebens in Kontakt gekommen ist – sei es durch eine Erkrankung oder durch eine Impfung wie z.B. gegen Staupe oder Parvovirose (Infektionskrankheiten des Hundes). Sie entwickelt sich überwiegend in der Welpen- und Jugendzeit in Abhängigkeit von der Umgebung, in der ein Tier lebt. Je mehr unterschiedlichen Umweltreizen ein Jungtier ausgesetzt ist, desto besser wird im Erwachsenenalter sein Immunsystem trainiert sein.

Unspezifische Abwehrmechanismen dagegen sind bereits bei der Geburt vorhanden, um schnell existenzgefährdenden Einflüssen wie z.B. durch den Nabel eingedrungenen Bakterien begegnen zu können. Die unspezifische körpereigene Abwehr hat die Aufgabe, alles, was an Fremdstoffen in den Organismus eindringt – sei es die aufgenommene Nahrung, Staubpartikel in der Atemluft, Erde auf den Pfoten und der Haut – zu prüfen und bei Bedarf unschädlich zu beseitigen.

Dazu besitzt es ganz unterschiedliche Mechanismen. Bereits Haut und Schleimhäute sind Barrieren, durch die Erreger nicht ohne weiteres in den Organismus ein-

dringen können. Gelingt es Keimen einzudringen (= Infektion), so hat das Abwehrsystem eine ganze Reihe von Abwehrzellen wie z.B. Makrophagen, Granulozyten usw., um sich zur Wehr zu setzen. Durch die tägliche Arbeit der unspezifischen körpereigenen Abwehrwehr entstehen aus den meisten Infektionen erst gar keine Krankheiten.

Doch eine Vielzahl von Faktoren belasten das Immunsystem:

Das können Parasitenbefall, Erkrankungen oder Verletzungen sein, die ein Tier erleidet. Viele Streßfaktoren für Tiere wie z.B. Veränderungen in der Umgebung, ungewohnte Geräusche, veränderter Tagesrhythmus, Reisen, Ausstellungen, Familienzuwachs usw. werden von den Haltern oft unterschätzt. Mit zunehmendem Alter kommt es ebenfalls zu Veränderungen und Funktionseinschränkungen - alte Tiere sind erfahrungsgemäß anfälliger für Erkrankungen.

Zu Krankheiten kommt es dann, wenn mehrere Belastungen das normal funktionierende Immunsystem überlasten oder wenn es zu Fehlfunktionen kommt. Fehlfunktionen können bereits genetisch bedingt sein, d.h. von den Elterntieren auf die Nachkommen vererbt werden. Aber auch Überforderung durch zu viele Belastungen kann zu Fehlfunktionen führen.

Besonders anfällig für Erkrankungen sind Welpen und Jungtiere, deren Immunsystem sich erst noch vollends entwickeln muß, alte Tiere mit nachlassenden Organfunktionen, verminderter Anpassungsfähigkeit und Alterserkrankungen, wie z.B. Arthrosen oder Herz-Kreislauferkrankungen, und Tiere mit chronischen Erkrankungen wie z.B. einer Niereninsuffienz oder einer Allergie.

Natürliche Unterstützung

Stärken können wir Menschen die unspezifische körpereigene Abwehr unserer Tiere mit vielen ganz einfachen Maßnahmen. Das fängt mit einer dem Tier angepassten artgerechten Ernährung mit viel Frischkost oder frisch zubereitetem Futter an. Bei Rohfütterung oder selbst gekochten Rationen ist es sinnvoll, von einem Experten für Tierernährung eine Rationsberechnung durchführen zu lassen, damit es nicht zu einer Fehl- oder Mangelversorgung mit Vitaminen und Spurenelementen kommt.

Das Ermitteln und Vermeiden unnötiger Streßfaktoren wirkt sich ebenfalls positiv auf das Immunsystem aus. Routinen und Rituale geben Tieren Sicherheit, ebenso ein regelmäßiger und strukturierter Tagesablauf. Bevorstehende Veränderungen können mit unterschiedlichen Therapiemaßnahmen aus dem Bereich der Naturheilkunde (Regulationsmedizin) begleitet werden. Bei Umzug, Besitzerwechsel, Urlaub oder Familienzuwachs können sich Tiere beispielsweise mit einer individuell für sie zusammengestellten Bach-Blüten-Mischung schneller auf die neue Situation einstellen.

Tiere mit einem schwachen Immunsystem können mit Medikamenten z.B. auf der Basis von Sonnenhut (Echinacea) oder Schwalbenwurz (Vincetoxicum) ab Ende des Sommers regelmäßig unterstützt werden. Diese werden meist kurmäßig für einige Tage gegeben. So steigert beispielsweise das Präparat Engystol (Fa. Heel, Baden-Baden) die körpereigene Abwehr gegen virale Infektionen. Über Herbst und Winter kann es alle vier Wochen für drei bis fünf Tage gegeben werden.

Bei Tieren mit Allergien sollte man mit Echinacea-Präparaten vorsichtig sein, denn diese können in Einzelfällen allergische Symptome verschlimmern.

Von regelmäßig durchgeführten Immunkuren mit Schüßler-Salzen profitieren Tiere ebenfalls – im Frühjahr werden entschlackende Präparate wie z.B. Nr. 6 Kalium sulfuricum und Nr. 10 Natrium sulfuricum gegeben, im Herbst Immunkuren mit Nr. 3 Ferrum phosphoricum, Nr. 5 Kalium phosphoricum und Nr. 7 Magnesium phosphoricum. Ideal sind auch hier individuell für das Tier zusammengestellte Kuren.

Die Vielzahl an Möglichkeiten zur Stabilisierung des Immunsystems läßt schon erahnen, daß eben auch jedes Tier individuell auf Therapieimpulse reagiert – was dem einen nützt, muß einem anderen noch lange nicht gut tun. Insofern ist es sicher sinnvoll, einen naturheilkundlich ausgebildeten Therapeuten zu Rate zu ziehen für eine individuelle Untersuchung und Beratung.

Autor
Dr.med.vet. Heidi Kübler
Praktische Tierärztin –
Zusatzbezeichnung
Biologische Tiermedizin

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

ANNO 1359

KAISERSTR. 32 · HEILBRONN
TEL. 07131-89071 · FAX 89073
NATUR@SICHERERSCHE.DE
WWW.SICHERERSCHE.DE

SICHERER'SCHE APOTHEKE

Wieder Verantwortung für das eigene Leben übernehmen – mit Aqua Vision & Heil-Energie-Schwingungsmusik

Für viele Menschen ist es eine große Herausforderung, Eigenverantwortung zu übernehmen für die persönliche Lebenssituation und die Lebenslernaufgabe. Aqua Vision bietet die Chance, sich auf den individuellen Heilungsprozeß bewußt einzulassen und sich dem Leben wieder vertrauensvoll zu öffnen.

Aqua Vision ist eine neue, sanfte Heilmethode für Körper, Geist und Seele. Die Behandlung findet im Wasser statt (z.B. im Schwimmbad) und wird begleitet durch Heil-Energie-Schwingungsmusik von My Eric. Die Therapeutin Irene Seidel unterstützt Sie individuell dabei, Ihr persönliches Thema zu lösen, zu erlösen und zu heilen. »Sie sind der wichtigste Mensch auf Erden! Zuerst dürfen Sie Heilung an sich selbst erleben, was dann letztlich auch zu Veränderungen und Wirkungen in der Sie umgebenden Welt führt.«

Was für Anwendungsbereiche gibt es?

Ein Mädchen hatte ein sehr traumatisches Geburtserlebnis. Als Folge hatte sie große Schwierigkeiten, sich von ihrer Mutter zu lösen. Ohne die Mutter zur Schule zu gehen, ging nicht. Diese mußte sie direkt der Lehrerin an die Hand geben. Das Mädchen war in allen Lebensbereichen extrem abhängig von der mütterlichen Nähe. Sie wollte und konnte nicht erwachsen werden!

Bei der Aqua Vision-Anwendung konnten beide zusammen diese Geburt noch einmal erleben. Das Mädchen »kam noch einmal zur Welt«, liebevoll begleitet von ihrer Mutter. Direkt danach konnte es sich zum ersten Mal vorstellen, alleine in die Schule zu gehen. Was dann auch geschah.

Ein anderer Teilnehmer mit einer chronischen Krankheit war zornig auf sich selbst, weil er so viel Lebenszeit vergeudet hatte und seine verbleibende Zeit durch die Krankheit begrenzt war. Er hat immer die Verantwortung für sich selbst abgegeben oder sich abnehmen lassen. Erst an seine Eltern und später an andere Menschen. Immer war jemand da, der Verantwortung für ihn übernahm. Dadurch wurde er lebensuntüchtig und krank.

Er kam zu Aqua Vision, als Nichtschwimmer. Während der Anwendung konnte er Freiheit und tiefe Liebe zu sich selbst erleben. Mit einem Gefühl von Glückseligkeit kam er hervor, um im Hier und Jetzt seine Aufgabe zu erfüllen und um Verantwortung für seine Lebenssituation in allen Bereichen zu übernehmen: Gesundheit, Partnerschaft, Beziehungen, Familie, Spiritualität.

Was ist die Heil-Schwingungsmusik?

Heil-Schwingungsmusik von MyEric ermöglicht uns den Zugang zur freien, kosmisch universellen Energie. Diese Energie steht uns unerschöpflich zur Verfügung. Der Komponist MyEric kann diese Schwingungstöne aus dem Universum wahrnehmen und sie als Heilmusikkomposition uns, der Menschheit, Mutter Erde und den Tieren übermitteln.

Die Musik-CDs von MyEric mit ihren wunderbaren Klängen lassen uns ein wundervolles Erlebnis erfahren. Dabei ist die Musik vollkommen neutral in ihrer Wirkungsweise. Sie ist frei von allen Glaubensrichtungen, Religion oder Wissenschaften. Im Juli 2016 wurden zwei neue Musikalben auf CD mit der einzigartigen, wundervollen Energiemusik veröffentlicht. »Die Heilsinfonie des Universums« und »Die Heilsinfonie des Kristallsterns«.

Dabei kam eine neue Aufnahmetechnik zum Einsatz, welche eine 3-D Wirkung - wie bei Filmmusik - erzeugt und auch bei geringer Lautstärke einen umfassenden Raumklang ermöglicht. Ihre persönliche Empfindung bei dieser Musik beschreibt Irene Seidel wie folgt: »Es ist immer, wenn ich sie höre, eine tiefe Dankbarkeit in mir. Sie berührt mich sanft, schenkt Wärme und Weichheit. Liebe berührt mein Innerstes, Glückseligkeit ist da. Ich fühle mich tief verbunden mit mir selbst und der Urschöpfung allen Seins. Ich fühle mich verbunden mit meinem Ursprung und meinem Ziel. Diese Musik öffnet Begrenzungen und schenkt Weite.«

Was geschieht bei Aqua Vision mit Heilmusik?

»Im Wasser vervielfacht und intensiviert sich die Wirkungsweise dieser Musik, da Wasser ein wundervoller Informationsträger ist.«, erklärt Irene Seidel. »Wir alle kommen aus dem Wasser, und unser Körper besteht zu 70 % aus Wasser. Unsere elementaren Bausteine sind Wasserkristalle. Alle Strukturen in uns sind nach der kosmischen Ordnung aufgebaut. Durch unsere Lebensweise, unsere negative oder positive Selbstwahrnehmung, bilden wir Lebensblockaden, die dazu führen, daß wir nicht mehr im Gleichgewicht sind, und somit befinden wir uns nicht in der göttlichen Ordnung. Aqua Vision dient dazu, diese Ordnung wiederherzustellen. Die Musik ist in der Lage, Information in Kristalle umzuwandeln.«

Aqua Vision ist für folgende Anwendungsbereiche und Themen empfohlen:

Lebensängste, Wasserängste, traumatische Geburtserlebnisse für Mutter und Kind, Blockade in der Annahme der Geburt und der Lebenssituation, Abnabelung und Erwachsenwerden, Familienstellen zur Zusammengehörigkeit, wieder Verantwortung für das eigene Leben übernehmen, die Liebe zu sich selber wiederfinden, Schlaflosigkeit, Burnout, Schmerzen und Blockaden auf allen Ebenen psychisch, physisch und mental.

Lernen Sie Irene Seidel, Heil-Energie-Schwingungsmusik und Aqua Vision kennen. Die erfahrene Therapeutin freut sich, Sie zu Ihrem individuellen Aqua Vision Termin und zu folgenden Veranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Termine

Wasserkonzert am 8. Oktober 2016 um 16.00 und 18.00 Uhr, im Schwimmbad im Remstal
Kleingruppe 1 Stunde, 20 Euro + 5 Euro Schwimmbadeintritt
Klangheilreise geführt zu Heilmusik von MyEric am 22. Oktober 2016 um 18.00 Uhr, in Ludwigsburg, 15 Euro Gebühr, 1,5 Stunden (nicht im Schwimmbad)

Infos & Anmeldung:

Irene Seidel, Ernst-Bauer-Straße 17
71636 Ludwigsburg
07141 / 460723
info@aquavision-kristallstern.de

Filmtipp: »The Big Short« – Die Maschinerie des Weltgerichts – Adam McKays entlarvendes Finanzwirtschafts-Drama

Wie schnell scheint doch alles wieder weit, weit in der Vergangenheit zu liegen … In den Jahren 2007/2008 ereignete sich eine Weltwirtschaftskrise, die für Millionen Menschen den Ruin bedeutete, Staatskrisen auslöste, die Armen noch ärmer machte und Banken in die Pleite stürzen ließ. Letztlich wurden die Steuerzahler zur Kasse gebeten, um »das System« zu retten.

Welches System eigentlich? Diese Frage beantwortete Michael Lewis in seinem 2010 veröffentlichten Buch mit dem Titel »The Big Short – Inside the Doomsday Machine«. Der markige Untertitel könnte übersetzen werden mit: »In der Maschinerie des Weltgerichts«.

In diesem Buch, das sofort zum Bestseller wurde, beschreibt Lewis, wie Spekulationsgeschäfte in den USA zu der weltweiten Krise führten. Immobilien wurden weit über ihrem Wert gehandelt, die Rating-Agenturen (deren Aufgabe es eigentlich wäre, objektive Bewertungen vorzunehmen) sahen bewußt weg, ein Sumpf aus maßloser Unwissenheit, Dummheit und Gier ließ immer neue fragwürdige Finanzprodukte entstehen, und als die nahende Katastrophe schon absehbar war, wurde gelogen und betrogen, um den Superreichtum der Superreichen trotzdem noch weiter zu vermehren.

Schließlich, als gar nichts mehr ging, wurden die Politiker erfolgreich davon überzeugt, daß die Banken mit öffentlichen Geldern gerettet werden müßten. Denn müßten sie zusperren, wäre alles verloren. Die Strategie ging auf. Verurteilt wurde keiner der verantwortlichen Manager.

Das Buch

Michael Lewis porträtiert in seinem Buch einige besonders schräge und zugleich herausragend intelligente Persönlichkeiten aus der Finanzwelt, darunter Michael Burry, der bis 2008 unter dem Namen »Scion Capital LLC Hedge Fund« einen Haufen Geld für Anleger verwaltete, die sich kräftige Gewinne erwarteten. Dieser Charakter steht auch im Mittelpunkt der Film-Adaption von »The Big Short«, für die der US-amerikanische Drehbuchautor und Regisseur Adam McKay mit einem Oscar ausgezeichnet wurde. Ihm gelang 2015 – unterstützt durch Christian Bale (als Michael Burry), Steve Carrell, Ryan Gosling und Brad Pitt – ein kurzweiliger, entlarvender, schauspielerisch und handwerklich herausragender Spielfilm, der allerdings den Zuschauer am Ende doch ziemlich ratlos zurückläßt: Zwar sind die verantwortungslosen Gedankenflüge der Hedgefonds-Manager durchschaubarer geworden und die Zusammenhänge klarer: Es ist die nackte Gier, das empfindungslose Vorteilsstreben, womit sich die Menschheit selbst in den Abgrund eines »Weltgerichts« treibt. Auch sind einige der verwirrenden Kunst-Begriffe aus der Finanzwelt durchschaubar geworden; sie dienen letztlich wohl nur dazu, den gesunden Hausverstand und das einfache Gespür für Gerechtigkeit auszusperren. Aber zugleich wird zur Gewißheit, daß sich nach der großen Krise in dem menschenverachtenden Finanzsystem nichts geändert hat. Und daß der Handlungsspielraum kritischer Einzelpersonen sich letztlich darauf beschränkt, um alle undurchschaubaren Finanzprodukte einen weiten Bogen zu machen. Das befriedigt nicht wirklich, denn auf dieser Grundlage muß das »dicke Ende« für die kapitalistische Weltwirtschaft wohl erst noch kommen.

Der Film

Eine ähnliche Erkenntnis hat einige Monate vor der Krise von 2007 auch der Hedgefond-Manager Michael Burry (Christian Bale). Seine Nachforschungen ergeben, daß es in dem vermeintlich so narrensicheren Immobilienmarkt (von den Millionen amerikanischer Hausbesitzer werden doch wohl die allermeisten brav und pünktlich ihre Kreditraten bezahlen!) gewaltig knirscht. Sehr viele Kredite sind längst faul, aber die großen Investmentbanken handeln Pakete aus diesen Immobilienkrediten – sogenannte CDOs – weiterhin zu stark überhöhten Preisen.

(»CDO« steht für »Collateralized Debt Obligation«, das ist eine Sammlung von Wertpapieren, die durch Forderungen besichert sind.) Und die Rating-Agenturen, deren Job es eigentlich wäre, genauer hinzuschauen, wie es um die Zahlungsfähigkeit der Kreditnehmer und den tatsächlichen Wert der Finanzprodukte steht, schauen lieber weg. Der Immobilienmarkt ist sicher, hat sicher zu sein - Punkt!

Michael Burry entdeckt, daß überhaupt niemand genauer hinschaut, und er errechnet, daß es nur noch kurze Zeit dauern wird, bis die »Immobilienblase« platzt. Also entwickelt er eine ungewöhnliche Strategie, um das Geld seines Fonds zu retten: Er überredet zahlreiche Banken zu einer Art Wette. Diese verpflichtet ihn – ähnlich wie bei einem Versicherungsvertrag – regelmäßig Prämien zu bezahlen. Sollte aber der »Schadensfall« eintreten, der Wert der CDOs also tatsächlich fallen, sind die Banken zur Zahlung eines hohen »Wettgewinns« verpflichtet.

Das Spiel – oder nennen wir es der Ordnung halber »Finanzinstrument« –, mit dem Michael Burry sein Fonds-Vermögen retten will, heißt »CDS« (»Credit Default Swaps«). Und eine Spekulation mit Kursverlusten wird »Short« genannt.

»The Big Short«

Angesichts des vermeintlich sicheren Immobiliengeschäfts ist eine waghalsigere Verlust-Spekulation kaum denkbar. Wenig überraschend gerät Burry in der Folge gehörig unter Druck. Seine Kunden drohen, ihr Geld aus dem Fonds abzuziehen; die Banken hingegen freuen sich über einen »Verrückten«, der ihnen Millionenprämien bezahlt. Letztlich wird Burry mit seiner Prognose Recht behalten – auch wenn die Katastrophe erst mit einiger Verzögerung eintritt, weil die Banken weder Manipulation noch Betrug scheuen, um den Schein des sicheren Immobiliengeschäfts zu wahren.

Neben Michael Burry zeichnet Regisseur Adam McKay einige weitere schillernde Figuren, teils fiktive Charaktere, teils reale Personen: Voran den Investmentbanker Mark Baum (Steve Carell). Er steht seinem eigenen Job und den heuchlerischen, menschenverachtenden Finanzspielen zunehmend kritisch gegenüber. Nachdem er erkannt hat, was auf dem Immobilienmarkt schief läuft, nimmt auch er eine »Short-Position« ein – und wettet damit gegen seine eigene Bank. Aber eigentlich will er keine Gewinne mehr aus solchen Geschäften schlagen. Geld vermehrt sich schließlich nicht von selbst. Es arbeitet auch nicht durch irgendwelche grenzenlose, wunderbare Energien, die ihm innewohnen.

Baum kennt die Kehrseite der auf Gewinne und Erträge fokussierten Finanzwelt: Es sind letztlich immer Menschen, die durch ihre Arbeit die Gewinnzuwächse der Reichen erwirtschaften müssen. Die Finanzwirtschaft und die Realwirtschaft berühren einander in den persönlichen Schicksalen Einzelner – und diese gestalten sich umso tragischer, je mehr Reichtum auf der anderen Seite angehäuft wird.

Dann wäre da noch Ben Rickert (Brad Pitt), der geläuterte Aussteiger, der mit der Finanzwirtschaft nichts mehr zu tun haben will, schließlich aber – auf Drängen zweier Freunde – doch in das CDS-Geschäft einsteigt.

Und schließlich Jared Vennet (Ryan Gosling), der die Immobilien-Blase ebenfalls erkennt – und dennoch für die »Deutsche Bank« CDS verkauft. Er lebt gut von den satten Prämien, die er dafür erhält. Seine Bank glaubt – wie alle anderen –, daß Immobilien sichere Häfen und »CDS-Prämien« leicht verdientes Geld sind. Vennet selbst weiß, daß jede dieser Prämien der Bank langfristig großen Schaden zufügen wird. Aber das kratzt ihn nicht. Schließlich ist ja alles nur ein Spiel, in dem der Klügere gewinnt, oder?

Die Quintessenz des Films

Regisseur McKay läßt Jared Vennet nicht nur in der Rolle des Bankers auftreten, sondern auch in der des Erzählers. Denn da ist jemand, der das Spiel durchschaut – und schamlos für sich ausnützt. Solche Typen wirken im Allgemeinen ja irgendwie sympathisch. Intelligenz besticht.

Am Ende darf der Zuschauer entscheiden, ob er sich – von Vennet direkt angesprochen – auch bestechen läßt. Oder ob er sich von der Rücksichtslosigkeit und Habgier abwendet, die die »Maschinerie des Weltgerichtes« treibt – ohne ein verständnisvolles Augenzwinkern.

Autor
Werner Huemer

Praxis Für Ganzheitliche Kieferorthopädie
Dr. Martin Kamp
-Kieferorthopäde-
Schwerpunkte:
- Bionator Therapie
- Bioadaptive Therapie
- Erwachsenen Behandlung
- Schmerztherapie
- Kiefergelenk-Behandlungen
- Kieferorthopädie „ohne" Zähneziehen
In Verbindung mit: Osteopathie, Cranio-Sacral Therapie, Logopädie, Heil-Eurythmie, MedReflexTherapie®
Bandhausstr. 10, D-74336 Brackenheim
Tel.: 07135 - 963 337
www.dr-kamp-de

Dirk-Uwe Schörner ist neuer Hoteldirektor im Panoramahotel Waldenburg

PANORAMAHOTEL WALDENBURG

Das »Pano« hat seit Juli einen neuen Direktor. Nach dem Wechsel von Hoteldirektor Jürgen Wegmann ins Wald & Schloßhotel Friedrichsruhe liegt die Leitung des Panoramahotels Waldenburg nun in den Händen von Dirk-Uwe Schörner.

Der gebürtige Schwarzwälder bringt eine fundierte Ausbildung in der Hotellerie sowie rund 30 Jahre Hotelerfahrungen mit. Unter anderem war er im Hotel Breidenbacher Hof in Düsseldorf und im Savoy Hotel in London tätig. Es folgten Stationen wie die Maritim Hotels in Stuttgart, Bremen und Bad Salzuflen. Im Kölner 5-Sterne Excelsior Hotel Ernst war Dirk-Uwe Schörner als Wirtschaftsdirektor tätig, auf der Aida Aura als Hotelmanager.

Neben der Hotelleitung steht für Dirk-Uwe Schörner die Planung und Realisierung des neuen Panoramahotels im Mittelpunkt. Das neue Hotel entsteht direkt nebenan. Interessierte können bereits heute das »Modell« besichtigen, welches in der Hotel-Lobby aufgestellt ist. Geplant sind 120 Zimmer und Suiten, Restaurant, eigener Wellness-Bereich sowie moderne Veranstaltungs- und Tagungsräume. Die Eröffnung des »neuen Pano« ist für das Frühjahr 2018 geplant.

Weitere Informationen
www.panoramahotel-waldenburg.de

NATURSCHECK-LESER-STAMMTISCH – in Wüstenrot

Termine: 26.09., 31.10. und 28.11.2016

Seit einigen Jahren findet in Wüstenrot ein regelmäßiger NATURSCHECK-LESER-STAMMTISCH statt. Am jeweils letzten Montag des Monats treffen sich ganzheitlich Interessierte zum Gedankenaustausch. Moderiert wird dieser »kulinarische 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
26.09., 31.10. und 28.11.2016
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 (0) 79 45 - 94 39 69

Tagesseminar - DIE MACHT DER SPRACHE

25.09.2016 oder 30.10.2016 oder 27.11.2016

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: 25.09.2016 oder 30.10.2016 oder 27.11.2016 – 10.00 Uhr bis 18.00
Seminarkosten: 130.- Euro (inkl. Mittagessen und Getränke)
Seminarleitung: Michael Hoppe, NATURSCHECK-Herausgeber

Informationen und Anmeldungen: Naturscheck-Magazin
mh@naturscheck.de oder unter 0 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 ...)
Kaiserstr. 32
74072 Heilbronn
Tel. 07131-398011
www.heile-sanft.de

Dr. med. Edith Nadj-Papp
Praxis für ganzheitliche Zahnmedizin
Umweltzahnmedizin, Parodontologie
Metallfreie Implantate und
Zahnrekonstruktionen
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

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

Viola-Isabell Keilbach
Masseurin und
ärztlich gepr. Fußpflegerin
Massagen - Fußpflege
Mooranwendungen
Wellness
Hauptstraße 35
74248 Ellhofen
Tel. 07134-18366
http://sportmassage-vitalness.jimdo.com

HEILPRAKTIKER

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

Monika Schreck
Heilpraktikerin
Klassische Homöopathie,
Fußreflexzonentherapie nach
Hanne Marquardt,
Gesundheitsberatung GGB,
Dunkelfeldmikroskopie,
Health Kinesiologie
Beethovenweg 6, 74399 Walheim
Tel.: 07143/35331
www.praxis-schreck.de

HOTEL & GASTRONOMIE

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

MODE

haeffner modepartner
uns begeistert Mode, uns inspi-
rieren Menschen
Die Gruppe haeffner modepartner
ist eine flexible Markengruppe,
aufgestellt an zwei Standorten
– Heilbronn und Ludwigsburg.
Wir führen Stores von s.Oliver red,
s.Oliver black und Comma.
Wir sind ein ganzheitliches
Unternehmen, das Werte schafft!
Sei einzigartig! – jeden Tag leben.

NATURKOSMETIK & NATURFRISEURE

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

Beatrix Nägele
Haut- und Haarpraktikerin
Friseurmeisterin
Am Schlosshof 5
(Auto-Navi bitte Kirchstr. 49)
74354 Besigheim
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

Heidrun Landwehr
Heilpraktiker Psychotherapie
ADHS-Therapeutin
Neurofeedback
Mediatorin
Dr. Paul-Anton Grathwohl
Neurofeedback
Mediator
Karlsstraße 139/2
74076 Heilbronn
Fon: 07131-6490166
www.landwehr-mediation.de

TIERÄRZTE & TIERHEILPRAKTIKER

Tierklinik
Dr. Michael Schneider-Haiss
Fachtierarzt für Kleintiere
Karl-Heinz-Käferle-Str. 2
71640 Ludwigsburg
Tel. 07141-2999030
www.tierklinik-ludwigsburg.de

Gewerbliche & Private Kleinanzeigen nur 49,- EUR

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

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

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

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

Anzeigenschluß: **15.11.2016**
Erscheinungstermin: **01.12.2016**

Gewerbliche und private Kleinanzeigen

GESUNDHEIT & WELLNESS

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

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.com

IMMOBILIEN

SIZILIEN, traumhaftes Grundstück 15.000 qm
Sizilien, 15.000qm traumhaftes Grundstück mit Blick nach Reggio Kalabrien, einem ausgebautem Steinwohnhaus, sowie Geräte- Maschinenhäuser, zusätzlich 1 Holzhaus zum Schlafen, 1 Holzhaus mit Küche und Badezimmer. Gepflegten Olivenbäumen, Weinbestand, der ca. 600 Liter produziert, eigenem Brunnenwasser, Photovoltaik Anlage, Baumbestand von Esskastanien, Feigen, Kirschen, Zitronen, Mandarinen, Walnuss, Mandeln, Pflaumen, Aprikosen, u.v.m. zu verkaufen.
Info: marlies-haefner@gh-c.de

Suche zur Miete oder zum Kauf
3,5 – 5 Zimmerwohnung mit Gartenanschluß im Raum Weinsberg, NSU, Neuenstadt, Öhringen, HN-Nord
Gerne bei ökologisch bewußten Menschen
Tel.: 07131-573625

NATUR & KLIMA

Warum steht die Erde kurz vor dem Klimakollaps?
Lesen Sie »Wer Wind sät, wird Sturm ernten. Klimakollaps und Reinkarnation«, 232 Seiten, 12,90 Euro –
ISBN: 9783892013914
www.gabriele-verlag.de

NATURKOSMETIK

Calla Naturkosmetik
Fachgeschäft für Naturkosmetik & Bio-Tee
- Zertifizierte Naturkosmetik
- Kosmetische Behandlungen
- Sonnentor Partnergeschäft
- Seifen, Naturparfum

Geöffnet: Mo, Fr, Sa - 9.00 – 12.00
Do, Fr - 15.00 – 18.00
Bismarckstr. 8, 71409 Schwaikheim
Tel. 07195/4150615
www.callanaturkosmetik.de

YOGA

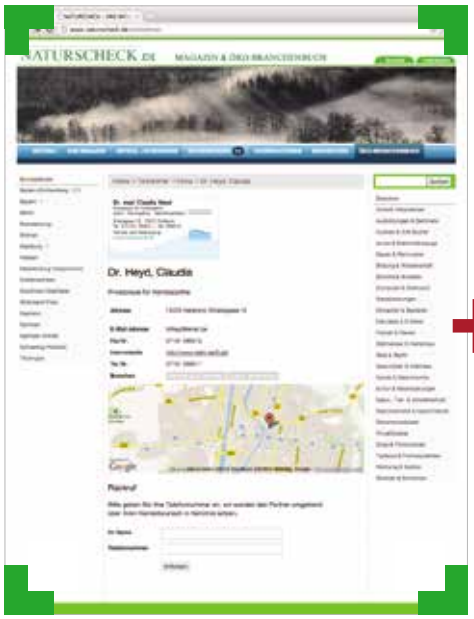
Antje Kuwert Kundalini Yoga
Yogalehrerausbildung, -fortbildungen, -seminare und -workshops, Yogakurse, Yogatherapie, Einzelsitzungen. Yoga für Menschen mit körperlicher Behinderung in ganz Deutschland.
Inklusive Yogalehrerausbildung für den Großraum Stuttgart / Crailsheim.
Tel: 07141- 9132962
info@kundaliniyoga-ak.de
www.kundaliniyoga-ak.de

FÖRDERPARTNER GESUCHT!

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

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

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

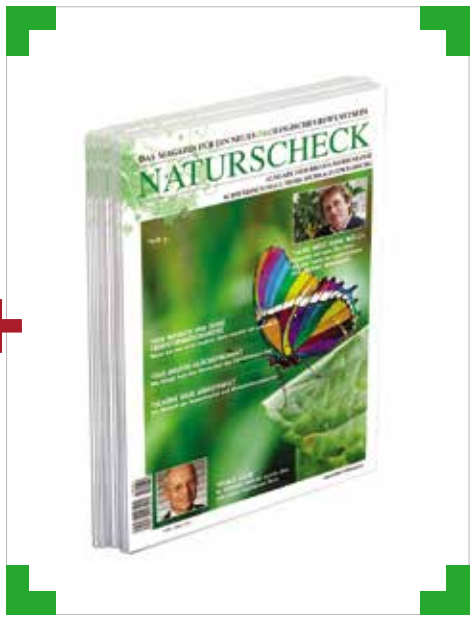


Webanzeige

ÄRZTE & HEILPRAKTIKER

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

Kleinanzeige



25 Hefte

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

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

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

Das NATURSCHECK-Abonnement – Nur 18,- pro Jahr

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

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

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

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

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

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

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

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

Straße / Nr.: ..... PLZ / Ort: .....

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

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

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

Bankinstitut:

....

Datum und Unterschrift

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

Vorschau auf die Winterausgabe 2016

Mail halten! Digitale Selbstverteidigung für Arbeitshelden & Alltagskrieger

Anitra Eggler ist eine deutsche Journalistin, Autorin und Vortragsrednerin. Bekannt wurde Anitra Eggler durch ihr Buch »E-Mail macht dumm, krank und arm – Digitaltherapie für mehr Lebenszeit«, das sie im Oktober 2011 im Selbstverlag veröffentlichte und das im September 2012 in einer zweiten Auflage bei Orell Füssli erschien. Im April 2013 erschien »Facebook macht blöd, blind und erfolglos – Digitaltherapie für Ihr Internet-Ich« ebenfalls bei Orell Füssli. Anitra Eggler bezeichnet sich selbst als erste »Digital-Therapeutin« und wurde 2010 von der österreichischen Frauenzeitschrift Woman zur »Nr. 1 Powerfrau« der Kategorie »Werbung und Public Relations« gewählt.

Werbepartner dieser Ausgabe

3E-Zentrum, Adventure Company, Astrid Paulinie PEAT, AUM Ayurvedazentrum, Bäckerei Schmidt GmbH, Bäckerei Weber GmbH, BESH Regionalmarkt, Brinkmann Peter Architekt, Bruckner Fahrradhaus, Casa Medica, Der Holzhof GmbH, Der Naturbaumarkt Deutsche Paracelsus Schule, Dr. Eyok, Dr. Jansen, Dr. Kamp Zahnarzt, Dr. Nadj-Papp, Dr. Wirz-Heyd, Dorn Bestattungen, Engelhardt Stein & Duft, Härdtner Bäckerei, Greuthofer Nudelwerkstatt, Hagen Kaffee, Hayduk Vistara NHP, Heldenpraxis, Hibo LebensRaum, Gartenbau Hof Engelhardt, Hotel Rappenhof, Jeschke Achtsamkeitstraining, John med. orth. Produkte Kasseckert, Klarmodul GmbH, Klee4, Klippel Dieter, La Silhouette Naturfriseur, Landes Bioland-Gärtnerei, Lang Immobilien, Layher Baubiologie, Mathias & Partner, Medisol, Merkle NHP, Müller Helmut Holzhausbau, NAAM Yoga, Naturland Bio Obsthof Gräßle, NAOWA, Ökofaktur Janek, Panorama Hotel, Poksiva NHP, Quantenharmonie, Restaurant Rose, Scheu Holzbau, Schweikert Kachelöfen, Sicherersche Apotheke, Silke Lang Reiki, Sonnendruck, Staub Gartenbau, Steinegger med. Heilhypnose, Steinhausen Baubiologie, Stierhof Reformhaus, Touristikgemeinschaft Hohenlohe, Waller Baumschulen, Peter-Hess-Institut Pihale, Zachersmühle

IMPRESSUM
ISSN 1869-0300

Naturscheck
Regionales Magazin für
Natur, Mensch & Umwelt

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

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

Kundenbetreuung Rems-Murr & Ludwigsburg
Verlagsbüro RMK & LB
Wilhelm Schall
Lenauweg 3, 73655 Plüderhausen
Tel. 0 71 81 - 98 93 60
Mobil: 0174 - 93 22 63 2
E-Mail: naturscheck-ws@freenet.de

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

Erscheinungsweise
Vier Ausgaben pro Jahr

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

Druckauflage
20.000 Exemplare - Lesezirkel, Kioskvertrieb, Abonnenten und Freiverteilung

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

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

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

BILDNACHWEIS

Allgaier Karl Heinz: 13
Birke Architekten: 55
Bissinger Bernd: 57
Bodo Peter: 17
Brinkmann Peter: 68
Brunnenhof Geflügel: 56
Eggler Anitra: 82
Färber Günter: 59
Fink Conrad: 28, 29
Han Shan: 67
Hoppe Michael: 3
Irion Mirko: 50
Istockphoto: 2, 4, 5, 13, 14, 18, 30, 45, 63, 64, 70, 77, U3
klee 4: 48
Köble Sabine: 58
Koch Tanja: 45
Komplett Media: 13
Kosmos: 27
Müller Dirk: 52
Naam Yoga: 25
Olga Häusermann Potschar: 67
Paech Niko: 5, 60
Panoramahotel Waldenburg: 63
Peter Hess Institut: 44
Plan B: 74
Scholz Andreas: U1, 5, 34, 38, 39
Seidel Irene: 72, 73
Tegel Elke: 46
Trinkwalder Sina: U1, 5, 6
UVO: 76
Veit Myriam: U1, 5, 26

OM² – ONE MAGIC MINUTE
EINFÜHRUNG IN DIE EINE-MINUTE-METHODE

»Sie meinen, eine Minute sei viel zu kurz, um irgendetwas zu verändern? Da haben Sie vollkommen recht – zumindest so lange, bis Sie es versuchen.«, erklärt NATURSCHECK-Herausgeber Michael Hoppe, dessen neues Buch ONE MAGIC MINUTE im Herbst auf den Markt kommt. »Die EINE-MINUTE-METHODE ist wunderbar einfach, sehr effektiv und in wenigen Stunden erlernbar. Sie besteht aus einfachen Übungen, die es uns ermöglichen, aus dem konditionierten Denken auszutreten und ins zeitlose Hier und Jetzt einzutreten. Mit allen daraus resultierenden Konsequenzen wie Entspannung, Heilung oder inneren Frieden ...«

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, und doch gelingt es den Allerwenigsten, dieses Wissen auch in die Tat umzusetzen.

ONE MAGIC MINUTE

Genau hier setzt die EINE MINUTE METHODE an. Mithilfe einfacher Übungen wird der Verstand zum Schweigen gebracht und dadurch ein innerer Umstellungsprozeß eingeleitet. »Die Minute selbst spielt dabei eine wichtige Rolle. Der Verstand wird immer versuchen, uns innerhalb der ersten 10 bis 20 Sekunden »abzufangen«. Hier gilt es durchzuhalten - danach geht alles wie von selbst.«, so der Autor und Seminarleiter.

Werden die Übungen einige Male wiederholt, »geschehen« sie irgendwann automatisch. Jeder Teilnehmer bekommt damit Werkzeuge an die Hand, mit denen er in jeder Lebenssituation, zu jeder Zeit und an jedem Ort aus dem konditionierten Denken aus- und ins Hier und Jetzt eintreten kann. Dort angekommen, kann er zum »Mitschöpfer« werden, indem er lernt, die vorhandenen Energien bewußt zu lenken.

»Eine magische Minute« kann bereits genügen, um Türen zu öffnen, die bisher verschlossen schienen. Zudem lernt der Einzelne, wie er eigene Übungen selbst entwerfen kann, die ihm in bestimmten Lebenssituationen als Hilfsmittel dienen. Ob er diese zur Selbstheilung nutzt, um mehr Bewußtheit zu erlangen, achtsamer zu sein oder um seinen Mitmenschen zu helfen, das liegt bei jedem Teilnehmer selbst.

Ab Herbst bietet der NATURSCHECK-Herausgeber auch eine Ausbildung zum ONE-MINUTE-Coach an.

Seminar

Einführung in die
EINE-MINUTE-METHODE
Termine in Wüstenrot: **17.09.2016, 15.10.2016 oder 12.11.2016**
– jeweils 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Max. Teilnehmerzahl 12 Personen

Seminarkosten

Seminarkosten: 99.- Euro (zzgl. 25.- Euro für ein biologisch-vegetarisches Mittagessen, Getränke etc.)

Seminarleitung

Michael Hoppe,
NATURSCHECK-Herausgeber

Anmeldung

Naturscheck Magazin
Tel: 07945-943969
E-Mail: mh@naturscheck.de

GRANDER WASSERBELEBUNG

Der Naturforscher Johann Grander war ein echter Wasserpionier. Seiner Ansicht nach ist Wasser „eine kosmische Sache“ – besitzt es doch die Fähigkeit, Informationen aufzunehmen, zu speichern und auf andere Wässer zu übertragen. Durch sein Verfahren der „GRANDER-Wasserbelebung“ wurde der Tiroler weltweit berühmt.

Viele Menschen haben bereits von der GRANDER Wasserbelebung gehört. Der eine oder andere war sogar schon einmal in einem „Grander-Hotel“ oder hat „belebtes Wasser“ bei Freunden oder Bekannten getrunken.
Wer die Wasserbelebung nicht kennt, kann sich wenig darunter vorstellen. Wer sie hat, würde sie nie wieder hergeben.

Für all jene, die mehr über die Grander Wasserbelebung wissen möchten –

Informationen erhalten Sie bei:
Michael Hoppe
Berater für Grander-Technologie
07945-943969
mh@naturscheck.de