DAS MAGAZIN FÜR EIN NEUES ÖKOLOGISCHES BEWUSSTSEIN

NATURSCHECK

www.naturscheck.de

AUSGABE WÜRTTEMBERG NORD

*EUR 3,50

WAS GUCKST DU?!
Interview mit dem Comedian, Vegetarier und Tierschützer KAYA YANAR

***DER BEOBACHTEREFFEKT**
Die Welt ist das, was wir in ihr sehen

***SCHANDE IN NADELSTREIFEN**
Wenn die Eliten unser System an die Wand fahren

***NACHHALTIGES REISEN**
Immer mehr Menschen urlauben ökologisch

***LACHEN MUSS MAN NICHT LERNEN**
Interview mit der LachBotschafterin SUSANNE KLAUS

ISSN: 1869-0300

Tiere sehen und erleben.

Sommeröffnungszeiten

Täglich geöffnet

09.00 - 18.00 Uhr,
letzter Einlass 16.30 Uhr

Mit den Tierpflegern unterwegs,
ab 09.45 und 13.30 Uhr

www.wildtierpark.de

WILDPARK
BAD MERGENTHEIM

www.psag.eu

Michael Hoppe
Herausgeber

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich willkommen in der NATURSCHECK-Frühlingsausgabe 2018.

Es ist ziemlich viel los auf unserem Planeten. Wir werden tagtäglich überschwemmt mit unangenehmen Nachrichten und wissen oft nicht mehr, wie wir die Informationsflut noch verdauen sollen. Das Leid der Welt legt sich wie Blei auf unsere Schultern und nimmt uns die Zuversicht. Wie sollen wir all die globalen Probleme nur lösen?

Wann immer mich derartige Gedanken übermannen, erinnere ich mich an unsere Freundin Gerda. Sie war immer optimistisch, und nichts konnte sie aus der Ruhe bringen - denn ihr Motto war: Lebenskunst beginnt mit Loslassen! Wer nicht loslassen kann, den wird das Dasein nach und nach zermürben. Wem es gelingt, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, der wird frei von der Welt.

Um dieses Loslassen in die Praxis umzusetzen, orientierte sie Gerda an dem bekannten »Gelassenheitszitat« des amerikanischen Theologen und Philosophen Reinhold Niebuhr, welches da lautet: *Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.*

Gemäß dieser Weisheit agiert auch die NATURSCHECK-Redaktion. Wir weisen auf Dinge hin, die wir zwar sehen, jedoch im Augenblick nicht ändern können. Wir berichten über Visionäre, Pioniere und Initiativen, die bereits aktiv an den notwendigen Veränderungen arbeiten und unsere Unterstützung benötigen. Und wir bemühen uns, all denen Mut zu machen, denen es ebenso schwerfällt wie uns, immer unterscheiden zu können, wo wir eingreifen … und wo wir loslassen müssen.

Unser Dasein auf diesem Planeten ist ein lebenslanger Lernprozeß. Wir sind hier, um uns schrittweise weiterzuentwickeln. Und so wie wir Liebe, Freude, Demut und Dankbarkeit lernen müssen, so ist wohl auch das Loslassen Teil unserer menschlichen Ausbildung.

In der aktuellen Ausgabe finden Sie also wieder beide Seiten der Medaille: Die Mitmach- und die Loslaßaktionen! Und Sie entscheiden selbst, von welchen Themen Sie sich angesprochen fühlen.

Das Wichtigste ist, daß wir alle bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Denn wir sind die Architekten unseres Schicksals!

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

Michael Hoppe und das
Naturscheck-Team

Bewußtsein

10 Der Beobachtereffekt
16 Aktuelle Kurznachrichten
48 Globales Bienensterben
56 Schande in Nadelstreifen
59 Sei wachsam
70 Schöne neue Menschheit
74 Zurück zur Einfachheit

Film & Buch

41 Die Stadt der Wahrheit

Gesundheit

69 Nie mehr Parodontose

Interviews

6 Kaya Yanar
14 I am a Happy Pessimist
26 Susanne Klaus
38 Regine Gwinner
52 Dirk Müller
62 Peter Goes
66 Mirko Irion

Mensch & Kultur

28 Weltwassertag

Nachhaltige Initiativen

34 Foodsaver
35 Weltreinigungstag

Regionales

40 Wildpark Bad Mergentheim
44 Kraft tanken in der Natur

Serien

42 Kräuterkolumne
43 Biokochen mit Frau Koch

Seminare

60 Seminar "Spirituelle Wirbelsäulenausrichtung"
61 Simone Hauswald
73 Die Macht der Sprache
77 OM²-Eine magische Minute

Branchenbuch & Kleinanzeigen

78 Branchenbuch & Förderpartner
79 Kleinanzeigen

Vorschau / Abo

81 Abonnement
82 Werbepartner dieser Ausgabe
82 Vorschau

Impressum 82

Regine Gwinner

Regine Gwinner ist Expertin für umweltverträgliche Reiseziele. Aufgewachsen in Schwäbisch Hall, lebt und arbeitet sie seit vielen Jahren als Redakteurin in Bonn. Im NATURSCHECK-Interview gibt sie einen Einblick in die Reisewelt und spricht auch über ihre liebsten Urlaubsziele.

Das Summen bleibt aus

Honig- und Wildbienen haben es derzeit nicht leicht. Der Mangel an geeigneten Biotopen und Blütenpflanzen macht ihnen zu schaffen. Naturschützer starten jetzt Appelle, die Bienen vor dem Aussterben zu retten: denn schließlich ist die Bestäubungsleistung von Bienen für uns alle überlebenswichtig!

I am a Happy Pessimist!

Ende letzten Jahres war der jüngste Bruder des Dalai Lama, Tendzin Choegyal Rinpoche, gemeinsam mit seiner Frau Rinchen Khando Choegyal zu Besuch in Schwäbisch Hall. Wir hatten Gelegenheit, die beiden tibetischen Würdenträger ganz privat zu treffen.

Kaya Yanar

Kaya Yanar ist auf der Bühne ein echtes »Multi-Kulti-Talent«. Bekannt wurde der deutsch-türkische Comedian vor allem mit den Bühnenfiguren, die er in der Fernsehshow »Was guckst du« verkörperte. Zwischen den einzelnen Auftritten nahm sich Kaya Yanar Zeit, dem NATURSCHECK unter anderem die Frage zu beantworten, warum er Vegetarier ist – und warum Humor auch in politisch schwierigen Zeiten die beste »Waffe« bleibt.

Regionale Wander- und Fahrradtouren

Langsam wird es wieder Frühling, und endlich ist auch mehr Leben in der Natur! Bei Wanderungen, Radausflügen und E-Bike-Touren in der NATURSCHECK-Region läßt sich das magische Frühlingserwachen der Natur besonders intensiv genießen.

Peter Goes

Peter Goes arbeitete viele Jahre als Pfarrer in verschiedenen Gemeinden, zuletzt war er im SLK-Klinikum in Heilbronn als geistlicher Seelsorger tätig. Er ist Mitbegründer des ersten Hospizdienstes in Heilbronn und beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit Philosophie und Psychologie. Besonders das Werk C. G. Jungs hat Peter Goes motiviert, sich über die Beziehung von Körper, Geist und Seele eigene Gedanken zu machen.

Was machen wir, wenn es keine Luft mehr zum Atmen gibt? – Interview mit dem Comedian, Vegetarier und Tierschützer Kaya Yanar

Kaya Yanar ist auf der Bühne ein echtes »Multi-Kulti-Talent«. Bekannt wurde der deutsch-türkische Comedian vor allem mit den Bühnenfiguren, die er in der Fernsehshow »Was guckst du« verkörperte. Keine Sendung ohne den Türsteher Hakan (»Du kommst hier net rein«) mit dem harten Blick und dem doch manchmal weichen Herz, oder dem tollpatschigen Ranjid, der als Süperagent den deutschen Alltag auf der Straße gehörig durcheinander bringt. Dank der Fähigkeit, deutsche Klischees mit denen anderer Kulturen zu vermischen, besitzt Kana Yanar längst Kultstatus unter seiner großen Fanschar.

Lachtränen garantiert auch Yanars aktuelles Programm »Ausrasten für Anfänger«, mit dem der Comedian derzeit durch die Lande tourt. Zwischen den einzelnen Auftritten nahm sich Kaya Yanar Zeit, dem NATURSCHECK unter anderem die Frage zu beantworten, warum er Vegetarier ist – und warum Humor auch in politisch schwierigen Zeiten die beste »Waffe« bleibt.

Lieber Kaya Yanar, in Ihrer Kult-Comedyreihe »Was guckst du?« sind Sie in verschiedene Rollen geschlüpft, haben dabei auch erfolgreich mit kulturellen Klischees gespielt und humorvoll für mehr Toleranz zwischen einzelnen Kulturkreisen geworben. Im Moment gibt es weltweit viele politische Baustellen. Bei welchen aktuellen Konflikten würden Sie gerne wieder in eine Ihrer Rollen schlüpfen, um den täglichen Nachrichtenwahnsinn auf die Schippe zu nehmen?

Kaya Yanar

In den aktuellen Diskussionen geht es um viele Ängste, aber auch um hartnäckige Vorurteile und Klischees. Teilweise sind es Vorurteile, die wir in der Öffentlichkeit nicht aussprechen dürfen, weil wir selber nicht verurteilt werden wollen.

In meiner Ethno-Comedy werden verschiedene kulturelle Situationen übertrieben dargestellt. Ich machte schon immer bewußt keinen Halt vor Vorurteilen oder Klischees. Warum auch? Sie existieren, auch wenn wir dies manchmal nicht zugeben wollen. Und durch einen gezielten Witz können die Menschen über die Themen einfach mal befreit lachen und sich vor jeglichen Zwängen der Gesellschaft lösen.

Ich mag die Rollen, weil sie daran erinnern, daß hinter jedem Thema auch nur ein Mensch steckt, mit seinen Unsicherheiten und Fehlern. Deshalb erschuf ich auch eine Rolle wie beispielsweise Hakan, der einem ungezogenen türkischen Migranten ein Gesicht gibt und über den wir schmunzeln können, weil er eigentlich nicht so böse ist, wie er nach außen gerne tut.

In der aktuellen Flüchtlingsproblematik wäre ein solcher Ansatz nicht schlecht, und ich glaube, daß ein Format wie »Was guckst du?« daher auch in die heutige Zeit passen würde. Von narzißtischen Politikern bis zu kulturellen Mißverständnissen zwischen Ausländern und Deutschen könnte man alles wunderbar spielen und vielleicht etwas Ernsthaftigkeit aus der Situation nehmen.

Können wir Ihnen ein aktuelles Statement zu den beiden brisanten Themen »Integration« und »Rechtsruck in Europa« entlocken?

Kaya Yanar

Generell bin ich ein Komiker, der die Menschen zum Lachen bringen möchte, und kein Politiker. Ich sehe die Welt nicht links oder rechts, nicht schwarz oder weiß, sondern

ziemlich bunt ;-) Ich verurteile aber generell keine Menschen, sondern überlege mir, weshalb sie eine gewisse Meinung vertreten. Aus meiner Kindheit kenne ich natürlich die Schwierigkeiten und Hürden einer ausländischen Familie, ich habe aber auch sehr viel Wohlwollen der Deutschen erlebt und bin bis heute dafür dankbar.

Das Thema ist für mich für ein klares Statement zu komplex, aber ich glaube, unschöne Diskussionen gehören leider dazu, wie eine gesunde Beziehung auch eine Streitkultur braucht. Wir sollten uns dabei aber gegenseitig auch zuhören, sonst bringt alles nichts. Weiterhin sollten wir über die Flüchtlingsursachen nachdenken und nicht nur über die Symptome. Die Flüchtlinge sind nur ein Spielball der globalen Politik und wir eigentlich auch - nur sind wir zufälligerweise momentan auf der angenehmeren Seite.

Ihre Eltern stammen ursprünglich aus der türkischen Stadt Antakya. Sie sind in Frankfurt am Main aufgewachsen. War die Großstadt Frankfurt für Sie ein guter Nährboden für die Entwicklung von humorvollen und multikulturellen Parodien auf der Bühne?

Kaya Yanar

Ja sehr. Ich hatte Freunde aus allen möglichen Herkunftsländern und zehre heute noch von diesen frühen Begegnungen in meinem Leben. Es war wirklich der perfekte Start für eine Ethno-Comedy-Karriere und machte mich zu einem lebenslangen Fan von unterschiedlichen Sprachen und Kulturen.

Ab wann reifte in Ihnen die Idee, beruflich auf der Bühne zu stehen. Gab es da Aha-Erlebnisse?

Kaya Yanar

Ehrlich gesagt, habe ich lange nicht gewußt, wo es mit mir hingehen soll. Irgendwie paßte ich einfach nicht in die Gesellschaft. Ich habe dann mit kleinen Animations-Jobs auf Messen und Geburtstagen begonnen, war dann aber immer unzufrieden, weil ich die Witze der Agentur vorlesen mußte. Die Witze waren in meinen Augen ziemlich schlecht, also schrieb ich meine eigenen und machte bei Comedy-Wettbewerben mit. Als Vorbilder hatte ich einige bekannte Gesichter aus den USA und Großbritannien. Die klassische reduzierte Stand Up Comedy fasziniert mich bis heute und prägt auch immer noch meine aktuellen Bühnenshows.

Sie sind Veganer und setzen sich unter anderem für die Tierschutzorganisation PETA ein. Seit wann und warum sind sie Veganer?

Kaya Yanar

Irgendwann habe ich mir überlegt: »Was … wenn Petrus eine Kuh ist?!«. Könnten Sie diesem Petrus vor dem Himmelstor in die Augen schauen? ;-) Ich bin seit 11 Jahren Vegetarier und versuche mich nun seit 4 Jahren vegan zu ernähren, was sich leider auf der Tour als ziemlich schwierig erwies. Teilweise kann ich also nicht 100 Prozent vegan leben, auf Fleisch verzichte ich aber seit 11 Jahren komplett.

Welche Tipps haben Sie für Menschen, die sich oder ihre Kinder gesünder ernähren möchten?

Kaya Yanar

Ehrlich gesagt, ist das für mich nicht immer einfach. Auf Tour sitze ich oft stundenlang im Auto, und unterwegs gibt es auch nicht immer das beste Essen. Aber generell sollten die Mahlzeiten so naturbelassen sein, wie es halt in der heutigen Gesellschaft möglich ist. Wir sind zum Beispiel total verzuckert. Es ist schon eine Sauerei, in wie vielen Produkten im Supermarkt Zucker

beigesetzt wurde, ohne daß wir es wissen! Smoothies liebe ich, Fertiggerichte gehen gar nicht! Außerdem versuche ich mich regelmäßig zu bewegen.

Was muß sich Ihrer Meinung nach in der heutigen Landwirtschaft am dringendsten ändern, damit das Tierwohl und die Artenvielfalt gefördert werden?

Kaya Yanar

Daß die Tiere immer noch als Lebewesen zweiter Klasse gesehen werden, macht mich traurig. Sie sollten nicht als Nutztiere gesehen werden. Wenn sich diese Grundeinstellung und die entsprechende Empathie für die Lebewesen ändern würde, würde sich, meiner Meinung nach, sehr vieles automatisch verbessern.

Dasselbe gilt für die Erde. Weder die Erde noch die Tiere existieren, um der Menschheit als Untertan zu dienen. Der Mensch hat sich Erde und Tiere Untertan gemacht, und was ist dabei herausgekommen? Globale Erwärmung, Abholzung des Regenwaldes, Aussterben verschiedener Tierarten. Wir tun so, als ob wir das wichtigste Wesen im Universum sind, aber was machen wir, wenn es keine Luft mehr zum Atmen gibt? Wir sind von dieser Erde abhängig und sollten uns um sie und alle Lebewesen darauf kümmern. Das ist meine Überzeugung.

Sie haben unter anderem Philosophie studiert. Können Sie sich noch an ein philosophisches Zitat aus Studientagen erinnern, das Sie bis heute prägt?

Kaya Yanar

»Ich weiß, daß ich nichts weiß.« - Sokrates … war das Motto in meinem Studium und bewahrheitet sich bis heute noch in meinem Leben.

Soziales Engagement scheint Ihnen wichtig zu sein. Sie unterstützen auch den Förderverein für krebskranke Kinder in Tübingen. Wie sieht Ihr Engagement für krebskranke Kinder aus, und gibt es weitere Initiativen, die Sie mit Ihrem Namen unterstützen?

Kaya Yanar

Ja, dieses Projekt liegt mir sehr am Herzen. Ich besuche seit einigen Jahren die Kinderkrebsabteilung in Tübingen. Dabei konnte ich die Kinder kennenlernen, mich mit ihnen unterhalten und habe versucht, sie etwas abzulenken. Die Begegnungen haben mich sehr fasziniert, weshalb ich irgendwann beschloß, einen ganzen Auftritt diesen Kindern zu widmen.

Nun organisieren wir für den 17. Dezember 2018 die Bühnenshow mit dem Titel »Unsere kleinen Krieger« in Stuttgart, bei dem sogar mein Kollege, Martin Rütter, mit auf der Bühne stehen wird. Dies ist eines meiner größeren Projekte, für welches mein Team die Organisation komplett übernommen hat. Nebenbei hatte ich immer wieder kleinere Engagements für Menschen und Tiere, aber ich möchte für die Zukunft mehr Zeit für eigene Benefiz-Projekte investieren.

Herr Yanar, wir bedanken uns für das interessante Gespräch.

Das Interview führte
Andreas Scholz

Fotos
Daniel Preprotnik

Aktuelles Live-Programm
"Kaya Yanar: Ausrasten für Anfänger"
Termine in der Nähe der NATUR-SCHECK-Region:
24.03.2018 Stuttgart (Porsche Arena)
25.03.2018 Karlsruhe (Konzerthaus)
09.11.2018 Pforzheim (ConcressCentrum)
17.12.2018 Stuttgart (Benefizevent in der Liederhalle)

Weitere Infos
www.kaya-yanar.de

Die ökologische und faire Alternative zu jeder Jahreszeit für die ganze Familie

Jeans aus Bio-Baumwolle und Hanf

Oberbekleidung

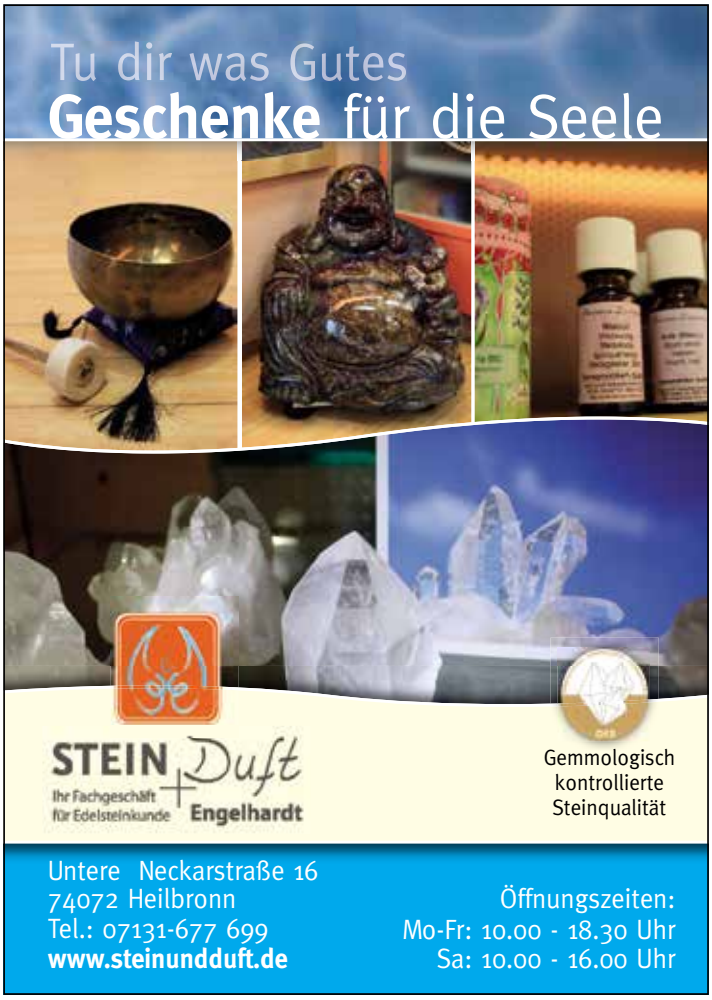
Kinder- und Babykleidung

Unterwäsche

Fellhäusle Naturhaus
Fachhandel für natürliche faire Waren
Öhringen, Marktstr. 4
Telefon 07941 9842440
www.naturhaus-bio.de

Wohn-, Schlaf- und Badtextilien und vieles mehr

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10.00-18.00 Uhr
Sa 10.00-15.00 Uhr



Der Beobachtereffekt! – Die Welt ist das, was wir in ihr sehen!

Immer mehr Menschen sind sich der Tatsache bewußt, daß es so etwas wie eine objektive Realität gar nicht gibt. Zwei Menschen betrachten dieselbe Szenerie – der eine empfindet sie als Himmel, der andere als Hölle. Jede Wahrnehmung ist an unser eigenes Bewußtsein und an unsere innere Einstellung gebunden. Wir entscheiden also selbst, in welcher Art von Realität wir leben wollen. Und nicht nur das: wir sind sogar Mitschöpfer dieser Realität!

Albert Einstein war mit seiner Relativitätstheorie ein Botschafter für ein neues Denken. Während die sichtbare und fühlbare Materie lange als objektives Maß aller Dinge galt und der Mensch als Sklave seines Schicksals, eröffnet uns die Quantenphysik ganz neue Horizonte. Bei bestimmten Experimenten zeigt sich, daß sich Meßergebnisse verändern, je nachdem, ob bei diesen Experimenten ein Beobachter anwesend ist oder nicht.

Dieser sogenannte »Beobachtereffekt« wird zwar noch immer von der rein rationalen Wissenschaft abgelehnt, er ist jedoch eine der wichtigsten Erkenntnisse, um das Wesen der Realität wirklich zu erfassen. Und dieser Beobachtereffekt hat noch eine weitere Dimension: Experimente werden nicht nur durch die Anwesenheit eines Beobachters beeinflußt, sondern auch durch dessen innere Einstellung, also durch den Grad seiner Bewußtheit.

Euch geschehe nach eurem Glauben!

Vor einigen Jahren hielt der bekannte Gehirnforscher Professor Gerald Hüther eine Rede auf einem großen Ärztekongreß. Dabei erläuterte er die Funktionsweisen des menschlichen Gehirns und stellte den anwesenden Ärzten eine provokative Frage: »Wie können Sie erwarten, Ihren Patienten wirklich helfen zu können, wenn Sie nicht an sie glauben?«

Es herrschte Schweigen im Raum, und viele der anwesenden Ärzte schüttelten den Kopf und wußten nicht so richtig, worauf Professor Hüther hinauswollte. »Was hat Glauben mit objektiver Wahrnehmung zu tun? Mit Diagnosen, Blutwerten und wissenschaftlich belegten Fakten?«

Um die Quintessenz dieser Frage zu verstehen, spielen wir doch einfach einmal eine »reale Situation« durch: Herr Maier geht es nicht gut, und er begibt sich zum Arzt. Dieser beginnt mit der Diagnose, schiebt Herrn Maier in die Röhre, schickt sein Blut an ein Untersuchungsinstitut – und hat dann eine schlechte Nachricht für ihn: »Herr Maier, Sie haben Krebs. Da kann man nichts machen. Sie haben noch drei Monate zu leben.«

Herr Maier, ein medizingläubiger Mensch, geht nach Hause und macht sein Testament. Pünktlich zum angegebenen Termin stirbt er und gibt seinem Arzt damit Recht!

Herr Schmidt wird ebenfalls von seinem Arzt ins Besprechungszimmer gerufen und über seinen Gesundheitszustand aufgeklärt. Der Arzt legt ihm dabei die Hand auf die Schulter und sagt: »Wissen Sie was, lieber Herr Schmidt, Ihnen traue ich alles zu. Sie haben zwar derzeit eine unangenehme Diagnose, aber Sie wissen: Das ist nur eine Momentaufnahme! Wir haben unser Schicksal selbst in der Hand. Unser Körper hat gewaltige Selbstheilungskräfte, und die Kunst ist, diese zu aktivieren. Ich glaube an Sie! Das bekommen wir gemeinsam hin!«

Wer von den beiden Kandidaten hat wohl die größten Chancen, sich wieder von seiner »Krankheit« zu erholen? Und welchen Einfluß hat die Einstellung des Arztes?

Natürlich könnte man nun die Ratio einschalten und sich sagen: Ist doch alles Quatsch! Das Schicksal ist unabwendbar, und Diagnose ist Diagnose. Ja, das könnte man, wenn man noch dem alten

Denken anhängt und das Leben als eine Art Sammelsurium aneinandergereihter Zufälle begreift. Wer jedoch ganzheitlich denkt und an die Macht des Unterbewußtseins glaubt, der weiß, worauf Professor Hüther hinauswollte.

»Euch geschehe nach eurem Glauben« ist ein alter Bibelsatz, den Jesus Christus einst geäußert haben soll, als er darum gebeten wurde, einen Menschen zu heilen. Als er einer blinden Frau gegenüberstand, fragte er zuerst die Anwesenden: »Glaubt ihr, daß ich solches tun kann?« Da sprachen sie zu ihm: »Ja, das glauben wir.« Da rührte er ihre Augen an und sprach: »Euch geschehe nach eurem Glauben.« Und ihre Augen wurden geöffnet.

Optimismus versus Pessimismus

So mancher Wissenschaftler wird nun ebenfalls den Kopf schütteln und dieses Beispiel als typisch esoterische Märchengeschichte abtun. Im besten Falle als »Plazeboeffekt«, der in einem von tausend Fällen vorkommt und daher keine Beweiskraft hat. Und das ist sein gutes Recht! Denn jeder Mensch ist der Schöpfer seines eigenen Gedankenuniversums. Jedem geschieht nach seinem persönlichen Glauben. Und wenn ein Arzt glaubt, daß es für seine Patienten keine Hoffnung gibt, dann gibt es die auch nicht. Zumindest in seiner Vorstellungswelt! Wie der Patient darauf reagiert, liegt in dessen Verantwortung!

Der bekannte Bewußtseinsforscher Rupert Sheldrake erzählte uns vor einigen Jahren im NATURSCHECK-Interview über Bewußtseinsexperimente, die in London seit Jahrzehnten durchgeführt werden. Auch diese befassen sich mit dem Thema »Glauben und Realität«.

Bei diesen Experimenten werden eine Gruppe von Optimisten und eine Gruppe von Pessimisten nacheinander durch einen langen Flur von einem Zimmer in ein anderes geschickt. In der Mitte des Flurs liegt eine Fünf-Pfund-Note auf dem Boden. Was glauben Sie, passiert?

90 % der Optimisten sehen diesen Geldschein und heben ihn auf. Bei den Pessimisten sind es weniger als 40 %, die diesen Geldschein überhaupt wahrnehmen. In ihrer Vorstellungswelt ist der Gedanke, Glück zu haben und irgendwo Geld zu finden, ausgeblendet. Daher ist der Geldschein nicht Teil ihrer Realität.

Menschen, die in dem Bewußtsein erzogen wurden, wertvoll, klug und einzigartig zu sein, tun sich um ein Vielfaches leichter, positive Situationen in ihr Leben zu ziehen oder die ihnen gebotenen Erfolgschancen bewußt zu erkennen, als Menschen mit einem Minderwertigkeitskomplex. Mit unserer »Vorstellung«, wie die Welt ist, erschaffen wir unsere Realität jeden Tag neu. Und die Realität fügt sich unserem Glauben. Daher ist ein bewußtes positives Denken nicht nur ein momentaner Stimmungsaufheller, sondern bereits der erste Schritt in eine positivere Zukunft.

Wie unser Gehirn funktioniert

Zahlreiche Untersuchungen haben gezeigt, daß wir alle in unserer eigenen, ganz persönlichen Gedankenrealität leben. Wir denken täglich ca. 60.000 Gedanken, und ca. 97 % dieser Gedanken sind dieselben, die wir gestern gedacht haben. Unser gewohnheitsmäßiges Denken ist also der eigentliche Schöpfer unserer Realität.

Wer sein Leben nachhaltig verändern möchte, muß also zuerst einmal sein Denken und im tieferen Sinne seine Einstellung ändern. Diese Tatsache hat weniger mit Philosophie, als mit der Funktionsweise unseres Gehirns zu tun. Da permanent unendlich viele Eindrucke auf uns einprasseln, hat unser Gehirn gelernt, unsere Sinneswahrnehmungen zu »filtern«. Der Wächter an der Tür läßt nur das herein, was unserer Vorstellungswelt entspricht.

Nehmen wir als Beispiel das menschliche Sehen. Früher glaubte man, die Augen seien eine Art Fenster, durch welches wir von innen heraus eine objektive Welt betrachten. Und alle sehen dabei dasselbe, nämlich »die« Realität! Heute wissen wir, daß unsere Sehnerven nur elektromagnetische Impulse aus der Außenwelt einfangen, diese an unser Gehirn weiterleiten und das Gehirn sie in »Hologramme« umwandelt.

Diese von unserem Verstand erzeugten Hologramme sehen wir mit unserem »inneren Auge«, also mit unserem Bewußtsein. Und je nachdem, wie wir »eingestellt« sind, empfinden wir sie als positiv oder negativ, als schön oder unschön, als wichtig oder unwichtig, als wahr oder falsch.

Diese Bewertung kann sich jedoch in Sekundenschnelle ändern, wenn sich unsere »Stimmung« oder unsere aktuelle innere Einstellung ändert. Realitätswahrnehmung ist also zutiefst »relativ« und immer an unseren Bewußtseinszustand gebunden. Sind wir achtsam und offen, sehen wir mehr. Sind wir in einem Zustand der Unbewußtheit (Frust, Wut, Streß, etc), entsteht der sogenannte Tunnelblick. Der Horizont verengt sich.

Auch das Thema Erfahrung spielt bei der Wahrnehmung eine wichtige Rolle: Denn wenn unsere Sehnerven etwas wahrnehmen, das unser Verstand noch nicht kennt, blendet er es ebenfalls aus. So wie der Verstand des Pessimisten den Geldschein ausblendet, da er nicht dem aktuellen Glaubensmodell des betroffenen Menschen entspricht.

Das heißt, wir sehen nicht das, was wirklich da ist, sondern das, was wir glauben bzw. das, was wir für möglich halten! Der Rest fällt durch unser Verstandesraster. Wer also mehr sehen oder erleben möchte, der muß bereit sein, seinen Horizont zu erweitern. Dann öffnet sich ihm eine zusätzliche Dimension, und die Wahrnehmungsfähigkeit nimmt zu.

Du bist, was du denkst, daß du bist

Daß es dem reinen Verstandesmenschen schwerfällt, über seinen Horizont hinauszublicken, ist kein Geheimnis. Wer an Dogmen festhält und überzeugt ist, daß es nichts Neues in der Welt zu entdecken ist … auch dem geschieht nach seinem Glauben! Er entdeckt nichts Neues in der Welt!

Noch immer streitet die »objektive Wissenschaft« ab, daß es mehr gibt zwischen Himmel und Erde als das, was man mit Instrumenten sehen oder messen kann. Und das ist nicht schlimm. Auch die Skeptiker haben ihre Funktion in unserer Welt. Einer muß ja schließlich die Zügel festhalten, wenn die jungen Gäule wie wild in alle Richtungen davongaloppieren.

Und nach jahrhundertelangem »blinden Glauben«, in dem man alles für möglich hielt und doch keinen richtigen Zugang fand zu den Funktionsweisen des menschlichen Bewußtseins, ist nun eine Mischung aus Offenheit und Vernunft gefragt. Moder-

ne Spiritualität ist daher keine Abkehr von der Materie, sondern ein tieferes Verständnis für die vollkommene göttliche Schöpfung!

So haben die großen Wissenschaftler wie Albert Einstein oder Max Planck nicht versucht, in »esoterische« Höhen vorzustoßen, sondern tiefer in das Wesen der Materie einzutauchen. Mit der demütigen Erkenntnis, daß sowohl das Kleine als auch das Große nach denselben vollkommenen Gesetzmäßigkeiten funktioniert. Alles wird durch die natürlichen Schöpfungsgesetze in einem natürlichen Gleichgewicht gehalten. Der Einzige, der noch immer »glaubt«, über der Natur zu stehen, ist … der Mensch!

Daher ist es nun an der Zeit, daß wir Menschen erkennen, wer wir wirklich sind und welche Aufgabe wir in dieser Schöpfung haben. Wenn wir dazu noch begreifen, daß nicht nur unsere Handlungen, sondern jeder unserer Gedanken einen Einfluß hat auf das große Ganze, dann wird uns auch bewußt, daß wir bereits heute Mitschöpfer sind an unserer gemeinsamen Realität.

So wie wir die Welt sehen, so ist bzw. wird sie - da sich die Materie nach dem Bewußtsein derer richtet, die auf sie einwirken. Je mehr Bewußtheit und je mehr persönliche Überzeugung wir bei der Betrachtung einsetzen, desto wahrscheinlicher ist es, daß sich unsere Vorstellungen verwirklichen.

Zeit des Erwachens

Wir beginnen erst zu erfassen, welche unermeßlichen Potentiale wir in uns tragen! Und daß mit jeder Gabe auch eine große Verantwortung verbunden ist. Wie sagt doch der alte Satz: »Wem viel gegeben ist, von dem wird auch viel verlangt.«

Um weise mit dem umzugehen, was uns gegeben wurde, müssen wir zu einem neuen, einem höheren Bewußtsein erwachen. Wir müssen uns sowohl der Gesetzmäßigkeiten als auch der Konsequenzen unseres Tuns voll bewußt sein. Sonst werden wir weiter wie der sprichwörtliche Zauberlehrling an der Welt herumexperimentieren und immer wieder erleben müssen, welche unangenehmen Konsequenzen dies hat.

Der Prozeß des Erwachens ist bereits in vollem Gange. Überall wird neues Licht verbreitet durch Menschen, die in sich selbst neu geworden sind. Sie lösen sich von dem alten konditionierten, begrenzten Denken und betrachten die Welt durch die Augen der Erwachten. Und dadurch verändert sich die Welt!

Alles beginnt mit unserer inneren Einstellung! Sind wir überzeugt, daß es eine höhere Ordnung gibt, die alles richtet und der wir von ganzem Herzen vertrauen können, dann spüren wir geradezu, wie alles fließt und seinen natürlichen Gang nimmt. Glauben wir das Gegenteil, dann tragen wir zu noch mehr Chaos in der Welt bei. Uns geschieht nach unserem Glauben.

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 einfachen Bild steckt eine tiefe Magie!

Je mehr Menschen sich nämlich dazu entscheiden, zu einem höheren Bewußtsein zu erwachen, jeden Widerstand gegen die Welt aufzugeben und sie stattdessen durch die Augen der Liebe zu betrachten, desto lichtvoller und schöner wird sie.

Eine kleine praktische Übung zum Schluß

(aus dem Buch OM² - Eine magische Minute):

Erkenntnis ist die eine Seite der Medaille, die praktische Umsetzung ist die andere. Der Beobachtereffekt zeigt uns, daß wir die Welt durch die Art verändern, wie wir sie betrachten. Es ist also an uns, vom unbewußten zum bewußten Beobachter zu werden:.

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. 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

Gajas Welt – Das vegane Restaurant beim Ebnisee

Ein veganes Restaurant mitten im schwäbischen Wald? Geht das? Und ob! Das beweist Claudia Bihlmaier mit ihrem Restaurant »Gajas Welt« in Ebni im Rems-Murr-Kreis. Das ehemalige »Schwobastüble« hat sich in einem mehrjährigen Prozeß vom traditionellen schwäbischen Speiselokal zu einer der Top-Adressen für Vegetarier und Veganer in der Region entwickelt. Seit September 2015 wird hier nun komplett vegan gekocht und das gemütliche Familien-Restaurant mit wunderschöner Gartenterrasse begeistert immer mehr Gäste. Doch es war nicht immer ein reibungsloser Prozeß.

Die eingangs gestellten Fragen waren dabei nicht die einzigen, die Claudia Bihlmaier und ihr Team immer wieder beantworten mußten. »Anfangs waren viele Gäste noch skeptisch. Wenn jemand etwas Neues ausprobiert, ist zuerst einmal eine gewisse Verunsicherung da. Vor allem bei uns auf dem Land. Inzwischen hat sich das Ganze aber eingespielt«, erinnert sie sich.

Als Kind einer Gastronomenfamilie hat sie eine klassische Ausbildung als Köchin und Restaurantfachkraft gemacht. Bald schon merkte sie jedoch, daß ihr das allein nicht reichte. »Da ich mich schon sehr lange mit den Zusammenhängen zwischen Ernährung und Gesundheit, sowie den ökologischen und sozialen Konsequenzen unserer modernen Leistungsgesellschaft beschäftige, kam vor einigen Jahren eine Zusatzausbildung als Gesundheitsberaterin dazu. Diese grundlegenden Erkenntnisse über Lebensführung und Ernährung waren mein Einstieg in ein neues Bewußtsein«, sagt die vierfache Mutter, deren Familie auch größtenteils vegan lebt.

Heute freut sie sich, daß immer mehr Menschen ein Leben im Einklang mit der Natur am Herzen liegt. All jene Menschen möchte »Gajas Welt« ansprechen und inspirieren. So findet sich hier viel mehr als ein reines Speiselokal, sondern ein Ort der Begegnung mit zahlreichen Events im Jahr. Neben dem regelmäßig stattfindenden Veggie-Brunch (nächstes Mal am 18. März und am Ostermontag, 2. April) gehören beispielsweise auch ein veganer Stammtisch und ein Frauenheilkreis zum Programm.

Daneben gibt es noch verschiedene spirituelle und kreative Angebote: Trommel- und Klangworkshops, Jahreskreisfeste und kulinarische Lesungen sind in Planung und am 23. und 24. März findet ein Agnihotra-Seminar statt.

Das jährliche Highlight ist jedoch das Gaja-Sommer-Festival, welches letztes Jahr bereits zum zweiten Mal stattfand und über 2000 begeisterte Besucher anzog. Neben einem bunten Markt und Live-Musik, gibt es auch ein vielfältiges Rahmenprogramm mit Vorträgen, Lesungen, Yoga, Meditations-, Kreativ- und weiteren Workshops, Ritualen und vielem mehr. Natürlich werden die Gäste mit hausgemachten veganen Köstlichkeiten verwöhnt.

Dieses Jahr wird das Sommerfest von 23. bis 24. Juni stattfinden. Genaue Infos zu Ablauf und Programm finden sich in den Wochen davor auf der Website. Auch die Brunch-Termine und alle weiteren Veranstaltungen werden dort regelmäßig eingestellt.

Claudia Bihlmaier ist glücklich, daß das Angebot von immer mehr Menschen angenommen wird. »Wobei unsere Gäste nicht alle Vegetarier oder gar Veganer sind. Viele kommen einfach deshalb, weil sie sich in unserer freundschaftlichen Atmosphäre wohlfühlen und ihnen das Essen gut schmeckt.« Sie ist überzeugt, daß der Gast merkt, ob mit Liebe gekocht wird. Daher werden für die Speisen auch nur ausgewählte Produkte verwendet: soweit als möglich regional, saisonal und in Bio-Qualität, dazu erlesene Gewürze und im Sommer frische Kräuter aus dem eigenen Garten.

Wer sich selbst überzeugen möchte, kann seinen Besuch mit einem Ausflug zum nahegelegenen Ebnisee oder einer Wanderung durch die malerische Landschaft des Welzheimer Waldes verbinden. Für Feiern zu Hause wird auch ein veganes Catering angeboten.

Gaja's Welt
natürlich vegan

Öffnungszeiten

Mo., Do., Fr., Sa.:
11:30 – 14:00 Uhr, 17:30 – 21:00 Uhr
Sonn- & Feiertage: 11:00 – 20:00 Uhr
Dienstag & Mittwoch sind Ruhetage

Weitere Infos

Gajas Welt, Claudia Bihlmaier,
Winnender Straße 81
73667 Kaisersbach/Ebni
Telefon: 07184 – 601
Web: www.gajas-welt.de

I am a Happy Pessimist!

Ende letzten Jahres war der jüngste Bruder des Dalai Lama, Tendzin Choegyal Rinpoche, gemeinsam mit seiner Frau Rinchen Khando Choegyal zu Besuch in Schwäbisch Hall. Auf Einladung der Tibet Initiative diskutierte man das Thema: »Brauchen wir eine überkonfessionelle Ethik?« Einige Mitglieder des NATURSCHECK-Teams hatten Gelegenheit, die beiden tibetischen Würdenträger ganz privat zu treffen. Es war eine außergewöhnliche Begegnung – und wir haben sehr viel gelacht!

Tendzin Choegyal Rinpoche wurde 1946 in Lhasa geboren und ist 11 Jahre jünger als sein Bruder Tenzin Gyatso, der aktuelle Dalai Lama. Ebenso wie der Friedensnobelpreisträger floh er 1959 aus Tibet und lebt seitdem im indischen Exil. Auch Tendzin Choegyal Rinpoche wurde als Reinkarnation eines hohen Lamas erkannt.

Er machte eine Ausbildung zum Mönch, studierte Philosophie, doch mit 23 Jahren entschied er sich für ein weltliches Leben. Er war Lehrer am Tibetischen SOS Kinderdorf in Dharamsala, heiratete 1976 seine Frau Rinchen Khando Choegyal, mit der er zwei Kinder hat. Der ehemalige Abgeordnete in Tibets Exil-Parlament (1990 bis 1995) war bis 2015 Privatsekretär seines Bruders und begleitete ihn oft auf Auslandsreisen. Der tibetischen Sache widmet er bis heute sein ganzes Leben.

Rinchen Khando Choegyal wurde in Ost-Tibet geboren und floh ebenfalls 1959. In Indien besuchte sie sechs Jahre lang eine christliche Nonnenschule und machte dort Abitur. Sie war lange Zeit Präsidentin der exiltibetischen Frauenorganisation in Indien. Vielen aus Tibet geflohenen und oft ungebildeten jungen Frauen ermöglicht sie eine Schulausbildung. Zudem setzt sie sich bis heute für die geschlechtliche Gleichberechtigung ein, die auch im Buddhismus nicht immer an der Tagesordnung ist. Bis 2005 war sie Bildungsministerin im tibetischen Exilparlament.

Im Anschluß ein kleiner Auszug aus dem sehr persönlichen Gespräch mit diesen außergewöhnlichen, humorvollen Menschen:

Lieber Rinpoche, wie lebt man als Bruder des Dalai Lama?

Rinpoche

Was denken Sie? (lacht) Es ist keine einfache Sache. Mein Bruder ist über 11 Jahre älter als ich, und er ist sehr jung in seine Aufgabe eingetreten. Da war ich noch gar nicht geboren. Auch wenn ich einen anderen Weg gewählt habe, so diene ich dem Dalai Lama und der tibetischen Sache.

In erster Linie plädiert der Dalai Lama ja für eine überkonfessionelle Ethik, also für Werte, die alle Menschen gleichermaßen akzeptieren können. Egal welcher Nation oder Religion sie angehören.

Rinpoche

Ja, die Menschen sind alle sehr verschieden in ihrer Kultur und in ihrer Weltanschauung, doch sind wir alle Menschen. Religionen sind heute oft wie politische Parteien, die ihre »Groupies« haben. (lacht) Wenn wir uns auf das Menschliche in uns konzentrieren, dann sehen wir, daß alle Menschen versuchen, glücklich zu sein. Die Frage ist: Wie können wir leben, ohne das Glück des anderen einzuschränken. Denn wenn

wir das tun, schaden wir uns damit nur selbst. Also brauchen wir überkonfessionelle Werte, die das Menschliche in uns hervorheben.

Was würde Sie beide besonders glücklich machen?

Rinchen Khando Choegyal
Zum einen natürlich, nach all den vielen Jahren wieder nach Tibet zurückkehren zu können. Und im Großen, daß wir alle lernen, mehr Mitgefühl füreinander zu entwickeln.

Der Konflikt mit China scheint ja auch nach Jahrzehnten nicht lösbar zu sein. Wie sehen Sie diese Entwicklung?

Rinchen Khando Choegyal
In der jahrtausendelangen Geschichte haben China und Tibet lange harmonisch zusammengelebt. Es gab tibetische Prinzessinnen, die chinesische Prinzen geheiratet haben und umgekehrt. Es gab auch einen kulturellen Austausch. Erst im letzten Jahrhundert hat China begonnen, gierig zu werden und das freie Tibet für sich zu beanspruchen. Und seitdem lebt ein Großteil der Tibeter im Exil.

Wie könnte denn eine Lösung aussehen?

Rinchen Khando Choegyal
Es kann nur einen Mittelweg geben. Die Tibeter würden gerne in ihr Land zurückkehren und ihre Kultur, Sprache, Tradition etc. wieder leben. Das läßt China jedoch nicht zu. Anscheinend befürchtet man, Tibet möchte sich von China abspalten. Das ist jedoch nicht der Fall. Der Dalai Lama plädiert schon lange für eine gemeinsame, friedliche Lösung. Tibet könnte als unabhängiger, autonomer Staat innerhalb des großen chinesischen Reiches existieren. Das wäre ein Kompromiß.

China wäre weiter außenpolitisch verantwortlich, die Tibeter könnten frei leben. Die internationale Gemeinschaft sollte daher den Chinesen diesen Vorschlag näherbringen. Es wäre ein weiser Kompromiß, und alle könnten damit zufrieden sein.

Einmal unabhängig vom Problem vieler Tibeter, ihre Heimat verloren zu haben: im Moment sind weltweit Millionen Menschen auf der Flucht und auf der Suche nach einem besseren Leben. Täglich wächst die Menschheit um 200.000 neue Mitglieder an. Wie könnte man hier Lösungen finden?

Rinpoche
Das ist wahr. Wir sprechen über unsere eigenen, persönlichen Probleme. Und verglichen mit den Weltproblemen, erscheinen sie winzig. Ich denke, die großen Probleme können wir nur gemeinsam lösen. Und das geht nur, wenn wir gemeinsam Verantwortung übernehmen. Die Menschheit wächst, wir müssen mehr Nahrung produzieren und mehr Schulen bauen. Wir müssen Eltern dazu animieren, ihre Kinder gut zu erziehen. Alles sollte persönlicher werden. Ich finde, daß die Welt heute sehr unpersönlich ist. Wir leben nebeneinander, statt miteinander. Wir kommen uns nicht wirklich nah.

Wird uns das gelingen?

Rinpoche
Ich weiß es nicht. Ich weiß nicht, wohin wir gehen. Im Gegensatz zu meinem Bruder, dem Dalai Lama, bin ich eher Pessimist. (lacht) Wenn ich mir die Welt anschaue, dann kommen mir oft Zweifel. Dennoch gebe ich die Hoffnung nie auf. Darum bin ich also so etwas wie ein »Happy Pessimist«. (lacht)

Rinchen Khando Choegyal
Ich denke, wir sollten alle innehalten und ernsthaft nachdenken. Wir sollten darüber nachdenken, welche Folgen unsere bisherige Lebensweise für uns alle hat. Ob immer mehr Geld Menschen glücklicher macht. Wir sollten uns alle paar Jahre zusammensetzen und darüber diskutieren, wohin uns das alles führt. Wir sollten ein Team von Menschen bilden, die dieselben Regeln anerkennen. Ähnlich wie im Fußball. Und wer diese Regeln nicht anerkennt, wird vom Platz gestellt. (lacht)

Ja, aber wer soll der Schiedsrichter sein? Und wird man sich seinem Urteil beugen? Selbst in einer Demokratie, wo ja anscheinend gleiche Regeln für alle gelten, ist das nicht leicht. Bei uns in Deutschland wünschen sich 90 % der Bevölkerung Veränderungen, die aber von der Politik nicht umgesetzt werden. Man braucht viel Geduld ...

Rinpoche
Der Pessimist in mir würde sagen: Wahrscheinlich sind wir schon tot, bis sich etwas ändert (lacht).

Das ist das Schöne am Buddhismus. Wir kommen einfach wieder und machen es bei nächsten Mal besser ...

Rinpoche
(lacht) Ja, in der Ewigkeit hat man Zeit. Und das, was heute passiert, ist nur relativ wichtig.

Apropos Veränderung. Sie, liebe Rinchen Khando Choegyal, setzen sich ja seit Jahren für die Gleichberechtigung von Mann und Frau im Buddhismus ein. Daher die Schlußfrage: Wird es irgendwann einen weiblichen Dalai Lama geben?

Rinchen Khando Choegyal
Eins nach dem anderen (lacht). Bevor es einen weiblichen Dalai Lama gibt, sollte zuerst einmal gewährleistet sein, daß tibetische Nonnen eine schulische Ausbildung erhalten. Denn das war in der Vergangenheit oft nicht der Fall. Der Dalai Lama unterstützt diese Entwicklung seit langem. Und sobald dies erreicht ist, werden diese Frauen ihren Beitrag leisten. So geht alles Schritt für Schritt.

Rinpoche
Ja, ich unterstütze meine Frau in diesem Projekt. (lacht) Deshalb bin ich hierher nach Schwäbisch Hall gekommen und habe mich dazu überreden lassen, eine Rede zu halten. Obwohl das nicht meine Stärke ist. Ich werde aber mein Bestes tun. (lacht)

Eines möchte ich jedoch noch sagen zum Thema überkonfessionelle Ethik: Wir sollten endlich aufhören mit du und ich, wir sollten als »wir« denken. Schon die alten Griechen hatten die Philosophie, daß wir uns anderen Menschen gegenüber so verhalten sollten, wie wir selbst behandelt werden wollen. Und das ist ja auch der Kern der christlichen Botschaft.

Dieses Wissen ist schon über zweitausend Jahre alt, und dennoch haben wir es bis heute nicht geschafft, diese Botschaften der Liebe in die Praxis umzusetzen? Wird uns das in absehbarer Zeit gelingen?

Rinpoche
Eine gute Frage! (lacht) Ich denke, Jesus war ein Optimist. Ich bin eher Pessimist! (alle lachen)

Liebe Rinchen Khando Choegyal, lieber Rinpoche, wir danken Ihnen herzlich für das sehr menschliche Gespräch und wünschen Ihnen viel Erfolg bei Ihrer Mission!

Das Gespräch führte
Michael und Egle Hoppe,
Andreas Scholz und Wilfried Pfeffer

Weitere Informationen
www.tibet-schwaebisch-hall.de
www.tibet-kailash-haus.de

Aktuelle Kurznachrichten aus der »Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns«! – Frühling 2018

Liebe Mitmenschen, der Kampf der Geschlechter geht in die nächste Runde. Die MeToo-Bewegung hat eine weitere männliche Bastion gestürmt und die Formel-Eins-Sklavinnen aus ihrem Joch befreit. Diese müssen zukünftig nicht mehr im Bikini herumlaufen und Nummerntafeln hochhalten, sondern werden durch »Grid Kids« ersetzt. Schwedische Männer benötigen seit Januar eine schriftliche Einwilligungserklärung ihrer Ehefrau, wenn sie risikolosen Sex haben wollen – sonst droht eine Verurteilung wegen Vergewaltigung. Catherine Deneuve hingegen fordert, weiter von Männern angebaggert werden zu dürfen. Denn wo kommen wir denn da hin, wenn der Flirt schon eine potentielle Straftat darstellt. Bei den Schwulen und Lesben ist man inzwischen völlig durcheinander - muß doch bei jeder sexuellen Belästigung zuerst einmal geklärt werden, welcher der Beteiligten das starke und welcher das schwache Geschlecht verkörpert. Bei den Androgynen ist´s noch komplizierter. Da hilft im Zweifelsfall wohl nur die Selbstanzeige ... Diese und andere politisch korrekte Nachrichten erwarten Sie aus der Schönen Neuen Welt menschlichen Wahnsinns.

Vorab ein Witz, der seit Monaten in Frankreich die Runde macht: »Was ist der Unterschied zwischen einem Flirt und einer sexuellen Belästigung? Sexuelle Belästigung ist es, wenn der Typ nicht gut genug aussieht!«

Natürlich darf man es sich nicht zu leicht machen und die MeToo-Debatte ins Lächerliche ziehen. Sie hat ihren Sinn und wird unsere Gesellschaft nachhaltig verändern. Täter werden zur Rechenschaft gezogen, und einige Promis werden exemplarisch an den Pranger gestellt. Die Opfer dürfen Steine werfen und ihre Wut an ihnen auslassen.

Die »reale Welt« jedoch bleibt davon unangetastet. Die Zahl der Pädophilen steigt ungebremst, neue Bordelle schießen wie Pilze aus dem Boden, jedes Jahr werden mehr Pornos produziert, und immer mehr Menschen entschließen sich dazu, sich selbst zu erniedrigen, indem sie ihr Intimstes mit Wildfremden teilen. Sei es im Internet oder als Teilnehmer irgendeiner RTL-Reality-Show.

Der SPIEGEL berichtete im Februar von einem neuen Trend unter deutschen Jugendlichen, der sich »Sexting« nennt: »Jeder vierte Teenager verschickt mit dem Handy Nacktbilder von sich selbst an »gute Freunde« und wundert sich dann, wenn diese in falsche Hände geraten. Die Eltern sind ahnungslos … «

Es war einmal die Liebe …

Ich gebe zu, in vielen Belangen bin ich ein echt konservativer Typ. Ich glaube noch an so veraltete Mysterien wie die Liebe zwischen Mann und Frau, an Ehe und Familie, an selbstgezeugte Kinder, und an die Fähigkeit des Menschen, eigene, individuelle Lösungen in seinem Leben zu finden. Ich bin ein Freigeist und mag es nicht, wenn andere für mich entscheiden und mir erzählen, was gut und richtig für mich ist.

Dieselbe Freiheit gestehe ich natürlich auch anderen Menschen zu. Ein jeder lebe nach seiner Façon, solange er anderen Menschen damit keinen Schaden zufügt.

Umso mehr schmerzt es mich, wenn ich sehe, wie wir Menschen heute miteinander umgehen. Vor allem, was das Zusammenleben der Geschlechter angeht. Manchmal werde ich dabei ganz wehmütig. Nicht weil ich glaube, daß früher irgendetwas besser war. Das wäre gelogen - denn man kann eine Lebensphase nicht mit einer anderen vergleichen! Jede Zeit hat ihre Höhen und Tiefen. Und auch die Siebziger und Achtziger hatten ihre Schattenseiten.

Doch waren wir früher mit gerade einmal zwei TV-Programmen und ohne Internet und Smartphone nicht ganz so ferngesteuert wie heute. Alles schien realer zu sein. Es fand noch richtiges Erleben statt, wenn auch begrenzt auf den Ort, an dem wir wohnten. Wir waren – verglichen mit heute – zwar einfältiger, aber auch weniger anspruchsvoll. Wir haben das Leben nicht konsumiert, sondern versucht, es bestmöglich auszukosten. Und das Zwischengeschlechtliche hat dabei eine sehr wichtige Rolle gespielt. Es waren die extremen Mann-Frau-Polaritäten, in deren elektrisiertem Zwischenraum wir unsere intensivsten Lebenserfahrungen sammelten.

Sorry, I'm a Man …

Dies soll nicht das Hohelied auf die guten alten

RM Heilpraktikerschule & Naturheilkundliches Seminarzentrum

2-jährige HP-Ausbildung Beginn: 1.10.2018

kein rollierendes System ∗ gleicher Anfang für alle

Prüfungsvorbereitungskurs Beginn: 5.3.2018

1-jährige Phytotherapieausbildung Beginn: 26.4.2018

Tape-Kurs Fr. 16.3.2018 und Fr. 23.3.2018

Dorn-Breuß-Kurs Sa. 28.4.2018 und So. 29.4.2018

Seminare für Heilpraktiker/innen ab 1.3.2018

Renate Merkle Heilpraktikerin und Schulleiterin
Raiffeisenstr. 11 ∗ 74360 Ilsfeld
Tel. 07143/409576 ∗ Fax 07143/960380

Infos unter: www.naturheilpraxis-merkle.com

Kalk-Laden & Kalk-Schule Kenter GbR

- **Sumpfkalk (Kalkfarbe)** + Kalksinterwasser
- **Kalkputze** naturrein (ohne Zement)
- **Pigmente** (Trockenfarben) **+ Leimfarben**
- **Hühner- und Kleintierstallfarbe**
- **Stück- und Pulverkalk** (ungelöscht)
- **Olivenölseifen + Olivenölkosmetik**

Am Weihergraben 21 · Frauenzimmern Telefon 0 71 35 / 1 60 76 oder 01 72 / 7 54 57 62 E-Mail: Info@kalk-laden.de · www.kalk-laden.de

Deutschlands einziger Kalkladen

Öffnungszeiten: 8.00 – 12.00 und 13.00 – 16.00 Uhr (werktäglich)

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

Unsere Märkte:

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

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

Bönnigheim:
Fr. 8:00 - 18:00 Uhr

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

BIO REGIONAL IST 1. WAHL
Bioland®-Gärtnerei
Landes
...natürlich ÖKO & von HIER!
www.bio-landes.de
am Reichertsberg, Oedheim, Tel 07132 - 985222

Zeiten sein, und doch ist es ein sentimentaler Blick zurück in eine Zeit, in der das Thema Liebe nicht nur in Telenovelas stattfand. Und immer, wenn ich alte Lieder höre, kommen diese alten Gefühle hoch. Der eine oder andere kann sich vielleicht noch an das Baccara-Lied »Sorry I´m a Lady« aus dem Jahre 1978 erinnern, bei welchem die beiden heißen spanischen Schönheiten ihre Sehnsucht nach einem »richtigen Mann« ins Mikrophon hauchten. Was fühlten wir Jungmänner uns damals angesprochen und wollten natürlich beweisen, daß auch wir wahre Kerle sind. Wir plusterten aus auf, gelten uns die Haare und trainierten unsere Muskeln. Und wir pubertierten mit dem alternativlosen Ziel: Yes, one day I´ m Your Man!!!

Unsere Helden waren Che Guevara, Clint Eastwood und all die männlichen Rockstars, denen die Frauenherzen zu Füßen lagen.

Unsere Realität sah jedoch ganz anders aus. »Wir brachen nicht die Herzen der stolzesten Frauen, die unser Licht wie Motten umschwärmten…« Im Grunde waren wir selbst die Motten und beneideten die Damenwelt dafür, je nach Bedarf zwischen Motorrad-, Golf- oder Mantafahrer wählen zu können. Die Frauen hatten die Macht! Sie waren die Königinnen!

Wir waren die Ritter und Eroberer, die sich ständig etwas Neues einfallen lassen mußten, um zu gefallen. Ganz wie in der Natur, wo der Erpel und der Pfau sich mit ihren schönsten Federn schmücken, während es der Damenwelt genügt, einfach nur da zu sein.

Ja, das waren tatsächlich noch Zeiten! Das Verliebtsein und das Knistern zwischen den Geschlechtern war ein wichtiger Teil unserer Entwicklung. Wir erlebten, wie unterschiedlich Mann und Frau sind und wie sehr sich ihre Vorstellungen voneinander unterscheiden. Und außer der »Bravo« gab es keine Gebrauchsanweisung, wie sich zwei heranwachsende Menschen im Detail zu verhalten haben. Man improvisierte, experimentierte, und manchmal setze es auch eine Ohrfeige.

Heute verschwimmen die Konturen. Die Regeln werden von einer imaginären, globalen, ferngesteuerten »Community« erstellt, und die Geschlechter werden sukzessive gegeneinander ausgespielt. Das typisch Männliche ist inzwischen ebenso verpönt wie das typisch Weibliche. Wäre man ein »Verschwörungstheoretiker«, so könnte man sich die Frage stellen, ob es tatsächlich einen medialen Plan gibt, die Geschlechter abzuschaffen.

Zum einen hackt man auf den Frauen herum: Die sollen gefälligst ihre Weiblichkeit unterdrücken, Fußballspiele kommentieren, Männeranzüge tragen und endlich hinter dem Herd hervorkommen und sich in die Wirtschaftswelt integrieren. Vollwertig ist nur, wer Vollzeit arbeitet, den Männern in deren Männerwelt Paroli bieten, lauter schreit, höher springt, weiter wirft, und am besten dem Herrn Klitschko im Boxring eins in die Fresse haut.

Den Männern erzählt man im Gegenzug, sie müßten endlich das Weibliche in sich selbst entdecken, sich kastrieren lassen und Topflappen häkeln. Der Mann gilt als evolutionäres Auslaufmodell, dessen einzige Funktion noch ist, das Hamsterrad am Laufen zu halten.

Was einst Teil seiner ureigenen Bestimmung war, erledigt zukünftig die Samenbank. Hier können sich auch

gleichgeschlechtliche Paare ihr »Wunschkind« aus einzelnen Bausteinen zusammensetzen lassen. Ganz nach Geschmack. Denn auch zwei Mamas oder zwei Papas haben schließlich das Recht, sich »fortzupflanzen«.

Wer bin ich, und wenn ja, wieviele

Alle alten Formen lösen sich auf. Männlich und weiblich wird immer mehr relativiert. Stattdessen wird das androgyne Mischwesen propagiert. Viele Menschen wissen nicht mehr, ob sie Fisch oder Fleisch, Männlein oder Weiblein sind. Kindergartenkindern erzählt man, daß die Sexualität innerhalb eines Erdendaseins mehrfach wechseln kann. Ein Drittel aller Jungen wird von alleinerziehenden Müttern großgezogen. Erstrebenswerte Vaterbilder sind kaum mehr vorhanden.

Während der Großteil der Damenmode heute von homosexuellen Männern kreiert wird, saufen hemdsärmelige Frauen identitätssuchende Muttersöhnchen unter den Tisch. In jedem »Tatort« wimmelt es von starken, kompromißlosen Kommissarinnen, die von armen männlichen Würstchen assistiert werden. Selbst Götz Georges Paraderolle »Schimanski« war auch als 60-Jähriger nicht mehr als ein großer, schwererziehbarer Junge, der sich bei seiner mütterlichen Freundin ausweinen durfte, wenn er mal wieder Mist gebaut hatte.

Das gesellschaftliche Nirwana greift immer weiter um sich. Alles wird wild durcheinandergewirbelt und damit auch in Frage gestellt. Keiner weiß so richtig, wohin die Reise geht.

Im Grunde ist das nicht schlimm, da ja die Sinnsuche ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens auf dem Planeten Erde ist. Je chaotischer die Außenwelt, desto mehr drängt es uns, wieder nach wahren, inneren Werten zu suchen. Alles muß neu werden, ist mehr dennje die Devise.

Daher ist die MeToo-Bewegung auch ein wichtiges, reinigendes Korrektiv, das denen auf die Finger haut, die keinen Respekt vor ihren Mitmenschen haben. Egal welchen Geschlechts! Die erleben nun ihre Wechselwirkung und werden öffentlich an den Pranger gestellt.

Dennoch müssen wir aufpassen, daß wir uns nicht ständig gegeneinander ausspielen lassen. »Teile und herrsche« funktioniert immer nach demselben Prinzip. Man spaltet die Gesellschaft und teilt sie in einzelne Gruppierungen ein: In Männer und Frauen, Alte und Junge, Schwarze und Weiße, Arme und Reiche, Moderne und Konservative, etc. Ein imaginärer Scheingott der Political Correctness redet uns ein, daß wir alle miteinander in Konkurrenz stehen und uns gegenseitig bekämpfen müssen. Daß Mann und Frau verfeindeten Heeren angehören und eine große Entscheidungsschlacht stattfindet, an deren Ende es nur einen Überlebenden geben kann – den intersexuellen Transgender! Den ultimativen Kompromiß!

Doch das ist Blödsinn! Mann und Frau sind eine großartige Einrichtung der Natur. Mögen sie auch noch so verschieden sein und der eine vom Mars und die andere von der Venus kommen - sie ergänzen sich auf ganz wunderbare Weise.

Wie heißt es doch so schön in der Psychologie: »Wir begegnen uns in unseren Gemeinsamkeiten. Doch wir wachsen an unseren Un-

MARTIN LANG | Immobilien
Ich gebe Immobilien ein Zuhause
Ist Ihnen Vertrauen, Ehrlichkeit und Kompetenz wichtig? Dann Verkaufen oder Vermieten Sie Ihre Immobilie über uns.
Ein zufriedener Kunde ist unser größtes Ziel.
- Über 280 Kundenbewertungen und 98% Weiterempfehlungen! (4,6/5)
DIA Zert Zertifiziert durch DIA Consulting AG nach EU-Norm DIN EN 15733
Das erste zertifizierte Immobilienbüro im Kreis Heilbronn und Ludwigsburg
Martin Lang
Immobilienmakler (IHK)
Technischer Fachwirt
Mitglied im IVD Verband
info@martin-lang-immobilien.de
www.martin-lang-immobilien.de
Jägerhausstraße 30
74199 Untergruppenbach
Büro: 07131 9739868
Mobil: 01522 8677858
Fax: 07131 2771970

Betriebliche und private Steuererklärungen
Beratung bei Erbschaft- und Schenkungsteuer
Erstellung und Prüfung von Jahresabschlüssen
Finanzbuchhaltung, Lohn- und Gehaltsabrechnungen
Steuerliche und betriebswirtschaftliche Beratung
Existenzgründung und Unternehmensnachfolge
Finanzierungsberatung
MATHIAS UND PARTNER
Steuerberatungsgesellschaft
KARL MATHIAS Dipl.-Ökonom
Steuerberater
STEFAN WEGER Dipl.-Betriebswirt (FH)
Wirtschaftsprüfer & Steuerberater
LYDIA SCHEURER Dipl.-Betriebswirtin (BA)
Steuerberaterin
Schweickerweg 43
74523 Schwäbisch Hall
Telefon (07 91) 9 30 90-0
www.mathias-und-partner.de
AUM KURZENTRUM
Traditionelle Ayurvedakuren
AUM KURZENTRUM
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

terschieden.« Daher dürfen die Geschlechter auch nicht zu einem Einheitsbrei verschmelzen, wo jeder nur noch sein eigenes Spiegelbild liebt. Wir sollten unsere Verschiedenheit respektieren und einander sinnvoll ergänzen, anstatt uns gegenseitig die Köpfe einzuhauen.

Doch eines ist sicher: ohne Liebe geht das nicht! Die nächste große globale Kampagne könnte daher heißen: Ich habe schon einmal von ganzem Herzen geliebt! Sie auch? Falls ja, antworten Sie bitte »MeToo« und erzählen Sie der Welt Ihre schönste Liebesgeschichte!

Bürger-Ranking

Apropos Liebe! Bereits in einer früheren NATURSCHECK-Ausgabe haben wir über die Pläne der chinesischen Regierung berichtet, ihre geliebten Bürger durch ein Social Credit System zu optimieren. Die Idee ist nicht neu und wurde auch in dem Bestsellerroman ZERO von Marc Elsberg kritisch thematisiert.

Nun ist es soweit! Zukünftig werden alle Chinesen in einer staatlichen Bewertungsdatei gelistet und erhalten Plus- oder Minuspunkte, je nachdem, wie sie sich im täglichen Leben verhalten. Da gibt es dann Bonuspunkte, wenn beispielsweise im Internet Bioprodukte oder gesunde Babynahrung gekauft wird, und Punktabzüge, wenn sich der gläserne Chinese z.B. beim Pornokonsum oder bei allzuviel Computerspielen erwischen läßt. Natürlich wird Regimetreue höher bewertet als die Zugehörigkeit zu einer Friedensbewegung, und auch sonst ist es der Staat, der die notwendigen Qualitätskriterien festlegt.

Um so ein Überwachungssystem möglich zu machen, bedarf es regelmäßiger Daten über jeden Menschen. Diese werden unter anderem von Internetplattformen wie »Alibaba« gesammelt, einer chinesischen Mischung aus Facebook, Google und eBay. Dort werden Profile aller Kunden erstellt und deren Lebens- und Einkaufsgewohnheiten registriert. Das System merkt sich, welche Produkte und welche Internetseiten sich der potentielle Kunde auf seinem eigenen PC anschaut und präsentiert ihm entsprechende Angebote. Auch die Inhalte bestimmter Chat-Gruppen werden gespeichert und ausgewertet.

So berichtete die ZEIT im Januar: »So wie Alibaba und Amazon wissen, wofür sich ihre Nutzer interessieren und was sie als Nächstes kaufen könnten, will der chinesische Staat aus den Datenspuren seiner Bürger ableiten, wie sie sich in der Vergangenheit verhalten haben und in der Zukunft verhalten könnten und sie nach einem Punktesystem entsprechend bewerten.«

Bereits seit einigen Jahren wird das Social Credit System in einem Dutzend Regionen des Landes getestet. Die Menschen werden dabei eingestuft wie von einer Rating-Agentur. Vorgesehen ist, daß Bürger mit mindestens 1.300 Punkten die höchste Bewertung AAA (Triple A) erhalten.

»Können sie diesen Stand einige Zeit lang halten, sollen sie zur Belohnung vergünstigte Kredite erhalten oder eine bessere Krankenversicherung. Auch bei der Vergabe von Studienplätzen an die eigenen Kinder könnte sich eine hohe Punktzahl positiv auswirken. Wer hingegen unter einen Wert von 600 fällt, landet in der schlechtesten Kategorie D. Betroffene müssen sogar befürchten, ihre Jobs zu verlieren.«

Über eine Smartphone-App kann sich jeder über den eigenen Punktestand informieren. Aber neben Behörden sollen auch Banken und Arbeitgeber, Vermieter, Einkaufsplattformen, Reiseveranstalter und Fluggesellschaften Einsicht in die Bewertung erhalten.

Es lebe die individuelle Freiheit! Ob wohl auch die chinesischen Eliten in diesem Ranking gelistet sind?

Ich sehe was, was du nicht siehst

Das Wort »Eliten« ist derzeit in aller Munde. Und nicht erst seit der neuesten Oxfam-Studie, die belegt, daß die 42 reichsten Elitemenschen inzwischen so viel besitzen, wie die ärmere Hälfte der nichtelitären Weltbevölkerung zusammen. Auch das Versagen der Eliten wird allseits thematisiert, die trotz übervoller Geldspeicher keinerlei Veranlassung sehen, mit der Gemeinschaft zu teilen und die Not der vielen weniger privilegierten Menschen zu lindern.

Im Gegenteil! Es wird auch bei den Ärmsten der Armen geplündert, immer weiter gerafft und jedes (Steuer)Schlupfloch genutzt, um sich der sozialen Verantwortung zu entziehen. Diese Tatsache zu kritisieren, ist jedoch scheinbar nicht erlaubt und auch nicht erwünscht. Noch nicht einmal im politischen Kabarett!

Im Januar hat die bekannte bayrische Kabarettistin Lisa Fitz ein Lied online gestellt, das Teil ihres neuen Kabarett-Programmes »Flüsterwitz« sein wird. In diesem ruft sie eine allzu sorglose Freundin dazu auf, endlich die Augen zu öffnen und zu sehen, was um sie herum abgeht.

Das Lied »Ich sehe was, was du nicht siehst« enthält keine Obszönitäten wie das vulgäre Erdogan-Schmähgedicht eines Jan Böhmermann, doch nennt es ein paar »elitäre« Namen. Und sofort wurde Lisa Fitz mit einem medialen Shitstorm überzogen! Doch nicht etwa aus dem Internet, sondern von den »Qualitätsmedien«. Ein Auszug aus dem Lied:

»Ich sehe was, was du nicht siehst, weil´s nicht so irre lustig ist. Ich sehe das, was du nicht sehen willst – weil du blind bist – und lieber shoppst und chillst.

Die Welt wird fieser, und an wem mag´s liegen? Ich bin umzingelt von Staatsmacht und Intrigen. Es rafft noch mehr, wer großen Reichtum hat, und die Menschen neben mir, die werden nicht satt.

Der Schattenstaat, die Schurkenbank, der Gierkonzern – Wer nennt die Namen und die Sünden dieser feinen Herrn.

Rothschilds, Rockefeller, Soros & Konsorten, die auf dem Scheißeberg des Teufels Dollars horten.

Die Masterminds und grauen Eminenzen – JP Morgans, Goldman Sachs und deren Schranzen, Waffenhändler, Spekulanten, Militär, Geheimdienste, Spione und noch mehr.

Die elitären Clubs der bösen Herrn, denen liegt dein kleines Einzelschicksal so fern …

… Die Kaltblüter mauern unsere Freiheit ein Jahr für Jahr – ohne Eile – Stein um Stein.

Und wir sind zu blöd, um zu kapieren, zu träge und zu faul zum Informieren, kaufen Taschen, Schuhe, Scho-

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.

Reber Brunnenbau
Bewässerungsbrunnen
Gartenbrunnen
Pumpanlagen
Pegelbohrungen
Ihr erfahrener Spezialist im Brunnenbau
Erlachstraße 39 - 74223 Flein 07131/571001
www.reber-brunnenbau.de info@reber-brunnenbau.de

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

DS Immobilien
WIR SUCHEN
für unsere Kunden
» Ein- und Mehrfamilienhäuser
» Eigentumswohnungen
» Landwirtschaftliche Anwesen
» Bauplätze
IHR MAKLER IN DER REGION!
DS Immobilien | Dieter Schmetzer | Tel. 07941-92930 | www.dsimmo.de

Laufend neue Kurse und Schnupperabende:
„META-Energetics" Testen mit der Einhandrute
(4 Module)
„META-Health" Basiskurse:
Entschlüsseln Sie die Botschaft Ihrer
Symptome – mit 12-Stufen-Analyse
Vereinbaren Sie einen Termin für Ihr persönliches Coaching!

Ute Hirth Life- & Gesundheitscoaching
Burnout- & Stressprävention
Meta-Health & Meta-Energetics Training/Coachings
74388 Talheim, Hauptstrasse. 72, Tel 07133/9836-70
Mehr Infos und Termine auf www.meta-hirth.de

Landhausmöbel
Antike Möbel & Restaurationen
in Kooperation mit Fachbetrieben

74366 Kirchheim a.N
Hohensteiner Str.16
gegenüber Feuerwehr,
Richtung Tripsdrill
Di.-Fr. 10.00 - 18.00
Sa. 10.00 - 14.00 Uhr
Tel. 07143/9698571
Sonntags geöffnet
13-17.00 Uhr
ohne Beratung & Verkauf
www.antikonline.com

...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

ko, Fußballkarten, während Satans Drachenreiter auf uns warten ... etc.«

Wegen dieser Zeilen wurde der Kabarettistin nun vorgeworfen, damit nicht nur bekannten Verschwörungstheorien Vorschub zu leisten, sondern auch »Antisemitismus« zu betreiben. Zeitweise wurde das Lied im Internet mit einem Bann belegt, und positive Kommentare wurden auf Youtube gelöscht.

Staatliche Zensur?! In einem Land, das sich für das Recht auf freie Meinungsäußerung rühmt und kollektive Volksverdummung im RTL2-Nachmittagsprogramm kritiklos duldet?!

Lisa Fitz – die übrigens Interview-Partnerin in der NATURSCHECK-Sommerausgabe sein wird – kann über diese Doppelmoral nur lachen. Im Gespräch mit der PNP nahm Sie Stellung: »Es ist die Aufgabe von Satirikern, mit künstlerischen Mitteln Kritik zu üben an Dingen, die nicht gut laufen. Und ich finde, es läuft nicht gut in der Politik. (-) Ich bin ein völlig liberaler Mensch und ein Freigeist in Bezug auf Religionen. Ich und Antisemitismus, das ist so weit weg wie ein guter Literat von der Bild-Zeitung. Ich habe in dem Lied auch Rockefeller und J. P. Morgan genannt, das sind keine Juden. (-) Daher ist es mir ein Rätsel, warum man die Diskussion sofort wieder in irgendeine »rechte Ecke« schieben möchte.«

Die »öffentliche« Geheimverschwörung

Natürlich lehnt sich Lisa Fitz mit ihrem Lied weit aus dem Fenster. Denn der bekannte mediale Reflex, jeden in die Pfanne zu hauen, der es wagt, seine Meinung über gewisse Machenschaften zu äußern, ist ja hierzulande längst an der Tagesordnung. Fast schon stereotyp wird immer wieder die »Nazikeule« oder die »Verschwörungstheoretikergeschichte« ausgepackt. Obwohl längst ein Großteil der Bevölkerung – parteiübergreifend – überzeugt ist, daß irgendetwas in unserem globalen Wirtschafts- und Finanzsystem nicht stimmt.

Und das hat weniger mit einer bestimmten Religion oder gar mit einer globalen Illuminaten- oder Freimaurerverschwörung zu tun, als mit der unersättlichen Gier jener »lieblosen- und herzlosen« Menschenart, die keine Rücksicht auf ihre Mitmenschen nimmt und stattdessen den Gott des Mammons anbetet.

Solche (Un)Menschen hat es in jeder Epoche und in jeder Religion und Nation gegeben. Und Walt Disney hat ihnen in den Comic-Figuren Dagobert Duck (im englischen Original: »Scrooge McDuck«) und Klaas Klever (engl. »John D. Rockerduck« - in Anspielung auf John D. Rockefeller) ein Denkmal gesetzt.

Unsere Geldwelt wird auch heute noch regiert von skrupellosen Kapitalisten, denen es an menschlichem Mitgefühl mangelt. Es ist geradezu lächerlich, diese Tatsache immer wieder unter den Teppich zu kehren. Oder sind Börsencasinos, Wikileaks, Edward Snowden, Paradise Papers und all die anderen eindeutigen Symptome spurlos an unseren Mainstream-Medien vorbeigegangen? Wieviel Realitätsverdrängung ist nötig, um weiter betriebsblind durch die Gegend zu laufen und sich die Welt schönzuschreiben?

Umso zeitgemäßer ist der provokative Aufruf von

Lisa Fitz, endlich die Augen zu öffnen – auch wenn es weh tut! Sie geht im Interview sogar noch einen Schritt weiter, als sie gefragt wird, ob sie tatsächlich daran glaube, daß gewisse Machtinstitutionen planen, den Menschen irgendwann den schon vieldiskutieren »Mikrochip« zu verpassen.

Lisa Fitz: »Die Stasibraut »Alexa« von Amazon ist der Anfang, und der Chip ist die Zukunft. Das wird kommen, weil es den Leuten Spaß macht, ohne Schlüssel die Haustür zu öffnen, bargeldfrei zu zahlen und immer zu wissen, wo die Kinder sind. Der Chip wird auf Kika ja heute schon beworben. (-) In Schweden hat sich schon die gesamte Belegschaft einer Firma chippen lassen. Das wird nicht über eine Verordnung, sondern über den Spaß verkauft – und bei den Babys über die Sicherheit, und die Leute werden so begeistert sein, daß sie freiwillig mitmachen. (-) Man wird out sein, wenn man keinen Chip hat – wie jetzt z. B. ohne Smartphone.«

Eine mutige Frau, die sagt, was sie und viele andere denken. Und je lauter man versucht, sie niederzubrüllen, desto mehr Aufmerksamkeit wird man damit auf dieses Thema lenken.

Zum Thema »Verschwörungstheorien« muß aber auf jeden Fall gesagt werden: Es ist unbestritten, daß es in den alternativen (Internet)Medien zahllose Spinner gibt, die weit über das Ziel hinausschießen und die abstrusesten Thesen verbreiten. Wenn ich auf derartige Seiten komme, schlägt meine innere Stimme Alarm.

Es ist immer an uns selbst, zu prüfen, ob wir etwas glauben können oder nicht! Deshalb: Augen und Ohren offenhalten - und wachsam sein!

»Sei wachsam« heißt übrigens der legendäre Wachmacher-Song von Reinhard Mey aus dem Jahre 1996, den Sie ebenfalls in dieser NATURSCHECK-Ausgabe abgedruckt finden.

Tabularasa

Daß nicht »die große Weltverschwörung« für den Großteil unserer Probleme verantwortlich ist, sondern wir selbst, zeigen die nachfolgenden Meldungen aus dem letzten Quartal. Beginnen wir mit Stuttgart 21:

Mußte man Wahrsager sein, um vorauszusehen, wie sich das Stuttgarter Mammutprojekt entwickeln würde? Eindeutig Nein! Es gab unzählige vernünftige Stimmen, die jahrelang Fakten und Zahlen auf den Tisch gelegt haben – und doch hat sich die Politik- und Wirtschafts-Elite durchgesetzt. Wider jegliche Vernunft!

Und nun haben wir den Salat! Seit Jahren ist Stuttgart eine Baustelle, versinkt in Staus und Feindstaub, und – wie erwartet – entwickelt sich das Projekt S21 sowohl finanziell als auch, was den Zeitplan angeht, zum Faß ohne Boden. Ähnlich wie der Berliner Flughafen werden die Kosten im Halbjahresrhythmus um ein bis zwei Milliarden nach oben korrigiert und das Datum der Fertigstellung rückt in immer fernere Zukunft.

Der STERN schrieb im Januar: »Nun also noch mehr Geld, viel mehr Geld. Für das so umstrittene wie – und das ist keine Polemik! – unsinnige Großprojekt Stuttgart 21. Acht Milliarden Euro soll S21 nun kosten. Und erst 2025 in Betrieb gehen.« Zur Erinnerung: Einst waren es 4,5 Milliarden, und 2019 sollte der neue Bahnhof eingeweiht werden.

Der STERN-Redakteur fügte noch hinzu: »Wenn die Aufsichtsräte einen Hauch von Anstand und innere Größe hätten, sie würden sagen: `Stopp! Wir haben einen fürchterlichen Fehler gemacht!´ Aber das sagen sie natürlich nicht. Für sie und die Politik ist S21 längst zu einer Frage der Ehre geworden. Ratio und Verstand und Vernunft haben da längst abgedankt.«

Laut dem STERN ist S21 ist ein ökonomischer Schadbahnhof: »Das wissen sie alle, das wissen sie seit vielen Jahren – die Bahnmanager, die Politiker, die Bahn-Aufsichtsräte. Immer wieder in den vergangenen Jahren hat der stern aus internen, für den Bahnvorstand bestimmten Papieren und Dossiers berichtet, daß S21 komplett aus dem Ruder läuft: planerisch, finanziell, strukturell. Daß die Kosten auf rund zehn Milliarden Euro explodieren würden (mit dem Risiko weiterer Kostensteigerungen) und daß man nicht seriös voraussagen könnte, wann S21 tatsächlich ans Bahnnetz geht. Aber sie alle schauten weg.«

Wie irrational der Tiefbau in Stuttgart ist und welche Gefahren er zukünftig birgt, zeigen mehrere Gutachten. Der verstorbene Architekt Frei Otto, der das Projekt viele Jahre begleitet hat, warnte: »Man muß die Notbremse ziehen. S21 gefährdet Leib und Leben. - Die Bedenken haben zum einen mit Stuttgarts tückischem Untergrund zu tun, der Tunnelbauten immer wieder hochhebt, sie verschiebt oder absenkt und sie zu ewigen Baustellen macht; aber auch damit, daß Stuttgart im Talkessel liegt und die Züge von den Höhen kommend den Tiefbahnhof in langen, sehr steilen Tunnels anfahren müssen. Für Züge ist das problematisch. Für manche Zugarten sogar unmöglich.«

Der SWR fragte vor zwei Jahren den Brandschutzbeauftragten der Bahn, Klaus Jürgen Bieger: »Ist der Bahnhof Stuttgart 21 eine Todesfalle?« Der Experte gab zu, daß Sicherheit nur dann gewährleistet ist, wenn die Züge »halbleer« sind. In der Rushhour oder bei Spielen des VfB Stuttgart sieht es jedoch ganz anders aus. Die Tunnel für Fluchtwege sind oft zu eng, die Fluchtwege zu steil, zu lang, zu schmal, die Bahnsteige unterdimensioniert – auch der international renommierte Brandexperte Hans-Joachim Keim verwirft das bestehende Brandschutzkonzept: »Sicherheit gibt es da nur, wenn möglichst wenige und nicht vollbesetzte Züge in den Bahnhof fahren.«

Sein Befund: »Um den Tiefbahnhof mit dem weitverzweigten Tunnelsystem (insgesamt sind es rund 60 Kilometer) so zu optimieren, daß er den heutigen internationalen Sicherheitsstandards genügt, müsse man S21 fundamental umplanen.« Die Kosten würden explodieren. H-J Keim schätzt diese auf 15 bis 20 Milliarden Euro – mindestens!!!

Noch ist Zeit zur Umkehr! Es liegen längst Pläne vor, wie man die bereits gemachten Vorarbeiten kreativ in ein neues bzw. alternatives und zeitgemäßes Bahnhofskonzept integrieren könnte. Es bleibt abzuwarten, ob unsere oft kurzsichtige und derzeit nahezu handlungsunfähige Politik diese letzte Chance ergreifen wird. Fortsetzung folgt!

From Hero to Zero

Zum Abschluß noch ein paar Zeitgeist-Geschichten. Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, daß in der griechischen Mythologie die größten Helden auch gleichzeitig die größten Tragödienfiguren sind? Wer besonders begabt ist, neigt anscheinend dazu, das rechte Maß zu verlieren, über die Stränge zu schlagen und – im schlimmsten Fall (siehe Ikarus) – der Sonne zu nahe zu kommen … und abzustürzen.

Daß wachsender Erfolg nicht immer mit wachsender Weisheit einhergeht, das wissen wir aus der menschlichen Historie. Nicht umsonst ist der Größenwahn eines der Grundübel unserer Spezies. Das haben uns so »abgehobene Gestalten« wie Alexander der Große, der Rom-Anzünder Nero oder die modernen Sonnengötter und Diktatoren überdeutlich vor Augen geführt.

Derzeit sind es die »Göttchen« der Neuzeit, die das Heldentum entehren. Fußballidole wie Cristiano Ronaldo oder Lionel Messi wurden in den letzten Jahren zahlreicher Schandtaten überführt. Obwohl ihnen die Welt zu Füßen liegt, bekommen sie den Hals nicht voll. Der beliebte Argentinier Messi wurde gerade dabei ertappt, einhundert Millionen Euro an der Steuer vorbei in ein »humanitäres Hilfsprojekt« investiert zu haben, das … gar nicht existiert. Ronaldo versteckt sein »sauer verdientes« Geld auf den Cayman Islands und ist inzwischen auch vorbestraft. Uli Hoeneß hat für eine elitäre Zockergruppe hunderte von Millionen in dubiosen Börsenspielen bewegt. Andere Promis tun es ihnen gleich und glauben tatsächlich, daß der Größenwahn eine Art moderne Tugend sei.

Doch ist er das wirklich? In der griechischen Mythologie werden übermütige Helden irgendwann von den wahren Göttern auf ihr menschliches Maß zurechtgestutzt! Denn göttliche Gaben wie Talent, Schönheit und Wohlstand sind immer auch ein »Kredit ans Universum«. Wer weise damit umgeht und diese Gaben segensreich einsetzt, der hat sich dieser Gaben würdig erwiesen. Und das ist es ja, was wahre Größe ausmacht!

Wie schön drückte das einst ein wahrhaft Großer namens Johann Wolfgang von Goethe aus: »Edel sei der Mensch, hilfreich und gut! Denn das allein unterscheidet ihn von allen Wesen, die wir kennen.«

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

Ihr Mitmensch,
Michael Hoppe

Landhaus und Antike Möbel in Kirchheim a. N.

Auf 500qm Ausstellungsfläche finden Sie bei »Antike Möbel« in Kirchheim am Neckar eine große Auswahl an außergewöhnlichen Unikaten. Besondere Kommoden, Vitrinen, antike Küchen- und Kleiderschränke sowie Kleinmöbel in Weich- und Hartholz vorwiegend aus dem süddeutschen Raum.

Klassische Landhausmöbel – naturgeölt, gewachst oder mit Kreidefarbe in verschiedenen Farbtönen – bereichern das große Sortiment.
Es werden zur Restauration ausschließlich natürliche Materialien verwendet wie Schellack, Öle, Wachse oder Kreidefarbe. Auch auf individuelle Wünsche des Kunden wie z.B. Farbwahl oder Umbau wird gerne eingegangen.

Es paßt zusammen, was gefällt!

Dabei kombiniert man Alt und Neu. Mit edlen Einzelstücken gestaltet man seinen unverwechselbaren, sehr persönlichen Lebensraum. Der Stil-Mix liegt im Trend und schafft einen sehr individuellen Wohnraum.
Ein Raum läßt sich besonders gut verwandeln, wenn darin ein Möbelstück den Ton angibt, das völlig konträr zur übrigen Einrichtung ist. Hier eignen sich besonders alte Möbel, wie eine Kommode aus längst vergangener Zeit, ein Weichholzschrank oder eine schöne Biedermeierbank. Auch ein Familienerbstück kann man mit Farbe in ein junges Ambiente integrieren.
Diese Möbel schaffen einen optischen Reiz und somit einen interessanten Kontrapunkt zum übrigen Einrichtung. Ihre Möbel zur Gestaltung oder Restauration nehmen wir gerne entgegen.

Neugierig geworden?

Das Team von Antike Möbel freut sich auf Ihren Besuch
Hohensteiner Str. 16,
74366 Kirchheim a.N.
Tel. 07143/ 96 98 571
Öffnungszeiten:
Di.- Fr.: 10:00 – 18:00
Sa. 10:00 – 14:00
Jeden Sonntag: 13:00 – 17:00
ohne Beratung und Verkauf.

Weitere Infos
www.antikonline.com.

Das Freizeitangebot am Finsterroter See

Tretboot- und Ruderbootverleih · Nordic Walking Strecke · Barfußpfad
Liegewiese und Kinderspielplatz direkt am See · Dachsi NaturErlebnisPfad

Öffnungszeiten:

Freitag/Samstag	11.00 bis 20.00 Uhr
Sonntag/Feiertage	10.00 bis 20.00 Uhr
Pfingst- und Sommerferien täglich	
Montag bis Samstag	11.00 bis 20.00 Uhr
Sonntag/Feiertage	10.00 bis 20.00 Uhr

Auf Ihren Besuch freut sich Familie Hantschk & Team
Tel. 07 945 - 942 39 47 · 71543 Wüstenrot-Finsterrot, Seestraße

Erholen, Einkehren & die Natur erleben!
Finsterroter See
www.finsterroter-see.de

Lachen muß man nicht lernen! – Interview mit der LachBotschafterin Susanne Klaus

Daß Lachen gesund ist, hat inzwischen auch die Wissenschaft erkannt. Dennoch fällt es vielen Menschen noch immer schwer, ohne einen bestimmten Anlaß zu lachen. Und wer täglich Zeitung liest oder sich die Nachrichten ansieht, dem kann das Lachen auch schnell einmal vergehen. Susanne Klaus wurde 2004 vom Lachvirus infiziert, 2005 gründete sie die Stuttgarter Lachschule. Heute ist sie LachBotschafterin und gibt ihre Begeisterung an viele Menschen weiter.

Liebe Susanne Klaus, Sie sind die Gründerin der Stuttgarter Lachschule. Muß man Lachen wirklich lernen?

Susanne Klaus

Nein, Lachen muß man natürlich nicht lernen. Jeder Mensch kann lachen und liebt es. Insbesondere in Zeiten, wenn es uns gut geht, lachen wir alle gerne. Doch was ist, wenn es uns einmal nicht so gut geht? Wenn unsere Gedanken verrückt spielen oder unser Körper ein Leiden hat? Gerade in den Momenten ist Lachen für Körper, Geist und Seele besonders hilfreich und äußerst gesund.

Wenn Sie zurückdenken, als Kind haben wir alle ohne Grund gelacht. Als Erwachsene brauchen wir einen triftigen Grund zum Lachen. Auch können wir uns bei Kindern abschauen, wie schnell sie von Traurigkeit, Ärger und Wut in Lachen und Freude übergehen können.

Mit den Lachyoga-Übungen und dem regelmäßigen Lachen in einer Gruppe trainieren wir, dem Lachen wieder mehr Raum in unserem Leben zu geben. Egal, ob es gerade etwas zum Lachen gibt oder auch nicht. Die gesundheitlichen Auswirkungen und Vorteile sind enorm. Das Schöne beim Lachyoga ist, daß wir nicht humorvoll oder lustig und witzig sein müssen. Es geht allein darum, den Körper etwas Gutes zu tun.

Dem gemeinen Schwaben hat man ja lange nachgesagt, er ginge zum Lachen in den Keller. Sie sind Rheinländerin, wo Lachen zur Lebenskultur gehört. Ist dieses Vorurteil berechtigt, oder wie erleben Sie das schwäbische Naturell?

Susanne Klaus

Das Sprichwort rührt u.a. von der Idee, daß der Schwabe sich seine aus dem Wohlstand herrührende Freude nicht anmerken lassen will. Nicht zeigen will, wie gut es ihm geht, um Neider zu vermeiden. Und deshalb wird heimlich im Keller gelacht. Also, die Schwaben können schon lachen. Gar keine Frage! Allerdings unterscheidet sich der Humor der Rheinländer von dem der Schwaben. Die Rheinländer sehen vielleicht einiges schneller auch von einer heiteren Seite.

Vor einigen Jahren las ich die Schlagzeile: »In einigen nordeuropäischen Städten müssen Sie mit der Einweisung in die Psychiatrie rechnen, wenn Sie auf offener Straße lauthals lachen.« Warum ist uns das Lachen so fremd geworden, daß wir uns geradezu davor fürchten?

Susanne Klaus

Es ist uns nicht nur das Lachen fremd geworden. Auch andere Emotionen sind in der Öffentlichkeit nicht gerade sehr gefragt und tunlichst zu vermeiden. Kinder können sich hier schon etwas mehr erlauben. Doch im Erwachsenwerden sind wir weg von den Emotionen und mehr auf unseren Verstand trainiert. Das hat spätestens in der Schule begonnen. Zudem bedeutet Lachen auch, Kontrolle über den Körper abzugeben. Loszulassen! Und dazu braucht man in der Öffentlichkeit manchmal etwas Mut.

Auch Sie waren nicht immer Lachtrainerin. Wie kamen Sie zum Lachyoga?

Susanne Klaus

Ich habe Lachyoga in einer für mich eher stressigen Zeit kennengelernt. Ich bin Betriebswirtin und war in einem Unternehmen als Managerin tätig. Zum Ausgleich wollte ich einen Yoga Kurs besuchen und habe Lachyoga entdeckt. Das war 2004. Anfangs bin ich mit gemischten Gefühlen zu diesem Kurs gegangen. Doch nach der Lachyoga-Stunde war ich überzeugt! Der Lachvirus ist übergesprungen.

Weil ich in unserer Umgebung kein Angebot zu regelmäßigen Lachyoga-Trainings gefunden habe, bin ich schnell selber aktiv geworden. Ich besuchte einige Lachyoga-Kurse und machte eine Ausbildung. Im Mai 2005 gründete ich dann die STUTTGARTER LACHSCHULE. Heute bin ich hauptberuflich mit dem Thema Lachen und positive Emotionen im Großraum Stuttgart unterwegs. Ich gebe Kurse und Seminare für die verschiedensten Gruppen. Auch der Unternehmensbereich hat es mir angetan. Mit Vorliebe bilde ich zudem Lachyoga-Leiter/innen aus. Und das Schöne ist, meinen Beruf als Betriebswirtin habe ich noch nie vermißt.

Wie ist Lachyoga eigentlich entstanden?

Susanne Klaus

Ein Arzt aus Indien, Dr. Madan Kataria, hat im März 1995 mit dem Lachyoga in einem Park begonnen. Er war von den positiven gesundheitlichen Auswirkungen des Lachens überzeugt. Anfangs wurden Witze erzählt. Als diese jedoch ausgegangen waren, hat er sich was Neues überlegt. Da der Körper nicht zwischen einem gespielten und einem echten Lachen unterscheiden kann, hat er einfache Übungen entwickelt und diese mit einem Lachen verbunden. Heute wird diese Art des Yoga in über 100 Ländern auf der Erde praktiziert.

Wie muß man sich das in der Praxis vorstellen? Was passiert in einer Lachyoga-Stunde?

Susanne Klaus

Wir treffen uns in Gruppen und machen gemeinsame pantomimische Übungen, die mit Augenkontakt und Lachen einhergehen. Das Ganze wird verbunden mit rhythmischen Klatsch-Übungen und Atemübungen aus dem Yoga. Das kann wirklich jeder. Anfangs sind die Übungen vielleicht für unseren Verstand ein wenig irritierend, da das Lachen zu Beginn etwas gespielt wirkt. Doch das ist nur unser Verstand. Der Körper kann nicht zwischen einem gespielten und einem echten Lachen unterscheiden.

Inzwischen erkennt ja auch die Wissenschaft, daß Lachen gesundheitsfördernd ist. Was passiert im Körper beim Lachen?

Susanne Klaus

Lachen setzt in unserem Gehirn die sogenannten Glückshormone, die Endorphine frei. Und dies geschieht allein schon dadurch, daß wir unsere Mundwinkel und Muskeln im Gesicht bewegen. Zudem stärkt Lachen nachgewiesen das körpereigene Immunsystem und reduziert Streßhormone. Die Atmung wird aktiviert, und es kommt zu einer vermehrten Aufnahme von Sauerstoff.

Das ganze Herz-Kreislauf-System wird in nur 10-15 Minuten so intensiv trainiert, als würden wir eine halbe Stunde joggen gehen. Das Schmerzempfinden wird gedämpft, denn der Körper schüttet beim Lachen schmerzstillende Stoffe aus. Der Blutdruck wird gesenkt. Die Selbstheilungskräfte im Körper werden aktiviert. Wir fühlen uns wohl!

Auch ist die starke soziale Komponente des Lachens nicht zu unterschätzen. Lachen und Lächeln verbindet Menschen untereinander. Und das ist für unsere Seele und unser Wohlbefinden ein durchaus überlebenswichtiger Aspekt.

Wie oft sollte man am Tag lachen oder Lachyoga praktizieren?

Susanne Klaus

Wenn wir täglich 10-15 Minuten am Stück lachen, sind wir für die Herausforderungen im Leben bestens gerüstet. Um von den gesundheitlichen Vorteilen des Lachyoga zu profitieren, sollte man tatsächlich einmal in der Woche Lachyoga ausüben. Es gibt inzwischen in allen großen, aber auch in vielen kleineren Städten ein Angebot, das man einfach besuchen kann. Man muß sich zu keinem Kurs anmelden, sondern nimmt an den Stunden einfach teil.

Da Lachen eine angeborene Fähigkeit ist, stellt sich mir die Frage: Muß man dazu wirklich das Haus verlassen und sich in Gruppen zusammenfinden?

Susanne Klaus

Natürlich geht das Lachen auch alleine. Nur ist es oftmals einfacher, die Übungen in einer Gruppe zu machen. Wie gesagt, wenn es uns gut geht, lachen wir alle gerne. Aber wenn es uns einmal nicht so gut geht, dann ist es mitunter etwas schwieriger, ganz alleine den Lach-Reflex auszulösen. Es ist eine besondere Herausforderung. Die Gruppe hilft dabei enorm. Und es macht zudem noch etwas mehr Spaß!

Liebe Susanne Klaus, wir danken Ihnen für dieses fröhliche Gespräch.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Weitere Infos
Susanne Klaus, Lachyoga Trainerin,
Business Lachyoga Trainerin
Gründerin der Stuttgarter Lachschule
www.stuttgarter-lachschule.de
www.lachclub.info

Wasser – Urelement des Lebens!

Am 22.03.2018 ist Weltwassertag. Dieser Tag soll unser Bewußtsein auf ein Element lenken, dem wir meist viel zu wenig Aufmerksamkeit schenken. Zumindest dann, wenn es in Fülle vorhanden ist. Daß Wasser viel mehr ist als H2O, das erklären uns Naturforscher und Heilkundige schon lange. Es hat Fähigkeiten, die wir bisher noch nicht wirklich begreifen können. Und pünktlich zum Weltwassertag geht derzeit einer Millionenmetropole das Wasser aus. Im südafrikanischen Kapstadt muß Wasser seit Februar rationiert werden. Und sollte es nicht bald regnen, wird es in Kürze komplett abgestellt.

Was könnte man nicht alles über das Element Wasser schreiben. Über das weibliche Element! Die Urmaterie! Die Geburtsstätte des organischen Lebens!

Sind wir uns eigentlich bewußt, daß alles, was wir in der Natur sehen – das Gras, die Blumen, die Bäume, die Tiere – nur verschiedene Formen von Wasser sind? Daß unser Körper zu zwei Dritteln, ein Apfel zu 85 %, eine Tomate zu 90 % und eine Gurke zu 99 % aus Wasser bestehen? Daß unser menschliches Gehirn eine Art Wasserwesen ist, im Wasser schwimmt, vom Wasser lebt und Wasser für seine bzw. unsere Denkprozesse benötigt?

Was wäre noch übrig, wenn wir uns das Wasser in der Welt »wegdenken«? Nichts als Wüste und leere, leblose Hüllen!

Das Urelement Wasser

Ein Evolutionsforscher behauptete einmal, daß organisches Leben außerhalb des Meeres »eigentlich« gar nicht möglich sei. Die Evolution habe lediglich einen Trick angewandt: Sie habe kleinere Mengen Wasser vom Urmeer abgespalten und mit einer Hülle ummantelt. Dieses umhüllte Wasser läuft nun als Mensch und Tier auf dem Planeten Erde herum. Eine interessante These!

Fakt ist: Alles organische Leben ist im Wasser entstanden, in den Urmeeren. Diese haben sich über Jahrmillionen gebildet und sind mit dem Wasser, das wir heute kennen, überhaupt nicht vergleichbar. Die Urwässer waren gesättigte, eiweißhaltige Flüssigkeiten, in denen sich zuerst Einzeller bildeten, die wiederum hunderte Millionen Jahre benötigten, um die weiteren evolutionären Entwicklungsschritte zu vollziehen.

Im Körper der Frau sind diese Urmeere noch vorhanden. Die Zusammensetzung des weiblichen Fruchtwassers entspricht in etwa jener, die vor einer Milliarde Jahren den ersten »Außerirdischen« den Eintritt in die grobstoffliche Welt ermöglicht hat. Damit sind natürlich nicht E.T. & Co. gemeint, sondern jene Kleinstlebewesen, die auf anderen Planeten längst existierten. Daß aus zwei Einzelzellen (Samenzelle/Eizelle) durch Symbiose und Zellteilung am Ende ein Menschenkörper wird, das erscheint uns zwar inzwischen völlig »normal«. Es ist jedoch eines der vielen unbegreiflichen Wunder des Universums.

Alle alten Kulturen hatten ihren Wasserkult, und auch die Taufe symbolisiert die Vorstellung, daß sich Himmel und Erde durch die Beigabe von »heiligem« Wasser berühren. Aus spiritueller Sicht ist Wasser von jeher ein Medium der Transformation -

eine elementare Brücke, die es dem Licht ermöglicht, außerstoffliches Leben in stoffliche Materie umzuwandeln.

Diesen Transformationsprozeß von Information und Energie in materielle, zellulär Strukturen untersucht auch die Quantenphysik. Längst weiß man: Alles ist Schwingung, und Materie ist Licht in unterschiedlichen Schwingungszuständen. Für organisches Leben benötigen wir das Element Wasser. Ohne Wasser könnte keine Seele in die materielle Welt »inkarnieren«. Und ohne Wasser gäbe es keine Erdenkörper.

Wenn auf irgendeinem Planeten kein Wasser vorhanden ist, dann wird dort auch keine »Geburt des stofflichen Lebens« stattfinden. Es wird sich keine Atmosphäre bilden und damit auch keine Möglichkeit vorhanden sein, den »gottgegebenen« Evolutionsprozeß vom Einzeller bis zum Homo Sapiens zu vollziehen.

Man könnte nun etwas ironisch anfügen: Ach, was würde diesem Planeten eventuell erspart bleiben …

Das kosmische Element Wasser

Der österreichische Naturforscher Johann Grander nannte Wasser »eine kosmische Sache«. Wie schon andere Forscher vor ihm faszinierte ihn die Tatsache, daß Wasser sowohl Sender als auch Empfänger ist. Es kann Informationen aufnehmen und speichern, und es kann diese Informationen auch an andere Wässer weiterleiten.

Laut Johann Grander stehen alle Wässer auf unserem Planeten miteinander in Verbindung. Unter dem Mikroskop konnte der Tiroler sogar herannahende Gewitter voraussagen, weil diese in den untersuchten Wassertropfen bereits sichtbar wurden.

Die »Grander Wasserbelebung« nutzt dieses Naturwissen bis heute, um unser teilweise geschädigtes Leitungswasser wieder in einen Zustand zu bringen, wie er von der Natur vorgesehen ist.

Doch war Johann Grander nicht der erste, der die Informationsspeicherfähigkeiten des Wassers im Labor untersuchte. Der bekannte amerikanische Chemiker Linus Pauling erhielt 1954 den Nobelpreis, weil er diese Informationsspeicherung wissenschaftlich nachweisen konnte.

Seine Erklärung: »Wenn Wasser mit irgendeinem Stoff in Berührung kommt, ordnen sich die Wassermoleküle in einer ganz bestimmten Form um diesen Stoff an. Je nachdem, welche Schwingung (Frequenz/Information) dieser Stoff hat, bilden sich sogenannte »Wassercluster«.

Da das uns bekannte H2O-Molekül kein Einzelmolekül, sondern ein Haufenmolekül ist, sind es immer 200-400 Moleküle, die eine solche Clusterform ausbilden.«

Die Wassercluster sind wie eine Art Antenne, die – wie es Johann Grander ausdrückte – mit dem Kosmos, also der ganzen Welt in Verbindung stehen. Heute könnte man sie vielleicht mit lebendigen »Mikrochips« vergleichen. So wie wir die Frequenz unseres Empfängers auf unterschiedliche Sendestationen einstellen können, so geschieht dies auch im Wasser. Je nach Frequenz, erhält das Wasser unterschiedliche Energien und Informationen und speichert diese ab – doch nicht alle sind natürlich und gesund. Was sich entsprechend auf die energetische Qualität des Wassers auswirkt.

Daß nicht nur der direkte stoffliche Kontakt die inneren Strukturen des Wassers verändert, sondern auch »nichtstoffliche Informationen« auf das Wasser einwirken, versuchte der japanische Forscher Masaru Emoto durch seine sogenannten Tropfenkristallfotos zu belegen. Dabei hat er Wasserkristalle fotografiert, die sich unterschiedlich ausbildeten, je nachdem, ob ihnen positive oder negative Informationen »aufgespielt« wurden.

Waren es harmonische Klänge oder heilsame Worte, wurden die Kristallstrukturen harmonisch und schön. Bei destruktiven Frequenzen nahmen auch die Kristalle unharmonische Formen an.

Masaru Emotos Forschungen wurden von der konservativen Wissenschaft jedoch als unwissenschaftlich bezeichnet, da die Ergebnisse nicht wirklich reproduzierbar sind. Denn es handelte sich dabei um fotografierte »Momentaufnahmen«. Diese wurden in isolierten und stark abgekühlten Versuchsräumen durchgeführt und erwecken den Eindruck, die »aufgespielte« Information wäre nun dauerhaft im Wasser enthalten.

Wasser ist jedoch ständig unzähligen Schwingungen und Frequenzen ausgesetzt und ändert seine Struktur daher permanent. Ganz so wie es einst der griechische Philosoph Heraklit ausdrückte: Nichts bleibt so, wie es jetzt ist. »Panta rhei« – alles fließt.

LebensRaum
Schwimmteiche • Garten- u. Landschaftsbau
• Gartenneu- & Umgestaltungen
• Wasser als Gestaltungselement
• Natursteinarbeiten
• Ökologisch sinnvolle Bepflanzungen
• Pflasterarbeiten und Terrassierungen
• Baumschnitt und Pflegearbeiten
07131 2779575

Wolfgang Hibo • Heilbronner Str. 22 • 74199 Untergruppenbach
www.lebensraum.website

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

Außer - man findet eine Weg, tiefer in die Struktur des Wassers einzugreifen und es quasi immun für äußere Einflüsse zu machen. Diese »Erfindung« hat der Tiroler Johann Grander in den achtziger Jahren gemacht. Durch einen naturtechnischen Prozeß stellte er sogenannte »Informationswässer« her, die sich durch keine bekannte Schwingung überlagern lassen. Was man auch immer versucht hat, diese »Information« wieder zu löschen, die Wässer blieben stabil. Selbst Radioaktivität konnte ihnen nichts anhaben.

Wie genau diese »Wasser(wieder)belebung« funktioniert, ist nicht etwa ein »Betriebsgeheimnis« der Firma Grander, sondern noch immer ein wissenschaftliches Mysterium. Man forscht seit drei Jahrzehnten und hat noch immer keine allgemeingültige Erklärung gefunden. Außer der Tatsache, daß »belebtes Wasser« sich anders verhält, anders schmeckt und sich immer wieder regeneriert.

Aber die Wissenschaft tut sich ja von jeher schwer, wenn es um das Thema Wasser geht. Nicht umsonst gilt Wasser noch immer als Weltmeister(in) der physikalischen Anomalien.

Das physikalisch unerklärbare Element Wasser

Um nochmals kurz auf das Thema Informationsspeicherung zurückzukommen: Wie viele Informationen im Wasser gespeichert werden können, läßt sich anhand der unvorstellbaren Menge der vorhandenen »Speichereinheiten« (Cluster) nur erahnen. Denn das Wassermolekül ist ein wahrer Winzling. 10 Milliarden Wassermoleküle passen in einen Stecknadelkopf. In einem einzigen Wassertropfen befinden sich 10^{18}, also 10.000.000.000.000.000.000 Wassermoleküle.

Trotz vielerlei Forschungen ist Wasser für unsere Physiker noch immer ein echtes Phänomen. Es paßt einfach nicht in unsere alten physikalischen Denkmodelle. Daher sind über 40 sogenannte wissenschaftliche Anomalien bekannt. Ein paar Beispiele:

» Eigentlich dürfte Wasser (H2O) gar nicht flüssig sein, da es sich aus den zwei Gasen Wasserstoff (H) und Sauerstoff (O) zusammensetzt.

» Eigentlich dürfte Wasser nicht bei 0 Grad gefrieren, sondern erst bei minus 120 Grad.

» Eigentlich dürfte es seinen Siedepunkt nicht bei +100 Grad haben, sondern sollte bereits bei 100 Grad minus kochen.

» Eigentlich müßte es seine größte Dichte bei 0 Grad haben … Hat es aber nicht! Wasser hat seine größte Dichte bei

+4 Grad, und das ist gut so. Sonst wäre Eis nämlich schwerer als Wasser, würde nicht oben schwimmen, und bei jeder Eiszeit würden die Ozeane von unten nach oben zufrieren, und alle Lebewesen würden sterben.

Daß sich Wasser nicht so verhält, wie es das aus wissenschaftlicher Sicht sollte, hat wahrscheinlich mit der oben schon genannten Tatsache zu tun, daß H2O kein Einzelmolekül ist. Die sogenannten Wasserstoffbrückenbindungen zwischen den einzelnen Molekülen ermöglichen zahlreiche Phänomene, die noch nicht endgültig erforscht sind. Doch jeder kennt sicher das »übervolle Wasserglas«, bei dem sich das Wasser über den Rand des Glases hinaus wölbt. Die Oberflächenspannung sorgt dafür, daß mehr Wasser im Glas ist, als »eigentlich« hineinpaßt.

Die Intelligenz des Wassers

Wasser ist zwar nicht »normal«, doch hat es eine eigene, universelle Intelligenz. In früheren Kulturen wurde diese Intelligenz den Wasserwesen zugeschrieben, den Niken und Nixen. Die waren für ihre jeweiligen Gewässer verantwortlich und waren bemüht, diese in einem natürlichen Gleichgewicht zu halten. Bis der Mensch kam und alles aus dem Gleichgewicht brachte.

Doch auch heute noch ist Wasser die Grundlage allen irdischen Lebens. Sowohl für unseren Planeten als auch in unserem eigenen Körper. Wie spezialisiert unsere evolutionär gereiften Körper heute sind, zeigt die Tatsache, daß ein Fisch, der in etwa unser Körpergewicht hat, ca. 600 Liter Wasser pro Tag durch seinen Körper fließen lassen muß, um überleben zu können. Während es bei uns gerade einmal 2-3 Liter sind.

Auch wir Menschen müssen uns immer wieder an die »Urquelle« anschließen und uns Wasser zuführen, da auch unsere Zellen »Wasserwesen« sind. Unsere energetischen Prozesse werden zwar über Lichtinformationen gesteuert, das Wasser ist jedoch das Speicher- und Transportmedium.

Der menschliche Körper und der Planet, auf dem wir leben, sind sich nicht unähnlich. Was in unserem Körper die »kleinen Flüsse« vollbringen, die unser inneres Universum durchfließen, übernehmen auf der Erde die großen. Sie steuern die Regulierung und das natürliche Gleichgewicht. Wenn beispielsweise positiv geladenes Süßwasser (Flüsse) in negativ geladenes Salzwasser (Meere) fließt, werden unermeßliche Energien frei. Diese Energien sind maßgeblich für unser Klima und das globale Wetter verantwortlich.

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

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

Stoffwechselprobleme beeinflussen ihr Gewicht und ihre Gesundheit. Die Heilung stockt und Sie fühlen sich alleine gelassen? Kann es an Ihrem Stoffwechsel liegen, der einfach blockiert?!
Candida-Pilze und Borrelien nehmen Ihnen die Lebensfreude.
Heilpraktiker Dieter F. Klippel in 74336 Brackenheim-Hausen, Bertolt-Brecht-Str. 4 ist **spezialisiert auf Stoffwechselprobleme.** Durch 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.**
Candida/Borrelien Bestimmung erfolgt mit Dunkelfeldmikroskopie.
Weitere Informationen unter www.naturheilpraxis-klippel.de und 07135-931721 - Vereinbaren sie ihren Informationstermin -

Lädle im Riegenhof

Eigene Produkte vom Hof
Frisch & geräuchert: Fleisch / Wurst vom Weiderind
Verschiedene Brotsorten aus dem Holzbackofen
UNVERPACKTE Produkte / Gemüse und Obst
gutsortiertes Naturkost-Sortiment u.v.m.
Mi 9-13
Do 9-13/16-19
Fr 9-13/16-19
Sa 9-13
Kultur auf dem Hof
Buntes kulturelles Programm übers ganze Jahr
Mieten Sie die Kulturscheune für Ihre Feier!
Dazu bieten wir ein leckeres Bio-Catering
Demeter-Hof Doris Braun
Fon 07903 2782, Fax 2643 Riegenhof 4 74535 Mainhardt
www.biolaedle.de facebook.com/riegenhof
Lädle im Riegenhof

Schmerzfrei durchs Leben
Rückenschmerzen waren gestern
Wollen Sie wieder an Lebensqualität gewinnen?
Seit 10 Jahren behandeln wir Rückenschmerzen, indem wir das geschwächte Bindegewebe stärken. Direkt durch chirurgisches Handanlegen an die Schmerzstelle. Probieren Sie es aus:
► Prolotherapie gegen Arthrose, Rücken- und Kopfschmerzen
► Nadelchirugie gegen Schmerzen
► Biologische Therapie ohne Operation
► Auch für Sportler geeignet
Ohne OP und Medikamente
Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie Ihren Termin mit uns!
Oder informieren Sie sich auf unserer Homepage
Praxis Dr. Eyok | Bahnhofstr. 20 | 74632 Neuenstein
Tel. 07942/944255 | www.prologikum.de | dr.eyok@web.de

Man könnte es so ausdrücken: Die Bäche und Flüsse sammeln Informationen, wenn sie den Planeten durchfließen, und geben diese Informationen an die große Schaltzentrale, das Meer weiter! Dieses reagiert und setzt entsprechende Wechselwirkungen in Gang: Ist es zu heiß, dann z.B. in Form von Regen und Überschwemmungen. Ist es zu kalt, werden z.B. bestimmte Meeresströmungen umgeleitet und in andere Regionen geschickt.

Wie genau diese Regulierung im Detail funktioniert, das ist uns kleinen Menschlein noch immer ein Rätsel.

Wasser als Lebensgrundlage

In seiner Gesamtmasse ist Wasser ein wahrer Riese. Denn wäre die Erde eine Kugel ohne Berge und Meerestiefen, würde das Gesamtwasser der Erde unseren Planeten 2700 Meter hoch umhüllen.

Doch obwohl Wasser in Hülle und Fülle vorhanden ist, sind nur 3 % davon Trinkwasser. Daher scheint es heute – bei einer Bevölkerung, die täglich um 200.000 Menschen anwächst – an der Zeit, dem Wasser wieder den Respekt entgegenzubringen, der ihm gebührt.

Zum einen gilt es, globalen Wasserdieben wie Nestle & Co. das Handwerk zu legen, die sich überall Wasserrechte sichern, das natürlich vorhandene Wasser in Flaschen abfüllen und es um ein Tausendfaches teuer wieder an jene zurückverkaufen, denen es »eigentlich« gehört.

Zu anderen müssen wir überlegen, ob die Abermillionen Glas- und Plastikflaschen, die wir jeden Tag im Supermarkt kaufen, tatsächlich besseres Wasser enthalten als jenes Wasser, das aus unserem Wasserhahn kommt.

Auch hier wird von der Mineralwasserindustrie seit Jahren Gehirnwäsche betrieben. Obwohl unser Leitungswasser bekanntlich das meistgeprüfte Lebensmittel überhaupt ist, dazu noch regional verfügbar und äußerst kostengünstig, unterstellt man diesem Leitungswasser, es enthalte die schlimmsten Verunreinigungen. Wer sich mit den Wasserwerken unterhält, bekommt jedoch ganz andere Informationen.

Doch wer teure Filtersysteme verkaufen möchte oder Wasser für ein bis zwei Euro in Flaschen anbietet – die zudem oft noch durch halb Europa transportiert werden –, der hat natürlich ein Interesse daran, das Leitungswasser so schlecht als möglich zu reden.

Wobei regionale Qualitätsunterschiede tatsächlich bestehen. Und wem in einer Großstadt der Chlorgeruch aus dem Wasserhahn entgegenduftet, der greift dann doch lieber zum Mineralwasser.

Übrigens galt Mineralwasser früher nicht als Trinkwasser für den täglichen Gebrauch. Man hat zwar ein oder zwei Mal pro Jahr Trinkwasserkuren gemacht, um den Körper zu entschlacken - das hochgradig gesättigte Mineralwasser sah man jedoch als problematisch an, da der Körper anorganische Mineralien nicht sehr gut verwerten kann.

Zudem ist die enthaltene Kohlensäure kein »Lebensmittel«, sondern wird dem Wasser oft künstlich zugesetzt, um es haltbar zu machen. Für den Körper ist es eher schädlich und kann zur Übersäuerung führen.

Das reine Quellwasser wäre also – falls vorhanden – immer die gesündere Lösung. Oder eben ein Leitungswasser, das frisch und lebendig aus dem Wasserhahn kommt. Und hier gibt es neben sogenannten »Belebungsgeräten« auch noch einfache Aktivkohlefilter, die eventuell vorhandene Verunreinigungen so natürlich als möglich entfernen.

Wasser als Lebenselixir

Zum Schluß noch einmal zu den lebenserweckenden Fähigkeiten des Wassers. Welche besondere Lebenskraft im Element Wasser steckt, möge folgendes Beispiel verdeutlichen: Ein Samenkorn kann 10, 20 oder 100 Jahre in der Erde liegen und schlafen. Die Sonne scheint darauf, die Luft fegt darüber hinweg. Aber nichts geschieht.

Da berührt ein Wassertropfen diesen Samen, und es macht klick! Er erwacht zum Leben. Die Zellen teilen sich, und das im Samenkorn enthaltene Wachstumsprogramm nimmt seinen Lauf.

Wasser ist viel mehr als das, was wir auf den ersten Blick sehen. Es ist sowohl eine irdische als auch eine kosmische Sache. Der griechische Philosoph Thales von Milet drückte es vor 2600 Jahren so aus: Das Prinzip aller Dinge ist das Wasser. Aus Wasser ist alles, und ins Wasser kehrt alles zurück.

Autor
Michael Hoppe

Weitere Infos zur Grander Wasserbelebung
erhalten Sie beim
NATURSCHECK Magazin
E-Mail: mh@naturscheck.de
Tel: 07945-943969

APOSTELS
am besten griechisch

jogurti zum Frühstück ist wie Urlaub in Griechenland

Im Familienbecher und
im Singlebecher ein purer Genuß

APOSTELS Familientradition 100 % Qualität

apostels.de

GRAND OPENING

22.03.2018

Feiern Sie mit uns –
es warten tolle Eröffnungsaktionen auf Sie.

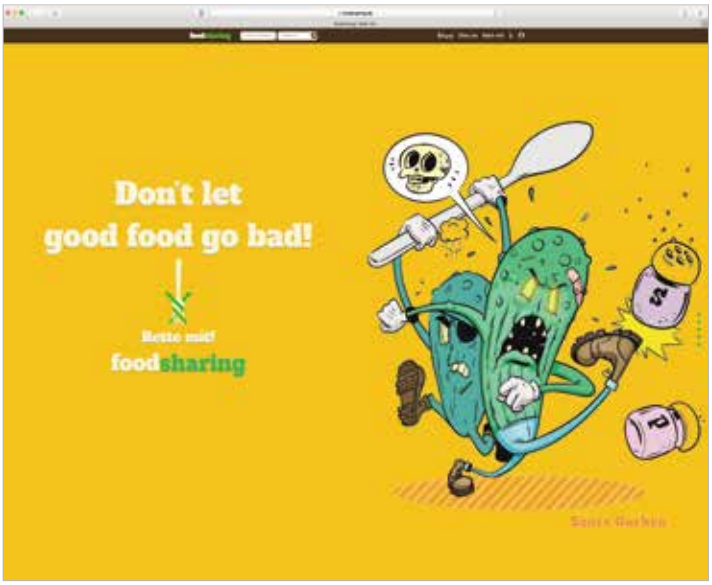
s.Oliver

STADTGALERIE / DEUTSCHHOFSTRASSE 21
74072 HEILBRONN / NEU IM UG

foodsharing

Lassen wir gutes Essen nicht schlecht werden! – Werden wir Foodsaver!

Das Projekt foodsharing ist eine 2012 entstandene Initiative gegen die Lebensmittelverschwendung. Dabei werden Lebensmittel »gerettet«, die man ansonsten wegwerfen würde. Über 200.000 registrierte Nutzer in Deutschland, Österreich und der Schweiz, und über 25.000 Freiwillige, sogenannte Foodsaver, machen diese Initiative mittlerweile zu einer internationalen Bewegung.



Seit 2012 rettet die foodsharing-Bewegung täglich tonnenweise gute Lebensmittel vor dem Müll. »Wir verteilen die Lebensmittel ehrenamtlich und kostenfrei im Bekanntenkreis, der Nachbarschaft, in Obdachlosenheimen, Schulen, Kindergärten und über die Plattform www.foodsharing.de. Unsere öffentlich zugänglichen Regale und Kühlschränke, sogenannte »Fair-Teiler«, stehen allen zur Verfügung."

200.000 Menschen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz nutzen regelmäßig die Internetplattform nach dem Motto: »Teile Lebensmittel, anstatt sie wegzuwerfen!« Inzwischen engagieren sich darüber hinaus 32.000 Menschen ehrenamtlich als FoodsaverInnen, indem sie überproduzierte Lebensmittel von Bäckereien, Supermärkten, Kantinen und Großhändlern abholen und verteilen. Das geschieht kontinuierlich über 500 Mal am Tag bei fast 4.000 Kooperationspartnern.

Jeder kann mitmachen!

Die Plattform foodsharing.de basiert auf ehrenamtlichem Engagement. Das Retten und Teilen von Lebensmitteln findet geldfrei statt. foodsharing bleibt als gemeinnütziger Verein unkommerziell und ohne Werbung. Allein in Deutschland ist die Lebensmittelverschwendung ein großes Problem: Etwa ein Drittel aller Lebensmittel werden ungegessen »entsorgt«. Und dabei wird nicht nur das Lebensmittel an sich weggeworfen, sondern auch die Ressourcen, die zum Beispiel in Anbau, Ernte, Verpackung, Transport und Lagerung geflossen sind.

Die Verschwendung findet überall statt: bei Anbau, Ernte, Weiterverarbeitung, Verkauf sowie beim Endverbraucher. foodsharing sensibilisiert für das Thema soweit möglich bei allen Akteuren, mit denen die Initiative in Kontakt steht. Bei unterschiedlichen Aktionen machen die MitstreiterInnen auf die unglaubliche Verschwendung in der Gesellschaft aufmerksam und bieten Lösungsansätze an. Ziel ist, auf persönlicher Ebene Aufklärung, Umdenken und verantwortliches Handeln anzustoßen.

Aktive Bewußtseinsbildung

foodsharing bringt Menschen unterschiedlichster Hintergründe zusammen und begeistert zum Mitmachen, Mitdenken und verantwortungsvollem Umgang mit den Ressourcen unseres Planeten. Es gibt keine andere Initiative dieser Größe, welche in diesem Umfang ehrenamtlich tätig ist, öffentlich kommuniziert, wie viele Lebensmittel weggeworfen werden, und aus einer Nachhaltigkeitsperspektive Lösungsansätze bietet.

Mit foodsharing kooperieren inzwischen über 3.000 Betriebe, bei denen bisher schon 7,8 Millionen Kilogramm Lebensmittel vor der Verschwendung bewahrt worden sind. Täglich finden etwa 1.000 weitere Abholungen statt!

Bitte unterstützen Sie diese nachhaltige Initiative! Regionalgruppen gibt es in vielen Regionen Deutschlands.

Weitere Infos

Foodsharing e.V.
Marsiliusstr 36, 50937 Köln
Web: www.foodsharing.de
E-Mail: info@foodsharing.de

Let´s Do It! – Werde Teil der weltweit größten Bürgerbewegung am »World Clean Up Day« am 15. September 2018

Das Problem

Gigantische Müllberge, die unsere Wälder, Wiesen, Straßen und Meere verschmutzen, vergiften die Natur zusehends. Im November habe ich mir in Afrika ein Bild vom Ausmaß des Müllproblems gemacht. Die Großstadtbewohner vieler Länder kennen NUR Müll. Das ist ihre gewohnte Umgebung, wie es für uns Bäume am Straßenrand sind. Sie müssen sich Schneisen durch Müllberge graben. Das war bisher unvorstellbar für mich. Eine Welt der Müllvermeidung (»zero waste«) ist das Gebot der Stunde.

Lösung

»Let's Do It World« ist eine weltweite Bürgerbewegung mit dem Ziel, Menschen und Organisationen zu aktivieren, zu vernetzen und gemeinsam daran zu arbeiten, die Welt von Müll zu befreien - zuerst mit dem Einsammeln, dann mit Müllvermeidung im Sinne eines neuen Bewußtseins.

Die Bewegung nahm ihren Ausgang in Estland, wo im Jahre 2008 ca. 50.000 Bürger des Landes 10.000 Tonnen Müll einsammelten. Let's Do It World entwickelte sich sehr schnell zu einem internationalen Netzwerk: Im Jahr 2016 haben unter diesem Dach 16,5 Millionen Menschen in 113 Ländern Aufräum-Kampagnen in ihren Ländern organisiert.

Ziel 2018

… Geschichte schreiben mit der größten weltweiten Bürgerbewegung: Am World Cleanup Day - 15. September 2018 - beteiligen sich 5 Prozent der Weltbevölkerung in 150 Ländern auf der Erde daran, diese zu säubern.

Schlüssel zum Erfolg

» Wir nehmen die Sache selbst in die Hand. In fast allen Ländern dieser Welt sitzt ein lokaler Koordinator, der die Aktivitäten im jeweiligen Land zusammenführt.

» Mit einer App nehmen Millionen Handy-Nutzer auf, wo sich Müll befindet.

» Wir schließen uns zusammen und zeigen an EINEM Tag, daß ein globales Problem global gelöst werden kann – indem wir alle konzertiert an einem Strang ziehen.

Der Countdown läuft

Ende Januar haben sich in der estländischen Hauptstadt Tallinn Let's Do It - Menschen aus 90 Ländern zusammengefunden, um den Countdown für die weltgrößte friedliche Bürgerbewegung am 15. September 2018 einzuläuten. In Deutschland hat Holger Holland, der Projektkoordinator, in Berlin den Startschuß gegeben. Das globale Motto heißt: »See it – map it - bag it – move it – LEARN!

Mitmachen – und mit Geschichte schreiben!

Wir brauchen so viele Zupackende wie möglich. Einfach die App von unserer Webseite laden und als Freiwillige melden. Eine wachsende Zahl von Unternehmen sind im Rahmen ihrer CSR-Aktivitäten unsere Partner.

Autorin
Kathrin Köster

Weitere Infos
sind auf unserer Webseite zu finden:
www.DEUTSCHLANDmacht.de
Auf unserer Facebook-Seite haben wir ein kurzes Erklär-Video gepostet:
https://www.facebook.com/DEUTSCHLANDmacht/

Haus Ahorn – der Mensch im Mittelpunkt seit 25 Jahren

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

In diesem Jahr feiert die Einrichtung ihr 25-jähriges Jubiläum mit Sonderveranstaltungen für die Bewohner. Dabei werden auch fünf Mitarbeiter geehrt, welche von Anfang an dabei sind. Andere sind bereits seit 20, 15 oder 10 Jahren im Haus Ahorn tätig. Diese Tatsache zeigt ein hohes Maß an Zufriedenheit unter den Mitarbeitern auf. In einer Zeit, in welcher der Pflegebereich oft Negativschlagzeilen produziert (Kostendruck, Zeitmangel etc.), möchte das Haus Ahorn ein positives Vorbild für andere Häuser sein.

Grundlage des Qualitätskonzeptes ist die Unternehmensphilosophie: die Anerkennung der Menschenwürde und das Recht auf Selbstbestimmung werden als oberste Zielsetzung angegeben. Dazu gehört die Hilfestellung zu einer selbstständigen Lebensführung ebenso wie die Bereitstellung der Möglichkeiten zu neuer sozialer Integration und Teilnahme an kulturellen Bildungs- und Freizeitangeboten. Dazu gehört auch, daß eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen zugrunde gelegt wird.

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

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

Leben im Haus Ahorn

Für Gesundheit und Körperpflege stehen im Haus Ahorn ein Gymnastikraum und Fitneßgeräte im Garten, ein Therapieraum und der Friseursalon zur Verfügung. Regelmäßige soziale und gesellschaftliche Veranstaltungen finden in der Cafeteria, der Empfangshalle, im Wintergarten, im Fernsehraum oder in verschiedenen Clubecken des Hauses statt. Kleine Einkäufe können im Kiosk erledigt werden.

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

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

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

Die angenehme und entspannte Atmosphäre in diesem Haus und seine zufriedenen Bewohner könnten als Vorbild für alle Einrichtungen dieser Art dienen.

Autor
Max Glashauser

Praxis der energetischen Heilung – Meisterausbildung

Möchtest Du Dich spirituell weiterentwickeln, intensiv an Deiner Persönlichkeit arbeiten, Dein Selbstwertgefühl stärken, Dich mit dem göttlichen Energiefeld verbinden, Deine Selbstheilungskräfte stärken, alte Glaubenssätze beseitigen, Deine körperlichen und psychischen Blockaden lösen, an der Aura und den Chakren arbeiten, eine Geistige Wirbelsäulenaufrichtung bei Dir und anderen vornehmen, mit dem Inneren Kind und dem Höheren Selbst arbeiten, Affirmationen richtig anwenden, mit Engeln und aufgestiegenen Meistern arbeiten, schamanische Techniken lernen und anwenden, Dir oder anderen mit einem spirituellen Coaching zur Lösung des Problems verhelfen, Deine Wahrnehmung verbessern, Dich sogar selbständig machen und das Erlernte bei anderen anwenden, um Ihnen zu einem gesünderen und glücklichen Leben zu verhelfen?

Möchtest Du selbst bestimmen, wie viel Geld Du verdienst, vor allem wann oder wieviel Du arbeitest?

Möchtest Du das alles lernen, mit einem Lehrer, der sich auf Dich einstellt, auf Deine Bedürfnisse? Der sich nicht nur während der Ausbildungstage, sondern auch in den Zeiten zwischen den Ausbildungsblöcken immer um Dich kümmert, um Dich optimal auszubilden und in Dir aufkommende Fragen zu beantworten? Der die Ausbildungsinhalte optimal auf Dich abstimmt, damit Du den größten Nutzen aus der Ausbildung für Dich ziehst?

Wenn sich das gut für Dich anfühlt, dann ist diese Ausbildung perfekt für Dich! Ich würde mich freuen, Dich als meinen neuen Schüler begrüßen zu dürfen, um mit Dir gemeinsam an diesen Themen zu arbeiten.

Die Ausbildungsinhalte der Jahresausbildung sind in 6 Blöcke von jeweils 2 Tagen aufgeteilt.

› **Block 1:** Verbinden mit der Göttlichen Energie, was ist Energiearbeit und wie wende ich sie an, die Chakren, die Aura, intuitive Energiearbeit, üben verschiedener Techniken.

› **Block 2:** Geistige Wirbelsäulenaufrichtung, üben verschiedener Techniken.

› **Block 3:** Inneres Kind, Höheres Selbst, Affirmationen, Glaubenssätze, Anwendung verschiedener Symbole, Arbeiten mit Engeln/Aufgestiegenen Meistern.

› **Block 4:** Schamanisches Arbeiten, Schamanische Reise, Krafttier und inneren Lehrer finden, Seelenrückführung und Heilung, Arbeiten mit Huakas, Räucherungen.

› **Block 5:** Spirituelles Coaching, Hellsichtige Heilanwendung.

› **Block 6:** Prüfung, Übergabe des Diploms.

› **Alternativ** kann auch ein 2-Tagesseminar oder eine Kundalinireiki Einweihung gemacht werden.

Die Bücher

Kundalini Reiki
118 Seiten, 10,20 EUR, Klecks Verlag, ISBN: 978-3-942884-914

In ihrem Buch gibt die erfahrende Reiki-Lehrerin Silke Lang nicht nur eine Einleitung in das Thema und Einweisungen in die Anwendung von Kundalini Reiki, sondern auch wertvolle Tipps für all diejenigen, die sich mit Reiki beschäftigen wollen.

Das Praxisbuch der energetischen Heilung
172 Seiten, 29 EUR, Spirit Rainbow Verlag, ISBN: 978-3-940700-74-27

Durch die Schilderung der Erfahrungen, welche die Autorin mit ihren Schülern und in ihren Seminaren gemacht hat, gewinnt der Leser einen tieferen Einblick in den praktischen Berufsalltag der Heilarbeit.

Leseproben zu Büchern von Silke Lang finden sie unter http://www. energetischeheilung.com/buecher.html

Kontakt

Silke Lang
Praxis der energetischen Heilung
Spirituelle Lehrerin / Heilerin / Autorin
Jägerhausstraße 30, 74199 Donnbronn
Tel: 07131-9739822
E-Mail: info@energetischeheilung.com
Web: www.energetischeheilung.com

Die Sehnsucht nach echtem Erleben! – Interview mit der Reisejournalistin Regine Gwinner

Regine Gwinner ist Expertin für umweltverträgliche Reiseziele. Aufgewachsen in Schwäbisch Hall, lebt und arbeitet sie seit vielen Jahren als Redakteurin in Bonn. Regine Gwinner ist Chefredakteurin des nachhaltigen Reisemagazins »Anderswo«, das jährlich im fairkehr Verlag erscheint. Im NATURSCHECK-Interview gibt Regine Gwinner einen Einblick in die Reisewelt und spricht auch über ihre liebsten Urlaubsziele.

Liebe Frau Gwinner, Sie arbeiten seit vielen Jahren beim fairkehr-Verlag und verantworten dort unter anderem die Chefredaktion des nachhaltigen Reisemagazins »Anderswo«. Was verbirgt sich hinter den Namen fairkehr und Anderswo?

Regine Gwinner
fairkehr ist eine nachhaltige Kommunikationsagentur, die sich auf die Themenfelder Mobilität, Freizeit und Reisen spezialisiert hat. Der Name Anderswo ist entstanden, weil wir für unser neues Reisemagazin einen Titel gesucht haben, der das Reisen abseits ausgetretener Pfade und abseits des Massentourismus auf den Punkt bringt – eine sehr gute Verortung in der insgesamt eher konservativen Tourismuslandschaft, wie wir finden.

Sie sind in Schwäbisch Hall aufgewachsen. Welchen Weg haben Sie nach der Schule eingeschlagen?

Regine Gwinner
Nach der Schule wollte ich unbedingt raus aus der Kleinstadt und ins Ausland. Ich war zuerst in Frankreich an der Uni und habe dann in Heidelberg studiert – mit vielen Auslandsaufenthalten. Nach dem Studium wollte ich »was mit Journalismus« machen und bin nach Bonn zum fairkehr-Verlag ins Volontariat. Die Aufgaben dort waren so vielseitig und spannend, daß ich immer weiter geblieben bin – bis heute.

Wie wichtig ist es Ihnen, nicht nur im Beruf, sondern auch im Alltag auf nachhaltige Verkehrsangebote zu setzen?

Regine Gwinner
Ich habe nie ein Auto besessen und immer so gelebt, daß ich keines gebraucht habe. Irgendwann hatte ich das Fahren so verlernt, daß ich es – aus Schutz für mich und meine Umwelt – ganz aufgegeben habe. Da stand das Thema Nachhaltigkeit erst mal gar nicht so im Vordergrund. Über den Lebensstil, der sich daraus entwickelt hat, ist uns als Familie erst bewußt geworden, wie viel Freiheit wir ohne Auto haben. Meine Kinder sind beide leidenschaftliche Fußgänger und Radfahrer und erinnern sich gerne an die vielen Urlaube, in denen wir per Bahn, Rad und zu Fuß Europa erkundet haben.

Sie arbeiten seit vielen Jahren als Redakteurin für den fairkehr-Verlag und beschäftigen sich dort vor allem mit nachhaltigen Reiseangeboten. Wie definieren Sie persönlich den Nachhaltigkeitsbegriff und warum ist Ihnen dieses Thema so wichtig?

Regine Gwinner
Es ist schön, daß Sie nach meiner persönlichen Definition fragen. Ich habe oft den Eindruck, daß in meine Nachhaltigkeitsdefinition tatsächlich viele individuellen Werte und Erfahrungen einfließen. Meine Überzeugung ist, daß Nachhaltigkeit nichts Altruistisches sein kann, sondern erst in Verbindung mit einem ganz persönlichen Lebensstil entsteht, der mich selbst nährt und mir das gibt, was ich langfristig vom Leben möchte.

Bei mir ist das die ewige Suche nach einer inneren Zufriedenheit, nach Verbundenheit mit den Menschen in meiner Umgebung und der Natur. Wenn ich das spüre, bin ich glücklich. Dann handle ich aus eigenem Antrieb heraus nachhaltig und brauche keine Fern-

reise, kein großes Auto, kein 5-Sterne-Hotel und wenig Konsum.

Nach wie vor buchen die Deutschen gerne einen Pauschalurlaub in beliebten Feriendestinationen wie Mallorca. Für Partyurlaub auf dem Vergnügungsschiff »Aida« können sich vor allem Jüngere begeistern. Wie nachhaltig sind denn in Ihren Augen die Pauschalreise- bzw. Sorglosangebote der führenden Tourismus-Anbieter?

Regine Gwinner

Sobald ein Flug in der Reise enthalten ist, kann man aus meiner Sicht nicht mehr von einer nachhaltigen Reise sprechen. Dazu ist der CO2-Ausstoß einer Flugreise zu gravierend. Aber natürlich engagieren sich viele Anbieter in den Bereichen Umwelt- und Sozialverträglichkeit vor Ort. Dennoch kann sich jeder Reisende vorstellen, wie schwer es für einen weltweit agierenden Konzern ist, Einkaufsketten nachzuverfolgen oder Arbeitsbedingungen zu kontrollieren. Das ist für kleinere Veranstalter einfacher.

Wir empfehlen daher gerne Reiseveranstalter, die sich auf einzelne Länder oder Regionen spezialisieren, dort mit der einheimischen Bevölkerung eng zusammenarbeiten und ein Corporate Social Responsibility-Siegel haben.

Die (politische) Welt ist derzeit in Aufruhr. Dies wirkt sich auch auf die Reiseplanung aus. Inzwischen ist die Türkei bei Westeuropäern als beliebtes Reiseziel zurückgefallen, während Spanien und Griechenland wieder aufgeholt haben. Sollten politische Entwicklungen Ihrer Meinung nach bei der Reiseplanung eine Rolle spielen?

Regine Gwinner

Es ist extrem bitter für die vielen kleinen Anbieter vor Ort - zum Beispiel in der Türkei - die sich eine Existenz aufgebaut haben, tolle Angebote machen und dann vor dem Aus stehen, weil das politische System ihren Gästen keine sicheren oder akzeptablen Rahmenbedingungen bietet. Da muß der Gast natürlich prüfen, ob er sich nicht zu schnell abschrecken läßt. Aber ich kann auch nicht vom einzelnen Urlauber verlangen, daß er in Länder reist, die kein verläßliches Rechtssystem haben oder in denen Touristen Zielscheibe interner Machtkämpfe sind.

Was glauben Sie: sieht der Reisemarkt der Zukunft eher positiv oder negativ aus?

Regine Gwinner

Ich kann beides sehen. Auf der einen Seite beobachten wir eine große Sehnsucht nach echtem Erleben, nach Entschleunigung und einem achtsamen Umgang mit Zeit und Ressourcen. Der dazu passende Urlaub ist unabhängig von Entfernung, Status oder Luxus und läßt sich mit unseren Vorstellungen vom nachhaltigen Reisen sehr gut vereinbaren.

Auf der anderen Seite gibt es aber einen weltweiten Trend nach immer öfter und immer weiter fliegen, nach schnellem Konsum und Abhaken von Reisezielen. Da ist die Wegwerfgesellschaft auf Reisen. Das ist vor Ort nicht schön anzusehen und hat eine große Zerstörungskraft – vor allem auch für die Orte, die da bereist werden.

Wie kann ich mich als unbedarfter Tourist im Vorfeld darüber informieren, welche Reiseziele nachhaltig sind und welche nicht?

Regine Gwinner

Wir haben auf unserer Website www.wirsindanderswo.de viele Ideen und Anregungen zusammengestellt. Und natürlich auch eine ganz kurze Liste mit grundlegenden Entscheidungskriterien. Das Wichtigste: wenn möglich, nicht fliegen. Wie das für ganz Europa geht, zeigen wir auch auf unserer Website.

Wie oft reisen Sie und Ihr Anderswo-Team durch Deutschland und Europa, um Reiseanbieter und Reiseziele auf Nachhaltigkeit zu überprüfen, und auf welche Kriterien achten Sie dabei besonders?

Regine Gwinner

Wir sind ein sehr kleines Team und sitzen leider die meiste Zeit im Bonner Redaktionsbüro. Maximal fünf Recherchereisen pro Jahr machen wir beruflich. Dabei schauen wir uns besonders interessante Projekte an oder versuchen exemplarisch Reisen zu machen, die wir unseren Lesern auch nahelegen möchten: den Aufenthalt im Kloster oder eine Fernwanderung entlang der Costa Brava zum Beispiel. Wir sind dabei immer per Bus und Bahn unterwegs, gerne per Nachtzug.

Welche Reiseziele innerhalb von Deutschland und Europa mögen Sie im Frühling besonders und können sie auch den NATURSCHECK-Lesern empfehlen?

Regine Gwinner

Ich liebe den Frühling in Südeuropa. Der April auf Sizilien oder der Mai auf Korsika sind meine Favoriten. Im April ist es in Sizilien an der Küste schon warm, aber nicht so voll. Alles blüht, und man kann wunderbar wandern und Fahrrad fahren. Wer es richtig sportlich mag, findet im Inland eine teilweise fast alpine Berglandschaft.

Was Korsika angeht: Wenn man Glück hat, ist auf Korsika im Mai schon richtig Sommer. Man kann die Vielseitigkeit der Insel in der Nebensaison in aller Ruhe genießen. In den Bergen ist es abseits der Hauptwanderstrecken ganz einsam, und die Strände und Buchten hat man noch ganz für sich alleine. Viele Campingplätze haben gerade erst für die Pfingstgäste geöffnet. Alles ist irgendwie verschlafen und natürlich deutlich günstiger als im Hochsommer.

Im Sommer sind Norwegen, Nordengland oder Wales ein Traum für Naturliebhaber. Der Pembrokeshire Coast Path ist ein wunderschöner Fernwanderweg, der immer an der Küste von Südwales entlangführt. Es geht ständig rauf auf die Klippen und wieder runter. Dazwischen liegen die schönsten Sandstrände, die man sich nur wünschen kann. Und da es in dieser abgelegenen Region kaum Tourismus gibt, hat man die Landschaft meist für sich allein. Alle Ziele sind übrigens wunderbar mit Bahn und Fähre zu erreichen.

Wo zieht Sie es im Herbst und im Winter hin?

Regine Gwinner

Im Herbst tendiere ich dann wieder zum Süden: Kroatien, Katalonien, Griechenland. In Kroatien fasziniert mich das Wasser und die vielen winzigen Inseln, die man immer wieder neu erkunden kann. Katalonien bietet eine spannende Mischung aus Geschichte, Kunst, innovativer Küche, Hochgebirge und Badeurlaub. In Griechenland liebe ich den entspannten Lebensstil, die oft einfache, aber immer köstliche Küche, die Farben, den Himmel und die Menschen. Und im Winter bin ich Deutschland-Fan. Ich liebe die Kombination aus kalten Tagen und kuschligen Unterkünften mit gutem Essen beim Winterwandern. Zum Beispiel auch in Hohenlohe, wo ich immer wieder gerne unterwegs bin.

Frau Gwinner, wir danken Ihnen für das interessante Interview.

Webseite Reisemagazin

Website Reisemagazin »Anderswo«
www.wirsindanderswo.de

Webseite fairkehr-Verlag

fairkehr – der Verlag für nachhaltige Kommunikation: www.fairkehr.de

Tiere sehen und erleben im Wildpark Bad Mergentheim

Besonders während der Ferien lohnt sich ein Besuch des Wildpark Bad Mergentheim, denn nach dem Motto »Tiere sehen und erleben« steht hier alles unter dem Leitbild Spaß, Spielen und Erholung für die ganze Familie: Frische Luft, der direkte Kontakt mit der Natur und Tieren, Bewegung oder Faulenzen im Wald, Spaß für die Kinder im Ferienprogramm oder auf den einzigartigen Spielplätzen; dazu entspannendes Genießen in gemütlichen Biergärten.

Über 70 Tierarten sind in naturnah gestalteten Freisichtanlagen zu bestaunen - mit kaum wahrnehmbaren Begrenzungen für »ganz viel Sehen und Erleben«. Auf dem idyllischen Rundweg können zweimal am Tag die Tierpfleger begleitet werden, und man erlebt präzise jagende Eulen, spielende Fischotter, schleichende Luchse und Wildkatzen bei der »Jagd« am Beutesimulator. Mächtige Braunbären balancieren Futter grazil auf ihren Tatzen, zwei gelassene Elche kreuzen den Weg, und ein riesiger Weißkopfseeadler fischt seine Beute während des Fluges direkt vor den Besuchern aus dem Wasser.

Die Fütterung der Geier und der anschließende Besuch des 30-köpfigen Wolfsrudels gehören sicherlich zu den Höhepunkten der ca. zweieinhalbstündigen Führung. Bis zu 3 Meter Spannweite der »Gesundheitspolizei« bringen einem die Frisur gehörig durcheinander, wenn 4 Geier gleichzeitig dicht über sie hinwegrauschen – da heißt es: ganz schnell wegducken! Das größte Wolfsrudel Europas erscheint beim ersten Ruf der Tierpfleger und beeindruckt mit strengen Regeln beim Fressen – Verstöße gegen die Etikette werden von ranghöheren Tieren sofort geahndet! Begeisterte Wolffans aus ganz Deutschland reisen eigens an, um einmal im offenen Wolfszelt direkt nebenan das schaurige Geheule mitten in der Nacht über sich ergehen zu lassen!

Im Biergarten unter altem Baumbestand genießt man den Baumschatten, gute und preiswerte Mahlzeiten sowie Kaffee und Kuchen, während die Kinder im Streichelzoo Ziegen und Zwergrinder füttern oder auf dem Waldspielplatz mit Wasser planschen.

Am Ende des Rundwegs wartet dann die berühmte »Koboldburg« auf die jungen Besucher - ein einzigartiges bauliches Highlight: Verstecke, Zimmer, Rutschen, Tunnel, Labyrinthe und Kletterbalken gilt es zu entdecken und auszuprobieren. Die Koboldburg ist ein kleines Dorf, umgeben von acht Türmen: sie beherbergt eine Tierarztpraxis, die Zauberschule, den Kaufladen und viele weitere Spielnischen, die zu Rollenspielen verführen ... Dort können Gäste mit ihren Kindern auch bei einem der speziellen Familientermine übernachten und gemeinsam mit Klabauke den Kobolden der Nacht lauschen – oder selbst belauscht werden!

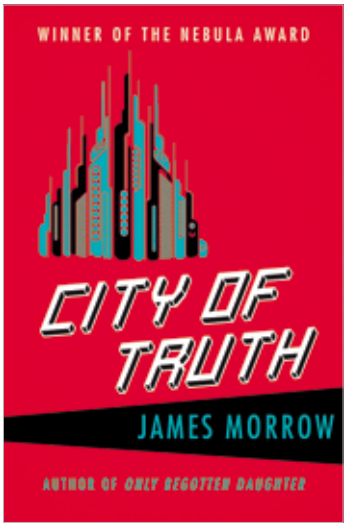
Ein Besuch des Wildparks lohnt sich immer wieder, denn die Natur und die Tiere zeigen sich jeden Tag von einer anderen Seite. Bleibend sind jedoch Ihre Eindrücke, die Sie in Bildern und Erinnerungen mitnehmen: ein Natur-Tag, voll mit Erlebnissen für die ganze Familie ...

Täglich geöffnet von:
9:00 bis 18:00 Uhr,
letzter Einlaß: **16:30 Uhr**
Mit den Tierpflegern unterwegs, pünktlich um:
9:45 und 13:30 Uhr

Weitere Informationen
www.wildtierpark.de
Ferienprogramme direkt buchen
unter www.wipaki.de

BUCHTIPP: »Die Stadt der Wahrheit« von James Morrow

Was wäre wenn ... wir plötzlich alle nur noch die Wahrheit sagen könnten? Wenn es keine Lüge mehr gäbe, da uns die Fähigkeit zu lügen bereits in der Kindheit »operativ« entfernt wird? Wenn die Millionen tagtäglicher privater, politischer, medialer und Werbelügen nicht mehr möglich wären? In seinem Roman »Die Stadt der Wahrheit« aus dem Jahre 1990 hat der Autor James Morrow dieses Wahrheitsexperiment durchgespielt – mit einem überraschenden Ergebnis!



Die Handlung

Veritas (Wahrheit) ist eine Stadt der Zukunft, aus der jede Unwahrheit verbannt worden ist. Alle Bewohner werden im Alter von zehn Jahren einer Gehirnwäsche unterzogen und sind fortan nur noch in der Lage, die Wahrheit und nichts als die Wahrheit zu sagen. Menschliche Beziehungen sind rational, aber ehrlich. Alles »Irrationale« wie Kunst, Literatur, Religion, Naturheilkunde etc. wird von sogenannten Kritikern auf seinen »objektiven« Wahrheitsgehalt geprüft und dann vernichtet.

Jack Sperry ist einer dieser Kritiker. Er zerstört täglich alte Kunstwerke und lebt ein vernünftiges, weitestgehend emotionsloses Leben. Bis sein kleiner Sohn an einer unheilbaren und absolut tödlichen Infektion erkrankt!

Der Schock sitzt tief! Jack Sperry möchte nicht, daß sein Sohn die Wahrheit über seinen wirklichen Gesundheitszustand erfährt, und er möchte ihn retten – wider jegliche Vernunft. Da erinnert er sich plötzlich an alte Schriften über Selbstheilung und positives Denken, die er vor deren Vernichtung gelesen hat. Diese gelten jedoch als Lüge - deshalb macht er sich auf die Suche nach den »Schwindlern«, einer Gruppe von Menschen, die ihre Konditionierung rückgängig gemacht haben und wieder lügen können. Können die Schwindler ihm helfen, das Schicksal seines Sohnes in eine andere Richtung zu lenken?

Veritas versus Satirev

Die Stadt der Wahrheit ist eine Parabel, ein Gleichnis, bei der mit »Veritas« die rationale Welt der Wahrheit dem fantastischen »Satirev« (Satire?!) gegenübergestellt wird. Während in Veritas eine gewisse Gefühlskälte vorherrscht und Lokalitäten so »ehrliche« Namen tragen wie »Miese Mixgetränke«, in denen es »Ermordete Kuh auf welkem Salat« zu essen gibt, herrscht unter den Saterivianern eine große Euphorie. Hier scheint alles möglich, und wenn nicht, wird es eben schöngeredet.

Jack Sperry bewegt sich zwischen diesen Welten, getrieben von der Hoffnung, seinen geliebten Sohn einem unabwendbaren Schicksal entreißen zu können. Ein tragischer Held, den die Liebe antreibt, sein Lebenskonzept komplett neu zu überdenken.

Der Autor

James Morrow, geboren 1947 in den USA, wandte sich früh der moralisierenden, warnenden Art von Science Fiction zu, für die sein Mentor Kurt Vonnegut (»Die Sirenen des Titan"«) Pate stand. Im Stile eines Aldous Huxley hinterfragte er die Zukunft, auf die wir – wenn wir so weitermachen – unweigerlich zutreiben.

Denn auch heute schon ist die tägliche Gehirnwäsche durch Mainstream und Medien ein prägender Teil unserer Gesellschaft. Wer es wagt, den vorgegebenen »politisch korrekten« Konsens zu hinterfragen, wird schnell von den »Brutalos« wieder auf Linie gebracht – wie die »Sittenpolizei« im vorliegenden Roman genannt wird.

Andererseits ist auch das komplette Abdriften in das esoterische Satirev keine tragbare Lösung, da hier zwar mehr Freiheiten vorhanden sind, jedoch der ewige Glaube an den rettenden Messias vorherrscht, der von der eigenen Verantwortung ablenkt.

Irgendwo dazwischen verbirgt sich die »wahre Wahrheit«, die jedoch nur hört, wer wieder lernt, auf seine innere Stimme zu lauschen.

»Die Stadt der Wahrheit« wurde 1993 mit dem renommierten Nebula Award der Science Fiction-Kritiker als beste Novelle des Jahres geehrt. Es ist uns nicht bekannt, ob das Buch in letzter Zeit neu aufgelegt wurde. Gebrauchte Exemplare sind u.a. noch bei Amazon zu haben.

Weitere Informationen

Die Stadt der Wahrheit /
City of truth, 1990, Heyne 1993,
ISBN 3-453-06621-9

Pater Gerhards Kräuterkolumne: Brennnessel

»Was brennt ums Haus und's Haus brennt nit?« Ein wahrer Menschenfreund ist's: die Brennnessel, Urtica dioica, wie der Botaniker zu sagen pflegt.

Wer kennt sie nicht, die Brennnessel? In Scharen umstellt sie Haus und Hof. Jedes Kind, das noch einen natürlichen Drang nach draußen hat, kennt sie und ihre Wirkungen, wenn die zarte menschliche Haut ihnen zu nahe kommt.

Walahfried Strabo, im 9. Jahrhundert Abt im Kloster Reichenau, schreibt in seinem Gedicht über sein Kräutergärtlein, dem »Hortulus« im Kapitel über die Schwierigkeit des Gartenbaus: »*Dann haben Nesseln den Raum überwuchert … Und auf den Flächen des Feldchens ist übles Unkraut gewachsen, Pfeilen vergleichbar, verderblich bestrichen mit ätzenden Gifte. Wie dem sich wehren? So dicht war durch unten verkettete Wurzeln alles verwoben …*«

Mit ihrem Mantel aus lauter feinen, spröden Brennhaaren treibt sie einem manchmal das Wasser in die Augen. Abhilfe schafft in diesem Fall der Blattsaft des Ampfers, der meist in unmittelbarer Nachbarschaft der Brennnessel gedeiht. Manch einer findet jedoch das Kribbeln als gar nicht so unangenehm. Diejenigen, die das sagen und behaupten, beteuern, daß ihre Hände dadurch feinfühliger werden.

Aber warum schützt sich die Brennnessel vor unsachgemäßer Berührung? Der Schweizer Kräuterpfarrer Johannes Künzle bemerkte dazu: »Hätte die Brennnessel keine Stacheln, wäre sie wohl schon längst ausgerottet worden, so vielseitig sind ihre Tugenden.«

Die Kelten personifizierten die Brennnessel mit einem bewaffneten Krieger. Der half mit im Kampf gegen den äußeren und inneren Winter. Mittelalterliche Doktoren verordneten die Brennnessel als wirksames Mittel, um das Zuviel an »schwarzer Galle« auszutreiben. Brennnessel treibt Harn und Schweiß, fördert den Stuhlgang und hilft, Schleim in den Lungen zu lösen. So sorgt sie wieder für »guten Humor«. Hildegard von Bingen (1089-1179) berichtet über sie: »*Die Brennnessel ist in ihrer Art sehr warm. In keiner Weise nützt es, daß sie roh gegessen wird, wegen ihrer Rauheit. Aber wenn sie frisch aus der Erde sprießt, ist sie gekocht nützlich für die Speisen des Menschen, weil sie den Magen reinigt und den Schleim aus ihm wegnimmt.*«

Brennnesselsuppe oder Nesselgemüse, mit einem Geschmack, der an Meeresfrüchte erinnert, enthält besonders wertvolle Nährstoffe: Eisen, Kalzium, Vitamin A und C und besonders viel pflanzliches Eiweiß. Bis zur Sommersonnwende wird sie als Wildgemüse verwendet. Danach geht ihre Vitalkraft in Pollen und Samen über. Die Samen sind eine Köstlichkeit zu Müsli, Joghurt und Salaten. Die Wurzeln der Brennnessel sind hilfreich bei Prostatabeschwerden. Auch im Herbst und Winter ist die getrocknete Brennnessel eine kostbare Zutat für Suppen, als Tee oder ganz banal als Haarspülung.

Junge Blätter und Triebe besitzen noch keine Brennhaare, so daß sie als nährstoffreiches Gemüse oder Salat verzehrt werden können. Auch als Brennnesselsuppe allein sehr schmackhaft! Am 1. Januar aß man Brennnesselkuchen, um sich ein gutes Jahr zu sichern, am Johannistag Brennnesselpfannkuchen, um gegen Nixen- und Elfenzauber gefeit zu sein. Die Brennessel gehörte traditionsgemäß in die Gründonnerstagsspeisen.

Die Brennessel ist ein Symbol schmerzlichen Liebesbrennens oder der hoffnungslosen Liebe. Früher "peitschte" man sich mit Brennesseln, benutzte sie zum "Liebesgeißeln". (Sich mit Brennnesseln zu schlagen erzeugt an der betreffenden Stelle ein stundenlanges Wärmegefühl, fördert die Durchblutung und eignet sich deshalb hervorragend bei schmerzenden Gelenken, Rheuma- oder Ischiasbeschwerden. Es kostet nichts - höchstens Überwindung!)

Mattioli berichtet: "*Nesselblätter in Wein gesotten und getrunken, machen zur Liebe feurig, locken zur Unkeuschheit*". Und Brunfels schreibt: "*Wenn sie wollen eheliches Werck treiben, essen sie den Samen mit Zwiebeln und Eys Dotteren und Pfeffer*". Weil die Brennessel durchblutungssteigernd wirkt, gelten Gerichte mit ihr als aphrodisierend. Auch 1-2 Teelöffel Brennesselsamen ins Müsli gegeben soll das menschliche Lustbedürfnis steigern. Ein daraus zubereiteter Tee vertreibt die Frühjahrsmüdigkeit... Gegen Furunkel hilft Harry Potters Zaubertrank, den er aus der "Nessel" braut.

Die Ursache für die brennenden Schmerzen und juckenden Quaddeln ist die Ameisensäure. Noch heute wird die "Urtikation" bei Rheuma und Arthritis angewandt. Die Brennessel wirkt blutreinigend, stimuliert die Verdauungsdrüsen (in Magen, Darm, Bauchspeicheldrüse, Leber, Galle) und hat zudem eine milchbildende, blutzuckersenkende, entgiftende und stoffwechselanregende Wirkung. Kraut, Blätter und Samen enthalten viel Vitamin C, Vitamin A, Mineralsalze (vor allem Kalium und Kalzium), Chlorophyll, Karotinoide und organische Säuren.

Für rund 50 Schmetterlingsarten im Raupenstadium sind Brennnesseln die Futterpflanze. Sie sind sogar auf die Brennnessel angewiesen. Brennnessel vermag Schwermetalle und Giftstoffe aus dem Garten-, dem Pflanzen-, dem Tier- und dem Menschenkörper auszuleiten.

Gott befohlen und herzlichst,
Ihr Pater Gerhard

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

Ratzfatz Frühlingskräuter-Gemüse-Brühe mit Bärlauch-Polenta-Herzen

– für etwa 1 großes Glas Gemüsepaste und Suppeneinlagen für 4-6 Personen –

125 g geschälte, geputzte Karotten (brutto etwa 150 g),
125 g geschälter, geputzter Sellerie (brutto etwa 150 g),
50 g geputzter Fenchel (1 Stück von einer kleinen Fenchelknolle),
50 g geputzter Lauch (ein Stück einer dünnen, kleinen, Lauchstange),
50 g geschälte, geputzte Zwiebel (brutto 60 g), 70 g Salz

Das Gemüse entsprechend schälen, putzen, waschen und klein schneiden. Das Gemüse in einen leistungsfähigen Mixer geben und klein mixen. Das Salz zugeben, unterrühren und für etwa 20 Minuten ziehen lassen. So gibt das Gemüse Saft ab und lässt sich anschließend leichter weiter mixen.

40 g geputzte Frühlingskräuter mit feinen bis mittleren Stielen (Petersilie, Schnittlauch, Bärlauch, Liebstöckel, Dill o.ä.), 0,5 Peperoni (leichte bis mittlere Schärfe),
1 kleine Knoblauchzehe, 2 EL Olivenöl

Die Kräuter waschen, trocknen (geht prima in der Salatschleuder) und klein schneiden. Die Kräuter zum Gemüse geben. Die halbe Peperoni waschen, aufschneiden, die Kerne entfernen und die Peperoni fein hacken. Die Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. Beides mit dem Olivenöl zum Gemüse geben und die Gemüse-Kräuter-Paste nochmals kräftig fein mixen. Je nach Geschmack rührt man etwa einen guten Esslöffel der Paste in 500 ml kochendes Wasser ein und lässt das ganze bei geschlossenem Deckel etwa 5 Minuten sanft köcheln.

150 ml Milch, 50 g Polenta (Maisgrieß), 40 g Butter, 2 Eier (Größe L),
1 Prise Salz, 20 g fein geriebener Parmesan, 3 EL fein gehackter Bärlauch,
1 Msp. Cayennepfeffer, Salz, Butter

Die Milch in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Die Polenta einrühren und etwa 5 Minuten sanft köcheln bzw. ziehen lassen. Die Polenta bei Seite stellen. Die Butter unterrühren. Die Eier trennen. Die Eiweiße mit der Prise Salz steif schlagen. Die Eigelbe unter die Polenta rühren. Den Parmesan und den Bärlauch mit den Gewürzen unterrühren. Etwa ein Drittel des Eischnees unter die Masse rühren; die restlichen zwei Drittel unterheben. Den Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Masse in eine mit Butter gut gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Auflaufform füllen und für etwa 20-25 Minuten im Ofen goldbraun backen. Die Form herausnehmen, etwas abkühlen lassen. Die Masse auf ein Brett stürzen und kleine Herzen ausstechen. Die Herzen in der heißen Brühe servieren

Tipp

Die Gemüsepaste in mehrere kleine gut gesäuberte Schraubdeckelgläser abfüllen und verschließen. Im Kühlschrank gelagert ist sie mehrere Monate haltbar. Sie macht sich prima als Ausgang für Brühe oder Würze für Salatdressings, Brotaufstriche, Dips und Soßen

Kraft tanken in der Natur – Regionale Wander- und Fahrradtouren

Bunte Schmetterlinge, die nach einem langen Winter wieder durch die Lüfte flattern, zarte Blüten auf der Streuobstwiese: Ja, endlich ist wieder Frühling und mehr Leben in der Natur! Bei Wanderungen, Radausflügen und E-Bike-Touren in der NATURSCHECK-Region läßt sich das magische Frühlingserwachen der Natur besonders intensiv genießen.

Wenn im Frühjahr die Waldböden mit ersten Farbteppichen überzogen werden und sich die ersten zarten Blüten auf den Obstwiesen zeigen, dann erwacht auch im Menschen wieder mehr Lebensfreude. Der flötende Gesang der Amsel im März klingt wie ein automatischer Weckruf für jeden noch so schläfrigen Zweibeiner. »Raus aus den Federn, ab in die Natur und frische Energie tanken«, heißt das Motto.

Was gibt es Schöneres als eine Wanderung oder Radtour bei milder Frühlingssonne, um die letzten trüben Wintergedanken zu verscheuchen und den »gedanklichen« Schalter vollends auf »Grün« umzulegen? Unsere Redaktion hat ein paar besonders schöne Radstrecken und Wanderrouten durch die NATURSCHECK-Region ausgesucht, um munter und aktiv in den Frühling zu starten.

Ursprüngliches Jagsttal

Wenn die Sonnenstrahlen kräftiger werden und tanzende Lichtpunkte an der Wasseroberfläche der Jagst wie Diamanten funkeln, dann zieht es auch den Survival-Trainer Dominik Knausenberger wieder in seine alte Heimat. Über seine Internetplattform www.lebe-die-wildnis.de bietet der Naturliebhaber ein- oder mehrtägige Survival-Trips an, bei denen der Teilnehmer lernt, in der Natur zu überleben. Doch es muß ja nicht immer gleich ein Überlebenstraining sein.

»Rund um die Hammerschmiede im Bölgental bei Satteldorf zieht sich ein ursprüngliches Naturschutzgebiet. Da gibt es viele kleine Wanderwege in stiller Landschaft, die flußaufwärts in Richtung Crailsheim führen«, erzählt der Outdoor-Experte, der inzwischen in Mainhardt wohnt. Dominik Knausenberger schätzt die Ruhe und unberührte Natur an der Gronach, die unweit der Hammerschmiede in die Jagst mündet.

In der Hammerschmiede – einer Außenstelle des Freilandmuseums Wackershofen – werden regelmäßig Führungen in ein nostalgisches Handwerk angeboten. Ebenfalls eindringlich wirkt die Anhäuser Mauer, die sich oberhalb von Hammerschmiede und Bölgental am Feldrand erhebt. Der 18 Meter hohe Mauerrest mit mehreren Epitaphen ist das Einzige, was von dem einstigen Pauliner-Eremitenkloster übriggeblieben ist.

Burgen, Libellen und Archebrücken

Ebenfalls idyllisch findet Dominik Knausenberger den Streckenabschnitt des Kocher-Jagst-Trails zwischen Kirchberg/Jagst und Mistlau, der hier auch den Kocher-Jagst-Radweg streift. »Hier kann man auch die Strecke von Kirchberg bis nach Mistlau bequem mit dem Fahrrad bewältigen. Hinter Mistlau wird das Gelände aber schwieriger, und da läßt man das Fahrrad besser stehen, um zu Fuß auf schmalen Trampelpfaden weiter nach Lobenhausen zu wandern«, empfiehlt Dominik Knausenberger.

Zwischen Kirchberg und Mistlau streift der Blick sowohl die Burg Hornberg als auch eine historische Archebrücke, die sich über die Jagst spannt. Der Muschelkalksteinbruch in Mistlau ist im Laufe der Jahre immer weiter zugewachsen. Im Muschelkalksteinbruch wurden schon versteinerte Seelilienreste gefunden – das Jagsttal war vor Millionen von Jahren ein riesiges Meer. Heute sprechen Paläontologen von Versteinerungen aus dem so genannten »Hohenloher Muschelkalkmeer«.

An der Jagst zwischen Kirchberg und Mistlau fliegen ab Mai schillernde Prachtlibellen auf und ab. Auf Grashalmen an der Uferzone oder auf Steinen, die aus dem Wasser aufragen, legen die farbenprächtigen Libellen gerne eine Pause ein, um ihre Flügel in der milden Maisonne zu wärmen. Dominik Knausenberger ist überzeugt, daß sich die Natur an der Jagst zwischen Kirchberg und Crailsheim nach dem schweren Chemie-Unfall im August 2015 mittlerweile wieder regeneriert hat.

Kocher-Jagst-Radweg

Ebenfalls reizvoll im Frühling ist der Streckenabschnitt des Kocher-Jagst-Radweges von Bächlingen bis Ailringen, der auch für E-Bikes geeignet ist. Am Startpunkt in Bächlingen geht der Blick zunächst hoch zum Schloß in Langenburg, das majestätisch oberhalb der Jagst thront. Ein Abstecher ins Deutsche Automuseum oder zum Kletterpark in Langenburg lohnt sich. Die Fürstenlinie Hohenlohe-Langenburg ist mit der englischen Königsfamilie verwandt. Die Freude war groß, als vor ein paar Jahren mal wieder Prinz Charles seine deutsche Verwandtschaft in Langenburg besuchte.

Von Bächlingen fährt der Radler gemächlich über die historische Steinbrücke in Oberregenbach weiter nach Unterregenbach. Auf den Jagsttal-Hängen blühen an den Obstbäumen zigtausende Blüten. Wiesen-Salbei, Hahnenfuß, Klappertopf und Margeriten sorgen im Frühling für ein buntes Blumenmeer, das nicht nur das Herz von Hobby-Botanikern erfreut. An der Jagst versuchen Graureiher und Eisvogel in der Flachwasserzone ihr Glück bei der Jagd nach kleinen Fischen.

In Buchenbach gerät die mittelalterliche Burg ins Blickfeld der Radler. In Mulfingen wiederum zieht der pittoreske Altar in der Sankt-Anna-Kapelle einen magisch in den Bann. Die katholische Wallfahrtskirche ist der ideale Ort für eine kleine Trinkpause. Anschließend führt die Strecke weiter flußabwärts nach Ailringen. Am Rathaus – einem prächtigen Fachwerkbau – plätschert sanft der Rißbach vorbei. Watschelnde Enten und schnatternde Gänse am Bachrand unterstreichen das beschauliche Dorfidyll.

Vom Rathaus in der Ortsmitte steht man nach wenigen Fußminuten bereits an der Eingangspforte der St. Martinus-Kirche. Der kur-

ze Aufstieg zur spätgotischen Kirche lohnt sich: der weite Ausblick ins Mittlere Jagsttal ist vor allem in den Frühlingsmonaten wunderschön.

Tourfazit: Mehr Eindrücke muß man in einen Frühlingstag gar nicht hineinpacken, auch wenn der Radweg an der Jagst in seinem Verlauf noch viele weitere Überraschungen und Erlebnisse bereithält.

Der Neckar-Radweg

Optische und kulinarische Leckerbissen bietet in den Frühlingsmonaten auch die leichte Radtour von Heilbronn nach Besigheim. Startpunkt der abwechslungsreichen Radetappe auf dem beliebten Neckar-Radweg ist die Stadt Heilbronn. Mit 120.000 Einwohnern ist die Stadt am Neckar die einzige Großstadt in der Region Heilbronn-Franken.

Bevor die Radstrecke uns rasch stadtauswärts führt, sollten wir uns für einen Besuch der Kilianskirche kurz Zeit nehmen. Die Kilianskirche ist das Wahrzeichen der Stadt Heilbronn. Sie wurde im Zweiten Weltkrieg stark beschädigt. Sehenswert im Innenbereich ist vor allem der geschnitzte Altar von Hans Seyfer, der anfangs fälschlicherweise für das Werk des berühmten Bildschnitzers Tilman Riemenschneider gehalten wurde.

Von Heilbronn führt der Radweg am Neckar entlang. Schon nach kurzer Zeit türmen sich dem Radler die beeindruckenden Weinbausteillagen an der Lauffener Neckarschlinge auf. Der Weinbau besitzt in Lauffen eine jahrhundertealte Tradition. Das milde Klima in den sonnenverwöhnten Weinhängen sorgt dafür, daß sich im Neckartal bei Lauffen vollmundige Weine und edle Rebsorten bestens entfalten können. Nicht umsonst heißt ein bekannter Werbespruch: Kenner trinken Württemberger!

Bedenkenlos empfehlenswert sind vor allem die guten Weine und der Sekt im Weingut Seybold. Ein geeignetes Mitbringsel aus Lauffen bietet die Winzerfamilie auch mit dem leckeren Apfelbalsamico. Die Stadt Lauffen am Neckar ist eng mit dem Namen »Hölderlin« verbunden. Dem berühmtesten Sohn der Stadt ist das Hölderlin-Museum gewidmet. Mit dem Burgmuseum auf der Rathausinsel kommen Hobby-Historiker ebenfalls auf ihre Kosten. Lohnenswert ist auch der leichte Aufstieg zum Krappenfelsen kurz vor Lauffen, der einen schönen Rundumblick bietet. Die schmalen Fachwerkgassen in Lauffen laden zu einer kleinen Verschnaufpause bei Kaffee und Kuchen ein.

Die Hessigheimer Felsengärten

Eine malerische Altstadt mit romantischen Fachwerkhäusern offeriert auch die Nachbarstadt Besigheim an der Enz. Die Enz ist ein linker Nebenfluß des Neckars. Zwei historische Gebäude dominieren die Stadtsilhouette: das Rathaus und der Schochenturm. Das Rathaus ist zweifelsohne das markanteste Fachwerkgebäude in der Altstadt. Der Schochenturm bietet mit seiner Höhe von knapp 40 Metern einen tollen Ausblick über die Stadt.

Nach zwei Kugeln Eis und einem erfrischenden Eiskaffee fällt die Entscheidung schwer: soll die Radtour heute hier in der idyllischen Besigheimer Altstadt enden oder lohnt sich noch ein finaler Abstecher zu den Hessigheimer Felsengärten? Wer konditionell gut drauf ist, der packt auch die knapp sieben Kilometer bis zu den Hessigheimer Felsengärten ohne Probleme.

Am Rande der Kalkfelsen, die wuchtig oberhalb des Neckars aufragen und von Weinhängen umrahmt sind, stellen wir das Fahrrad ab. Gutes Schuhwerk ist beim Aufstieg zum Höhenrandweg rund um die Felsengärten gefragt. Mit Glück entdecken wir auf den Magerwiesen hinauf zum Höhenrandweg eine Küchenschelle, die von März bis April blüht. Im Schwäbischen wird die Blume aufgrund ihrer auffälligen Behaarung auch liebevoll »Pelzmäntele« genannt.

Auf dem Höhenrandweg erwartet den Wanderer ein grandioser Rundumblick auf die magische Felsenlandschaft und die üppigen Streuobstwiesen im Neckartal. Auch die gemächliche Neckarschifffahrt läßt sich von hier oben fast schon meditativ beobachten. In gemütlichem Tempo schippern Container-Schiffe flußaufwärts und -abwärts hin und her: das Ziel der Schiffsladung ist entweder der Industriehafen in Heilbronn oder der große Binnenhafen in Stuttgart-Untertürkheim.

Nach dem Abstieg aus der Felsenlandschaft lockt zum Ausklang eine kulinarische Weinprobe in der ortsansässigen Felsengartenkellerei.

Wandern in Schwäbisch-Fränkischen Wald

Unvergeßliche Naturerlebnisse liefert eine ausgiebige Wandertour im frühlingshaften Schwäbisch-Fränkischen Wald. Survival-Experte Dominik Knausenberger kennt die Region wie seine Westentasche: »Bei Wandertouren im Mainhardter Wald fällt auf, wie weitläufig die Landschaft ist. Die Strecken verlaufen außerdem ziemlich abwechslungsreich. Es gibt große Wälder und tiefe Schluchten, aber auch freie Lichtungen und üppige Wiesenabschnitte.«

Ein Geheimtipp ist für Dominik Knausenberger die wildromantische Tobelschlucht zwischen Wüstenrot und Sulzbach an der Murr. Gutes Schuhwerk und die richtige Ausrüstung sind dort wichtig, sonst ist es mit der Romantik schnell vorbei. Auch beim Gedanken an die zahlreichen Wasserfälle im Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald gerät Dominik Knausenberger schnell ins Schwärmen: »Eine Wanderung bei Murrhardt zu den Hörschbachwasserfällen ist ein großer Genuß.«

Wenn im Frühling das erste Blattwerk den Schluchtwald überzieht, dann beginnt die schönste Jahreszeit für sportliche Freizeitaktivitäten. Vor allem der Hintere Wasserfall in der Hörschbachschlucht liefert ein beeindruckendes Naturschauspiel. Ein entspannendes Wasserrauschen begleitet den Wanderer entlang des Hörschbachs und wird stärker, je näher wir dem Hinteren Wasserfall kommen. Das schnelle und leise »wize-wize-wize« der Tannenmeise und das warnende »Rätsch« des Eichelhähers vernehmen wir kaum noch.

Bei einer Rundwanderung durch die Hörschbachschlucht kommt der Wanderer unterwegs an einer kleinen Gaststube vorbei. Im »Wasserrad« wird einfache Küche angeboten. Und je länger die Wanderung, desto besser schmeckt das Radler oder das Mineralwasser. Einkehrmöglichkeiten mit üppiger Speisekarte winken dann in Murrhardt, nach dem Abstieg über die romantische Franzensklinge.

Von Rinnen zum Neumühlsee

Eine weitere schöne Frühlingstour durch den Schwäbisch-Fränkischen Wald startet bei Rinnen im Haller Forst. Der Wanderweg führt von einem Höhenrandweg zunächst bergab in Richtung Gnadental. Schon nach kurzer Wegstrecke zeichnet sich ab: hier folgt im Minutentakt ein traumhafter Ausblick auf blühende Streuobstwiesen und zartes Waldgrün.

Unten im Tal angelangt, gabelt sich der Weg. Wir folgen dem Weg hoch zum Gnadentaler Stausee. Nach dem winzigen Weiler Winterrain halten wir uns an der nächsten großen Weggabelung rechts. Wir wandern nicht hinauf nach Sailach, sondern biegen rechts in den Waldweg ab, der zum Neumühlsee führt.

Der Neumühlsee ist ein idyllischer Badesee unterhalb von Waldenburg. Unterwegs begleiten uns muntere Vogelstimmen. »Kuckuck« ruft es aus dem Wald. Den Kuckuck bekommen wir aber genauso wenig zu Gesicht wie den Weidenlaubsänger, der sein charakteristisches »Zilpzalp« gut versteckt im grünen Blattwerk ertönen läßt.

Nach dem kleinen Fußmarsch durch den Frühlingswald ist der Neumühlsee erreicht. Im Frühling ist es am Neumühlsee eventuell noch zu frisch für eine Runde Schwimmen – auch wenn die Wassertemperatur in besonders milden Frühjahren dafür sogar schon mal ausgereicht hat. Aber für ein erquickendes Fußbad reicht die Wassertemperatur allemal.

Im Frühling immer wieder faszinierend ist die gelbe Blütenpracht der Sumpfdotterblume, der das sumpfige und naßfeuchte Gelände am See bestens bekommt. Die auffälligen Blütenköpfe am Seeufer haben auch schon Honigbienen als weiteres Nahrungsangebot entdeckt. Auch die Weidenkätzchen dienen den emsigen Brummern im Frühling als willkommene Futterquelle.

Text & Fotos
Andreas Scholz

Weitere Infos
- Radroutenplaner Baden-Württemberg www.radroutenplaner-bw.de
- Bett + Bike in Baden-Württemberg www.bettundbike.de/bundesland/baw
- Kocher-Jagst-Radweg www.kocher-jagst.de
- Neckar-Radweg www.neckarradweg.de
- Stromberg-Murrtal-Radweg www.stromberg-murrtal-radweg.de
- Jagst-Radweg: www.jagstradweg.de
- Kocher-Jagst-Trail www.kocher-jagst-trail.de
- Survival-Touren www.lebe-die-wildnis.de

Energie nachhaltig erzeugt zu fairen Preisen.

BEG Remstal

Wir realisieren sichere Energieversorgung in Verbindung mit sozialen Wohnprojekten!

BEG Remstal eG
BürgerInnen-Energie-Genossenschaft

Karlstraße 8
73650 Winterbach

Telefon: 0 71 81 / 482 56 53
E-Mail: info@beg-remstal.de

Jetzt auch ERDGAS von der BEG Remstal eG

www.beg-remstal.de

Verstummte Landschaft – Das Summen bleibt aus

Honig- und Wildbienen haben es derzeit nicht leicht. Der Mangel an geeigneten Biotopen und Blütenpflanzen macht ihnen zu schaffen. Auch in der NATURSCHECK-Region sind die Bienen leider auf dem Rückzug. Naturschützer und soziale Netzwerke starten jetzt Appelle, die Bienen vor dem Aussterben zu retten: denn schließlich ist die Bestäubungsleistung von Bienen weltweit aus ökologischen wie auch aus ökonomischen Gesichtspunkten für uns alle überlebenswichtig!

Kurz vor Weihnachten 2017 sickerte die Nachricht durch, daß US-Präsident Donald Trump zwei Naturschutzgebiete in Utah um bis zu 5.000 Quadratkilometer reduzieren will, um dort unter anderem Gasbohrungen durchzuführen. Eine weitere »bad news« für den Umweltschutz. Leider sind schlechte Nachrichten für Natur- und Umweltschützer in den USA nichts Neues.

Bienenschwund in den USA

So treibt US-amerikanische Biologen, Imker und Naturschützer schon seit Jahren die Sorge um, daß der Bestand an Wildbienen dramatisch zurückgeht. Bereits im Juni 2010 beschäftigte sich die Zeitung »Die Welt« intensiv mit dem massiven Einbruch an Bienenvölkern im Land der unbegrenzten Möglichkeiten. Tausende Arbeiterbienen verließen ohne erkennbaren Grund ihre Bienenstöcke und verendeten irgendwo in der amerikanischen »Prärie«.

Ohne die Fleißarbeit der Arbeiterbienen gab es auch für die Königin und den Bienennachwuchs im Stock keine Überlebenschance. Die Wissenschaftler standen laut der Welt-Redaktion vor einem Rätsel. Ein strenger Winter allein konnte nicht die Ursache sein, daß den Imkern seit 2006 fast 50 Prozent der amerikanischen Bienenvölker wegbrachen.

Doch die Horrornachrichten um das Bienensterben in den USA gingen auch in den Jahren danach weiter. Kommentierte Statistiken, die am 10. Mai 2016 auf der Plattform »Bee Informed« erstmals veröffentlicht wurden, bestätigen den anhaltenden Bienenschwund. Bee Informed ist eine wissenschaftliche Plattform, die das Massensterben der Bienen untersucht. Die Plattform berichtete, daß die Population der Bienen in Amerika zwischen April 2015 und April 2016 um 44 Prozent geschrumpft sei! Für die alarmierende Entwicklung machen Forscher hauptsächlich den Einsatz von Pestiziden (Monsanto und Co. lassen grüßen) in der Landschaft verantwortlich.

Der ökologische Countdown läuft

Also höchste Zeit zum Handeln. Schon ein Jahr zuvor ging die US-Umweltschutzbehörde (EPA) an die Öffentlichkeit, um sich für einen beschränkten Einsatz von Pes-

tiziden starkzumachen. Ein Vorschlag sah unter anderem vor, daß während der Blütezeit keine Pflanzenschutzmittel - insbesondere Neonicotinoid-Insektizide - eingesetzt werden sollten. Hersteller wie Bayer und Syngenta liefen gegen den Vorstoß der EPA erwartungsgemäß Sturm.

Ebenfalls unerfreulich war die Nachricht, die das Forschungsteam um Nancy Moran von der University of Austin im Frühjahr 2017 der Weltöffentlichkeit präsentierte. Nach Meinung der Wissenschaftler schadet auch der Einsatz von Antibiotika im Bienenstock eher, als daß er nützt. In den USA greifen viele Imker auf ein Antibiotikum namens Tetracyclin zurück, um die Larven im Bienenstock gegen eine grassierende Infektionskrankheit – auch als Amerikanische Faulbrut bekannt – zu wappnen.

Die Forscher fanden in einem Feldversuch heraus, daß Tetracyclin zu einem erhöhten Bienensterben führt. In Bienenstöcken, die nicht mit dem Antibiotikum behandelt wurden, blieb die Population hingegen stabil.

Avaaz macht mobil!

Daß generell etwas faul im »Bienen«-Staate zu sein scheint, hat sich längst bis nach New York herumgesprochen. Die Millionenmetropole ist der Hauptsitz des sozialen Netzwerks Avaaz.org. Aufgeschreckt durch das riesige Bienensterben, startete das Netzwerk unter dem Motto »Rettet die Bienen« mehrere Hilferufe.

Ohne Bestäubung durch Bienen ist die komplette Nahrungskette bedroht, so die einhellige Meinung unter den Netzwerkaktivisten. Bienen bestäuben weltweit fast ein Drittel der Nahrung, die sich der Mensch täglich zuführt!

Avaaz kritisiert, daß mithilfe der Politik und durch dubiose Forschung, die vermutlich von der Chemielobby gesponsert wird, die negative Auswirkung von Pestiziden

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

verschleiert werden soll. Die Netzwerkaktivisten sehen nur einen Ausweg: die Pestizidforscher müssen in ihrer unabhängigen Meinung gestärkt werden und als »Whistleblower« agieren. Dabei dürfen sie auch bei öffentlichen Auftritten und Prozessen nicht vor der Regierung »einknicken«. Denn es geht um unser aller Überleben!

Parallel will Avaaz Studien vorantreiben, in denen aufgezeigt wird, daß Nutzpflanzen auch ohne Chemiegifte auf den Äckern wachsen können. Wer sich an dem Appell »Rettet die Bienen« von avaaz.org beteiligen möchte, der findet hier mehr Informationen: https://secure.avaaz.org/de/save_the_bees_global_nm_sh/

Das Versagen der Politik

Das Bienensterben ist aber beileibe kein Phänomen, daß sich nur auf den nordamerikanischen Kontinent beschränkt. So blicken die deutschen Imker schon längst nicht mehr über »den großen Teich« nach Amerika: sie haben inzwischen genug mit dem Bienensterben im eigenen Land zu tun. Für viele Imker ist es daher unfaßbar, daß im November 2017 die Zulassung des Pflanzenschutzmittels Glyphosat verlängert wurde.

Während Christian Schmidt von seinen »Amigos« aus der Agrarlobby reichlich Schulterklopfen geerntet haben dürfte, ist der Unmut über die Entscheidung der deutschen Bundesregierung bei Naturschützern noch nicht verraucht. Denn: Auch in der NATURSCHECK-Region sehen Umweltschützer im Einsatz von Pestiziden eine potenzielle Ursache für den Insektenschwund.

Gottfried May-Stürmer, BUND-Regionalgeschäftsführer Heilbronn-Franken, moniert in seinen Vorträgen immer wieder, daß sich Neonikotinoide negativ auf Bienen auswirken: »Neonikotinoide verwandeln die Navigation, die Tanzkommunikation und das Lernverhalten von Bienen.« Eine Biene, die zum Beispiel Thiacloprid in einer niedrigen Menge aufnimmt, könnte nach Meinung des Landwirtschaftsexperten im schlimmsten Fall ihre charakteristische Flugbahn modifizieren und würde sich dann simple Landmarken nicht mehr merken. »Die Biene fliegt ohne Orientierung durch die Luft und landet ermattet im Nirgendwo. Der Weg zurück zum Bienenstock bleibt ihr versperrt«, erklärt der Umweltschützer.

Für Gottfried May-Stürmer führt an einem Pestizidreduktionsprogramm kein Weg vorbei. Und neben den Pestiziden sieht er noch weitere potenzielle Faktoren, die den Bienen das Leben schwer machen: Flächenverbrauch, zerschnittene Biotope, Grünlandumbruch, Stickstoffüberfrachtung, Lichtverschmutzung sowie ein Rückgang an blütenreichen Flächen in der Landwirtschaft. Um dem Artenschwund praktisch zu entgegnen, empfiehlt der Naturschützer unter anderem: mehr Vielfalt im Garten.

Wildbiene des Jahres

Während heimische Imker und Naturschützer seit Jahren alarmiert sind, scheint das massive Bienensterben in den Köpfen unserer Konsumgesellschaft noch nicht über-

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

all angekommen zu sein. Statt zum Honig von der Bio-Imkerei geht der Griff häufig noch zum Billig-Honig im Lebensmitteldiscounter. Umso wichtiger ist es daher, die Öffentlichkeit auf die Probleme von Bienen, Wildbienen, Insekten und auch Wildtieren in der heutigen Zeit aufmerksam zu machen. Als besonders publikumswirksame Mittel erweisen sich dabei nach wie vor Stiftungen.

Den Menschen die Faszination für das spannende Leben von Wildbienen näherzubringen, setzt sich beispielsweise das Kuratorium »Wildbiene des Jahres« zum Ziel. Jedes Jahr wählen die Jurymitglieder eine spezielle Wildbienenart aus, um die nützlichen Tiere und ihre bedrohten Lebensräume in den Fokus zu rücken.

Den Titel »Wildbiene des Jahres 2018« erhielt die Gelbbindige Furchenbiene (Halictus scabiosae). Zum Kuratorium »Wildbiene des Jahres« gehört Volker Mauss vom Arbeitskreis »Wildbienen-Kataster«. Der Biologe wohnt in Michelfeld und ist oft im Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald unterwegs, um das Verhalten und die Biotope von Wildbienen zu studieren. »Die Gelbbindige Furchenbiene ist eine sehr große Bienenart, die auch in vielen Gärten vorkommt und deshalb vielen Menschen auffallen könnte. Sie erschien uns daher gut geeignet, um viele Bürger anzuregen, nach der Biene zu suchen und sie selbst zu beobachten«, so Volker Mauss über die Auswahlkriterien.

Die Gelbbindige Furchenbiene zählt zu den Wärme liebenden Vertretern in der Insektenwelt. Dank des Klimawandels ist die farbenprächtige Furchenbiene mit den ockergelben Querbinden auf dem Hinterleib in den vergangenen 25 Jahren vom westlichen Mittelmeer über den Oberrhein weiter ins Landesinnere vorgedrungen.

Was können wir selbst tun?

Jedes Lebewesen benötigt ein natürliches Umfeld, um sich entfalten und frei leben zu können. Daß die Futterquellen für Honigbienen fehlen, liegt aber nicht immer nur an eintönigen Ackerflächen oder dem Einsatz von Pestiziden – dieser Erklärungsansatz wäre zu einfach. Auch unsere Gärten sind ein potentieller Lebensraum für die Bienen. Daher ist jeder »naturbelassene Ort« ein zukünftiges Biotop.

So der Tipp eines regionalen Imkers: »Jeder, der einen Garten hat, sollte Frühjahrsblüher haben und eine Bienenweide schaffen. Dafür gibt es fertige Saatmischungen. Und wo die Bienen sich wohlfühlen, da bleiben und vermehren sie sich auch.«

Text & Fotos
Andreas Scholz

Weitere Infos
› Arbeitskreis »Wildbienen-Kataster«
www.wildbienen-kataster.de
Bienenzuchtverein Hohenlohe – Öhringen: www.imker-oehringen.de

Spendenaufruf
von avaaz.org »Rettet die Bienen
https://secure.avaaz.org/de/save_the_bees_global_nm_sh/

Bäume und Sträucher aus regionaler Erzeugung.

Zertifizierte, gebietsheimische Bäume und Gehölze, Allee- und Obstbäume,
Beerenobst, Rosen, Schling,- Kletter- und Heckenpflanzen.
Die gesamte Pflanzenvielfalt ist bei uns erhältlich.
Gerne bepflanzen und pflegen wir auch Ihren Garten bzw. Ihre Anlage.

waller GmbH Baumschulen

74523 Schwäbisch Hall
waller-baumschulen.de
Fon 0791-930 950

Wir leben inzwischen in einer Kleptokratie! – Gespräch mit dem Finanzexperten und »Mr. Dax« Dirk Müller

Dirk Müller ist seit vielen Jahren das Gesicht der Börse. Kompetent und charismatisch versteht er es, das Börsenlatein so zu übersetzen, daß es auch Normalsterbliche begreifen. Er nimmt kein Blatt vor den Mund und spricht Klartext. Für den NATURSCHECK beantwortet er regelmäßig Fragen unserer Leser zu den Themen Politik, Wirtschaft und Finanzen.

Lieber Dirk Müller, wir führen dieses Interview am 6.2.2018. Schlagzeile des Tages ist der »Flash Crash« in den USA. Die US-Börsen erleben den stärksten Kursknick seit 2011. Innerhalb weniger Stunden wurde über einen Billion (1.000.000.000.000) Dollar an Aktienwerten verbrannt. Asiens Börsen folgen dem Trend. Wie schätzen Sie die Lage ein?

Dirk Müller

An den Börsen geht alles sehr schnell. Bis der NATURSCHECK herauskommt, ist das, was wir gerade erlebt haben, schon wieder Geschichte. Kurzfristig gesehen war das etwas, das sich abgezeichnet hatte. Wir haben extrem viel Spekulation am Markt, der richtig heißgelaufen ist. Wir haben den längsten Anstieg aller Zeiten erlebt, und viele Marktteilnehmer, wie Hedgefonds etc. haben auf dieselbe Entwicklung gesetzt.

Nun ist das Ganze eskaliert und hat einen Dominieffekt ausgelöst. Meiner Einschätzung nach, ist dieser Flash Crash jedoch noch nicht der Big One, der uns sicher mittelfristig bevorsteht, sondern eher ein Vorbeben. Doch mit 100%iger Sicherheit kann man das nicht sagen. Man kann zwar den Markt beobachten und über dessen Wirkmechanismen aufklären, doch gibt es nie eine Garantie. Dazu sind zu viele Parameter miteinander verknüpft.

Doch Sie kennen meine Überzeugung, daß wir uns auf den größten Crash der Geschichte zubewegen. Vielleicht hat dieses Vorbeben etwas Druck aus dem System genommen, so daß wir noch ein paar Monate mehr Schonfrist bekommen, bis es richtig kracht.

Auch die Kryptowährungen sind massiv abgestürzt. Insgesamt gibt es mittlerweile fast 1500 Digitalwährungen. Der Bitcoin war ja 2017 binnen kürzester Zeit von weniger als 1000 Dollar bis auf fast 20.000 Dollar gestiegen. Nun geht es rasant abwärts! Ist das schon das Platzen der Krypto-Blase?

Dirk Müller

Der Bitcoin ist gestern auf 6000 Dollar gefallen. Im Moment steht er bei 6700 Dollar. Aber in der Realität ist er Null Dollar wert. Und an der Börse geht es zwar ständig auf und ab, am Ende kommt man aber wieder beim realen Wert an – also was den Bitcoin angeht: bei Null.

Ich habe ja meine Einschätzung zum Thema Kryptowährungen schon mehrfach kundgetan. Die allermeisten dieser Kryptowährungen sind Schnellballsysteme, die auch von Beginn an als Schneeballsysteme geplant und aufgebaut waren. Was aber nicht heißt, daß Digitalwährungen zukünftig keine Rolle spielen werden. Von dem, was jedoch derzeit auf dem Markt ist, sollte man tunlichst die Finger weglassen. Daß diese Einschätzung nicht verkehrt war, zeigt sich ja inzwischen.

Diese Woche ging durch die Gazetten, daß Europas Banken noch immer auf einer Billion Euro fauler Kredite sitzen. Ein Leser möchte wissen, wie die Banken diese faulen Kredite je wieder loswerden?

Dirk Müller
Die werden sie höchstens dann wieder los, wenn die Staaten sie übernehmen und damit die Steuerzahler. Oder die Banken gehen Pleite. Italiens Banken haben ja ein Drittel dieser Kredite und damit die größten Probleme. Und das in Zeiten, in denen die Wirtschaft boomt.

Da kann man sich ungefähr vorstellen, was passieren wird, wenn die Wirtschaft wieder einmal in die Rezession geht. Das ist eines der großen Spannungsfelder, die wir derzeit haben. Und das wird sicher einige Banken den Kopf kosten.

Das Beratungsgesellschaft Oliver Wyman hat gerade eine Studie veröffentlicht, daß uns auch hierzulande ein großes Bankensterben bevorsteht. Derzeit sind knapp 1900 Banken in Deutschland aktiv, die ca. 36.000 Bankfilialen unterhalten. In 10 bis 15 Jahren sollen es nur noch 150 bis 300 Kreditinstitute sein. Warum lohnt es sich nicht mehr, in Deutschland eine Bank zu betreiben? Hat doch jeder Banker die Möglichkeit, Geld aus dem Nichts zu schöpfen.

Dirk Müller
Das Geldschöpfen aus dem Nichts ist nur eine relative Geschichte. Denn man kann es nicht beliebig machen. Das könnte man nur, wenn das Geld ausschließlich unter den eigenen Kunden zirkulieren würde. Dann könnte die Bank beliebig viel Geld drucken. Es wird jedoch auch an andere Banken überwiesen. So verläßt das Geld den Kreislauf, und da jede Bank auch ein Zentralbankkonto hat, muß dieses immer wieder ausgeglichen werden.

Wenn hier keine Einlagen anderer Kunden entgegenstehen, muß die Bank sich dieses Geld leihen. So einfach ist es also nicht mit dem Geldschöpfen. Zudem haben sich Banken in der Vergangenheit durch Zinserträge finanziert und von den Zinsunterschieden gelebt. Und die gibt es ja derzeit faktisch nicht mehr.

Auf der Zinsseite ist also kaum noch etwas zu verdienen. Die kleinen Sparer investieren ihr Geld bei den Volks- und Raiffeisenbanken und den Sparkassen. Und das Investmentgeschäft läuft über die amerikanischen Großbanken, und die lassen die Deutschen nicht mitspielen. Dazu kommt, daß auch an Hypotheken durch den Niedrigzins wenig zu verdienen ist, was natürlich das Risiko erhöht, da ja immer wieder Verträge platzen, wenn der Häuslebauer arbeitslos wird und seine Raten nicht mehr bedienen kann. Daher schließen sich immer mehr Banken zusammen, um Kosten zu sparen.

Der SPIEGEL berichtete im Januar über den Immobilienboom in Deutschland. Für die Mittelschichten ist Wohneigentum in den Städten kaum noch erschwinglich, trotz Niedrigstzinsen. Wo Wohnraum knapp ist, treiben Investoren zusätzlich die Mieten in die Höhe. Der SPIEGEL-Redakteur vertrat die Überzeugung: Je früher die Blase platzt, desto besser! Teilen Sie diese Einschätzung?

Dirk Müller
Das kommt darauf an, welchen Wirtschaftsraum er meint. In Deutschland sehe ich keine Blasenbildung. Da sehen wir vielleicht Übertreibungen und teure Entwicklungen. Wo wir diese Blasenbildung sehen, ist in China. Da können Sie wie eine Blaupause die Entwicklung Japans in den achtziger Jahren darüberlegen. Diese hat zum größten Crash der Nachkriegsgeschichte geführt, von dem sich Japan bis heute nicht erholt hat. Wirkmechanismen und Abläufe sind identisch, nur daß es in China um das zehnfache Volumen geht.

Nach einem jahrelangen Boom haben wir dort eine Überhitzung auf dem Immobilienmarkt. Auf dem platten Land haben wir leerstehende Städte und in den Ballungszentren völligen Preiswahnsinn. Derzeit kostet eine Eigentumswohnung in einer der großen chinesischen Städte in etwa das Dreißigfache eines durchschnittlichen Jahreseinkommens. Zum Vergleich: in München, der teuersten Stadt Deutschlands, ist es gerade einmal das Zehnfache. Da sieht man in etwa die Dimensionen. Und die Preise steigen weiter jährlich um 10 bis 20 Prozent an.

Auch in Japan war das am Ende eine völlig verrückte Situation. Stellen Sie sich einmal vor: die Preise waren am Ende so hoch, daß das Grundstück in der Stadtmitte von Tokio, auf dem der Kaiserpalast steht, genau so wertvoll war wie der komplette Bundesstaat Kalifornien in den USA.

Sobald die Zinsen steigen, wird das den chinesischen Immobilienmarkt zum Einsturz bringen. Und die Zinsen werden steigen. Die japanische Blase ist geplatzt, als die FED 1990 den Leitzins anhob. Das steht ja derzeit wieder im Raum. Doch auch, wenn die FED das nicht tut, so wird der aktuelle Boom zu einem Steigen der Zinsen führen, da mit dem Boom auch automatisch die Inflation steigt. Es ist also nur eine Frage der Zeit!

Senioren-Wohnanlage
HAUS AHORN

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

Mitarbeiter,
die nicht nur ein Posten auf der Lohnliste sind

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

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

Haben Sie Mut zur Veränderung
- bewerben Sie sich:

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

markilux Designmarkisen – Made in Germany
Für den schönsten Schatten der Welt.

markilux

Wiesenbachstr. 5–7, ☎ 07135/98 35-0
74336 Brackenheim-Botenheim
info@knecht-sonnenschutz.de
www.knecht-sonnenschutz.de

KNECHT
Sonnenschutztechnik
REPARATURSERVICE

Es ist immer wieder erstaunlich, daß gerade die »Eliten« so kurzsichtig agieren und anscheinend nicht in die Zukunft schauen können oder wollen. Und auch von Einsicht ist wenig zu spüren. Ein Beispiel: Die Deutsche Bank schreibt das dritte Jahr in Folge Milliardenverluste, die Aktie stürzte um mehr als sechs Prozent ab. Dennoch wird Konzernchef Cryan 2018 eine Milliarde Euro »Erfolgsbonus« an die Top-Mitarbeiter ausschütten. Was hat das mit Realität zu tun?

Dirk Müller

Überhaupt nichts mehr! Und es ist auch niemandem mehr erklärbar. Ich bin schon seit langem überzeugt, daß wir in keiner Demokratie leben. Wir können zwar noch zum Schein wählen oder abstimmen, doch am Ende wird meist anders entschieden, als es dem Willen des Volkes entspräche. Es war lange Zeit eine Plutokratie, also eine Herrschaft derer, die Geld haben und schon lange an der Macht sind. Die haben die Richtung vorgegeben.

Inzwischen sind wir jedoch zu einer Kleptokratie (aus dem Griechischen: »Herrschaft der Plünderer«, »Diebesherrschaft«) übergegangen. Es herrscht eine skrupellose Selbstbedienungsmentalität. Immer mehr Kontrollmechanismen werden ausgeschaltet. Die regierungskritischen Medien gibt es kaum noch. Es gibt immer weniger Kontrolle. Und wenn keine Kontrolle mehr möglich ist, dann rutscht eine Plutokratie in eine Kleptokratie.

Das sehen wir, wenn ein amerikanischer Konzernmilliardär Präsident wird und die Gesetze zugunsten seiner Unternehmen verändert. Das sehen wir, wenn der Vorstandsvorsitzende einer großen Bank wie Goldman Sachs Finanzminister wird. Und viele Dinge mehr. Und das sehen wir auch bei der Deutschen Bank. Es gibt dort wenig Hemmungen, sich selbst zu bedienen. Wohlwissend, daß – sollte das Ganze schiefgehen – der Staat und damit die Steuerzahler die Bank retten werden. Die ausgeschütteten Boni sind im Grunde schon ein Vor-Greifen in das Säckel des Steuerzahlers, wie wir es bei der Commerzbank schon gesehen haben. So funktioniert Kleptokratie!

Auch wenn das nicht sehr hoffnungsvoll klingt, zum Abschluß die übliche Wahrsagerfrage: Wissenschaftler haben gerade darüber berichtet, daß der Erd-Magnetpol rapide wandert. Viel schneller, als je für möglich gehalten. Dadurch ist eine bedrohliche Umkehr des Magnetfelds der Erde möglich und ein sogenannter Polsprung. Wenn dies geschieht, ist nichts mehr so, wie es einmal war. Was kommt zuerst, der globale Börsencrash oder der Polsprung?

Dirk Müller

Nach meiner Erfahrung sind die Börsen schneller als die Erdrotation (lacht). Daher dürfte der Aktiencrash vor dem Polsprung kommen. Wenn beides gleichzeitig kommt, wird´s richtig interessant. Das Motivierende zum Schluß: Danach, also nach dem Polsprung bleibt das Erdmagnetfeld ja wieder für Tausende von Jahren stabil und konstant! Und nach dem nächsten Börsencrash werden die Märkte wieder viele Jahre lang Stabilität haben und sich wieder viele Jahren sehr viel positiver entwickeln … (lacht) So hat jede Katastrophe auch etwas Gutes.

Lieber Herr Müller, das nennt man dann wohl Galgenhumor! Ganz herzlichen Dank für das interessante und offene Gespräch.

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

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

Schutz vor Elektrosmog – zellbiologisch geprüft!

Robert Kennedy sagte: »Fortschritt ist ein schönes Wort. Seine Triebkraft heißt Wandel. Und der Wandel hat seine Feinde.« Und Mahatma Gandhi sagte: »Wir müssen selbst der Wandel sein, den wir in der Welt zu sehen wünschen.«

Beiden Aussagen wohnt eine der wichtigsten Wahrheiten inne, nämlich: Ohne Wandel kein Fortschritt. Um den Wandel zu vollziehen und den Herausforderungen unserer Zeit gewachsen zu sein, müssen wir um die Gefahren für unseren Organismus wissen, die durch elektrische Strahlungen verursacht wird.

Moderne Technologien wie Handy, WLAN, Tablets, PCs, Induktionsherde und vieles mehr haben unser Leben bequemer gemacht. Nichts geht mehr ohne! Die Folge: Bestrahlung rund um die Uhr und in allen Lebensbereichen. Selbst vor der Wiege der Babies macht der Einzug von Geräten und Spielzeugen mit gesundheitsschädlichen Funkstrahlungen durch WLAN und Handy nicht halt.

Die Kehrseiten dieser Annehmlichkeiten sind also immer deutlicher zu sehen. Auch die Weltgesundheitsorganisation WHO warnt inzwischen: Die Strahlung dieser Geräte ist möglicherweise krebserregend!

Elektrosmog ist nicht natürlich

Unser Organismus lebt seit Jahrmillionen von und mit natürlichen, elektromagnetischen Feldern. Sie sind erforderlich für die biologischen Lebensabläufe in seinem Inneren, in den Zellen.

Die natürlichen Lebensvorgänge in den Zellen werden heute jedoch von unnatürlichem Elektrosmog überlagert und können gestört werden. Zellen, Zellverbände, Nerven und Organe reagieren bereits auf feinste elektromagnetische Signale. Die Folge sind vielfältige Befindlichkeitsstörungen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Konzentrationsmangel, Schweißausbrüche, erhöhte Allergiebereitschaft, Verlust der Fortpflanzungsfähigkeit, Störungen des Immunsystems bis hin zu Krebs, Depressionen, Burn-out und Psychosen.

Die Lösung heißt memon

Bereits in den 1980er Jahren entwickelte der Techniker Winfried M. Dochow das erste ganzheitliche System gegen Umweltbelastungen, zum Schutz vor den negativen Auswirkungen des allgegenwärtigen Elektrosmogs, geopathischen Störzonen (z. B. Wasseradern) und von Feinstaubbelastungen. Ein weiterer Schwerpunkt seiner Arbeit war die Renaturierung von Wasser.

So wie dies bei vielen anderen Forschern bekannt ist, verging auch hier einige Zeit, bevor eine nunmehr innovative Technologie entstehen konnte – unter der Marke memon.

Die individuelle Beratung stellt ein Hauptanliegen des Rosenheimer Traditionsunternehmens memon bionic instruments GmbH dar. Tausende Privatanwender, aber auch Wellnesshotels, Kliniken, Praxen, Unternehmen und Institutionen wie das Austria Ski Team, vertrauen seit Jahren auf die schützende und regenerative Wirkung der memon Produkte innerhalb des Wohn-, Arbeits- und Lebensumfeldes.

Sie wollen auch Ihren Wohnraum in eine einzigartige Atmosphäre des Wohlbefindens verwandeln?

Dann informieren Sie sich! Fordern Sie kostenloses Informationsmaterial an. Gerne können Sie sich auch bei einem ganz persönlichen Gespräch oder auf einer Informationsveranstaltung die Wirkweise von memon erläutern lassen.

Weitere Informationen

Cornelia Kibgis
Schnaiter Str. 2, 73630 Remshalden
Tel: 0176/10549012
www.kibgis.memon.eu
E-Mail: c.ki@gmx.net

Schande in Nadelstreifen! – Wenn die Eliten unser System an die Wand fahren

2015 veröffentlichte das Manager Magazin einen außergewöhnlichen Artikel. Er trug die Überschrift: »Das Versagen der Eliten erfordert harte Strafen! - Manager müssen endlich persönlich für ihre Entscheidungen haften!« Verfasser war kein geringerer als Heiner Thorborg, einer der profiliertesten Personalberater in unserem Land und Mitglied der Meinungs-Macher. Er ergänzte seine Einleitung noch mit den Worten: »Schande! Manager-Typen wie der einstige Lehman-Chef Richard Fuld, die nicht nur eine ganze Bank in den Abgrund geritten haben, sterben nicht aus!«

Was hat sich seit 2015 verändert? Gerade wurde bekannt, daß Volkswagen – neben jahrelangen Abgasmanipulationen – auch Menschen- und Affentests durchgeführt hat. Nach Kursverlusten an den Börsen und zweistelligen Milliardenstrafen kommen nun weitere Kollateralschäden auf das Großunternehmen zu.

Welcher Manager trägt dafür die Verantwortung? Keiner! Wie die sprichwörtlichen drei Affen hat keiner etwas gesehen, gehört oder gesagt. Und wir sprechen hier von geschätzten 30 bis 60 Milliarden, die dem ehemaligen »Volksunternehmen« dadurch verlorengehen. Egal wie hoch die Verluste am Ende sein werden, kein Manager wird dadurch einen einzigen Euro seines Privatvermögens verlieren.

Erst ein paar Jahre ist es her, daß der größenwahnsinnige Porsche-Manager Wendelin Wiedekind mit dem »kleinen« schwäbischen Sportwagenhersteller den 15mal größeren Weltkonzern VW übernehmen wollte. Die jahrelange Börsenschlacht führte dazu, daß nicht nur viele Milliarden verbrannt wurden, sondern Mitarbeiter ihren Job verloren und Porsche kurz vor der Pleite stand. Heute gehört das deutsche Unternehmen deshalb zum Teil arabischen Investoren, die das sinkende Schiff vor dem Untergang retteten.

Zum Dank für die größte Fehlinvestition der deutschen

Wirtschaftsgeschichte forderte Wiedekind seinerzeit 140 Millionen (!) Euro Abfindung. Erst als die Belegschaft rebellierte, wurde diese auf »nur« 40 Millionen gesenkt.

Auch die Deutsche Bank schreibt wieder einmal Milliardenverluste. Man hat sich nach allen Regeln der Kunst verspekuliert und gezeigt, wie wenig man aus der Bankenkrise 2008 gelernt hat. Zudem investiert man weiter in Projekte, die nachweislich naturzerstörend und nicht zukunftsfähig sind. Seit Jahren ist bekannt, daß die Deutsche Bank Schwarzgeld für Steuerbetrüger wäscht. Riesige Strafzahlungen drohen. Die Konsequenz: 2018 sollen über eine Milliarde Euro an zusätzlichen Boni ausgeschüttet werden.

Unsere »Regierungs-Elite« war Monate lang unfähig, eine Koalition zu bilden. Täglich wurden gemachte Versprechen gebrochen. Die deutschen Polit-Manager(innen) schacherten um politische Ämter, erhöhten klangheimlich ihre Diäten und diskutierten ethische Fragen wie den Familiennachzug bei Flüchtlingen. Zur selben Zeit belieferte man den türkischen Diktator Erdogan mit Leopard-Panzern und anderem Kriegsmaterial und unterstützt damit dessen Feldzug gegen kurdische Zivilisten. Was für eine unaussprechliche Doppelmoral! Wer trägt hier die Verantwortung? Die Antwort kennen Sie schon: Niemand!

Und selbst wenn sich irgendeiner dieser elitären Menschen zu seiner Verantwortung bekennen würde, was könnte ihm schon geschehen? Durch die politische Immunität haftet er/sie nicht für sein Verhalten. Weder muß ein Minister Christian Schmidt für die Schäden aufkommen, die Glyphosat anrichtet, noch wurde ein Minister Stefan Mappus für die zuvielbezahlten Milliarden bei der EnBW-Übernahme zur Rechenschaft gezogen. Und auch die Panzer-Lieferanten schlafen den ruhigen Schlaf der (Selbst)Gerechten, obwohl sie Menschenleben auf dem Gewissen haben.

Globaler Raubzug der Eliten

Auch in vielen anderen Ländern haben sich die Eliten von der realen Wirklichkeit abgekoppelt. Die maßlose Selbstbedienungsmentalität kennt nahezu keine Grenzen mehr. Manipulation und Korruption sind an der Tagesordnung, und werden diese einmal aufgedeckt, so geschieht selten mehr als einige Bauernopfer. Die Hintermänner waschen ihre Hände in Unschuld und wundern sich, daß über ein paar Millionen Peanuts so ein Aufhebens gemacht wird.

Nie zuvor in der Geschichte ging die Schere zwischen Arm und Reich weiter auseinander. Die neueste Oxfam-Studie bestätigt, daß die 42 reichsten Menschen inzwischen so viel besitzen, wie die ärmere Hälfte der Weltbevölkerung zusammen. Die Zahl der Dollar-Milliardäre ist auf über 2000 angestiegen. Gleichzeitig wächst die Zahl der Armutsflüchtlinge ebenso ungebremst.

Daß eine solche Vermögenszusammenballung durch ehrliches, ethisches »Wirtschaften« nicht möglich ist, dürfte wohl inzwischen dem Blindesten unter uns klargeworden sein. Von den Panama- bis zu den Paradisepapers – überall zeigt es sich, daß die Eliten ihre Gesetze selbst machen und viele Politiker nur willfährige Helfer sind.

Die Ungleichbehandlung nimmt inzwischen so absurde Ausmaße an, daß man nur noch den Kopf schütteln kann. Man denke nur an die vielen Urteile der letzten Jahre zurück, als Menschen, die jahrzehntelang in Unternehmen tätig waren, wegen Lappalien gekündigt wurde. Oder an die vielen »Unternehmenssanierungen«, denen ganze Regionen zum Opfer fielen. Dabei wurden von Großunternehmen staatliche Milliardensubventionen abgegriffen, um dann doch ins billigere Ausland abzuwandern.

Gerade hat das Siemens-Management beschlossen, trotz eigener Milliardengewinne in Deutschland 3300 Stellen abzubauen und das Generatorenwerk in Erfurt zu schließen. Obwohl dieses nachweislich schwarze Zahlen schreibt. Was soll aus den betroffenen Mitarbeitern werden? Welcher Manager übernimmt die Verantwortung für all die menschlichen Schicksale?

Wie oft mußte der deutsche Staat diesem Großunternehmen unter die Armen greifen, als wieder einmal Mißwirtschaft betrieben und Milliarden in den Sand gesetzt wurden. Man erinnere sich an die Siemens-Korruptionsaffäre, bei welcher die betroffenen Manager nicht etwa im Gefängnis landeten, sondern noch mit Millionenabfindungen fürstlich entlohnt wurden.

Im letzten Herbst ging die Geschichte um Air-Berlin-Chef Thomas Winkelmann durch die Gazetten.

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

Hatte dieser doch für ein jährliches Grundgehalt in Höhe von 950.000 Euro das Management des Pleiteunternehmens kommissarisch für vier Jahre übernommen und sein Gehalt durch eine Bankgarantie von 4,5 Millionen Euro absichern lassen. Nach wenigen Monaten meldete er mit Air Berlin Insolvenz an. Sein »abgesichertes« Gehalt bezieht er jedoch weiter bis 2021, während viele Air-Berlin-Mitarbeiter ihre Jobs verloren haben.

Manager, die jede Verantwortung ablehnen und rein auf ihren eigenen Vorteil bedacht sind, sind keine Einzelfälle. Sie sind längst die Regel! Heiner Thorborg bringt es in seinem Artikel treffend zum Ausdruck: »Wir müssen uns an den Gedanken gewöhnen, daß es weltweit eine beachtliche Anzahl von Topmanagern gibt, die keine Skrupel haben. Mich persönlich treibt das an den Rand der Fassungslosigkeit (-) Angeblich haben sie alle nichts oder zu wenig gewußt. Dazu läßt sich nur sagen: Ein CEO, der Bilanzfälschung, Schwarzgeldwäsche, Zinsmanipulationen oder den betrügerischen Breitbandeinsatz von Software im eigenen Unternehmen nicht mitbekommt, ist ein Naivling. Und wer so etwas wahrnimmt, aber nicht handelt, macht sich strafbar. In jedem Fall ist er für eine Führungsposition ungeeignet.«

Die Gesetzeskeule muß her!

Was tun aber, wenn die Nieten in Nadelstreifen selbst keine Verantwortung übernehmen wollen? Wenn sie wie Heuschrecken von Unternehmen zu Unternehmen wandern und auf dem Rücken der Belegschaft ihren Egotrip ausleben? Wenn sie durch ihre maßlose Gier unser gesamtes Wirtschaftssystem in Gefahr oder gar zu Fall bringen?

Heiner Thorborg fordert ein massives Umdenken: »Wenn die Eliten so versagen, muß die Keule des Gesetzes her. (-) Wenn ganz oben in großem Stil gemauschelt wird und die innere Revision seit Jahren in tiefem Schlafe liegt - warum sollten die kleinen Angestellten dann integer agieren? Wer weiß, daß Chefs das 200fache des eigenen Gehalts kassieren und dennoch stehlen oder betrügen, ist nicht gerade motiviert, mit Herzblut und Überstunden für das Wohl des Betriebs einzustehen. Und so gebiert jeder große Verstoß gegen die Regeln der Integrität die Erosion des allgemeinen Ethos.«

Daher plädiert der MeinungsMacher für eine Gesetzesänderung, die Manager nicht mehr ihrer persönlichen Verantwortung enthebt, sondern sie auch mit ihrem Privatvermögen haften läßt. Denn erst, wenn es an das eigene Eingemachte geht, wächst so etwas wie Eigenverantwortung.

In den USA werden erste Manager inzwischen persönlich haftbar gemacht. In Japan ebenso. In China werden fahrlässige Fehlinvestitionen mit Gefängnis bestraft. Hierzulande stehen die Eliten noch immer über dem Gesetz. Während der Normalbürger für jede Kleinigkeit zur Rechenschaft gezogen wird, selbst als »Geringverdiener« unter ständigem Erfolgsdruck steht, kann die Führungsriege noch immer auf ein altes Gewohnheitsrecht pochen: »Alle Menschen sind gleich. Nur einige sind gleicher.«

Die Frage ist: Wie lange werden wir uns all das noch bieten lassen? Wie lange werden wir noch vor selbsternannten »Übermenschen« zu Kreuze kriechen und deren Phrasen und Parolen blind folgeleisten? Wann endlich erwachen wir und werden uns bewußt, daß es nur einen Planeten gibt und jeder einzelne Mensch das Anrecht hat auf ein würdiges Leben? Was muß noch geschehen, ehe ein Ruck durch die Gesellschaft geht?

Eines ist sicher: Die selbsternannte Elite wird das Feld nicht freiwillig räumen! Denn es ist ja so bequem, alles zu dürfen und für nichts Verantwortung zu tragen. Daher liegt es an uns selbst, ob wir uns weiter gegeneinander ausspielen lassen oder endlich zusammenstehen – für ein gemeinsames Ziel und für eine gerechtere Welt!

Der erste Schritt könnte sein: Tun wir zukünftig nur noch das, was wir selbst guten Gewissens verantworten können! Weigern wir uns, gegen unsere innere Überzeugung zu handeln! Lassen wir uns nicht mehr benutzen! Aber fordern wir auch dasselbe von denen, die das nicht tun! Tun wir es friedlich, aber mit Nachdruck! Es ist allerhöchste Zeit!

Autor
Michael Hoppe

Yogasolan

AUSBILDUNG ZUM NRT-BEWUSSTSEINSCOACH

Wir helfen Ihnen, Ihr unbegrenztes Potential zu nutzen, damit Sie Ihr Leben in Glück, Erfolg und Gesundheit selbst gestalten können.

Seit über 30 Jahren übermitteln wir höchstes Wissen und neues Denken gemäß der von uns entwickelten Nichtrelativitätstheorie.

Unsere Bücher: »**Sam – hinter dem Horizont geht es weiter**«, »**Einmal Jenseits und zurück**«, »**Die Nichtrelativitätstheorie – neues Denken**« tragen dazu bei, Ihr Leben wesentlich zu bereichern.

Persönliche Ausbildung in Backnang oder als Online-Seminar

Agasthiya Gesundheits- und Bildungszentrum »Yogasolan«
71522 Backnang,
Stuttgarterstrasse 139
Tel: +49 179 58 23 703
E-Mail: office@yogasolan.de
Web: www.yogasolan.de

Sei wachsam! – Eine Hymne für die Jetztzeit!

Reinhard Mey singt sich seit 50 Jahren in die Herzen und in die Seelen der Menschen. 60 Alben hat der Chansonnier und Friedensaktivist in dieser Zeit veröffentlicht. Der Titel »Sei wachsam« erschien 1996 auf seiner LP »Leuchtfeuer«. Auch wenn das Lied schon zwei Jahrzehnte alt ist, scheint es zeitgemäßer als je zuvor. Hier der Text:

Sei wachsam!

»Ein Wahlplakat zerrissen auf dem nassen Rasen, sie grinsen mich an, die alten aufgeweichten Phrasen, die Gesichter von auf jugendlich gemachten Greisen, die Dir das Mittelalter als den Fortschritt anpreisen.
Und ich denke mir, jeder Schritt zu dem verheißenen Glück, ist ein Schritt nach ewig gestern, ein Schritt zurück.
Wie sie das Volk zu Besonnenheit und Opfern ermahnen, sie nennen es das Volk, aber sie meinen Untertanen.
All das Leimen, das Schleimen ist nicht länger zu ertragen, wenn du erst lernst zu übersetzen, was sie wirklich sagen: Der Minister nimmt flüsternd den Bischof beim Arm:
Halt du sie dumm, – ich halt' sie arm!

Refrain: Sei wachsam,
Präg' dir die Worte ein!
Sei wachsam,
Fall nicht auf sie rein!
Paß auf, daß du deine Freiheit nutzt,
Die Freiheit nutzt sich ab, wenn du sie nicht nutzt!
Sei wachsam,
Merk' dir die Gesichter gut!
Sei wachsam,
Bewahr dir deinen Mut.
Sei wachsam … und sei auf der Hut!

Du machst das Fernsehen an, sie jammern nach guten, alten Werten.
Ihre guten, alten Werte sind fast immer die verkehrten.
Und die, die da so vorlaut in der Talk-Runde strampeln, sind es, die auf allen Werten mit Füßen rumtrampeln:
Der Medienmogul und der Zeitungszar, die schlimmsten Böcke als Gärtner, na wunderbar!
Sie rufen nach dem Kruzifix, nach Brauchtum und guten Sitten, doch ihre Botschaft ist nichts als Arsch und Titten.
Verrohung, Verdummung, Gewalt sind die Gebote, ihre Götter sind Auflage und Einschaltquote.
Sie biegen die Wahrheit und verdrehen das Recht: so viel gute alte Werte, da wird mir echt schlecht!

Refrain: Sei wachsam …

Es ist 'ne Riesenkonjunktur für Rattenfänger, für Trittbrettfahrer und Schmiergeldempfänger, 'ne Zeit für Selbstbediener und Geschäftemacher, Scheinheiligkeit, Geheuchel und Postengeschacher.
Und die sind alle hochgeachtet und sehr anerkannt, und nach den schlimmsten werden Straßen und Flugplätze benannt.
Man packt den Hühnerdieb, den Waffenschieber läßt man laufen, kein Pfeifchen Gras, aber 'ne ganze Giftgasfabrik kannst du kaufen.
Verseuch' die Luft, verstrahl' das Land, mach ungestraft den größten Schaden, nur laß dich nicht erwischen bei Sitzblockaden!
Man packt den Grünfried, doch das Umweltschwein genießt Vertrauen, und die Polizei muß immer auf die Falschen draufhauen.

Refrain: Sei wachsam …

Wir haben ein Grundgesetz, das soll den Rechtsstaat garantieren.
Was hilft's, wenn sie nach Lust und Laune dran manipulieren, die Scharfmacher, die immer von der Friedensmission quasseln und unterm Tisch schon emsig mit dem Säbel rasseln?
Der alte Glanz in ihren Augen beim großen Zapfenstreich, Abteilung kehrt, im Gleichschritt marsch, ein Lied und heim ins Reich!
»Nie wieder soll von diesem Land Gewalt ausgehen!«
»Wir müssen Flagge zeigen, dürfen nicht beiseite stehen!«
»Rein humanitär natürlich und ganz ohne Blutvergießen!«
»Kampfeinsätze sind jetzt nicht mehr so ganz auszuschließen.«
Sie ziehen uns immer tiefer rein, Stück für Stück, und seit heute früh um fünf Uhr schießen wir wieder zurück!

Refrain: Sei wachsam …

Ich hab' Sehnsucht nach Leuten, die mich nicht betrügen, die mir nicht mit jeder Festrede die Hucke volllügen, und verschon' mich mit den falschen Ehrlichen, die falschen Ehrlichen - die wahren Gefährlichen!
Ich hab' Sehnsucht nach einem Stück Wahrhaftigkeit, nach 'nem bißchen Rückgrat in dieser verkrümmten Zeit.
Doch sag die Wahrheit und du hast bald nichts mehr zu lachen, sie werden dich ruinieren, exekutieren und mundtot machen, erpressen, bestechen, versuchen, dich zu kaufen.
Wenn du die Wahrheit sagst, laß draußen den Motor laufen, dann sag sie laut und schnell, denn das Sprichwort lehrt: Wer die Wahrheit sagt, braucht ein verdammt schnelles Pferd.

Refrain: Sei wachsam,
Präg' dir die Worte ein!
Sei wachsam,
Fall nicht auf sie rein!
Paß auf, daß du deine Freiheit nutzt,
Die Freiheit nutzt sich ab, wenn du sie nicht nutzt!
Sei wachsam,
Merk' dir die Gesichter gut!
Sei wachsam,
Bewahr dir deinen Mut.
Sei wachsam … und sei auf der Hut!

Reinhard Mey, 1996

Auf Youtube unter:
https://youtu.be/CdBo34ycvkw

Einführungsseminar: Spirituelle Wirbelsäulenausrichtung – am 22.04.2018 und am 19.05.2018

Seit Jahren führt der Heiler Karl Heinz Allgaier aus Gomadingen Behandlungen bei uns durch. Dabei sind hunderte von Menschen von ihm »ausgerichtet« worden, und auch viele andere körperliche Einschränkungen wurden erfolgreich behandelt. Da regelmäßig Anfragen kommen, ob man die Technik des Ausrichtens auch selbst erlernen kann, werden ab sofort auch Ausrichtungs-Seminare stattfinden. Bei diesen erläutert Karl Heinz Allgaier seine besondere Gabe im Detail und stellt sein Wissen Interessierten zur Verfügung. Teilnehmen kann, wer sich ernsthaft für diese Methode interessiert.

»Der physische Körper folgt dem geistigen Körper «, davon ist Karl Keinz Allgaier überzeugt. »Deshalb richte ich den geistigen Körper aus. Wir sind alle mehr oder weniger verbogene Geister, was seine Ursache oft in früheren Erdenleben und falschen Überzeugungen hat. 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. «

Karl Heinz Allgaiers Behandlungsmethode setzt nicht voraus, daß der Behandelte unbedingt an übersinnliche Dinge »glauben« muß. Auch bei sehr skeptischen Patienten ist die Wirkung seiner Behandlungsweise klar erkennbar.

Dennoch ist Karl Heinz Allgaiers Motto: »Wer wirklich gesund sein möchte, muß ausgerichtet sein! Wenn das zentrale Element des Körpers, die Wirbelsäule, im Ungleichgewicht ist, werden auch alle anderen Körperbereiche »schief«, bis hinein in die Zellen.«

Daher ist die Wirbelsäulenausrichtung eine essentielle Grundvoraussetzung für viele körperliche Prozesse. Der Rest folgt »automatisch« nach. Ob Beckenschiefstand, Beinlängenausgleich, Erneuerung der Zellinformation, Ordnung der Zellstruktur – jede Korrektur ist möglich.

Seminarinhalt

» Es wird zum einen das »spirituelle Ausrichten« im Detail erklärt und in der Praxis gezeigt.

» Zudem lernt der Teilnehmer Techniken, die es den bereits Behandelten ermöglich, auch zukünftig nicht mehr in alte Fehlhaltungen zurückzufallen. Denn selbst »ausgerichtete« Menschen neigen bisweilen dazu, sich wieder zu verspannen und sich dadurch in ihren körperlichen Abläufen zu blockieren.

» Daher eignet sich das Einführungsseminar »Spirituelle Wirbelsäulenausrichtung« sowohl für bereits ausgerichtete Menschen, die mehr über die Hintergründe ihrer Behandlung erfahren möchten, als natürlich auch für Heilpraktiker und Therapeuten, die eine zusätzliche Möglichkeit suchen, ihren Patienten weiterzuhelfen.

Termine

Die ersten Einführungsseminare finden am
22.04. und am **19.05.2018** statt.
Beginn jeweils
9.30 Uhr bis ca. **18.00 Uhr**.
Maximale Teilnehmerzahl
8-10 Personen.

Kosten

Die Seminargebühr beträgt
150.- Euro pro Person
+ 30.- Euro für die Tagesverpflegung (biologisch-vegetarisches Mittagessen, Getränke, etc.)

Anmeldung & weitere Informationen

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

Spirituelle Wirbelsäulenausrichtung

Karl Heinz Allgaier führt weiter regelmäßig Behandlungen in Wüstenrot durch. Seine besondere Gabe, »schiefe« Wirbelsäulen wieder begradigen zu können, hat sich längst deutschlandweit herumgesprochen. 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. Der Heiler erläutert im Detail, worauf der »Patient« vor und nach der Behandlung achten muß. Inzwischen haben wir diese Prozedur hundertfach 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.

Die Behandlung selbst nimmt – inklusive der notwenigen Instruktionen – ca. eine bis eineinhalb Stunden in Anspruch. In der Regel reicht eine einzige Behandlung aus. Termine sind nur nach Voranmeldung möglich.

Geplante Behandlungstage im nächsten Quartal:

- **03.03.2018**
- **23./24.03.2018**
- **07.04.2018**
- **20./21.04.2018**
- **17./18.05.2018**

Autor
Michael Hoppe

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

24.03.2018 – Sei dein bester Coach! Workshop mit der Mentaltrainerin und Biathlon-Weltmeisterin Simone Hauswald

Sie möchten mentale Stärke in Ihr Leben bringen? Dann beginnen Sie damit, Ihr Leben bewußt selbst in die Hand zu nehmen! Selbstcoaching hilft Ihnen, mit Streß besser umzugehen, sich zu motivieren, Ihre Träume zu verwirklichen und Entscheidungen sicher zu treffen - und das in all Ihren Lebensbereichen.

Lernen Sie in diesem Workshop, wie Sie Ihr Lebensglück und Ihre Zufriedenheit wieder selbst steuern können. Verschaffen Sie sich mit Hilfe von wirksamen Mentaltechniken einen Überblick über Ihre Lebensthemen und nutzen Sie die Kraft der Entscheidung, um sich auf Ihre Stärken zu konzentrieren. Denn egal ob privat oder beruflich: das, was Sie als Mensch ausmacht, nehmen Sie überall mit hin.

Inhalte des Tages-Workshops:

» Einführung in das Mental- und Bewußtseinstraining
» Meine persönliche Life-Map
» Innere Zufriedenheit erschaffen
» Wege aus der Negativ-Spirale
» Die Kraft der Entscheidung nutzen
» Innere Kräfte aktivieren - mich selbst wertschätzen
» Selbstcoaching mit der IDENTITÄTSKRAFT®-Methode

Termine
24.03.2018

Ort und Gebühr
Der Workshop findet in Wüstenrot statt.

Gebühr
150,- Euro pro Teilnehmer + 30,- Euro für vegetarisch-biologisches Mittagessen, Obst, Getränke etc.

Anmeldungen
NATURSCHECK MAGAZIN
mh@naturscheck.de
Tel: 0 79 45 - 94 39 69

Emotionen als Kraftquelle – Interview mit dem Autor und Theologen Peter Goes

Peter Goes ist Jahrgang 1940, verheiratet und Vater zweier Töchter. Er arbeitete viele Jahre als Pfarrer in verschiedenen Gemeinden, zuletzt war er im SLK-Klinikum in Heilbronn als geistlicher Seelsorger tätig. Er ist Mitbegründer des ersten Hospizdienstes in Heilbronn und beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit Philosophie und Psychologie. Besonders die Begegnung mit dem Werk von C. G. Jung hat Peter Goes motiviert, sich über die Beziehung von Körper, Geist und Seele eigene Gedanken zu machen.

Lieber Herr Goes, 2017 ist Ihr neues Buch »Emotionen als Kraftquelle« erschienen. Was hat Sie dazu bewegt, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen?

Peter Goes

Motivierend für mich war, daß in den letzten 10 - 20 Jahren eine Unmenge an Büchern z.B. zum Thema »Glück« auf dem Buchmarkt erschienen sind und auch im TV Glücks-Themenwochen eingerichtet wurden, jedoch in aller Regel bei den dargestellten Glücksfaktoren ein für die Ganzheit wichtiger Beitrag von Spiritualität und Glauben fehlte.

Oft erschöpfen sich diese Ratgeber in trivialen äußerlichen technischen Tipps, verbunden z.B. mit der nicht einlösbaren, falschen Prognose: »Glücklich in 8 Tagen!«. Wenn sich dann das schnell verheißene Glück nicht einstellt, gibt man sich selbst die Schuld, was eher das Gefühl des Unglücklichseins noch vergrößert.

Mir geht es um eine langfristige andere innere Haltung und Einstellung, die Erfahrungen von Glück, Zufriedenheit, Dankbarkeit und Wohlbefinden ermöglichen und das eigene Leben als sinn- und wertvoll erscheinen lassen. Hilfreich erweisen sich beispielsweise innere Einstellungen wie Glaube, Liebe, Hoffnung, und Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber. In jedem Fall geht es um mehr und etwas anderes als ein technisch-organisierbares Glücksrezept. Tiefe respektvolle und wertschätzende zwischenmenschliche Gefühle geben dem Leben und der Persönlichkeit eine einzigartige Bedeutung, zudem Selbstachtung und das sinnstiftende Gefühl von »Glückseligkeit«.

Ein anderer Anstoß, dieses »Buch der Gefühle« zu verfassen, war die Begegnung mit einem schwer sehbehinderten Gymnasiasten. Er schildert eindrucksvoll, wie er mit Hilfe großer, den mühsamen Alltag auflockern-

der, starker Gefühle, sein Leben um vieles besser bewältigen konnte. In seinem Fall waren es die Freude an alten Dampflok-Zugfahrten, sowie die überschäumende Begeisterung, wenn er an wichtigen Fußballspielen des von ihm bevorzugten Vereins teilnehmen und zusammen mit tausenden jubelnden Fans einen Sieg feiern und starke Emotionen ausleben konnte. Das half ihm, den oft mühsamen Schulalltag wieder besser zu bewältigen.

Der Mensch ist ein emotionales Wesen. Doch gilt es heute als Zeichen von Unreife, seine Gefühle zu zeigen oder ihnen gar freien Lauf zu lassen. Vor allem im Geschäftsleben ist der coole, selbstbeherrschte Typ gefragt. Wie sehen Sie diese Entwicklung?

Peter Goes

In der Tat umgibt man sich heute gerne im Geschäftsleben mit der kühlen rationalen Aura des gefühlsfreien Manager-Leitsatzes: »Alles muß funktionieren!« Und nach dem Herzinfarkt eines durch erhöhten Leistungsdruck außer Gefecht gesetzten Mitarbeiters wird als erstes die Frage gestellt: »Wann sind Sie wieder funktionsfähig?«

Die Reduzierung des Menschen auf das mechanistisch-rationale Funktionieren und die Abwertung von Gefühlen hat aber auch im Geschäftsleben negative Auswirkungen. So zeigen Erhebungen, daß Erfolg im Beruf oft nicht allein in fachlichem Können und kompetenter Arbeitsverrichtung begründet liegt - zusätzlich bedarf es einer gewissen »emotionalen Intelligenz«, einer stimmigen Beziehungsqualität und Kommunikationsfähigkeit.

Die Wichtigkeit eines guten Betriebsklimas mit Wertschätzung für die Mitarbeitenden und ihre Arbeit ist ebenso erwiesen wie das Faktum, daß fehlende Wertschätzung und stetig steigender Leistungsdruck sich demotivierend, ja krankmachend auswirken können.

Hirnforscher und Psychiater haben als Ursachen von psychischen Störungen wie Burnout erkannt: Mangelnde Anerkennung, ständiger Streß und Ärger am Arbeitsplatz, sowie Frust im Privatleben können die Psyche langfristig ausbrennen. Wenn Menschen viel leisten, aber fortlaufend entmutigt werden, steigt die Gefahr, daß die Psyche nachhaltig leidet. Einige Firmen haben daher spezielle Disability-Manager, die sich um die Wiedereingliederung zuvor Erkrankter kümmern. Wer sich wertgeschätzt fühlt, kann auch in manchmal unvermeidlichen Streß-Situationen den Herausforderungen besser begegnen.

Im Buddhismus kennt man die vier noblen Gesetze des harmonischen Zusammenlebens: Universelle Liebe, Mitgefühl, Mitfreude und Mentale Ausgeglichenheit. Unsere westliche Gesellschaft wird bestimmt von Egoismus, Einsamkeit, Neid und Burn-out-Syndromen. Warum ist das so?

Peter Goes

Zunächst einmal muß redlicherweise festgestellt werden, daß auch in Ländern, die mehrheitlich vom Buddhismus geprägt sind, keineswegs immer die vier noblen Gesetze für ein harmonisches Zusammenleben praktiziert werden. Z.B. wurden derzeit in Myanmar von den buddhistischen Führungsmachthabern muslimische Bevölkerungsminderheiten gewaltsam aus ihrem eigenen Land in das bettelarme Nachbarland Bangladesch vertrieben. Das ist ganz gewiß kein Zeichen von universeller Liebe und Mitgefühl!

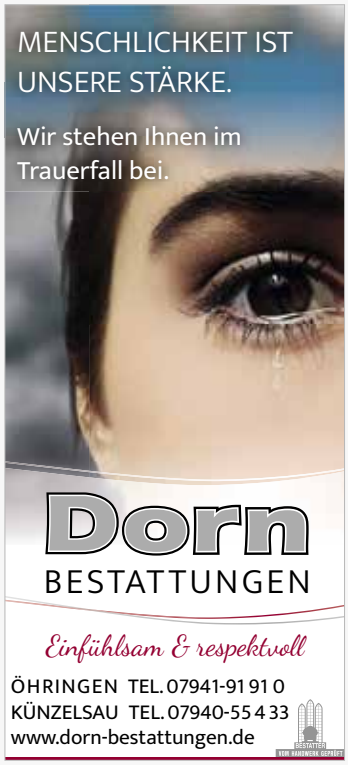
Umgekehrt ist auch unsere westliche Gesellschaft

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

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

Ausbildung in der
Peter Hess®-Klangmassage
PETER HESS® INSTITUT

• Abbau von Stress
• schnelle Tiefenentspannung
• Unterstützung von Genesungsprozessen
In Ludwigsburg mit Beate Pihale
• Klangmassage I – Die eigene Mitte stärken
03.–04.03.2018 oder 26.–27.05.2018
Anmeldung + Info
Tel. 04252-9389114
1 Tages-Workshops · Info unter: Klang@B-Pihale.de
E-Mail: info@peter-hess-institut.de · www.peter-hess-institut.de



nicht nur von Egoismus und Neid-Syndromen bestimmt. Was uns aber trotz relativ hohen Wohlstandes gerade bei uns in Deutschland am wirklichen Glücklichsein hindert, ist die Meinung vieler, das Glück hänge ab vom »Tanz ums Goldene Kalb.«

Wir sind in der Gefahr, die Welt nach dem Bruttosozialprodukt zu vermessen, teilen sie ein in gut (reich, produktiv, wirtschaftsstark) und schlecht (arm, faul, rückständig). Wir urteilen gern nach der Devise: »Hast du was, bist du was. Hast du nichts, bist du auch nichts.«

Diese Gleichsetzung von Glück mit materiellem Reichtum führt natürlich zu dem fatalen Umstand, sich ständig mit anderen zu vergleichen, die mehr haben - was das ungünstige Gefühl des Neides geradezu heraufbeschwört. Mit Neidvergleichen kann man jedes Glück und jedes Zufriedenheitsgefühl auf Null bringen.

In der biblischen Menschheitsgeschichte geschieht der erste Mord aus Neid. (Brudermord von Kain an Abel) Unglück kommt oft vom Vergleich, von Neid, Eifersucht, Habgier. Zwar stecken sie tief in uns, bringen Leistung und Ehrgeiz. Die Volkswirtschaft lebt ein Stück weit von ihnen. Aber aus dem privaten Leben sollten wir möglichst aussperren. Sie sind destruktiv, machen einsam und nehmen dem Glück den freien Atem.

Aber auch hierzulande sind immer mehr Menschen den Tanz um das Goldene Kalb als Maßstab für Glück und Lebenswert leid. Sie möchten auch etwas gelten, ohne sich mit Leib und Seele dem Haben und Gewinnstreben zu verschreiben. Natürlich bedarf es zum Glücklichsein eines gewissen Mindestlebensstandards. Aber der kleine, wirtschaftlich arme Himalaya-Staat Bhutan, in dem nach Meinung der Bewohner besonders viele glückliche Menschen leben, zeigt, daß Glück nicht nur von äußeren Dingen wie Geld und Gut abhängt.

Ein irisches Sprichwort lehrt die Weisheit: »Mögest du nicht das Glück in der Ferne suchen, bevor du es nicht in deinem eigenen Herzen gefunden hast.«

Auf der Rückseite Ihres Buches stellen Sie die Frage: »Können wir, dürfen wir in Zeiten von Haß, Gewalt und Terror noch optimistisch in die Zukunft blicken?« Frage 1: Können wir? Frage 2: Woher kommt diese Zusammenballung destruktiver Emotionen auf unserem Planeten?

Peter Goes

Zu Frage 1: Ja, wir können! Sofern wir, angefangen bei uns selbst, sinn- und friedensstiftende Gefühle wie gegenseitige Achtsamkeit, Rücksicht und Respekt gegen die zunehmende Verrohung des Umgangs miteinander einsetzen. Denn ein zufriedenes Leben ist nicht nur eine Frage der äußeren Umstände, sondern primär eine Frage der inneren Einstellung und des Umgangs mit eigenen positiven wie belastenden Emotionen. Eine Haltung aus Zuversicht, Vertrauen und zwischenmenschlicher Wertschätzung wirkt sich auch auf unsere Art des Zusammenlebens aus und stärkt unsere eigene innere Balance.

Zu Frage 2: Unsere Gesellschaft wird heute von hochtechnisierten Kopfmenschen und emotional-moralischen Analphabeten dominiert. Infolgedessen werden technische Berufe, die mit Apparaten, Automaten und Maschinen einhergehen, ungleich höher und besser bezahlt als Berufe, die direkt mit der Arbeit an kranken, alten, behinderten Menschen oder Kindern zu tun haben.

Die Folge dieser inhumanen Einstellung ist die aktuelle Marginalisierung und fatale Unterbewertung der überaus wichtigen, arbeitsintensiven Pflege- und Betreuungsarbeit. Aktuelles Beispiel ist der Hebammen-Notstand, weil dieser Berufsstand vom Aussterben bedroht ist wegen schlechter Bezahlung. Obwohl die Hebammen ihren Beruf mit Empathie und Liebe ausgeübt haben, wurde vielen durch die völlig überhöhten Haftpflichtprämien eine Weiterarbeit unmöglich gemacht.

Verantwortlich für den Werteverfall im Humanum ist nach meiner Ansicht in erster Linie die sich ausbreitende, postmoderne Relativierung aller Werte. Wenn alle Auffassungen gleichgültig sind, fehlt der Gesellschaft ein gemeinsam anerkanntes Wertesystem von dem, was Menschlichkeit und »Ehrfurcht vor dem Leben« (A. Schweitzer) ausmacht und zusammenhält.

Wo der Respekt vor dem, der uns geschaffen hat, abhandenkommt, geht bald auch der Respekt gegenüber der Schöpfung und den Mitgeschöpfen, seien es Menschen, Kinder, Kranke, Alte, Behinderte oder auch Tiere, verloren.

Nicht nur die politische oder religiöse Propaganda, auch die Werbeindustrie zielt auf unsere Emotionen ab. Da werden Knöpfchen gedrückt, von denen wir gar nicht wußten, daß wir sie haben. Kann der emotionale Mensch leichter ferngesteuert werden als der rationale? Und wie entzieht man sich dieser Fernsteuerung?

Peter Goes

Der technisch durch Fernsehen, Internet oder Killerfilme und digitale Spiele bewirkten Verrohung der Sprache und durch die bildhafte Darstellung von Gewalt und Haß sollte eine neue Kultur der zwischenmenschlichen Achtsamkeit des Schutzes der Persönlichkeitswürde entgegengestellt werden. Wir leben inmitten immer mächtiger und geschickter um unser Geld werbender und uns manipulierender Apparate und einem immer schwächer werdenden ethischen Bewußtsein für nicht technisch herstellbare, aber notwendige lebendige zwischenmenschliche Gefühle.

So beschreibe ich den unentbehrlichen hohen Stellenwert von Mitgefühl für das Zusammenleben in der Gesellschaft. Denn allein praktiziertes und gelebtes Mitgefühl hebt die Isolierung und Fernsteuerung des Menschen auf und schafft wirkliche Beziehung zu einem anderen Mitmenschen.

Durch Werbung werden Emotionen wie maßloser Einkaufskonsum geweckt und suggeriert, daß wir genau diese oder jene Produkte noch zu unserem vollkommenen Glück benötigen. Da muß dann auch die nüchterne Ratio dem mit Werbungsma-

schen überschwemmten Gefühl zu Hilfe kommen, um zu erkennen, daß ich die angepriesenen Produkte nur in den seltensten Fällen zu meinem Lebensglück benötige.

Der Fernsteuerung entzieht man sich am besten, indem man die Verführung zum Kaufen durchschaut und auf seine eigenen Werte setzt, nach denen Glück nicht allein durch materielle Bedürfnis-Befriedigung erreichbar ist. Nur wenn wir in uns ein starkes inneres Zentrum von beständigen Gefühlen, Wertvorstellungen und eigenen Überzeugungen errichtet haben, wird es uns gelingen, uns der manipulativen Fernsteuerung zu entziehen.

Viele Menschen leben fast ausschließlich im Kopf und sind sich ihrer Gefühle und Emotionen gar nicht wirklich bewußt. Erst wenn etwas wehtut, findet ein kurzzeitiges Erwachen statt. Sie sind überzeugt, daß Emotionen eine wichtige Kraftquelle sind. Wie können wir lernen, diese Quelle nutzbar zu machen und konstruktiv mit unseren Emotionen umzugehen?

Peter Goes

Zwischenmenschliche Liebe, Freude, Glück, Achtsamkeit, Mitgefühl, Genuß, Begeisterung sind unerschöpfliche und unentbehrliche Quellen, aus denen ein zufriedenes, erfülltes Leben zum Fließen kommt. Um z.B. möglichst oft Freude zu erleben, ist es wichtig, seine Talente, Werte und Leidenschaften gut zu kennen, so daß man sie für das Glück fruchtbar machen kann.

Finden Sie heraus, was Ihnen Freude macht, und tun sie es oft. In meinem Buch führe ich aus, daß Quellen der Freude z.B. in der Natur oder in der Musik zu finden sind. Ein praktischer Hinweis wäre auch, Nahrungsmittel so natürlich wie möglich zu belassen, was dem Glück der Gesundheit zugutekommt.

Nochmal zurück zum Thema Glück! Der gemeine Deutsche ist nicht dafür bekannt, besonders glücklich und zufrieden zu sein. Woran liegt das, Ihrer Meinung nach? Und wie wird man ein glücklicherer, zufriedenerer Mensch?

Peter Goes

Trotz eines relativ hohen Lebensstandards haftet dem »gemeinen Deutschen« so etwas wie ein Hang zum Perfektionismus an. Da aber das Leben sich nicht immer glatt und stromlinienförmig entwickelt, bleiben viele hinter diesen hohen Ansprüchen an sich selbst zurück und wirken unzufrieden bis unglücklich. Tom Buhrow, lange Zeit Nachrichtensprecher im ARD, hat viele Jahre in den USA gelebt und nach seiner Rückkehr nach Deutschland resümiert: Deutschland ist ein wunderbares Land bis auf den Neid.

Ich ziehe daraus das Fazit: Wir Deutschen sollten uns vom zu hoch gesteckten Ziel, perfekt sein zu wollen, verabschieden, ebenso vom Hang, sich mit anderen zu vergleichen. Empfehlung: Unterminiere dein Glück der Zufriedenheit nicht ständig durch unnötige Neid-Vergleiche. Schätze deine eigenen Stärken, und achte Dich selbst – auch ohne perfekt zu sein!

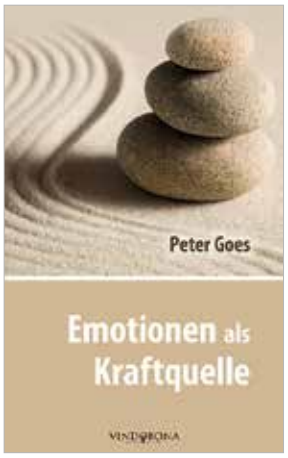
Was ist Ihre ganz persönliche Glücksformel?

Peter Goes

Die zarte zerbrechliche Pflanze Glück ist viel zu vielfältig, um sie in einer plausiblen Definition oder Formel einfangen zu können. Durch die Reduktion auf eine Formel gingen viele Facetten des Glücks verloren, weil es viele Formen des Glücks gibt wie Zufallsglück, das einem unerwartet zu-fällt oder Wohlfühlglück, das ich zum Teil selbst erschaffen kann. Oder Glück als Erfüllung eines Lebenssinnes, den jeder bei sich selbst entdecken muß und der bei jeder Person wieder anders aussehen kann.

Wenn es denn aber doch eine einzige Glücksformel sein soll, dann der so schlichte Satz: Glücklich ist, wer das will, was er ist.

Lieber Herr Goes, wir bedanken uns für das emotionale und gefühlvolle Gespräch.



Das Interview führte
Michael Hoppe

Weitere Infos
EMOTIONEN ALS KRAFTQUELLE
Autor: Peter Goes, 2017 – Vindobona Verlag, ISBN 978-3-946810-13-1

Veranstaltungstipp:
Do.12. April 2018, 19.30 Uhr im Kilianshaus, Kirchbrunnenstraße 32, Heilbronn. Buchpräsentation mit Autorenlesung, Peter Goes stellt sein Buch vor, Eintritt 5.- Euro

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

Wieder lernen, die leisen Töne zu hören

Seit einigen Jahren gibt der Mentaltrainer Mirko Irion unseren NATURSCHECK-Lesern Tipps, wie man das tägliche Leben sinnvoll, gesund und erfolgreich gestaltet. Nun hat er sich entschlossen, selbst einmal eine Auszeit zu nehmen. Wir haben nachgefragt, was ihn dazu bewegt hat und warum es so wichtig ist, wieder zu sich selbst zu kommen.

Lieber Mirko, das Hamsterrad dreht sich immer schneller. Parallel dazu wächst in immer mehr Menschen die Sehnsucht nach Entschleunigung. Man nimmt Auszeiten oder legt ein Sabbatical-Jahr ein. Was hat dich dazu bewegt, deine Aktivitäten herunterzufahren?

Mirko Irion

Da ich ja intensiv mit Menschen zu tun habe, ist es mir ein Bedürfnis, selbst das zu leben, was ich an andere Menschen weitergebe. Dazu gehört auch, auf die leisen Töne meiner eigenen Seele zu hören. Denn die Seele spricht bekanntlich leise. Das wird oft überdeckt von der Lautstärke des Alltags und vom Multitasking.

Obwohl ich meine Aktivitäten mit Begeisterung ausführe, seien es Coachings, Ausbildungen, Projekte, Seminare, und vieles andere mehr, so spüre ich doch, daß im Moment ich selbst dran bin. Und um die leisen Töne meiner Seele zu hören und meiner eigenen Seelenentfaltung Raum zu geben, benötige ich Ruhe. Meine Klienten und die Teilnehmer meiner Seminare erwarten von mir, ehrlich und authentisch zu sein, und das kann ich nur sein, wenn ich im Einklang mit mir selbst bin. Daher darf es nun ruhiger werden, und ich freue mich auch darauf.

Und wie lange soll die Auszeit sein?

Mirko Irion

Ich finde, daß es ganz wichtig ist, sich nicht immer Termine zu setzen. Denn wenn ich jetzt schon darüber nachdenke, wann es wieder losgeht, dann ist keine echte Entspannung und kein echtes Loslassen möglich. Man könnte es so ausdrücken: Ich verlasse den Ort, an dem ich gerade bin, nicht, um ein Ziel zu erreichen, sondern der Reise wegen. Es geht also nicht um die Zukunft und um das Ankommen.

Und ich mache ja auch nicht Schluß mit meiner bisherigen Tätigkeit, sondern lasse es ruhiger angehen. Wie lange das so sein wird, wird sich zeigen. Wie gesagt, möchte ich da auf leise, innere Signale hören. Und diese Signale hören wir erst, wenn wir wirklich zur Ruhe gekommen sind. Darum kann man auch nicht planen, wie es danach sein wird. Das wird sich ergeben.

Diese Sichtweise höre ich immer öfter. Wir haben gelernt, permanent in die Zukunft zu planen und uns damit auch ein Stückweit zu Sklaven unserer Pläne zu machen. Die Gegenwart ist dann nur »Mittel zum Zweck«. Weisheitslehrer wie Eckhart Tolle beschreiben, daß sie immer mehr das Interesse an der Zukunft verlieren. Es kommt, wie es kommt, und was zählt, ist der jetzige Moment. Man gibt den Zwang und die illusionäre Vorstellung auf, man habe alles unter Kontrolle, wenn man sein Leben bis ins Detail plant - und man entwickelt stattdessen das Urvertrauen, daß alles gut ist, wenn man lernt, die Zukunft loszulassen ...

Mirko Irion

Das trifft es ziemlich genau. Vertrauen ist sehr wichtig, denn das Leben spiegelt uns immer unsere persönlichen Vorstellungen. Natürlich müssen wir uns an den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen orientieren. Und nicht jeder kann ohne Schwierigkeiten den Schritt gehen, sich eine Auszeit zu nehmen. Oft sind es finanzielle Hindernisse, die Familie oder andere Verpflichtungen.

In meiner Situation und in meinem Beruf weiß ich, daß es meine Klienten schätzen, wenn ich bei mir und in meiner Mitte bin. Daher habe ich das Vertrauen, das Richtige zu tun, auch wenn der Verstand sich manchmal einmischt und mir etwas anderes erzählt. Zudem habe ich vor einigen Jahren die Erfahrung gemacht, was geschehen kann, wenn man nicht auf die innere Stimme hört. Als damals Dreißigjähriger hatte ich ein schweres Burnout, von dem ich mich lange nicht erholt habe. Und erst als ich mich darauf konzentriert habe, was mir wirklich wichtig ist, kam Besserung. Die Zukunft hatte völlig ihre Bedeutung verloren. Das ist jetzt 16 Jahre her. Damals habe ich vieles nicht gewußt, und dieses Erleben war der Ausgangspunkt, mich mit Themen wie Psychologie, Coaching etc. zu befassen.

Körper und Seele geben uns regelmäßig Signale, auf die wir aber oft nicht hören. Der Zusammenbruch ist dann meist die letzte Warnung. Und doch hamstern wir weiter, weil wir gelernt haben, daß nur »Tun« etwas Ehrenvolles ist und »Nichtstun« im Grunde etwas Verwerfliches.

Mirko Irion

Darüber habe ich mir auch Gedanken gemacht. Und ich denke, wir tun auch beim sogenannten Nichtstun etwas. Denn wir schaffen Raum, um uns selbst zu fühlen. Und wir schaffen die notwendige Platt-

form, um uns selbst auszurichten. Wenn wir diese Ruhe und diese Plattform nicht haben, dann sind wir oft jahrelang im Blindflug unterwegs.

Daher ist auch dieses Nichtstun eine wichtige Aktivität! Immer mehr Menschen erkennen das für sich. Oft ist es sogar leichter, im Hamsterrad des Alltags zu verharren, als den Käfig zu verlassen. Veränderung bedingt eben Mut und Vertrauen, und es birgt das »Risiko«, daß man vielleicht nie mehr in den Käfig zurückkehren wird …

Das erinnert mich etwas an den legendären Winston Churchill. Der war ein großer, hoch intelligenter Staatsmann, galt jedoch auch als sehr bequemer Mensch. Sein Motto war: »Wenn ich etwas umzusetzen versuche, dessen Zeit noch nicht gekommen ist, dann werde ich mit dem doppelten Aufwand nur das halbe Ergebnis erreichen. Wenn ich jedoch in mir ruhe und den richtigen Zeitpunkt erkenne, geschieht alles wie von selbst.« In unserer heutigen Gesellschaft wird fast ausschließlich mit Druck gearbeitet. Ewiges Wachstum, ständig höhere Umsatzzahlen, Druck auf die Mitarbeiter, Druck auf sich selbst etc.

Mirko Irion

Genau so ist es. Ich komme ja selbst ursprünglich aus dem IT-Bereich und der Software-Entwicklung, also aus einer Branche, die die Digitalisierung und den »Wahnsinn der Beschleunigung« vorantreibt durch immer schnellere Systeme. Gleichzeitig liegt natürlich aber auch darin wieder eine Chance. Denn da zukünftig immer weniger »menschliche« Arbeitszeit notwendig sein wird, entstehen neue Freiräume.

Wenn wir also umdenken und die Individualität jedes Einzelnen erkennen, diese letztlich auch fördern, so daß sich jeder an seinem eigenen Inneren ausrichten kann, dann wird eine viel dynamischere Gesellschaft entstehen. Tun wir das nicht, wird die Mehrheit der Menschen von der Geschwindigkeit einiger weniger abgehängt. Meine Auszeit dient unter anderem dazu, mir in aller Ruhe über diesen Wandel in der Gesellschaft Gedanken machen zu können.

Damit schließt sich auch der Kreis. Denn wenn wir etwas in der Welt verändern wollen, sollten wir es zuerst einmal bei uns selbst ändern. Wenn wir also selbst zu Ruhe kommen, dann würde das auch unserem Planeten nützen. Denn der Natur könnte nichts Besseres geschehen, als wenn wir alle einmal ein paar Jahre lang aufhören würden, wie wild zu wachsen, zu produzieren und Ressourcen zu verschwenden. Dann könnte – sinnbildlich gesprochen – auch der Planet zur Ruhe kommen.

Mirko Irion

Genau. Sich Zeit zu nehmen für sich selbst, ist ein wichtiger Schritt in eine gesündere Gesellschaft. Wenn wir uns eine Auszeit vom unbewußten Tun nehmen, würde das dem Planeten, aber auch unseren Mitmenschen guttun. Denn Themen wie Unzufriedenheit, Neid und Haß sind ja oft die Folge eines sinnentleerten Lebens. Diese Leere durch Konsum oder Rennen im Hamsterrad auszufüllen, bringt uns auf Dauer nicht weiter. Dann doch besser zur Ruhe kommen und wieder auf die leisen Töne unserer Seele hören.

Lieber Mirko, besten Dank für das Gespräch und erholsame Entschleunigung!

Das Gespräch führte
Michael Hoppe

Die IDENTITÄTSKRAFT ® Akademie ist weiterhin erreichbar. Individuelle Coachings werden auch in Mirko Irions Auszeit angeboten.

Adresse
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

KRAMPFADERN NATÜRLICH VORBEUGEN UND BEHANDELN – VENENABENDE

Unsere Beine müssen jeden Tag viel leisten und bekommen nur Beachtung, wenn sie nicht mehr so funktionieren, wie wir es gewohnt sind, meist verursacht durch ein Krampfaderleiden. Doch wir können einiges dafür tun, um diesem vorzubeugen.

Aus diesem Grunde ist es mir ein Anliegen, unseren Beinen mit etwas mehr Achtsamkeit zu begegnen, und deshalb veranstalte ich regelmäßige Venenabende in meiner Naturheilpraxis.

An diesen Abenden soll es nicht nur um die Anatomie und die Funktionsweise des Gefäßsystems gehen, sondern auch darum, was wir vorsorglich mit Naturheilkunde tun können, um die Beine so lange wie möglich gesund und schön zu erhalten. Dabei gehen wir sehr praktisch vor, damit alle Sinne angesprochen werden.

Natürlich erfahren Sie dabei auch mehr über Krampfadern und ihre Behandlungsmöglichkeiten. Allem voran über die Therapie der sanften Krampfaderentfernung mit Kochsalzlösung.

Mit dem Gesamtkonzept der Naturheilkunde ist die Krampfaderbehandlung nachhaltiger, und Sie bringen Ihre Venen in Schwung und halten sie elastisch.

› Die Kurse sind einmal pro Monat, meist Freitagabend in kleiner Gruppe von max. 6 Personen.

› Weitere Infos, Termine und Anmeldungen finden Sie unter Veranstaltungen auf meiner Homepage: www.praxisbiellakuttler.de

Weitere Informationen
Sandra Biella-Kuttler, Naturheilpraxis für ganzheitliche Venentherapie
Weissachstr.1, 71554 Weissach im Tal
post@praxisbiellakuttler.de

Entdecke deine eigene Lebenskraft!

»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 »be-handelt«, das heißt, andere entscheiden über sein Leben. Und das tut selten gut.« Der Hohenloher Günter Färber ist seit 2003 als Heiler tätig. Seine Spezialität ist die sogenannte »Auraheilung«, also die Behandlung über das menschliche Energiefeld. Und er ruft alle Menschen dazu auf, den eigenen inneren Heiler zu aktivieren und mehr Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen.

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 Bereiche. Es entwickeln sich Disharmonien und in der Folge - auf körperlicher Ebene - Beschwerden und Krankheiten.

Diese Disharmonien sind in der menschlichen Aura sichtbar. »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 Energiefeld schützt ihn und macht ihn nahezu immun gegen äußere Einflüsse«

Wer jedoch »ferngesteuert« wird und die Anbindung an die eigene Lebenskraft verliert, dessen Psyche leidet. Und gerade psychische Leiden sind heute überall auf dem Vormarsch. Letztendlich liegen dem Großteil aller körperlichen Beschwerden tieferliegende Ursachen zugrunde. Der Körper antwortet nur auf die Signale, die er von der Psyche empfängt.

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 das Schließen 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. »Bisweilen muß der Erkrankte etwas in seinem Leben verändern, damit die Symptome nicht immer wieder zurückkehren. Wer die komplette, 100%ige Verantwortung für sein eigenes Schicksal übernimmt, der ist auf dem richtigen Weg!«

Das Positive stärken

Was vielen erkrankten Menschen vor allem fehlt, ist der Zugang zur eigenen Lebenskraft. 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. Diese Energien werden von den Gedanken, Gefühlen und Erfahrungen eines jeden Lebewesens beeinflußt.

Die Kunst des gesunden Lebens ist nun, zu lernen, dieses Energiefeld positiv zu beeinflussen und sich wieder an die Lebenskraft anzuschließen. Hier nimmt Günter Färber seine Klienten in die Pflicht. »Ich habe eine sehr hohe Erfolgsquote. Doch ich kann mit meinen Behandlungen nur einen Impuls setzen. Den Rest muß jeder Mensch selbst tun! Und hier scheiden sich die Geister. Ich suche keine Dauerpatienten, sondern freue mich, wenn ich Menschen, die lange an Bett und Haus gefesselt waren, plötzlich nicht mehr erreiche – weil sie wieder gesund und unterwegs sind!«

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

Nie mehr Parodontose

»Parodontose« ist ein im Volksmund weit verbreiteter Begriff, der für eine Vielzahl von Erkrankungen steht. Er hat sich eingebürgert wie »Tempo« für Papiertaschentücher, wird jedoch meist falsch verwendet. Da weit über 90% der Erkrankungen des Zahnhalteapparats entzündlicher Natur sind, ist der korrekte Begriff »Parodontitis«.

In Deutschland leiden ca. 12 Millionen Menschen an Parodontitis. Je höher das Lebensalter, desto mehr Menschen sind von Zahnfleischentzündung betroffen. Dies verursacht bei Ärzten und Zahnärzten zunehmend Sorgenfalten, da man weiß, daß Parodontitis ein bedeutender Risikofaktor für Arteriosklerose, Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes, Krebs und einige andere Erkrankungen ist. Das chronische Entzündungsgeschehen bereitet den Boden für viele weitere gesundheitliche Probleme.

Parodontitis ist ein Krankheitsgeschehen, das mehrere Ursachen hat. Die vordergründige Ursache ist der sog. bakterielle Zahnbelag. Bildet sich dieser aus Speiseresten, nehmen schädliche Bakterien überhand und es kommt zur Zahnfleischentzündung. Allerdings reagieren nicht alle Menschen gleich auf den Entzündungsreiz, was darauf schließen läßt, daß weitere Faktoren die Erkrankung beeinflussen.

Die Ursache

Zunächst: Parodontitis ist auch eine genetisch beeinflußte Erkrankung. Wir erben von unseren Vorfahren die Art, wie unser Immunsystem auf Entzündungsreize antwortet. Das können wir nicht steuern. Aber auch genetisch benachteiligte Menschen können durch perfekte Zahnpflege den Ausbruch einer Parodontitis vermeiden.

Parodontitis ist auch eine Streßerkrankung. Andauernder Streß schwächt das Immunsystem, wodurch die Entzündungsbereitschaft steigt, die Neigung zu ungenügender Zahnpflege wächst und Zähneknirschen ein weiterer Faktor für die Auslösung einer Parodontitis ist.

Parodontitis ist auch eine Fehlernährungserkrankung. Der Skorbut der frühen Seefahrer war nichts anderes als eine Parodontitis, ausgelöst durch Vitamin C - Mangel.

Fehlernährungserkrankung bedeutet auch Säureerkrankung: Kaffee, Weißbrot, Kuchen und Zucker übersäuern den Organismus. Ein saures Milieu ist der ideale Nährboden für Entzündungen.

Parodontitis ist auch eine Raucher- und Sauerstoffmangelerkrankung. Rauchen bewirkt die Minderdurchblutung der kleinen Blutgefäße, was Ursache des Sauerstoffmangels im Zahnhalteapparat ist.

Diagnose und Behandlung

Nie mehr Parodontitis bedingt eine genaue Diagnostik. Zunächst sei die absolute Wichtigkeit des regelmäßigen Zahnarztbesuchs erwähnt. Nimmt der Patient auch die professionelle Zahnreinigung in Anspruch, entsteht mit hoher Wahrscheinlichkeit keine Parodontitis.

Die Diagnose umfaßt mehrere Schritte:

Als Erstes erfolgt die Blickdiagnose, welche Schwellungen, Rötungen und Bluten erfaßt. Es folgt die Messung der Zahnfleischtaschen und der möglichen Lockerung der Zähne. In jedem Fall müssen Röntgenbilder angefertigt werden. Ein Test der beteiligten Bakterienarten kann sinnvoll sein. Sollte der Verdacht auf eine genetisch erhöhte Entzündungsneigung bestehen, kann auch dies im Vorfeld geklärt werden.

Zum wichtigsten Teil, der Therapie:

An erster Stelle steht selbstverständlich die professionelle Zahnreinigung. Die eigentliche Zahnfleischbehandlung erfolgt unter lokaler Betäubung. Die Oberflächen der Zahnwurzeln werden gründlich gereinigt und die Zahnfleischtaschen gespült. Es geht hierbei um die Zerstörung des sog. Biofilms, in welchem die Bakterien nisten.

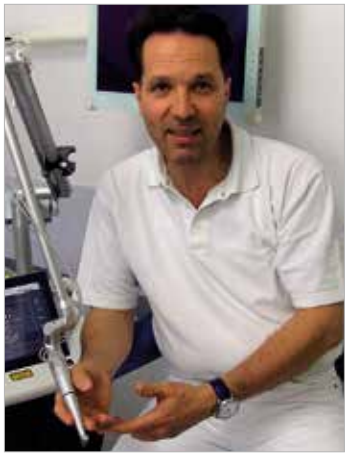
Nun sind die Bakterien zwar reduziert, aber noch nicht abgetötet. Dies wird sehr zuverlässig erreicht durch die Bestrahlung mit Laserlicht. Der Laser ist - wissenschaftlich nachgewiesen - in der Lage, über 99% der Bakterien abzutöten. Ein weiterer Schritt der Bekämpfung der Bakterien ist die Anwendung ätherischer Öle. Zubereitungen ätherischer Öle sind - in der Zahnfleischtasche angewendet - sehr stark antibakteriell wirksam. Vor allem erzeugen sie eine Wirkung ohne Nebenwirkungen.

Nur in seltenen Ausnahmefällen wird der Einsatz von Antibiotika erwogen. Diese haben leider den Nachteil, unerwünschte Nebenwirkungen zu erzeugen.

Zuletzt schließt sich noch die punktuelle Kälteanwendung an. Das Gewebe wird hierbei auf ca. -20° heruntergekühlt. Auch diese extreme Kälte wirkt bakterizid. Werden diese Therapiemöglichkeiten konsequent angewandt, hat man eine sehr große Chance, auch chronische Verläufe der Parodontitis zu beenden. Nie mehr Parodontitis! Eigene Zähne ein Leben lang!

Alles Gute für Sie und Ihre Zähne.

Dr. Steffen Balz

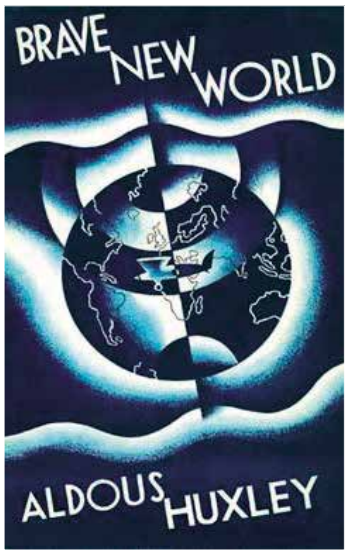


Weitere Infos

Dr. Steffen Balz, Zahnarzt
Am Schillerplatz 5
71522 Backnang
Tel. 07191 - 6 88 34
www.zahnarzt-backnang-mitte.de

Aldous Huxleys Zukunftsvision – Schöne neue Menschheit!

Glaubt man gesellschaftskritischen Schriftstellern wie Aldous Huxley, so wird es den Menschen, wie wir ihn heute kennen, bald nicht mehr geben. Er wird – unter dem Zwange gesamtgesellschaftlicher Entwicklungen – seine Individualität verlieren und in einer Art kollektivem Massenbewußtsein aufgehen. Sein Naturerleben wird nur noch virtuell sein und seine Emotionen unter staatlicher Kontrolle. Er ernährt sich von Pillen, lebt in riesigen Städten und sehnt sich nach … nichts. Wonach auch? Es ist doch alles perfekt!



Es ist kaum zu glauben, aber Aldous Huxleys Roman »Brave New World« (Schöne Neue Welt) ist bereits 86 Jahre alt!!! Im Jahre 1932 – also lange vor der Internetrevolution und dem Smartphonezeitalter – veröffentlichte der britische Gesellschaftskritiker seine Vision einer utopischen Zukunftsgesellschaft im 25. Jahrhundert.

Der Inhalt in Kurzform: Nach dem »Großen Krieg« Ende des 21. Jahrhunderts wird die Weltbevölkerung »globalisiert« und in einen einheitlichen Weltstaat zusammengefaßt. Eine hypermoderne Zivilisation entsteht, in der sich Menschen nicht mehr auf natürliche Weise vermehren und von Eltern erzogen heranwachsen, sondern in staatlichen Brut- und Aufzuchtsanlagen »geschaffen« werden.

Krankheiten gibt es nicht mehr. Die pränatale Impfung macht dagegen immun. Mittels physischer Manipulationen der Embryonen und Phöten findet eine genetische Selektion in verschiedene Kasten statt. Die Alphas sind für die höhere Kaste und die wichtigsten Staatsaufgaben ausersehen. Die Epsilons hingegen für die Arbeiterkaste - weshalb den Embryonen Sauerstoff entzogen wird, um sie zu intellektuell beschränkten Menschen heranzuzüchten. Die Anzahl der jeweiligen Kastenmitglieder richtet sich dabei nach den aktuellen staatlichen und wirtschaftlichen Bedürfnissen. (Industrie 4.0)

Allen Kasten gemeinsam ist die Konditionierung auf eine permanente Befriedigung durch Konsum, Sex und die »glücklichmachende« Droge Soma, wodurch den Mitgliedern dieser Gesellschaft das Bedürfnis zum kritischen Denken und Hinterfragen ihrer Weltordnung abhandenkommt.

Die Regierung jener Welt bilden Kontrolleure, sogenannte Alpha-Plus-Elite-Menschen, die von der Bevölkerung wie Idole verehrt werden. Alles Natürliche gilt als verpönt, unmodern, ja geradezu entartet. In der Natur leben nur noch einige »Wilde«, Zurückgebliebene, in Reservaten. Diese Reliquien

der »unzivilisierten« Vergangenheit sind die letzten, die noch gezeugt und von Müttern geboren wurden. Der alte Mensch ist so gut wie ausgestorben, oder besser gesagt: abgeschafft!

Dem funktionierenden Staat hat sich alles unterzuordnen. Das Individuum ist nur noch Rädchen im großen Wirtschaftsgetriebe. Selbst der Körper jedes Menschen gehört der Allgemeinheit, weshalb es als unmoralisch und asozial gilt, sich mehrmals mit demselben Liebespartner zu treffen. Jeder Anflug von Unzufriedenheit wird durch die Droge Soma im Keime erstickt. Alle sind »glücklich«! Es herrscht Frieden auf Erden. Schöne Neue Welt …

Brave New World – Die vollkommene Zukunftsgesellschaft?

In seinem Vorwort schrieb Aldous Huxley 1932, daß es wohl noch 600 Jahre dauern würde, bis eine solche Utopie Wirklichkeit werden könnte - die Tendenz jedoch sei sichtbar vorhanden. Wenige Jahre später revidierte er diese Ansicht, schrieb das Vorwort um und prophezeite diese Gesellschaft noch innerhalb des 21. Jahrhunderts.

Wir befinden uns nun im Jahre 86 nach Huxley, also nach Veröffentlichung seines Buches »Schöne Neue Welt«. Machtpolitische Bestrebungen, seine Visionen in die Tat umzusetzen, gab und gibt es viele. Sei es durch die zahllosen Diktaturen des 20. Jahrhunderts, in denen Begriffe wie Selektion und Einheitsmenschentum eine herausragende Rolle spielten, oder die kulturenvernichtende, individualitätstötende Globalisierung der Jetztzeit.

Auch die allgegenwärtige kollektive mediale Volksverdummung ist ein Beispiel, das »Heranzüchten« einer ziel- und orientierungslosen Konsum- und Spaßgesellschaft, genetische Tier- und Menschenversuche, einen alles regulierenden und kontrollieren (Überwachungs) Staat, der zum »Schutz vor Terrorismus« und zum Schutz vor uns selbst den gläsernen Menschen erschafft, all unsere Daten speichert und den Mikrochip unter der Haut als soziale Notwendigkeit propagiert.

Auch in den sogenannten demokratischen Staaten ist die schöne neue Welt längst Wirklichkeit geworden. Schleichend und immer auf ein vermeintlich hehres Ziel ausgerichtet: Frieden! Schutz und Bewahrung der Freiheit! Gerechtigkeit!

Seelenloses Massenwesen Mensch?

Doch der Mensch wäre nicht der Mensch, wenn er sich so leicht kontrollieren ließe. Die Geschichte kennt unzählige Versuche, eine Welt zu erschaffen, deren Bewohner sich identitätslos »einfügen« und mit dem bloßen Existierendürfen zufriedengeben sollten. Alle Versuche schlugen auf Dauer fehl. Auch Huxleys »Schöne Neue Welt« scheitert letztlich am selben »Konstruktionsfehler« des Homo Sapiens, der auch in unserer Gegenwartswelt den Staaten- und Schicksalslenkern immer wieder Probleme bereitet: dem unsterblichen geistigen Kern des Menschen!

Allen Bestrebungen zum Trotz, ist dieses verdammte Ding nicht totzukriegen. Immer wenn man glaubt, die menschliche Gesellschaft gänzlich eingeschläfert und die Seele zum Schweigen gebracht zu haben, erwacht irgendwo ein Mensch aus seinem Geistesschlaf und sehnt sich nach mehr als irdischer »Sorglosigkeit«.

Da muß doch noch etwas anderes sein. Ist Glück wirklich nur die vermeintliche Abwesenheit von Unglück? Hat das Leben nicht einen tieferen Sinn als das Funktionieren in einer Massengesellschaft? Reicht es aus, sich mit einem täglichen Brot- und Spiele-Programm von diesen inneren Fragen abzulenken? Oder ist da mehr?

An diesem Punkt beginnt der Konflikt. Für die Gesellschaft, wie wir sie kennen, ist das »beseelte«, »durchgeistige«, die Umstände hinterfragende Individuum von jeher ein Störfaktor. Es gilt als Anarchist, oder gar als Revolutionär. Es bedroht die Ordnung und die Harmonie, als welche man den kollektiven Seelen- und Geistesschlaf gerne bezeichnet.

Deshalb hat man in der Vergangenheit diese Erwachenden gerne aus dem Wege geräumt oder zumindest bekämpft, verleumdet und geächtet. Heute jedoch geht das nicht mehr, denn das Erwachen ist kollektiv! Immer mehr Menschen haben genug von einer seelen- und geistlosen Welt, die das fehlgeleitete Wesen Homo Sapiens im Zeitraffertempo zugrunderichtet. Die Welt ist im Begriff, sich neu zu erfinden. Die Schläfer sind erwacht!

Wer sind wir wirklich?

Einige Anthropologen behaupten, wir seien das fehlende evolutionäre Glied zwischen Affe und Mensch. Nicht mehr Tier und noch nicht Mensch! Betrachten wir uns das Weltgeschehen der letzten Jahrhunderte und auch bestimmte gesellschaftli-

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: 071 31 / 17 77 77

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

Gerlinde Brandl
Dipl. Sozialpädagogin
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Karlstraße 39
71332 Waiblingen
Telefon 07151 1659101
kontakt@gerlindebrandl.de
www.gerlindebrandl.de

- Psychologische Beratung
- Psychotherapie
- Gesundheitscoaching
- Traumspaziergänge
- Supervision

www.gerlindebrandl.de

che Entwicklungen der Neuzeit, so könnte man versucht sein, diesen Gedanken nicht grundsätzlich zu verwerfen.

Vieles, was wir tun, gleicht mehr dem Handeln von Primaten als von nach Veredelung der Welt strebenden Geistesmenschen. In einigen Lebensbereichen scheint die Entwicklung sogar rückläufig zu sein: Der Zerfall der Kultur. Der wachsende Drang, sich in uniformen Massenveranstaltungen auszuleben, alles Individuelle abzulegen, sich in den Kathedralen der Neuzeit bei Fußballspielen die Kleider vom Leib zu reißen und auf die behaarte Brust zu schlagen, sich gegenseitig anzuspucken und durch obszöne Gesten zu beleidigen. Monotonen Technoklängen zu lauschen, um das Gehirn auszuschalten und diese verdammte innere Stimme abzutöten …

Doch das ist nur ein Teil der menschlichen Gesellschaft. Ein anderer Teil ist dabei, der inneren Stimme zu lauschen und Grundlagen für eine neue Form von Zusammenleben zu entwickeln. Werte, Spiritualität, Naturverbundenheit, Achtung und Respekt sind Begriffe, die das Fundament dazu bilden sollen.

Wenn auch vieles heute »apokalyptisch« anmutet, wir befinden uns inmitten einer Übergangsphase. Die Metamorphose des Homo Sapiens ist in vollem Gange! Im Moment stehen wir in der menschlichen Evolution auf einer Brücke zwischen zwei Welten: der alten, geistlosen, und der neuen, die wir noch nicht benennen können. Wir ahnen, daß sie möglich ist. Wir wissen, daß wir sie brauchen, weil wir sonst die Erde und uns selbst zerstören werden. Wir denken darüber nach, wie sie sein könnte.

Das Erwachen kommt nicht gleichzeitig bei allen Menschen. Es kommt Schritt für Schritt. Unsere kulturellen Errungenschaften wurden selten von der Menschheit als Ganzes, als vielmehr durch Pioniere, Visionäre und Einzelkämpfer geschaffen. Zumeist gegen den Widerstand derer, die sich vor Entwicklung und Veränderung fürchten.

Der primatenhafte Zwang, alles Neue abzulehnen, uns gegenüber anderen Menschen abzugrenzen, unsere Territorien zu verteidigen und uns gegenseitig zu unterdrücken, ist ein archetypisches Verhaltensmuster unserer eigenen vormenschlichen Vergangenheit. Es ist Zeit, die Brücke zu überqueren und endlich Menschen zu werden.

Der Mensch der Zukunft

Der bekannte Psychologe C.G. Jung sagte einmal: »Der Mensch des 19. Jahrhunderts hatte das Problem, daß Gott tot war. Aufklärung und Wissenschaft haben die göttlichen Mysterien entschlüsselt und den wundergläubigen Menschen ihr religiöses Lebensfundament genommen. Der Mensch des 20. Jahrhunderts hat das Problem, daß er selbst tot ist. Zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte wächst eine Generation heran, die sich nicht für den Sinn des Lebens interessiert. Wer kein geistiges Ziel hat, wird das Leben auf Dauer nicht ertragen können. Er wird unbewußt alles tun, um dieses Leben schnellstmöglich zu beenden.«

Und tatsächlich, das 20. Jahrhundert war das Jahrhundert der Kriege und der ungebremsten Natur- und Umweltzerstörung. Zeitweise kamen auf jeden Erdenbürger umgerechnet 10.000 kg Sprengstoff, mehr als genug, um den gesamten Planeten Erde gleich mehrfach in die Luft zu jagen. Auch heute noch sägen wir an fast allen Ästen, auf denen wir sitzen. Es ist die Lebensmüdigkeit der Ziel- und Geistlosen also auch im 21. Jahrhundert noch immer sichtbar vorhanden.

Der Visionär Aldous Huxley prophezeite für unsere Zeit eine Gesellschaft, in der eine orientierungslose Menschheit sich für den kollektiven Geistesschlaf entscheidet. Für ein Dahinleben frei von Sorgen und Verantwortlichkeit. Eingebettet in ein System, das für sie denkt, sorgt und entscheidet. Für die einen ist dies eine Schreckensvision, für die anderen ein wünschenswerter Zustand! Doch Huxley prophezeite auch eine Zeit des Erwachens. Denn die unsterbliche Seele des Menschen gibt sich mit dem Funktionieren und Existieren nicht zufrieden. Sie möchte leben!

Wo immer ein Schläfer erwacht, wird seine Seele bestrebt sein, ihn auf die andere Seite der Brücke zu führen, um den notwendigen Prozeß der Verwandlung des Übergangswesens Homo Sapiens in den »geistigen Menschen der Zukunft« zu vollziehen. Und je mehr Menschen diesen Weg gehen, desto schneller wird das Wirklichkeit werden, was man wohl eine »menschliche« Gesellschaft nennt. Die Schöne Neue Welt wird kommen. Und wir entscheiden, wie sie aussehen wird.

Autor
Michael Hoppe

Tagesseminar –
DIE MACHT DER SPRACHE

25.03 oder 29.04. oder 27.05.2018
Ein Seminar, das jeder Mensch mindestens einmal besuchen sollte

Liebe Mitmenschen, wußten Sie, daß es fünf verschiedene Liebessprachen gibt? Daß unsere Botschaften an unseren Partner, unsere Kinder oder unsere Freunde oft nur deshalb nicht angekommen, weil wir nie gelernt haben, deren Liebessprache zu identifizieren? Wußten Sie, daß die deutsche Sprache eine geistige Sprache ist? Und daß jeder Buchstabe eine tiefere Bedeutung hat? Nein? Dann wird es aber Zeit, daß Sie dieses Seminar besuchen!

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.

Sprache schafft Realität!

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.

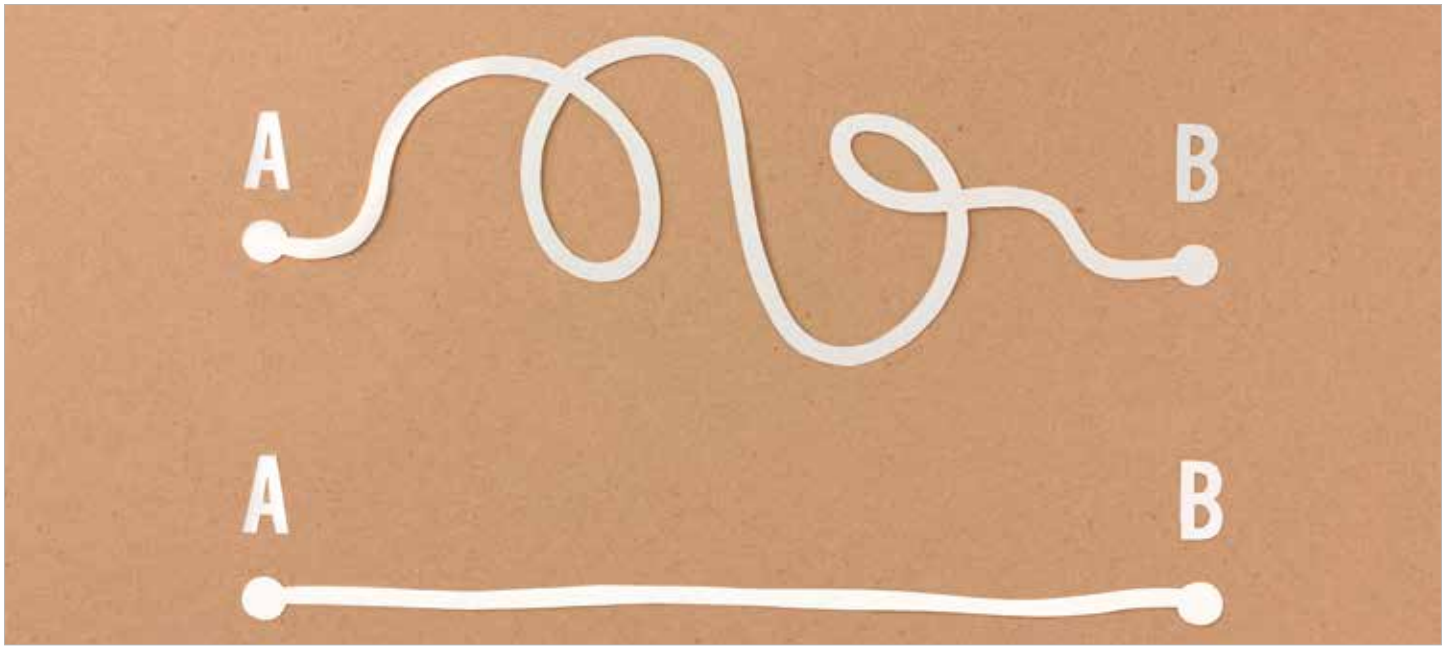
Beim Tagesseminar DIE MACHT DER SPRACHE werden folgende Themen behandelt:
» Die Entstehung der Sprache und der tiefere Sinn der Worte und Buchstaben.
» Das Wunder der deutschen Sprache.
» Die fünf Sprachen der Liebe.
» Wie Sprache heilt

Termine in Wüstenrot: 25.03 oder 29.04. oder 27.05.2018
jeweils 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Seminarkosten: 150.- 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

ZURÜCK ZUR EINFACHHEIT – Denn: der Erleuchtung ist es egal, wie Du sie erlangst

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



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

Die ewige Sinnsuche

Die Sinnsuche hat schon manchen Sucher in tiefe Verzweiflung versetzt. Vor allem, wenn er der Illusion Glauben schenkt, zuerst einmal alles bisher Erdachte und Niedergeschriebene absorbieren, respektive lesen und verstehen zu müssen, ehe er mit »seinem Weg« beginnen kann. Die globalen Bibliotheken sind randvoll mit philosophischen Werken, theologischen Gedanken und individuellen Lebensinterpretationen. Und es werden täglich mehr!

So suggeriert uns diese Fülle und Vielfalt, daß der Weg zur Erleuchtung unermeßlich weit sein muß und daß uns zum wahren Leben noch unvorstellbar viel fehlt! Doch ist das wirklich so?

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

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

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

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

Alles Vergängliche ist nur ein Gleichnis

Den »Faust 2« schrieb Goethe fast 60 Jahre später, als über 80jähriger. Inzwischen hatte der Bücherwurm sein Studierzimmer verlassen. Er hatte andere Länder bereist, mit »realen« Menschen zusammengelebt und all das theoretisch Erlernte in der Praxis ausprobiert. Das meiste hatte sich jedoch als völlig nutzlos und nicht »realitätskompatibel« erwiesen.

Denn letztlich geht es im Leben nicht nur um das theoretische, universelle Wissen, sondern vor allem um die individuelle Glücksformel. Jeder muß für sich selbst herausfinden, was er benötigt, um in seinem Leben glücklich zu werden. Und Bücherwürmer sind selten glückliche Menschen, da sie ständig in »fremden Welten« leben.

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

Daher lohnt es auch nicht, danach zu streben, theoretisch, philosophisch, theologisch, juristisch, physikalisch, chemisch, etc. alles zu wissen, also unendlich viele Theorien (Gleichnisse) zu studieren und auswendig zu lernen, sondern der inneren Sehnsucht zu folgen. Und diese innere Sehnsucht strebt nach »einfachen Wegen«!

Was suchen wir?

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

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

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

Der Erleuchtung ist es egal, wie du sie erlangst

Was macht uns glücklich? Sind es tatsächlich die komplexen, komplizierten »Teilwahrheiten«, die wir in Universitätssälen und in den zahllosen philosophischen Meisterwerken finden? Oder ist im Grunde doch alles viel einfacher?

Müssen wir wirklich ein Leben lang studieren, um in den Büchern die Erleuchtung zu finden, oder dürfen wir »endlich wieder werden wie die Kinder« und uns einfach des Lebens erfreuen?

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

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

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

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

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

Natürlich könnte man diesen einfachen Worten nun wieder 400.000 Seiten Theorie hinzufügen, um zu erklären, was Liebe ist - theoretisch, philosophisch, physikalisch, diplomatisch …

Doch wozu? Nichts kann das ersetzen, wonach unsere Sehnsucht strebt und worum es von ganzem Herzen geht: Um Liebe und um Einfachheit! Und der Erleuchtung ist es egal, wie du sie erlangst.

Autor
Michael Hoppe

GRANDER WASSERBELEBUNG

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

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

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

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

NATURSCHECK-LESER-STAMMTISCH – in Wüstenrot

Termine: 26.03., 30.04. und 28.05.2018

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
26.03., 30.04. und 28.05.2018
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

OM² – HILF DIR SELBST, DANN HILFT DIR AUCH DAS UNIVERSUM …

TAGESSEMINAR: **08.04.2018 oder 26.05.2018**

Sie meinen, eine Minute sei viel zu kurz, um irgendetwas zu verändern? Da haben Sie vollkommen recht – zumindest so lange, bis Sie es versuchen. Die EINE-MINUTE-METHODE ist wunderbar einfach, sehr effektiv und in wenigen Stunden erlernbar.
Sie besteht aus einfachen Selbststeuerungs-Übungen, die es uns ermöglichen, aus dem konditionierten Denken auszutreten und ins zeitlose Hier und Jetzt einzutreten. Zu aktiven und kreativen Handelnden zu werden!!!
Mit allen daraus resultierenden Konsequenzen wie Erfolg, Entspannung, Heilung oder inneren Frieden …
Unser konditioniertes Ego hindert uns beständig daran, von der Theorie in die Praxis überzugehen und 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.
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.
»Eine magische Minute« kann bereits genügen, um dem Schicksal auf die Sprünge zu helfen!!! 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.

Werden Sie zum Architekten Ihres Schicksals!

Seminar: OM² - HILF DIR SELBST
Termine: 08.04.2018 oder 26.05.2018
– jeweils 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Maximale Teilnehmerzahl: 12 Personen

Seminarkosten: 150.- Euro
(inkl. biologisch-vegetarisches Mittagessen, Getränke etc.)
Seminarleitung: Michael Hoppe, NATURSCHECK-Herausgeber
Anmeldung: Naturscheck Magazin, Tel: 0 79 45 - 94 39 69,
E-Mail: mh@naturscheck.de

OM² – Das Praxisbuch

In dem Buch OM² finden Sie 60 praktische Übungen, die in einer Minute durchgeführt werden können. Denn eine Minute genügt oft schon, um das Schicksal in eine andere Richtung zu lenken.

Das glauben Sie nicht? Sie meinen, eine Minute sei viel zu kurz, um irgendetwas zu verändern?

Während der einen Minute, die Sie mit dem Lesen dieser Zeilen verbringen, werden auf unserem Planeten 200 Menschen geboren. Ein Lichtstrahl legt 17.987.520 km zurück, und in Ihrem Körper finden 420 Trillionen chemische Reaktionen statt.
Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum wir nur eine Minute die Luft anhalten können? Warum eine Minute 60 Sekunden hat? Und warum das gesunde Herz in einer Minute 60 Mal schlägt?
Jedem Augenblick wohnt ein Zauber inne, ein Samenkorn für die eigene Weiterentwicklung. Wem

es gelingt, diesen Samen 60 Sekunden lang bewußt in sich wachsen zu lassen, der findet in der »magischen Minute« den Schlüssel zur inneren Transformation.

Dieses Buch enthält 60 magische Minuten! Jeder kann sie benutzen, um gesund zu werden, Glück zu erschaffen, Frieden zu finden und sich selbst und die Welt zu verändern.

Bestellen können Sie »OM² - Eine magische Minute« beim Naturscheck Magazin zum Preis von 15.- Euro - versandkostenfrei:

Kontakt
Verlag für Natur & Mensch
Im Gogelsfeld 11
71543 Wüstenrot
07945-943969
mh@naturscheck.de

Branchenbuch & Förderpartner

ÄRZTE

Dr. Cornelia Blaich-Czink
Anthroposophische Medizin,
Homöopathie, Naturheilverfahren,
Psychoonkologie, Palliativmedizin
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

Medizinische Fußpflegepraxis
Ute Treffert
Grauwiesenweg 2
74523 Schwäbisch Hall
Tel.; 0791-48407
Termine nach Vereinbarung

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

Grün-Klima- Baubiologie UG
Geschäftsführer: Markus Kurz,
Baubiologe IBN
Neutrale Beratungsstelle
Schimmel- und Schadstoffanalyse
Schlafplatzuntersuchung
Lüftungskonzepte
Lüftungsanlagen-Check
... denn Gesundheit
fängt Zuhause an
74229 Oedheim
Tel. 07136-911210
www.gruen-klima-baubiologie.de

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,
Beethovenweg 6, 74399 Walheim
Tel.: 07143/35331
www.praxis-schreck.de

Natur - Kraft - Wege
im dialog - Nicole Sach
Psychotherapeutische Heilpraktikerin
"im Dialog mit der Natur
Kraft tanken für neue Wege"
Natur-Coaching
Bewerbungstraining
Analyse persönlicher Stärken
mit Hilfe der Körperausdruckskunde
Tel. 07062-9790555
www.nicole-sach.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

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

Tierheilpraxis Getrost
Naturheilkunde für Tiere
Bioresonanztestung und –therapie
Haut- und Fellprobleme
Magen-Darm-Störungen
Allergien, Intoleranzen, Unverträg-
lichkeiten,
Hormon- und Stoffwechselstörungen
Störungen am Bewegungsapparat
74223 Flein bei Heilbronn
Tel. 07131-598296
www.tierheilpraxis-getrost.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: **14.05.2018**
Erscheinungstermin: **01.06.2018**

Gewerbliche und private Kleinanzeigen

ÄRZTE

Praxisnachfolger/in gesucht
Bad Rappenau
gut eingeführte Naturheilpraxis
"Homöopathie, Akupunktur,
BFD, Ozon, Naturheilverfahren"
altersbedingt günstig an Arzt
oder Heilpraktiker abzugeben
ab 2018 flexibel,
Einarbeitung möglich
therapiefreiheit@unity-mail.de

GESUNDHEIT & WELLNESS

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

Neue Wege bei
seelischen Problemen und
chronischen Erkrankungen
Heilpraktikerin
HP für Psychotherapie
Ruth Köpp
Marbach/N, Sommerhalde 38/1
Tel: 07144-818398

Medizinische Fußpflegepraxis
Ute Treffert
Grauwiesenweg 2
74523 Schwäbisch Hall
Termine nach Vereinbarung
Tel. 0791-48407

SEMINARE & VERANSTALTUNGEN

Compass Bioenergetics GmbH
Healers Who Share
Heute schon für ein gesundes Morgen
Basisseminar Level I
am 24. und 25. März 2018 in Löwenstein, Prävention der meisten Zivilisationskrankheiten durch quantenphysikalisches Ausschwingen
von ererbtem Negativpotential
Kontakt in Ihrer Nähe:
Gudrun Rheinhold
Tel. 07130- 9990
Gesundheitsberatung
nach D. Slater
www.compass-bioenergetics.de

DAOWEGE - Qi Gong, Taijiquan und Shiatsu, Seminare, Weiterbildungen für Frauen, Qi Gong Ausbildungen & Trainings
› 5.-8.4. 18 - Qi Gong Auszeit in den Bergen
› 10.-13.5.18 - Qi Gong & heilsame Körperarbeit für Frauen
› 23.-30.6.18 - Qi Gong & heilsame Körperarbeit für Frauen - in Südtirol
› 30.7.-5.8.18 - Qi Gong Training in Österreich
› 18.-21.10.18 - Qi Gong Auszeit in den Bergen
› 17.11.-18.11.18 - Qi Gong Training in Friedberg (By)
Tel.: 0821 / 20966874
www.daowege.de

Heilpraxis Birgit Sinn
Seminare und Veranstaltungen:
› 16.3. Meditations-Abend
› 18.5. Spiegelresonanzen und Tarotkarten
› 7.6. bis 14.6. Sardinien-Reise - Kraftplätze im Norden
› 15.6./16.6. Beratung am Systembrett - Klärung – Lösung
› 29.6. bis 1.7. Inner Bonding - Inneres Kind - Grünberg/nördlich Frankfurt
› 5.7. Frauen-Sacred- Circle - Murrhardt
› 6.7. bis 8.7. Bewußtsein und Naturerleben - Murrhardt
› 27.7. Atem Tor des Lebens - Kloster Bad Wimpfen
Heilpraxis Birgit Sinn
Frischaufweg 4
74199 Untergruppenbach
07131 970 652
www.birgitsinn.de

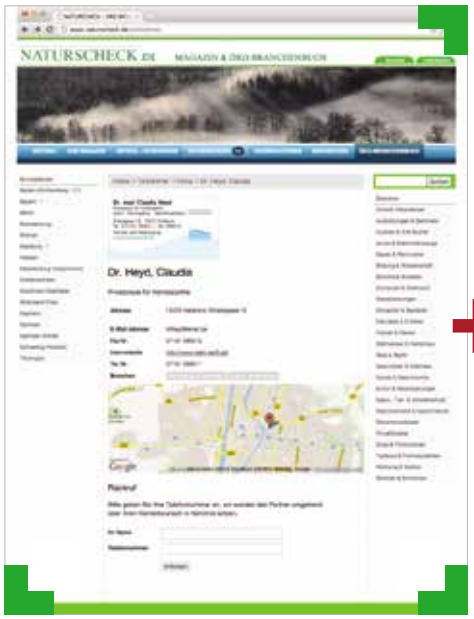
NAOWA Seminare und Veranstaltungen:
› 3.3. Energiearbeit-Jahresgruppe 1 von 4
› 6.3. Selbstheilabend Meditation (Spende)
› 9.3. Kräuterabend Bärlauch
› 16.3. Indivuelles Deo selbst herstellen
› 24.-25.3. Kräuter - Jahresgruppe Basis
› 14.-15.4. System. Familienstellen: Deinen Platz im Leben finden - Beziehungen, Finanzen, Lebensweg
› 20.4. Wildkräuteressig & -öl herstellen
› 21.4. Pflanzenseife selbst sieden
› 27.-29.4. Detox Yoga mit Wildpflanzen & Rohkost
› 27.5. Energetic Yoga für Führungskräfte
› 8.6. Energetische Haus- & Hofräucherung
› 10.6. Alternative & pflanzliche Hausapotheke
Weitere Kurse & Info:
0791/9460812
www.Naowa.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 zahlende Leser und Werbepartner finanziert. Daher bitten wir Sie um Ihre Unterstützung!

Vielleicht haben Sie das Magazin bisher kostenlos bekommen an irgendeiner unserer zahlreichen Auslegestellen. Um die größtmögliche Zahl an Lesern zu erreichen und den ökologischen Gedanken in die Welt hinauszutragen, haben wir neben der Bestückung von Lesezirkeln den Weg der Freiverteilung gewählt, um den NATURSCHECK bekannt zu machen.

Grund ist die Tatsache, daß Magazine, die ausschließlich über Kioske vertrieben werden, meist nicht mehr als 20 % ihrer Auflage verkaufen. Der Rest landet ungelesen im Müll! Das ist nicht sehr ökologisch!

Diesen Weg wollen wir nicht gehen. Wir möchten, daß der NATURSCHECK gelesen wird und geben daher unser Bestes, was die Qualität des Inhalts und der Verbreitung angeht! Zumal wir über Themen berichten, die uns alle angehen.

Bitte, unterstützen Sie uns!

› Abonnieren Sie den NATURSCHECK für 18.- Euro pro Jahr!
› Verschenken Sie Abonnements an Freunde und Familienmitglieder!
› Oder noch besser: Werden Sie Förderpartner! Dann erhalten Sie je Quartal 25 Hefte zum Druckpreis und können sie kostenlos an Ihre Kunden und Patienten weitergeben!

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 Sommerausgabe 2018

LISA FITZ

... ist ein echter Freigeist. Sie studierte Musik, Ballett, Schauspiel und klassische Gitarre, bevor sie nach vielen Auftritten ihre ersten Soloprogramme in der Münchner Lach- und Schießgesellschaft zum Besten gab. Seit vielen Jahren begeistert sie ihr Publikum mit politischem Kabarett – und sie nimmt dabei kein Blatt vor den Mund.

Werbepartner dieser Ausgabe

Adventure Company, APOSTELS, AUM Ayurvedazentrum, Bäckerei Kretzschmar, Bäckerei Schmidt GmbH, Bäckerei Weber GmbH, Bäuerliche Erzeugergemeinschaft Schwäbisch Hall, BEG Remstal, Brandl Prxis, Bruckner Fahrradhaus, Buhn Jens Glückscoach, Danhof Antike Möbel, Der Holzhof GmbH, Dorn Bestattungen, Dr. Eyok, Dr. Kamp Zahnarzt, Dr. Nadj-Papp Edith Zahnarztin, Dr. Steffen Balz, Dr. Wirz, Engelhardt Stein & Duft, DS Immobilien, Fauna Wildtierpark Bad Mergentheim, Finsterroter See, Gräßle Naturland Bio Obsthof, Haus Ahorn, Hibo LebensRaum Gartenbau, Hirth Gesundheitscoach, Hof Engelhardt, Hotel Rappenhof, John med. orth. Produkte, Kenter Kalkladen, Kasseckert, Klarmodul GmbH, Klippel Dieter NHP, Knecht Sonnenschutz, Kohl Naturfriseur, Lädle im Rieghof, Landes Bioland-Gärtnerei, Lang Immobilien, Layher Baubiologie, Mathies & Partner, Merkle NHP, Müller Helmut Holzhausbau, Naturhaus Fellhäusle, Peter-Hess-Institut Pihale, Reber Brunnenbau,Restaurant Rose, S'Oliver, Schäfer & Appel, Schweikert Kachelöfen, Sicherersche Apotheke, Sonnendruck, Steiger & Foxx, Steinhausen Baubiologie, Stierhof Reformhaus, Waller Baumschulen, 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: mg@naturscheck.de

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

Erscheinungsweise
Vier Ausgaben pro Jahr

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

Druckauflage
20.000 Exemplare - Lesezirkel, Kioskvertrieb, Abonnenten und Freiverteilung

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

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

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

BILDNACHWEIS

Biella-Kuttler Sandra: 67
Bihlmaier Claudia: 13
Dr. Balz Steffen: 69
Dr. Emoto Masaru: 30
Färber Günter: 68
Fitz Lisa: 82
Foodsharing e.V.: 34
Gettyimages: 70
Goes Peter: 5, 62
Gwinner Regine: 5, 38
Haus Ahorn: 36
Hauswald Simone: 61
Heyne Verlag: 41
Hoppe Michael: 3. 77
Irion Mirko: 66
iStockphoto: U1, 4, 10, 16, 28, 43, 48, 49, 51, 56, 61, 73, 74,
Klaus Susanne: U1, 26, 27
Koch Tanja: 43
Lang Silke: 37
Let's Do It!: 35
Memon: 55
Müller Dirk: 52
Pixelio »Uwe Maier«: 55
Preprotnik Daniel: U1, 5, 6
Scholz Andreas: 5, 14, 31, 32, 44, 45, 50, 60
U.V.O: 76
Wikipedia »Adampauli«: 42
Wikipedia »Sven-Sebastian Sajak«: 59
Wildtierpark Bad Mergentheim: 40

GESCHÜTZTE GEOGRAFISCHE ANGABE
Schwäbisch-Hällisches
Qualitätsschweinefleisch g.g.A.
Schwein mit Geschichte
Das Schwäbisch-Hällische geht auf das Jahr 1820/21 zurück und ist damit
die älteste Schweinerasse Deutschlands. www.haellisch.eu
BÄUERLICHE
ERZEUGERGEMEINSCHAFT
SCHWÄBISCH HALL
Kampagne finanziert
mit Fördermitteln
der Europäischen Union
ENJOY
IT'S FROM
EUROPE
Der Inhalt dieser Anzeige gibt allein die Meinung des Autors wieder, der allein für den Inhalt verantwortlich ist. Die Europäische Kommission haftet nicht für die etwaige Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

FAHRRAD-BRUCKNER.DE

Rückenwind serienmäßig. Die E-Bikes von RIESE & MÜLLER

Das Supercharger

Der Marathon-Läufer unter den E-Bikes.

Das Supercharger prahlt nicht mit seinen inneren Werten, es hat sie einfach. Durch die vollständige Integration von bis zu zwei Bosch PowerTube Akkus in den Rahmen und das darauf abgestimmte Farbkonzept wirkt das ganze Fahrrad schon von außen sehr sportlich und wie aus einem Guss.

Dabei bringt es mit bis zu 1.000 Wh Akkukapazität Spitzenwerte in puncto Reichweite auf die Straße. Das einzigartige Fahrgefühl und der Komfort machen jeden Kilometer zum Erlebnis.

So lassen sich mit dem Supercharger schier endlose Strecken zurücklegen – ohne Ladepause.

Das Packster 40

Der praktische Scheinriese.

Das Packster 40 hält mehr als es verspricht: Es ist so kompakt gebaut, dass es trotz der großen Ladefläche mit nur ca. 2,23 Metern kaum länger als ein herkömmliches Fahrrad ist. Und das macht sich gleich dreifach bemerkbar: Es passt in jeden Abstellkeller, wiegt nicht mal 30 kg und ist überraschend wendig. Praktisch ist auch, dass sich das Sitzpolster des optionalen Kindersitzes ganz einfach in den Kinderfußraum der Box klappen lässt, wodurch im Handumdrehen eine Ladefläche entsteht. So ist das Packster 40 der neue kleine, große Held im Alltag.

Nachhaltige Mobilität geht so einfach!

- bis zu 4.000 € Förderung je E-Lastenrad
- 50% der Investitionskosten bei Kauf oder Leasing
- Förderbar sind Elektro-Lastenräder oder Elektro-Lastenanhänger für Fahrräder
- für Unternehmen, Körperschaften des privaten Rechts oder gemeinnützige Organisationen mit Sitz in Baden-Württemberg

FAHRRAD BRUCKNER

74080 Heilbronn-Böckingen Kanalstraße 9
Telefon 07131/41750 Telefax 07131/483142

BIKE & CO

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9-18 Uhr Sa. 9-14 Uhr