

# Garten Eden

Das wedische Magazin · Februar 2010



**Spiritueller:** Gedankengeschwindigkeit • Dankgebet

**Wedisches:** Heimat Erde – eine Vision, die Wirklichkeit wird, Teil 2

**Zeitgeschichte:** Der Wandel von der Raupe zum Schmetterling, Teil 2

**Interview:** Interview mit einer Aussteigerin • **Lebenskünstlerisches:** Tütü – der Clown

**Garten:** Der Garten im Februar • **Gemüse der Jahreszeit:** Rote Bete

**Wildkräuter/Wildpflanzen:** Der Huflattich

**Buchvorstellung:** Der geheime Garten

**Satire:** Willis wahre Weisheiten

**Gesundheit:** Bowtech als Türöffner

Wedisches Leben  Selbstversorgung  Spirituelles  Gesundheitliche Themen  Vegetarische Rezepte  
Handwerkliche Tipps  Gedichte  Prosa  Bilder

## Inhaltsverzeichnis

Editorial .....	3
<b>Spiritueller:</b>	
Gedankengeschwindigkeit .....	4
<b>Wedisches:</b>	
Heimaterde – eine Vision / 2 .....	8
<b>Zeitgeschichte:</b>	
Der Wandel von der Raupe zum Schmetterling / 2 ..	13
<b>Interview:</b>	
Interview mit einer Aussteigerin .....	18
<b>Lebenskünstlerisches:</b>	
Tütü – der Clown .....	24
<b>Garten:</b>	
Der Garten im Februar .....	26
<b>Gemüse der Jahreszeit / Rezepte:</b>	
Rote Bete .....	28
<b>Wildkräuter / Wildpflanzen:</b>	
Der Huflattich .....	30
<b>Spiritueller:</b>	
Dankgebet .....	32
<b>Buchvorstellung:</b>	
Frances Hodgson Burnett: <i>Der geheime Garten</i> .....	34
<b>Satire:</b>	
Willis wahre Weisheiten .....	35
<b>Gesundheit:</b>	
Bowtech als Türöffner .....	36
<b>Bild:</b>	
Familie .....	39
Leserbriefe .....	40
<b>Fotografien:</b>	
Winterlandschaften .....	41

## Impressum

*Herausgeber und Redaktion:*

Christa Jasinski  
christajasinski@web.de

*Layout und Umsetzung:*

Michael Marschhauser  
marschhauser@t-online.de

*Erscheinungsweise:* monatlich

*Lektorat:* Marie-Luise Stettler  
www.lebensharmonie.ch

*Foto-/Bildrechte:*

*Marie-Luise Stettler:* S. 30, 31

*Michael Marschhauser:*

Titel, S. 3, 15, 16, 27 (re.o.), 28, 33, 41

*Claudia Güttner:* S. 4, 6, 13 (li.)

*Heike Seifert:* S. 8, 9, 10, 11, 12, 13 (re.)

*Claudio Zraggen:* S. 24, 25

*Amei Helm:* S. 32

*Gabi Heinze:* S. 18, 19, 21, 22

*Andres Hinz:* S. 26, 27 (li.u.)

*Katrin Porrmann:* S. 36, 37, 38

*Verlagsfoto:* S. 34

*Tine P:* S. 39

Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion vom Herausgeber nicht übernommen werden.

Das Magazin und alle in ihm enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar.

Das Magazin ist auch als Druckversion zum Selbstkostenpreis erhältlich. Es kostet inklusive Versand 4,- Euro im Monat. Man kann es auch im Abonnement erhalten. Wer daran Interesse hat, der melde sich bitte unter folgender E-Mail-Adresse:  
CKnoernschild@t-online.de

www.gartenweden.de

## Editorial

In der letzten Ausgabe fragten wir, welche Bezeichnung man an Stelle von GartenWEden-Team nehmen könnte und es kamen einige Vorschläge an. Zum Beispiel: GartenWEden-Schar, GartenWEden-Truppe, GartenWEden-Macher, (Garten) WEden Gärtner, GartenWEden-Gruppe. Alles Bezeichnungen, die man nehmen kann, die jedoch nicht ganz das traf, als was wir drei, die dieses Magazin gestalten, uns empfinden. Es ist manchmal gar nicht so einfach, eine englische oder anderssprachige Bezeichnung so ins Deutsche zu übersetzen, dass sie passt. Aber dann kam der Vorschlag: GartenWEden-Gestalter und dieser sagt unserer Ansicht nach alles aus, was wir machen: den GartenWEden gestalten. Ich danke hiermit allen, die uns ihre Vorschläge gesandt haben, recht herzlich.

Auch in dieser Ausgabe setzen wir unsere Vorstellung von Menschen fort, die begonnen haben, ihr Leben so zu leben, wie es ihnen entspricht, die den Sprung ins kalte Wasser wagen, um ein selbstbestimmtes Leben zu gestalten. Menschen, die ihre Fähigkeiten für sich selber umsetzen und dafür ihre gesamte Fantasie und Vorstellungskraft einbrachten. Das zu wagen, hat sehr viel mit Selbstvertrauen zu tun und ich freue mich darüber, dass immer mehr Menschen ihrem Selbst vertrauen. Viele Menschen lassen sich auf ihrem Weg von den Gesetzen und der Bürokratie abschrecken. Dazu gibt es eine sehr schöne Aussage in dem 2. Teil der Vision „Heimaterde“, den wir in diese Ausgabe gesetzt haben. Dort heißt es: *Gesetze machen keine Menschen, ... Menschen machen Gesetze! Jedes jemals formulierte Gesetz beinhaltet Auswege, mit denen man es außer Kraft setzen kann. Das ist deswegen so, weil auch die Politiker gern die Gesetze so zurechtrücken wollen, wie es ihnen passt. Wenn es diese Möglichkeit nicht geben würde, würden sie sich ihr eigenes Korsett schnüren. Deswegen existiert kein Gesetz, was einen starken Traum aufhalten kann.* Dem brauchen wir sicher nichts hinzufügen.



Von einem Leser bekamen wir den Hinweis auf ein ab Januar erschienenenes neues Magazin.

Wir nahmen Kontakt zu der Herausgeberin auf und stellten fest, dass sich unsere Vorstellungen und Visionen ähneln. Wir freuen uns über alle Werke, die die Menschen dabei unterstützen, wieder näher zum ursprünglichen Sein zu gelangen. Darum weisen wir hier auf dieses Magazin hin. Es nennt sich TuNmagazin, ist ebenso wie der GartenWEden kostenlos und Ihr findet es hier:

**<http://tunstudio.net>**

Dort in der linken Spalte einfach auf den Link TuNmagazin gehen. Vielen Dank, liebe Ines, für diese schöne Bereicherung.

Wir wünschen den Lesern dieses Magazins einen wunderschönen letzten Wintermonat. Noch ist es kalt und der Schnee liegt in vielen Teilen Deutschlands, wie eine wärmende, in der Sonne glitzernde Decke, über der Erde. Erfreuen wir uns noch einmal daran, bevor die Sonne endgültig das Zepter übernimmt. Die Sonne, die wir im Herzen tragen, erwärmt uns.

*Die GartenWEden-Gestalter*



## Spirituelles

### Gedankengeschwindigkeit

**W**enn ich ein schnelleres Denken habe, als die anderen Menschen, kann ich die Handlungsweisen und Reaktionen der anderen Menschen vorher berechnen und bin ihnen in allem einen Schritt voraus. So bin ich in der Lage vorab Bestimmungen und Gesetze zu erlassen, die die Menschen in eine bestimmte Richtung lenken. Ich weiß ja, wie sie reagieren und was sie tun werden. Auf diese Weise werden die Menschen nicht einmal wahrnehmen, dass sie manipuliert werden und nur noch wie Marionetten agieren.

Dazu sagt Anastasias Großvater im Buch „Die Energie des Lebens“:

*Wie uns allen bekannt ist, liegt der primäre Unterschied zwischen dem Menschen und allen Lebewesen beziehungsweise Pflanzen auf dem Planeten Erde in seiner Fähigkeit zu denken. Gedankenansätze findet man in der Natur und auch bei Tieren und Pflanzen. Doch die Geschwindigkeit der menschlichen Gedanken übertrifft in ihrer Umwelt alles andere.*

*Sie war ursprünglich der Gedankengeschwindigkeit Gottes sehr ähnlich und hätte durch eine bestimmte Lebensweise des Menschen sogar noch das göttliche Niveau über-*

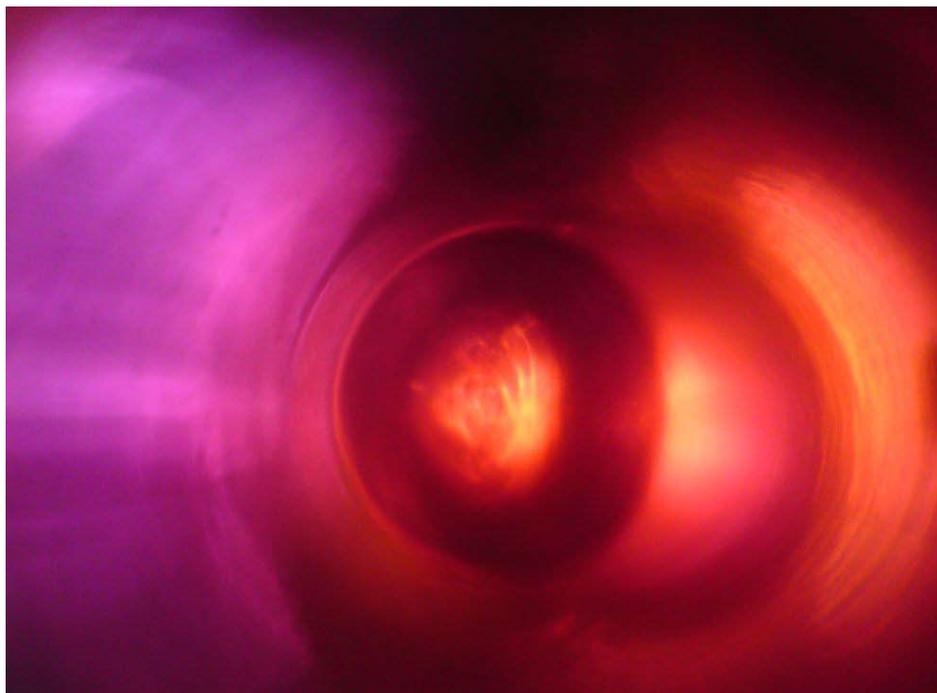
*treffen können. So sah es der göttliche Schöpfungsplan vor. Würde die Gedankengeschwindigkeit des Menschen das göttliche Niveau erreichen, dann könnten wir selbst zu Schöpfern eines harmonischen Lebens auf anderen Planeten werden.*

*Die Bedeutung der Gedankengeschwindigkeit wurde von den Priestern wie ein großes Geheimnis gehütet. Sie versuchten sogar, jede Art von Andeutung darüber mit allen Methoden im Keim zu ersticken.*

*Du hast doch schon sicher solche Äußerungen gehört wie „Du hast aber eine lange Leitung“ oder „Du kapiertest alles so langsam“. Welche Bedeutung bergen solche Äußerungen in sich? Sie zeugen davon, dass wir Gespräche mit langsam denkenden Menschen als mühsam und uninteressant empfinden.*

*Die Gedankengeschwindigkeit aller auf der Erde lebenden Menschen ist unterschiedlich hoch. Die Unterschiede können unbedeutend oder gravierend sein. Mit Hilfe seiner höheren Gedankengeschwindigkeit ist ein Mensch fähig, viele andere Menschen und sogar Völker zu erobern.*

*Stell Dir vor, einer Million Menschen wird die gleiche mathematische Aufgabe gestellt. Einer von ihnen, mit der schnellsten Gedankengeschwindigkeit, wird als erster die Aufgabe lösen. Er wird zehn, zwanzig, dreißig Sekunden, eine Minute, oder gar zehn Minuten früher mit der Lösung der Aufgabe fertig sein. Und schon dieses einfache Beispiel macht uns klar, dass dieser Mensch ganze 10 Minuten früher als alle anderen, die richtige Lösung erfahren wird. Volle 10 Minuten früher als die restlichen 999.999*



*Menschen, die die gleiche Aufgabe zu lösen versuchen. Er wird früher zu einer neuen Erkenntnis kommen und schneller von seinem neuen Wissen profitieren.*

*In unserem Rechenbeispiel sieht alles ganz harmlos aus, jedoch.....*

*Stell Dir nun vor, dass der ganzen Menschheit eine Aufgabe gestellt wird, für deren Lösung tausend Jahre erforderlich sind. Gemeinsam fangen alle mit der Lösung dieser Aufgabe an, doch es gibt in ihren Reihen einen Menschen, der im Vergleich zu allen anderen die dreifache Gedankengeschwindigkeit erreichen kann. Folglich wird dieser Mensch als Erster erfahren, welche Ereignisse alle anderen in der Zukunft erwarten.*

*Aufgaben, für deren Lösung die übrige Menschheit neunhundert Jahre gebraucht hätte, wird er in dreihundert Jahren lösen. Also bleibt ihm noch ein Zeitraum von 600 Jahren übrig, um alle anderen Menschen zu kontrollieren und ihre Handlungen zu steuern. Er wird in der Lage sein, durch Verraten einer richtigen Zwischenlösung einige Menschen schneller zum Ziel zu führen, die anderen dagegen mit einem falschen Tipp zurück zu werfen und irrezuführen. Oder, was noch einfacher ist, er wird durch Vorstellung einer falschen Lösung gleich alle Menschen in die Sackgasse führen, um ihnen später seine große Entdeckung zu präsentieren, mit anderen Worten, sie zu beherrschen.*

*Schon vor 7.000 Jahren haben die Priester erkannt, welche Möglichkeiten sich schneller denkenden Menschen eröffnen. Sie erklärten die Vergrößerung des Geschwindigkeitsunterschiedes zu ihrem primären Ziel. Mit Hilfe spezieller Übungen versuchten sie, die Geschwindigkeit ihres Denkens im Vergleich zu den anderen Menschen zu erhöhen, doch einen nennenswerten Erfolg konnten sie in jenen Zeiten nicht erzielen. Und so kreierten sie ein System, mit dem die Gedankengeschwindigkeit jedes neugeborenen Menschen verlangsamt wird. Die Einführung und Verbesserung dieses Systems erforderte mehrere Jahrtausende. Dafür funktioniert es heute noch prächtig. Betrachte und analysiere aufmerksam deine und die Lebensweise der meisten Menschen von heute.*

*Du wirst erkennen: Die meisten Anstrengungen in deinem Leben erzielen nur eins, sie sollen deine Gedankengeschwindigkeit verlangsamen.*

Die Behinderungen unserer Gedankengeschwindigkeit beginnen schon im Säuglingsalter.

Kurz nach der Geburt beginnt schon die einseitig intellektuelle Förderung unserer Kinder. Ein Baby wird mit sogenanntem „Lernspielzeug“ überflutet, das künstlich ist und aus Plastik hergestellt wurde. Man beginnt nun damit, das Kind auf unsere rational ausgerichtete Welt vorzubereiten. Statt Natur, oder etwas von den Eltern Improvisiertes, wo das Kind noch seine Fantasie gebrauchen kann, bekommt

das Kind ein von fremden Menschen ausgedachtes und von einer Maschine hergestelltes Spielzeug.

Am intensivsten reagiert jedoch jedes Kind auf die Natur. Und die Natur ist, neben den Eltern, auch der beste Lehrer für ein Kind. Was ist ein von Menschen erdachtes und von Maschinen hergestelltes Spielzeug gegen die von Gott geschaffene Natur? Wie viel wertvoller ist für ein kleines Kind ein Wildkraut, das es abpflücken und dabei untersuchen und anschließend feststellen kann, wie es schmeckt, gegenüber einem Plastiklernspielzeug aus der Fabrik? Wie viel mehr lernt ein kleines Kind von einem flatternden Schmetterling, den es erhaschen will, als von einer Holzente, die es hinter sich herzieht und die dabei stets die gleichen Wackelbewegungen macht? Wie viel mehr bringt es einem Kind, zu beobachten wie sich aus Kaulquappen im Teich langsam Frösche entwickeln oder einen Bach anzustauen und zu entdecken, was dann das Wasser macht – als zu Hause mit Autos zu spielen? Stöcke im Wald, Steine am Bach, heruntergefallene Blätter im Herbst und der Igel unterm Reisighaufen sind die besten Lehrer für das Kind – neben den Eltern.

Wie viele Kinder können überhaupt noch solche Entdeckungen machen? Wo doch der weitaus größte Anteil der Menschen in Städten lebt und viele davon aus den Städten niemals herauskommen. Und wenn sie herauskommen, dann wird spazieren gegangen und nicht im Schlamm gematscht. Vor Kurzem sah ich, dass ein kleiner Barfußpfad im Kindergarten angelegt wurde, damit die Kinder lernen, wie es ist, wenn sie barfuß auf unterschiedlichen Untergründen laufen. Das ist doch eine armselige Alternative zur Natur und trotzdem gut gemeint, weil viele Kinder ansonsten diese Möglichkeiten heute überhaupt nicht mehr bekommen. Wie viele Stadtkinder können im Sommer noch barfuß laufen? Auf überhitzten asphaltierten Gehwegen verbrennen sie sich die Füße. Und in den Parks geht man dann brav spazieren, weil womöglich das Betreten des englischen Rasens nicht gestattet wird. Welches Kind in der Stadt kann noch zuschauen, wie langsam die Spitzen des Möhrengrüns auf dem Beet erscheinen und von Tag zu Tag größer werden? Und vor allem, welches Stadtkind kann solch eine Möhre später auch noch essen? Stattdessen lernen unsere Kinder Automarken auseinander zuhalten, damit sind sie später die prädestinierten Autokäufer und -fahrer und das ist ja gewünscht. Da spielt man Autoquartett, anstatt auf Bäume zu klettern. Da geht man Enten überfüttern mit altem Brot im Park, anstatt zu einem Eichhörnchen, das im eigenen Garten auf dem Baum lebt, eine vorsichtige Beziehung aufzubauen und sich mit ihm anzufreunden. Diese Liste ist unendlich lang und alle Beispiele sind dazu angetan, die Gedankengeschwindigkeit der Menschen zu senken.

Wir müssen uns immer wieder klarmachen, dass alles, was Kinder tun, zu ihrem Lernprozess gehört, und dass die Natur unendlich reichhaltiger ist, als jedes Spielzeug. Hinzu kommt, dass sich viele Mütter dazu entscheiden, nach Beendigung des Mutterschaftsurlaubs wieder arbeiten zu gehen. Das kann niemals im Sinne des Kindes sein. Das Kind muss ab sofort auf alles Rücksicht nehmen. Es muss beim Spielen aufpassen, dass es nicht zu laut ist, es muss auf Nachbarn Rücksicht nehmen, es muss auf die Arbeitszeiten der Eltern Rücksicht nehmen und alle seine eigenen Bedürfnisse stehen vor lauter Rücksicht-Nehmen zurück. Beachten Sie doch einmal, was das Wort „Rücksicht“ bedeutet. Rücksicht heißt doch, ich sehe zurück. Wenn ein Mensch aber stets zurück sehen muss, dann kommt er niemals weiter, oder nur bedingt. Das Wort Rücksicht beinhaltet doch schon die Behinderung und dieser Behinderung unterstellt unsere Gesellschaft die Kinder konstant. Müssten die Eltern nicht außer Haus arbeiten gehen und hätten sie ein kindgerechtes Umfeld, dann könnte sich ein Kind ganz anders entfalten.

Ein weiterer Punkt ist es, dass im Großteil der Familien die Väter fast gar nicht vorkommen. Die Väter sind den größten Teil des Tages außer Haus, weil sie arbeiten müssen und hier fehlt den Kindern der männliche Part beim Lernen, was niemals wieder nachgeholt werden kann. Jeder Tag, an dem z.B. ein Baby den Vater nicht sieht, spürt und hört, fehlt dem Kind ein Lernfaktor. Die Aufgabe des Vaters bei der Entfaltung des Kindes wird in unserer Gesellschaft völlig unterbewertet. Alleinerziehende Mütter sollten deshalb unbedingt dafür sorgen, dass das Kind zu einem männlichen Freund der Familie oder zu einem Onkel regelmäßigen Kontakt erhält. Genauso schlimm ist es für ein kleines Kind, wenn auch die Mutter regelmäßig lange außer Haus ist um zu arbeiten. Unsere Gesellschaft ist halt noch so, dass Eltern aus dem Haus gehen, um zu arbeiten, aber in diesem Falle wäre es für jedes Kind das Beste, wenn die Eltern sich

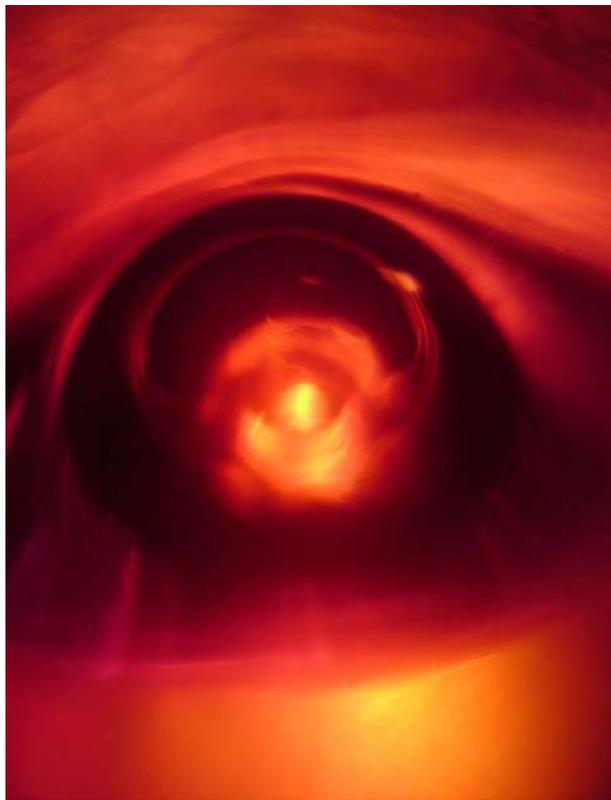
die Arbeitszeit teilen, so dass jeder von beiden einen halben Tag lang zu Hause ist. So hat das Kind sowohl Vater als auch Mutter zu gleichen Teilen. Unsere Welt ist noch nicht wedisch, aber es ist sicher möglich, etwas in dieser Richtung zu ändern.

Ab einem Alter von drei Jahren kommt der nächste große Schritt, die Gedankengeschwindigkeit eines Kindes zu bremsen. Das Kind kommt nun in den Kindergarten. Auf individuelle Bedürfnisse des einzelnen Kindes kann in einem Kindergarten nur selten eingegangen werden, denn

im Kindergarten gelten die Regeln des Kollektivs. Hier wird nun auch die einseitige Förderung der intellektuellen Hirnhälfte zielstrebig vorangetrieben, da diese ja in der Schule die wichtigste ist. Alles, was ein Kind nun noch rein intuitiv macht und sagt, wird verworfen als Unsinn oder unwichtig. Vieles, was nun von dem Kind aus einer Intuition heraus gesagt wird, wird in den Bereich der Phantasie geschoben.

Mein dreijähriger Enkel betrachtete einmal mit seiner Mutter zusammen ein Fotoalbum, in dem auch Fotos seiner verstorbenen Uroma waren. Auf seine Frage hin, wer das sei, sagte meine Tochter ihm, dass es ein Foto ihrer Oma sei, die aber nicht

mehr lebe. Daraufhin bemerkte mein Enkel: „Oder sie ist schon wieder ein Baby!“ Es ist etwas Wunderbares, wenn man mitbekommt, dass ein Kind intuitiv um diese Dinge weiß, aber es gibt sicher viele Eltern, die diese Aussage des Kindes sofort als unreal zurückgewiesen hätten. Und wie sieht es mit den Erzieherinnen im Kindergarten aus? Wissen Sie, ob auch nur eine der Erzieherinnen mit so einer Antwort umgehen könnte? Das geht nur, wenn sie selbst ein Gespür dafür hat, aber was wissen Sie von den persönlichen Ansichten und Einstellungen der Erzieherinnen? Die Ausbildung erfolgt zumeist rein rational, es sei denn, Sie geben ihr Kind in einen Waldorfindergarten. Aber auch dort habe ich schon haarsträubende Dinge mitbekommen. Was ist, wenn die Erzieherin ihres Kindes



im Kindergarten eine wesentlich unreifere Seele ist, als Ihr Kind selbst? Ihr Kind konnte sich zwar seine Eltern aussuchen, aber seine Erzieherinnen und Erzieher bekommt es vorgesetzt.

Auch im Kindergarten verbringen die Kinder ihre Zeit in einem künstlichen Umfeld.

Im Alter von 6-7 Jahren erfahren unsere Kinder dann die endgültige Abbremsung der Gedankengeschwindigkeit und der Konditionierung in Richtung Kollektiv. Die Waldorfschulen sind zwar etwas besser als die Regelschulen, aber die Anforderungen, die unser Staat an zugelassene Schulen stellt, müssen auch sie einhalten. Die Kinder lernen jetzt, ihre intuitive Seite fast völlig zu vergessen und fast ausschließlich ihren Intellekt zu benutzen. Jedes Schulfach, was ein wenig in die intuitive Seite geht, wie Musik und Kunst, wird als nebensächlich betrachtet und hier wird auch als Erstes eingespart. Solche Bereiche wie Metaphysik und Metamathematik werden völlig ausgespart, die muss sich ein Physiker, der später in Raum und Zeit denken möchte, erst mühsam wieder erarbeiten und das ist dann unendlich schwer. Am schlimmsten an unserem Schulsystem ist aber die Benotung der Kinder. Damit diszipliniert man und erzieht sich Untertanen, die völlig auf Leistungen konditioniert sind. Der Ellenbogengesellschaft wird mit einem Benotungssystem Tür und Tor geöffnet. Und das geschieht ganz bewusst! Eine kollektive Gesellschaft benötigt keine Individualisten, die selbst erkennen, was für sie gut ist. Sie benötigt Menschen, die verlernt haben selbständig zu denken und zu agieren und deshalb auf das Kollektiv angewiesen sind und auch kollektiv reagieren.

Der nächste Schritt, unsere Gedankengeschwindigkeit zu verlangsamen, ist es, den Menschen dazu zu bringen, fast seine gesamte wache Zeit zu verwenden, um überhaupt am Existieren zu bleiben. Dazu braucht man nur den Menschen dazu bringen, für seinen Unterhalt zu arbeiten, denn wenn sich die meiste Zeit des Tages die Gedanken der Menschen um die Arbeit drehen, dann hat der Mensch kaum noch Zeit, universell zu denken und das drosselt den Gedankenfluss erneut.

Die Priesterschaft erfand im Laufe der Zeit alles Mögliche, wofür sie nun den Menschen arbeiten lassen. Man führte das Geld ein, das seitdem gegen Zins verliehen wird. Das Land wurde irgendwann auf einige wenige Großgrundbesitzer aufgeteilt, so dass die meisten Menschen dafür Miete oder Pacht bezahlen müssen. Das gleiche gilt für die Wälder, so dass seither das Holz für die Häuser bezahlt werden muss. Man nimmt Geld für das Trinkwasser und für das Abwasser. Die Anzahl der Stunden, die der Mensch arbeiten muss, steigt damit enorm

an. Der Konsum wurde im Laufe der Jahrhunderte immer weiter angekurbelt, so dass inzwischen ein Großteil der Ausgaben der Menschen für Dinge ist, die sie in Wirklichkeit nicht benötigen.

Inzwischen ist die Gedankengeschwindigkeit der Menschen schon derartig gedrosselt, dass es keinen mehr gibt, der das System noch richtig durchschauen kann, denn auch die, die eigentlich nicht arbeiten müssen, weil sie genügend Geld zur Verfügung haben, um leben zu können, sind durch das Geld, den Konsum und die Macht, die ihnen all das einbringt, von wahren kosmischen Gedanken abgeschirmt.

Um ein Weiteres noch hinzuzufügen, werden wir mit der Chemie konfrontiert. Wir werden von allen Seiten bearbeitet, dass wir uns regelmäßig impfen lassen, dass wir bei Krankheiten Chemie schlucken und dass wir glauben, eine Nahrungsmittelproduktion (wie sich das Wort schon anhört – eine Produktion hat mit Natur sicher nichts mehr zu tun) ließe sich nicht ohne chemische „Pflanzenschutzmittel“ bewerkstelligen. Von Jahr zu Jahr steigt die Produktion von chemischen Mitteln an, die immer mehr unser Leben beeinflussen.

Man entfernt seit Jahrhunderten die Menschen systematisch von der Natur, die ja eigentlich unser bester Lehrer ist und pfercht die meisten in Städte, weil sie nur noch dort Arbeitsplätze finden. Man züchtet Spezialisten in allen Gebieten, so dass inzwischen kaum ein Mensch mehr allumfassend zu denken imstande ist. Die Gedanken der Menschen werden immer flacher, spezialisierter, eingeschränkter und kreisen in der Regel nur noch darum, ob sie Arbeit haben, ob sie zu essen haben und was sie sich alles kaufen können.

Auf diese Weise entfernen wir uns immer stärker von unserer ursprünglichen All-umfassenden und hohen Gedankengeschwindigkeit. Wir sind gar nicht mehr in der Lage, den Machenschaften der Priesterschaft zu folgen und erst recht nicht mehr, ihnen zuvorzukommen. Unsere Gedankengeschwindigkeit beträgt heute nur noch ein Bruchteil dessen, zu dem wir einstmals fähig waren. Vom Schöpfer Mensch sind wir meilenweit entfernt.

*Christa Jasinski*



## Wedisches

# Heimaterde – eine Vision, die Wirklichkeit wird

### Zweiter Teil

Du folgst Helmut und dem kleinen Mädchen auf einem weiteren Grasweg, und du spürst Fragen in dir aufkommen.

„Diese Gründungsväter müssen ja ordentlich Geld mitgebracht haben“, sprichst du laut vor dich hin. Helmut antwortet sogleich: „Eigentlich hatten sie nicht viel Geld. Das Meiste, was Du hier siehst, wächst kostenlos und bringt immer mehr Ertrag. Am Anfang wurde nur der Bauernhof und das Land an ihm gekauft.“

Du schweigst, und Helmut fährt fort: „Man muss eben nicht immer alles auf einmal wollen. Alles entsteht Stück für Stück, dann ist es leicht für alle zu tragen.“

In dir steigt deine anfängliche Angst in Bezug auf eine Sekte auf und du fühlst, dass Helmut diese Frage respektvoll beantworten wird, also fragst du: „Bezeichnen Euch manchmal Leute nicht als Sekte?“

Helmut lächelt wissend und erklärt: „Das kommt schon mal vor. Aber sobald man beginnt, sich ernsthaft zu bewegen, wird man von irgendeiner Seite angreifbar. Menschen sind nun mal verschieden. Wir haben hier keinen Zwang, Jeder kann kommen und gehen wie er möchte. Keine Gemeinschaftsreligion oder so.“

„Aber Ihr lebt hier so abgeschieden, Ihr isoliert Euch doch von der Gesellschaft um Euch“, sagst du etwas direkter.

Helmut nimmt deine Worte gutmütig auf und erklärt: „Wir isolieren uns nicht. Wir sind Mitglied in den verschiedensten Organisationen zum Naturschutz, geben Seminare, Tage der offenen Tür, Rundgänge und öffentliche Feiern, zu denen wir mittels Flyern in den umliegenden Städten Werbung machen. Des Weiteren halten einige unserer Bewohner hier eigene Seminare und Vorträge, schreiben Bücher und gestalten auch anderswo in Deutschland solche Naturdörfer.“

Du bist ziemlich verblüfft von dem, was Helmut dir sagt. Wie kommt es, dass du noch nichts von diesem „Naturdorf“ gehört hast, fragst du dich. Dennoch versuchst du

eine Lücke in dieser Utopie finden zu wollen. Nach einer kurzen Zeit stellst du dann die Frage: „Wie kommt es, dass Ihr auf landwirtschaftlichen Landflächen so dermaßen frei gestalten dürft? Normalerweise gibt es dafür doch strenge Vorschriften hier in Deutschland!“

„Das liegt daran, dass wir mit der regionalen Politik hier eng befreundet sind“, sagt Helmut und zwinkert dir zu. „Die Politik hat gemerkt, dass dies hier vielseitige Nutzungsmöglichkeiten bietet und erlaubt es somit, mit Bezug auf das Gewohnheitsrecht. Wir sind verantwortlich für Wirtschaftswachstum, weil wir neue Produkte aus unseren Gärten auf den regionalen Märkten hier verkaufen. Wir verkaufen Beeren und Wildkräuter, die man sonst fast nirgends bekommt. Dieses Naturdorf wurde somit schon ziemlich am Anfang eine Gen-Datenbank für alte und seltene Pflanzen und Bäume.“

Du bist skeptisch und fragst: „Und das hat die Politik überzeugt?“

„Das allein nicht, aber als hinzukam, dass unsere Bewohner ihre Fähigkeiten der Öffentlichkeit zur Verfügung stellen, indem sie Bücher schrieben und Seminare und Vorträge in der Region hier hielten, wurde die Politik schon weicher.“

Helmut fährt fort: „Dann wurden wir noch ein touristisches Ausflugsziel für Menschen aus ganz Deutschland. Und Einige zogen sogar wegen uns hier in die Region. Und heute haben wir ab und zu sogar einige Politi-

ker hier auf den Ferienhöfen“, erzählt Helmut und lacht laut los.

„Ferienhöfe habt Ihr auch?“, fragst du nach.

„Ja, wir bieten das ganze Jahr über „Ferien in Heimaterde“ an. Wir sind für die nächsten zwei Jahre komplett ausgebucht“, sagt Helmut.

Du kannst dir so langsam vorstellen, warum die Politik weich wurde, und hörst Helmut plötzlich sehr ernst ergänzen: „Gesetze machen keine Menschen, ... Menschen machen Gesetze!“ Helmut zwinkert und fügt hinzu: „Jedes jemals formulierte Gesetz beinhaltet Auswege, mit denen man es außer Kraft setzen kann. Das ist deswegen so, weil auch die Politiker gern die Gesetze so zurechtrücken wollen wie es ihnen passt. Wenn es diese Möglichkeit nicht geben würde, würden sie sich ihr eigenes Korsett schnüren. Deswegen existiert kein Gesetz, was einen starken Traum aufhalten kann.“

Du lässt diese Gedanken erst mal auf dich wirken, wäh-



rend du die Umgebung schon fast vergessen hast. Der Weg führt dich nun vorbei an einigen Weiden, die eingezäunt sind. Auf ihnen siehst du einige Pferde grasen.

„Das ist das Pferdeheim!“, spricht das kleine Mädchen plötzlich, das bisher dem Gespräch still zugehört hatte. „Hier kann jede Familie ihre Pferde halten, und wenn man möchte, kann man reiten“, erklärt sie weiter. Du zählst locker 10 Pferde. Verblüfft stellst du erneut die Frage: „Wo kommt bloß das Geld her, das Jeder hier für Steuern etc. aufbringen muss?“

„Wir brauchen hier kaum Geld. Sehr viel, was wir zum Leben brauchen, wächst hier einfach.“ erklärt Helmut.

Er wendet sich mit einem kurzen Blick dir zu und sagt: „Wie ich schon sagte, Viele verkaufen das, was hier wächst

auf Wochenmärkten und in unserem Internetshop. Ferienhöfe, Buchverkauf, einen Heilpraktiker haben wir hier, der immer was zu tun hat.“ Helmut seufzt und bleibt stehen, während er dir in die Augen schaut.

„Wenn ein Mensch beginnt zu verstehen, wer er ist, setzt das enorme kreative Kräfte frei. Diese

Kräfte verlangen nach Ausdruck, und den verkaufen wir hier“, erklärt er ernst und sachlich. Dann wendet er sich wieder ab und setzt die Führung fort.

Du kommst jetzt an mehreren offenen Feldern vorbei. Auf einigen stehen Menschen und scheinen etwas zu ernten oder zu säen. Helmut erklärt: „Das hier sind unsere Gemeinschaftsfelder. Hier bauen wir all das an, was zuviel Arbeit für jeden alleine bedeuten würde. Dazu zählen zum Beispiel alle Arten von Getreide, aus denen wir Brot backen.“

Du schaust den Menschen auf den Feldern zu, sie scheinen die Arbeit zu genießen und machen es ohne jede Hektik.

Helmut erzählt weiter: „Die Feldarbeit ist bei uns fast ein Ritual, an dem alle gerne teilnehmen. Wie auch bei den Festen trifft man sich und arbeitet zusammen. Das tut einfach nur gut und macht Spaß. Es ist jedes Jahr viel zu schnell vorbei.“

Du denkst an die heutige Landwirtschaft und deren Maschinen, hier aber kannst du keine finden. Also fragst du:

„Wo sind Eure Maschinen?“ Helmut antwortet dir: „Die Maschinen sind unsere Pferde. mit ihnen pflügen und säen wir.“

Interessant, denkst du, und fragst: „Und was machen die Menschen dort auf den Feldern?“

„Wenn sie auf ihren Grundstücken nichts mehr zu tun haben, suchen sie sich andere Arbeiten. Manche von ihnen überwachen das Wachstum des Getreides, andere pflegen die Pferde.“

„Also hat hier Jeder immer was zu tun?“ fragst du Helmut lächelt und antwortet: „Nein. Wir haben hier eher wenig zu tun. Die Menschen auf den Feldern hier können sich noch nicht daran gewöhnen, soviel Zeit für sich zu haben. Sie sind noch nicht lange Bewohner von

Heimaterde, deswegen suchen sie noch Beschäftigungen in ihrem Umfeld.“

Helmut scheint kurz nachzudenken und fügt dann hinzu: „Das wird sich bald aber ändern, dann werden sie mehr die Arbeit in ihnen wahrnehmen.“

Du denkst an einen 9 Stunden Job von Montag bis Freitag und fragst: „Das sind also Menschen,

die bis vor Kurzem noch ganztags gearbeitet haben?“

„Genau.“

„Also habt Ihr hier viel Freizeit trotz der ganzen Gartenarbeit?“ fragst du.

Helmut lächelt und sagt: „Ja genau. In einer Gemeinschaft lassen sich viele Arbeiten schnell erledigen, deswegen bleibt viel Zeit. Unsere privaten Gärten machen eigentlich nicht gerade viel Arbeit. Das ist mehr eine angenehme Nebenbeschäftigung.“ Helmut fügt ernst hinzu:

„Ein Apfel wächst schließlich auch völlig allein. Da braucht man nicht viel tun.“

Du nimmst das alles unkommentiert auf, und schaust dich einfach wieder um. Auf den Feldern scheinen viele verschiedene Nahrungsmittel angebaut zu werden. Und du stellst es dir vor, mit der ganzen Gemeinschaft, mit all deinen Nachbarn zusammenzukommen und gemeinsam diese Arbeiten zu erledigen, von denen dann jeder profitieren kann.





Diese Vorstellung gefällt dir. Du lässt die Felder hinter dir und betrittst nun einen kleineren Weg.

An beiden Seiten des Weges stehen große, schlanke Bäume. Helmut läuft schweigend vor dir her, das kleine Mädchen rennt ab und zu ein bisschen vor, kommt aber immer wieder neugierig zurück. Sie fragt beiläufig: „Ist der schwer?“ Du schaust an dir herunter, der Stein in deinen Armen hat sich wie ein Baby in deine Armmuskeln geschmiegt. Du antwortest: „Nein, jetzt habe ich mich daran gewöhnt.“ Das kleine Mädchen lächelt zufrieden und fügt hinzu: „Sonst trag ich ihn.“

Ihr kommt an einen Bretterzaun, dessen Mitte von einem Bogentor verziert ist. Hinter dem Zaun stehen einige Bäume und mehrere Sträucher, ein gut erkennbarer Weg führt von dem Bogentor ins Grundstück.

Helmut bleibt vor dem Bogentor stehen und sagt: „Jetzt freu Dich mal, einen Familienlandsitz betreten zu dürfen.“

Du verstehst nicht ganz, bis das kleine Mädchen erklärt: „Hier wohn ich.“

„Oh!“, entfährt es dir verwundert. Du siehst eigentlich nichts außer den Zaun, von dem man darauf schließen könnte, dass hier jemand wohnt.

„Ich mag unseren Garten am liebsten, da kenn ich die Blumen!“, erzählt die Kleine euch, während sie mit den Händen an ihrem Haar spielt.

„Ich verabschiede mich dann mal. Ob Du mehr als das Beet siehst, in dem der Stein liegen soll, entscheiden die Eltern von der Kleinen“, sagt Helmut und wendet sich der Kleinen zu. „Sag Deinem Papa, ich brauch mal seine Hilfe für mein Haus, Du weißt schon, ich bau doch an!“ „Mach ich!“, sagt die Kleine, und schon rennt sie zwischen dem Bogentor hindurch den Pfad entlang. Du nickst dem Alten hastig zu und versuchst die Kleine nicht aus den Augen zu verlieren.

Das kleine Mädchen läuft nach einigen Augenblicken auf einen zweiten, kleineren Weg und von da aus in eine

Hecke, wo ein kleiner runder Eingang zu sehen ist. Du kriechst ihr hinterher und richtest dich in einem offenen Garten wieder auf. Vor dir liegt eine Wildwiese mit locker kniehochem Gras. Sie ist etwa 10 Meter lang und wird hinten von großen, vermutlich Beerensträuchern, begrenzt. Dahinter kannst du die Kronen von mehreren Apfel-, Birnen-, Walnuss- und wohl auch anderen, dir unbekanntem, Obstbäumen sehen.

„Kannst ihn dahin legen“, spricht die Kleine und zeigt links von dir auf ein Beet, in dem schon andere Steine liegen. Du willst den Stein gerade ins Beet legen, da unterbricht dich die Kleine: „Nein nicht dahin! Schau doch!“ Sie kniet nieder und zeigt auf einen kleinen Sämling, der gerade mal 4 Blätter hat. „Das ist mein Apfelbaum!“, sagt sie. Du bist etwas verwundert, und legst den Stein auf ein Stück Erde, das nicht bewachsen zu sein scheint. Du fragst sie: „Was willst Du mit den ganzen Steinen hier? Hast Du die alle hier hin getragen?“

„Fast alle, ich bekomm manchmal Hilfe. Ich brauche die Steine für die Wärme. Steine bleiben nach einem heißen Tag immer noch lange warm, das mögen die Pflanzen. ... Oh hallo Papa!“

Erschrocken drehst du dich um und siehst an den Beerensträuchern einen jungen Erwachsenen stehen. Er schaut freundlich in eure Richtung und lächelt jetzt, wo das kleine Mädchen zu ihm gerannt kommt und ihm schwungvoll in die Arme fällt. Die ganze Szene erinnert dich an ein Wiedersehen nach Jahren des Getrenntseins. Der junge Erwachsene lacht und stemmt die Kleine in die Höhe,



während er sich dreht. Die Füße der Kleinen schlagen die Blütenpollen vom umherstehenden Gras ab und wirbeln sie im Strudel um sie herum. Der junge Erwachsene trägt ein leichtes weißes Hemd mit braunen Knöpfen am Hals, die alle offen stehen, eine kurze braune Hose und keine Schuhe. Sein schwarzes Haar ist fast schulterlang, und er trägt einen kleinen Bart. Das Mädchen scheint nun ih-





rem Vater etwas zuzuflüstern und der dreht sich mit einem leichten Lächeln zu dir um. Er entlässt seine Tochter mit einem Klaps auf dem Po, die nun zwischen den Beerensträuchern verschwindet. Er schaut dich an und läuft in deine Richtung.

Der junge Erwachsene kommt bedächtig auf dich zu. Er bleibt in angenehmer Entfernung vor dir stehen und sagt: „Sei begrüßt! Ich danke Dir vielmals, dass Du meiner Tochter geholfen hast, sie nimmt sich manchmal zu viel vor. Ich bin Florian“, und streckt dir seine Hand entgegen.

Du verspürst absolut keine Abneigung gegenüber diesem Mann und reichst ihm deine Hand. Er beginnt weiter zu erzählen: „Meine Tochter erzählte mir von Deinen neugierigen Blicken, die sie gesehen haben will. Ich möchte Dich nicht aufhalten, falls Du gehen möchtest. Wenn Du aber Interesse hast, noch ein wenig mehr zu sehen, führe ich Dich gerne in unserem Familienlandsitz herum.“

Du fühlst dich erappt, weil du nicht gedacht hast, dass die Kleine dich beobachtet hat. Du verspürst den Wunsch, nun auch mal einen Garten zu sehen und sagst zu ihm: „Ich würde gerne noch mehr sehen.“ Florian strahlt und winkt dich hinter ihm her, während er sagt: „Mir nach.“

Du gehst zwischen den Beerensträuchern entlang und betrittst den Obstgarten dieser Familie. Du zählst locker 4 verschiedene Apfelsorten. Birnen, Pfirsiche, Pflaumen, und noch andere, die du nicht kennst. Viele Bäume sind zum Bersten voll mit Früchten. Die schweren Äste biegen sich unter ihrem Gewicht weit zum Boden, sodass selbst

Kinder sie pflücken könnten. Einige Bäume stehen noch in der Blüte und verströmen diesen ungewohnt frischen Blütenduft.

„Wie Du siehst, kaufen wir zumindest nie Obst ein“, sagt Florian unerwartet, während ihr weiter durch den Obsthain geht. „Diese Bäume hier tragen viel mehr als wir in einem Jahr überhaupt essen könnten. Wir verfüttern den Rest an die Tiere.“ Schweigend hörst du zu. „Diese Bäume sind wohlüberlegt gepflanzt. Sobald bei einem Baum die Früchte beginnen abzufallen, werden Früchte an einem anderen gerade reif. So haben wir jeden Monat frisches Obst in allen Varianten. Du dürftest hier sogar Sorten finden, die Du nicht kennst. Wir legen Wert auf Sortenvielfalt“, erzählt Florian.

Du bist erstaunt aufgrund dieser einfachen Logik und spürst das Verlangen, einen Apfel zu pflücken, traust dich aber nicht. Florian greift deinen unausgesprochenen Wunsch auf und pflückt kurzerhand einen Apfel von einem Baum, der gerade in Reichweite ist. Er reicht ihn dir, und du bist enttäuscht. Florian scheint dir anscheinend den kleinsten Apfel, der an diesem Baum hing, gepflückt zu haben. Er ist klein und trägt einige Spuren, etwas schrumpelig ist er auch. „Der ist schon lange reif“, sagt Florian. Du beißt hinein. Er schmeckt dir wirklich beachtlich gut.

„Verwundert?“, entgegnet dir Florian. „Ein Apfel muss nicht groß, rund, und spiegelglatt poliert sein, damit er gut schmeckt. Supermarktäpfel sind zwar schön anzusehen, aber sie enthalten dafür viel weniger Inhaltsstoffe als der Apfel, den Du jetzt gerade isst. Jeder Apfel hier schmeckt etwas anders.“



Du erwidert wieder nichts. Der Obsthain wandelt sich jetzt in einen Wald. Du siehst Eichen, Buchen und Fichten. Viele verschiedene Bäume und keinen erkennbaren Weg. Du entdeckst zwei Eichhörnchen, mehrere Vögel und eine kleine Katze, die ungestört vor sich hin geht. Du kommst an einem Platz vorbei, an dem große Steine im Kreis aufgebaut sind.

„Hier ist ein Platz für unsere privaten Feiern“, spricht Florian wieder unaufgefordert. „An heißen Tagen ist der Wald eine wirklich angenehme Abkühlung.“ Ihr lauft noch ein kleines Stückchen und plötzlich wird die Stille von aufpeitschendem Wasser durchbrochen.

Du kommst an einen Teich, dessen eines Ende im Wald endet und das andere weiter drüben an einer Lichtung. An den Ufern des Teiches liegen teilweise große Findlinge. Der Teich ist so groß, dass man ihn schon als einen See bezeichnen könnte. Die Ufer sind teils wild bewachsen, teils mit angenehmen Sandzonen bestückt. Du stehst nun mit Florian am Rande des Waldsees und schaut auf die Wasseroberfläche. Du erkennst eine menschliche Silhouette unter Wasser, die nun aufzutauchen beginnt, ebenfalls schwarze Haare hat und ein junges Gesicht. Sie scheint nackt zu sein. Etwas verlegen beginnt sie zu lächeln.

„Meine Frau“, erklärt Florian und lächelt sie an. Die junge Frau auf dem See ruft zu euch hinüber: „So was, Flori! Bringst Besuch mit ins Heim zu den ungünstigsten Zeiten. Soll ich mich so etwa vorstellen?“, und verweist mit ihren Händen auf ihren nackten Körper.

„Sorry Schatz, tut mir leid“, entgegnet ihr Florian peinlich berührt.

„Sei begrüßt! Schau Dich hier ruhig um!“, ruft die junge Frau dir zu und beginnt ungestört erneut zu tauchen. Du schaut der Frau nach, und fragst dich laut: „Wieso habt Ihr hier so viel Zeit?“

„Weil alles hier auf Nachhaltigkeit ausgelegt ist. Du hast die Apfelbäume gesehen. Sag mir, was ist nachhaltiger:

*Einen Apfelbaum zu pflanzen, an dem zwar anfänglich kaum Äpfel hängen, von dem Du mit Deiner Familie aber die nächsten Jahrzehnte essen könntest, wenn er erst mal groß geworden ist, oder jede Woche mit dem Auto in den Supermarkt zu fahren, um dort Äpfel zu kaufen?“*

Du verstehst seine Logik, erwidert aber: „Gut Florian, wenn alles hier so nachhaltig ist, was ist dann mit dem Teich hier? Von dem könnt ihr wohl nicht satt werden. Der ist nur zum Spaß da.“

„Ganz im Gegenteil“, sagt Florian freundlich. „Dieser Teich ist der Wohnraum für viele Lebewesen, die uns das Leben erleichtern. Frösche, zum Beispiel, fressen Fliegen, Mücken, Käfer und andere Lebewesen, die ohne sie leicht überhand nehmen würden. Wir kämen leicht zu einer Schneckenplage in unserem Gemüsebeet, wenn wir diesen Teich nicht hätten. Außerdem ist er für uns ein natürlicher Wasserspeicher. Das Wasser ist sauber und trinkbar, wir haben es getestet. Zudem ist er an die 4 Meter tief und dient uns somit als angenehme Freizeitbeschäftigung.“

Die junge Frau taucht nun in der Mitte des Sees wieder auf. Sie schwimmt ans Ufer, steigt aus dem Wasser, darauf bedacht, euch nur den Rücken zu zeigen, und verschwindet flink hinter einigen Bäumen.

„Du hast noch nicht alles gesehen, wollen wir weiter?“, fragt dich Florian. Du nickst.

*Fortsetzung folgt*

*Weiteres finden Sie hier: [www.naturdorf-heimaterde.de](http://www.naturdorf-heimaterde.de)*



## Zeitgeschichte

### Der Wandel von der Raupe zum Schmetterling

#### Wendepunkte und Rückkehr in die Einheit

In Bezug auf die nun Geschichte gewordene Zusammenführung von BRD und DDR, der eine friedliche Revolution vorausging, ist oft von einem „Wunder“ die Rede. Ja, es hätte auch anders kommen können. Universell gültige Gesetzmäßigkeiten wie das Streben nach (Spannungs-) Ausgleich und freier Entfaltung werden immer noch an vielen Stellen unserer Erde mit Gewalt erstickt – so wie im Sommer 1989 auf dem „Platz des himmlischen Friedens“, als friedliches chinesisches Volk niedergeschossen wurde. Und so gibt es immer wieder parallele Beispiele, sowohl für grausame Kapitel als auch für wunderbare Auflösungen, wahre Menschlichkeit und Fügungen, die Anlass für tief empfundene Dankbarkeit geben. Wozu aber nun dieses ständige und, für unsere Begriffe, scheinbar ewige bzw. willkürliche Auf und Ab, dieses Nebeneinander von oft unvereinbaren Gegensätzen? Oft genug entwickeln sich auch hoffnungsvolle Ansätze ins Gegenteil. Muss das immer so bleiben?

#### Der Status quo in Glaube und Gesellschaft

Der sehr lange Entwicklungsweg der Menschheit scheint in einem Teufelskreis festgefahren zu sein. Schilderungen von gelingendem Leben muten oft als Vertröstung und „realitätsfernes“ Wunschdenken an. Das Gefühl der Ohnmächtigkeit behält die Oberhand und lähmt. Demgegenüber steht aber eben immer wieder als reale Erfahrungsmöglichkeit die Überwindung und ein Zusammenfügen bzw. Versöhnen von scheinbar Getrenntem als „Lernziel“. Schenkt man alten unverfälschten Schriften Aufmerksamkeit, so geschieht nichts sinnlos oder willkürlich. Das Ende einer dualistisch geprägten Etappe stünde an. Wer mit Verstand und dem Herzen sucht, der wird auch entsprechend genügend Anhaltspunkte für den Abpfiff fin-

den in dem noch sehr bewegungsreichen Spiel. Jesus Immanuel hat auf dieses Ende hingewiesen und erzählt, was danach kommt. Das Zeitalter des „Zahn um Zahn und Auge um Auge“ sowie der Erfahrungen des Getrenntseins läuft aus, so wie es die Zeit als solche in der bisher gewohnten Weise als lineares Denkmodell offenbar bald nicht mehr geben wird. Dies haben wir jedoch aus den verschiedensten Gründen, in der Regel gut abgeschirmt und in kopflastigen Konditionierungen verhaftet, vergessen. Eingebunden in tausend Abhängigkeiten und Sorgen ist unsere Aufmerksamkeit für Anderes voll beansprucht bzw. abgelenkt. Wären da im Kalender nicht Jahresfeste

und Jahrestage mit entsprechenden Veranstaltungsangeboten vermerkt, würden wir uns sonst die Zeit nehmen für tiefgehende Reflexionen? Andere Formen der Unterbrechung von Hast und von Schieflagen sind beispielsweise Krankheiten, die uns (natürlich meist völlig ungelegen) da herausnehmen wollen und Gelegenheit bieten, es mit sich auch mal allein auszuhalten, ggf. ehrliche Be-

standsaufnahme zu betreiben. Nicht nur über das Haben nachzudenken, sondern auch über das geschenkte Sein und seinen Sinn.

#### Innehalten, um durch Stille munter zu werden

Unterbrechungen des Gewohnten bieten immer wieder die Chance zur Besinnung zu kommen, im täglichen Jetzt grundlegende, bisher vielleicht aufgeschobene Entscheidungen zu treffen bzw. zu verändern, was einer Veränderung bedarf. Die Frage: „Wer sind wir und was ist meine Bestimmung?“, kann dabei sehr hilfreich sein. Wer sich dem nicht verschließt, wird feststellen, dass es derzeit für unseren Planeten bald 13 schlägt, nachdem es 5 vor 12 gewesen ist, und dieses Neue auf dem Weg unserer Entwicklung ganz doll auch von unserem Verhalten abhängt, in welche Richtung es ausschlägt. Paradigmenwechsel wie für 2013 prophezeit, wo der Übergang in ein „goldenes Zeitalter im Zeichen des Wassermannes“ sich vollenden soll, müssen keine befremdlichen Szenarien bleiben, wenn wir begreifen, was da vor sich geht und welche gehörige Portion Einfluss wir darauf haben. Nein, wir sind



nicht unschuldig und können die Verantwortung für unser jeweiliges Handeln nicht wirklich abgeben. Wir können aber offenbar davon ausgehen, dass die Verwirklichung des Lebens einem klugen Plan folgt, der außerhalb unserer Begrenztheit, außerhalb unseres Ego-Bedürfnisses nach Kontrolle und Beherrschbarkeit liegt. Sind wir auf diese Entwicklung vorbereitet? Können wir uns vorstellen, dass ein scheinbar zementiertes System grundsätzlicherer Art kippt, als das 1989 bzw. 1990 erlebte? Sind das Vorstellungen „nicht von dieser Welt“, Illusionen? Immerhin können wir bezeugen, dass kerzen-haltende Menschen verhärtete Machtstrukturen und materielle Mauern zu Fall bringen können, weil es etliche von uns authentisch erlebt haben. Es ist also jederzeit möglich und jeder Einzelne mit seinem Handeln und seinen Gedanken ist wichtig, hat Gewicht und ist somit mächtig. Unvermindert spannend also, was die Voraussetzungen für eine Runderneuerung irdischer Strukturen sind, und wann hier die Quadratur des Kreises glückt, und welche Rolle dabei jeder Einzelne spielt.

### Wir und die Änderung der Verhältnisse

„Was ist der Mensch, dass Du (Urschöpfer) seiner denkst?“ Unter dieser, aus der Bibel entnommenen Zeile, stand beispielsweise im Juli 1989 der evangelische Kirchentag, zu dem Tausende nach Leipzig gekommen waren. Es war brennend aktuell, daran erinnert zu werden, und diese Frage gemeinschaftlich oder für sich angesichts der damaligen Zuspitzung der Verhältnisse zwischen Angst und Hoffnung zu beantworten...

Es stellt ständig – also auch jetzt – viel in Frage und sucht Klarheit, die auszuhalten oft unbequem, aber letztlich befreiend und beflügelnd ist. Lassen wir die verschiedenen Formen für Entdeckungen an uns heran oder sind wir noch gefangen in dem, was sich über die Jahrhunderte als scheinbar unabänderlich eingeschliffen hat, wie das Bewerten in trennenden Kategorien von „gut“ und „böse“, diesseits und jenseits, Vergangenheit und Zukunft? Kann es sein, dass wir längst mittendrin sind in einer Zeit, in der wir für das Christuslicht entflammbarer geworden sind und den „alten Adam“ zurücklassen, um uns zu unserer tieferen Bestimmung hin zu entfalten, wie eine Raupe zum Schmetterling, dass zunehmend mehr Verhärtungen im Herzen wie alt gewordene Kleidungsstücke abgestreift werden, festgefahrene Denkmuster und überforderte Systeme weichen und eine Kurskorrektur „in der Luft“ liegt.

Wovon sprach denn Jesus eigentlich – von einem verklavenden Tempelgott oder von einer mächtigen Kraft, die uns liebt, trägt, Fülle und Freiheit schenkt? Fand er das toll, dass Menschen im Namen eines abstrakten Gottes bzw. einer Systemideologie klein gehalten werden

und das Geld aus der Tasche gezogen bekommen oder aufeinander losgehen? Religion bedeutet vom Wort her Rückbesinnung bzw. Rückanbindung. Dies wird jeweils umso wichtiger, wenn beschrittene Wege sich zusehends als Sackgasse erweisen. Wie ist es derzeit mit unserem Verhältnis zur irdischen Mutter und zu unserem himmlischen Vater bestellt, was hat sich da nicht alles dazwischengeschoben und mit welchen Folgen? Jesus war die unterwandernde Gegenkraft bekannt, der auch wir nicht ohne Grund ständig ausgesetzt sind. Und deshalb reicht er uns inmitten der jeweilig etablierten Dogmen, der künstlichen Machtstrukturen, dem luziferischem Glanz, in Mühsal oder in die Bequemlichkeit hinein, geschwisterlich Hand. Wir haben die Freiheit der Erkenntnis und der Wahl. „Schließt Euch an!“, riefen 1989 die friedlichen Demonstranten ihren Geschwistern in Uniform zu. Habt keine Furcht und lasst Euch zu einer erfüllenden, unsterblichen Lebensform in Frieden und Gerechtigkeit erwecken, ruft Christus. Von ihm stammt auch der Hinweis, dass wir ernten, was wir säen. Hier wird eindeutig ein Zusammenhang aufgezeigt von Ursache und Wirkung. Angesichts dessen ist ein unbeteiligtes Abwarten auf sogenannte bessere Zeiten absurd.

### Auf der Erde wandeln

Die „Vernunft der Straße“ des Revolutionsherbstes 1989, das aktive Vortreiben eines friedlichen strukturellen Wandels wich, wie bekannt, ein Jahr später anderen Intentionen. Hinter verschlossenen Türen liefen zügig Verhandlungen über die Angliederung des einen deutschen Teilstaates an den anderen. Ein Weiterführen gesellschaftlicher Veränderungen im Sinne von Frieden, Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung blieb aus – bis heute. Offenlegen von Angelegenheiten, die alle angehen und Möglichkeiten der Mitgestaltung sind unverändert eingeschränkt, doch ohne Volk kann es keinen legitimierte Staat geben, der ja zudem – einmal weitergeschaut –, auch nur eine Übergangslösung darstellt und nicht als Selbstzweck gedacht ist. Im kleinen wie im großen Maßstab ist partnerschaftliches Bemühen um nachhaltige und gerechte Strukturen unverzichtbarer denn je für unser persönliches wie globales Überleben.

Die Menschheit am Scheideweg und bald vor einer atemberaubenden Chance, den nächsten Schritt in der Evolution zu gehen – ist das zu weit hergeholt? „Das ist halt so, da kann man nicht viel machen“, ist oft die gewohnte Antwort einiger Mitbürger angesichts von Missständen. Jedoch, ist das auch von Ihnen so gewollt, eine unvollständige Paradiesvegetation lediglich aus Feigenblättern und aspartamsüßen Früchten, die schön aussehen, aber nicht wirklich satt machen? Hoffende Menschen erwarten nach wie vor (1989) Lösungen statt Losungen, echten



Dialog statt dogmatischer Hülsen. Es sagt sehr viel über das Wesen gesellschaftlicher Einrichtungen bzw. über die Stabilität ihrer Verankerungen aus, ob sie dem gerecht werden oder nicht. Auch die Wege des Geldes sind Hinweise darauf, wer oder was im Mittelpunkt steht. Bedient der Mensch ein Schuldscheinsystem oder dient ein Tauschmittel dem Menschen? Natürliches hat Bestand, Verdrehtes und künstlich zusammengehaltener Treibsand hingegen auf Dauer nicht. Unechtes ist eben nicht echt – auch scheinbare Wandlungen aus taktischen oder opportunistischen Gründen nicht. Wenn aktuell, statt vernünftiger Weichenstellungen, auf politischer Ebene Kompromisse herauskommen, die aus der Schlinge von getrenntem Konkurrenzdenken und Wirtschaftslobbyismus noch nicht herausgefunden haben, dann sind sie in der Regel faul und dem Gemeinwohl nicht dienlich. Wer ist der Souverän?

Offenheit, seine Stimme im Alltag zu erheben/benutzen, zu handeln, wo es dran ist oder sich lieber vertreten zu lassen, also Kompetenz abzugeben. Dies will gut überlegt sein. Symbolisch wandern ja nicht nur hierzulande alle vier Jahre geknickte Stimmen in gefalteter Papierform in eine Wahlurne – werden somit also ritualisiert begraben. Die Kluft zwischen den Wahlversprechen von Parteien, die vorgeben, das Volk zu vertreten, und den Interessen, denen sie wirklich dienen, ist vor 1989 als auch danach deutlich. Verantwortung ist aber nicht übertragbar, dies geschieht nur vertretungsweise durch Eltern, solange die Kinder noch nicht eigenständig sind. Also ist es an uns, erwachsen zu werden (sofern wir es wollen). Wie „Vater Staat“ sich derzeit kümmert und agiert bzw. benutzt wird, sieht ja Jeder, der Augen hat. Und wie die Mutter Erde, der Ast auf dem wir sitzen, angeknackst ist, kann Jeder fühlen. Wollen wir weiterhin wieder nur Zuschauer sein, wie in den letzten 20 Jahren? Der Zugang zu Informationen ist eine Nagelprobe. Das Hüten von „Verschlussachen“, als auch die Strategie des Übermaßes, die Überflutung mit einem hohen Anteil von Informationsmüll oder die Ausdehnung der Spanne zwischen Verabschiedung von Gesetzen und dem Zeitpunkt des Inkrafttretens, sind



Extreme. Nicht Wenige sagen mittlerweile „Stop“. **Lähmung oder Entfaltung**

Wir schaffen uns unser Umfeld, privat als auch gesellschaftlich. Und es ist erheblich für das Ergebnis, wessen Geistes Kind wir sind! Auf welcher Wellenlänge sind wir empfängsbereit und stabilisieren somit die jeweilige Umsetzung in der sichtbaren Welt? Wir strahlen ab, was in uns ist. Deshalb ist so entscheidend, was wir über unsere Körper und unsere Sinne aufnehmen bzw. wie wir es „verarbeiten“. Ändert Euer Leben und somit den Status quo in Glauben und Gesellschaft! Diese Botschaft brachte Vielen den physischen Tod. Wie verhält es sich

mit der im Vers 17 des 4. Kapitels im Matthäus-Evangelium überlieferten Ankündigung „Gott will jetzt seine Herrschaft aufrichten und sein Werk vollenden“? In meinen Augen ist das eine klare Einladung zum Mitmachen. Uns ist eine aktive Rolle zugedacht! Doch sind wir uns dessen voll bewusst und überhaupt schon soweit? Wenn nicht, dann wird es Zeit zum Entlarven und (Wieder-) Entdecken. Was hat uns

bisher daran gehindert? Nun, das Feld der Manipulationen ist sehr vielfältig, diabolisch und meist versteckter Art. Die Seele „und ihr Behälter“ ist seit Jahrtausenden Versuchen missbräuchlicher Einflussnahme ausgesetzt. Dieses anhaltende Umwerben von verschiedenen Seiten bzw. die Versuche, dieses Wesen nutzbar unter Kontrolle zu bekommen, wird seinen Grund in dem mächtigen schöpferischen Potential haben, welches der Mensch ursprünglich offenbar als „Grundausrüstung“ einmal mitbekommen hat, und mit dem man eine ganze Menge machen kann.

Die Art, wie der ehemals vollkommene Mensch sich vielleicht um dieses unversehrte Erbe brachte oder sich durch „Möchtegern-Götter und Ähnliches“ weiterhin abbringen lässt, sei an dieser Stelle einmal dahingestellt. Festzuhalten ist jedoch, dass der Mensch anfänglich als ebenbildlicher Ausdruck schöpferischen Bewusstseins in Erscheinung getreten sein dürfte und irgendwann anfangs grenzenlos alles auszuprobieren und zum Risiko für das Weiterbestehen unserer Milchstraße wurde. Versuch und Irrtum scheinen jedoch einkalkuliert, Erleben und Einsicht das

Ziel zu sein. Die in viele Ichs aufgespaltene Wesenheit Mensch schwärmt mit unterschiedlichen Neigungen aus. Erlebnis- bzw. Erkenntnisgewinn vollzieht sich zunehmend individueller. Vielleicht, weil die Waage gewahrt bleibt zwischen Zerstörung und bewahrenden Kräften, ist unser blauer Planet noch nicht kaputt gegangen. Aus vielen Lebenswegen entwickelte sich Reife. Diese hat verändernde, überwindende Folgen, wenn Goethes Rat beherzigt wird: „Es ist nicht genug zu wissen, man muss es anwenden. Es ist nicht genug, zu wollen, man muss es auch tun.“ Also wann, wenn nicht jeweils im JETZT der Erkenntnis?

Für die betäubten, eingeschnürten oder abgeworbenen Anteile unseres in viele Erfahrungs-Ichs aufgeteiltes Potential prophezeite Jesaja bildhaft: „...Das Volk, das im Dunkeln lebt, sieht ein großes Licht. Und für alle, die im finsternen Land des

Todes wohnen, leuchtet ein Licht auf!“ Noch einmal: Der Inhalt unserer Gedanken ist nicht unerheblich, weil sich daraus die Realität formt. Woran also richten wir uns aus, womit ist unsere Aufmerksamkeit beschäftigt? Welche Impulse senden wir in jede unserer unzähligen Körperzellen, und welchen verinnerlichten Programmen bzw. Glaubenssätzen folgen diese somit zwangsläufig?

### Auferstehung im jeweiligen Jetzt

“Ihr könnt Euch darauf verlassen: Einige werden noch zu Lebzeiten sehen, wie Gottes Herrschaft machtvoll aufgerichtet wird“, verspricht Jesus laut dem Markusevangelium im Kap. 9, Vers 1. Eine ähnliche Stelle findet sich bei Matthäus (24, 34). Liegt hier ein Widerspruch, ein Irrtum oder Übersetzungsfehler vor? Es sind immerhin etliche und sehr tränenreiche Jahrhunderte vergangen, ohne vordergründig erkennbare Erfüllung von unseren Vorstellungen über „göttliches Regieren“. Bei genauerem Hinschauen jedoch scheint die Aussage sich eher auf die Fähigkeit zu beziehen, unverschleiert zu sehen, dass Etwas im Werden begriffen ist. Ein neues Kapitel hat begonnen, wie das Wachstum von noch zugedeckten Schneeglöckchen. Weitere, über die bekannten Größen hinausgehende Dimensionen, werden für Jene erfahrbar und somit real, die sich dafür öffnen. Dieses Öffnen ist jederzeit

möglich, in jedem Augenblick. Die Kraft dieses Geistes sprengt jedes Korsett, er ist nicht einzusperrern oder tot zu kriegen. Mit „Flucht“ in andere Frequenzbereiche hat das nichts tun, sondern mit Ablegen von Unwissenheit und gestreuten Ängsten. Es ist vergleichbar mit Aufwachen und verändert auch die Betrachtung auf den Tod. Wo liegt dann sein Stachel? Sicherlich steckte er bisher in unserem Kopf. Wie mag es sich für eine Raupe anfühlen, wenn

sie sich verändert, die bisherige Hülle ausgeht hat und abstirbt? Und sie sich dann gar zum erstmalig emporschwingt und als buntes Wesen fliegt? Vermutlich macht sie (bzw. nun er) sich nicht zu viele Gedanken wie wir und gibt sich unvertrauensvoll dem hin, was geschieht. Es ist müßig aufzuspüren, wer in der etablierten Welt Nutzen daraus zieht, dass die Menschenrasse möglichst lange in einem



niedrigen Schwingungsfeld bleibt und stumpf weitertrötet. Freigeistige Exemplare sind da jedenfalls wie Störfunk und entsprechend unerwünscht. Alles, und eben auch diese Unterdrückung, hat jedoch seine begrenzte Berechtigung und Funktion, sonst würde sie nicht vorkommen. Doch wozu? Zum Sammeln von Erfahrungen auf dem Spielfeld der Materie vielleicht, wie sich Dieses oder Jenes anfühlt, beispielsweise Konträres oder Ambivalentes wie kalt und heiß, Verrat und Liebe, etc.? Dient diese ganze Erfahrungspalette auch zum selbständigen Herausfinden unserer Wurzeln? Entscheidend könnte ggf. die Sichtweise sein, die wir im Laufe mehrerer Leben entwickeln, ob wir Situationen auf dem Weg als Bedrohung erleben und verdrängen oder es als Erfahrungsschatz annehmen können und „dahinter“ schauen lernen, eine oftmals ungeheure Zumutung. Wer hat sich das bloß einfallen lassen? Wahrheit macht bekanntlich frei. So ist auch das parallele Existieren „verschiedener Wirklichkeiten“ letztlich kein Widerspruch. Was ich wahrzunehmen fähig bin, das ist für mich jeweils wirklich. Und dies muss nicht identisch sein mit dem, was für Andere real ist. Schön ist natürlich, wenn man mit seinem Erlebnisrahmen nicht allein bleibt und ihn mit jemandem teilen kann. Und wenn sich mehr Entdeckungen ebenso wie Erkenntnisse über den Fahrplan zusammenzufügen begin-



nen, dann wird sich auch zunehmend die Unsicherheit verlieren und diese ewige Fragerei bezüglich des Sinns unserer Reise wird bestimmt aufhören. Bemerkenswert in diesem Zusammenhang ist die Herleitung des Wortes Apokalypse, d.h. griech. „apokalyptein“ = enthüllen.

### Die Nennung eines nahen Zeitpunktes für den Schritt weiter

Ein einigermaßen greifbares Datum macht verbindlicher. Viele Vorausschauern aus der Vergangenheit werden meist so ausgelegt, dass erst nach katastrophalen Untergangsszenarien eine lichte Zukunft kommt, also etwas in einer Reihenfolge nacheinander erfolgt. Vielleicht sind sie aber vielmehr weitsichtig veranschaulichte Szenarien, die nebeneinander gestellt als „Entscheidungshilfen“ für eine zu treffende Wahl gedacht sind. Somit wäre wiederum Einiges wie Zeitpunkt und Art des Geschehens stark von unserem Reifegrad abhängig. Was die Kraft der Gedanken bewirken kann, und dass es sie gibt, kommt langsam wieder ans Licht. Es ist bekannt, dass alles, worauf wir unsere Aufmerksamkeit und emotionale Energie richten, schließlich in unserem Leben auftaucht. Das Universum und unser Unterbewusstsein unterscheiden nicht gut von schlecht und sie behandeln Angst und Begeisterung genau gleich. Wir erteilen einen „Auftrag“ für das, worauf wir Energie aufwenden. Welcher Lebensstil wohin führt, wissen wir ja eigentlich. Doch wann setzen wir uns wohl in Bewegung und streben zum Bahnhof:

- a) wenn wir wissen, dass der Zug in der nächsten halben Stunde abfährt, oder
- b) wenn in diesem Jahr mit einer Reise nicht zu rechnen ist? Diese menschliche Eigenschaft der Trägheit war Leuten mit Weitsicht nicht unbekannt. Deshalb diese parallele Zweigleisigkeit auch in der Darstellung von, in die Zukunft projizierten, Handlungskonsequenzen, um ein Aufhorchen, mehr Aufmerksamkeit und ein Handeln im JETZT zu bewirken.

Für sich gegenseitig begünstigende Umstände, für eine Art „Quantensprung“ in der Evolution oder zu kritischen Szenarien gibt es mittlerweile eine Fülle von Veröffentlichungen. Zweifellos nachvollziehbar ist, dass so wie die Natur auf Zyklen beruht, sich auch Himmelskörper auf ihren Bahnen für uns nicht folgenlos bewegen. Dies verantwortungsvoll in einen Zusammenhang gebracht, mit versunkenen bzw. verschlüsselten Hinterlassenschaften, macht mindestens Zweierlei deutlich: Zum Einen, dass in zurückliegenden Zeiten schon mehrfach Umgestaltungen hinsichtlich der Verteilung von Land- und Wassermassen stattfanden und ganze Kontinente samt hochentwickelter, aber aus dem Lot gekommener Kulturen zum

Großteil tatsächlich untergehen konnten und zum Anderen, dass wir nicht nur im Außen staunend Entdeckungen anstellen können, sondern Entscheidendes in uns selber entdecken, weil alles zusammenhängt. Dazu muss man sich *bewusst* auf den Weg machen. Gandhi formulierte einmal: „Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt“. Bei sich selber anfangen, ist bekanntlich am schwersten, aber notwendig. „Und weil alle Dinge zu deinem Fortschritt beigetragen haben, solltest du alle Dinge in deine Dankbarkeit einbeziehen“, hinterließ Wallace Wattles. Aufrichtige Dankbarkeit ist stark anziehend, macht freigiebig und froh. So ist denn auch Jesu' Tipp „Geben ist seliger denn nehmen“ einzuordnen, denn „Wer gibt, macht den Empfang möglich!“ erläutert Wes Hopper. „Wenn du gibst, demonstrierst du dein Vertrauen für diesen Überfluss und deine Dankbarkeit dafür. Du machst Platz, um mehr zu bekommen...“ Merken Sie, es werden immer mehr, die Erfahrungen zu diesem Thema beisteuern können. Sie auch? Vielleicht unter der Überschrift „Schmetterlinge im Berufsverkehr“? Dafür hat die Redaktion bestimmt ein offenes Ohr.

Steffen Gärtner, Tel/Fax (Büro): 03931-21 85 48



## Interview

### Interview mit einer Aussteigerin

In diesem Interview stellen wir Gabi Hinze vom Sonnenhof vor, die Sie, liebe GartenWEden-Leser, bereits aus den Artikeln über die Alpenüberquerung zu Pferde aus den Heften November und Dezember kennen.

*Liebe Gabi, Du hast vor längerer Zeit begonnen, Dich soweit es Dir möglich ist, aus unserem System heraus zu nehmen und nur noch das zu leben, was Du vom Herzen her machst. Es war, wie ich weiß, ein etwas längerer Prozess, bis Du soweit warst, dass Du davon leben kannst. Magst Du unseren Lesern erzählen, wie Du es geschafft hast?*

Ich wollte immer eine "Aussteigerin" sein und doch auch hier sein. Ich wollte immer dem Weg meiner Herzensstimme folgen und all dies innerhalb von all dem Lärm der uns umgebenden Ablenkungen. Ich wollte immer schon mein Selbst zum Ausdruck bringen – das heißt authentisch und daher intensiv leben. Ich habe schon früh in meinem Leben klar gefühlt, dass die Gesellschaft den falschen Weg eingeschlagen hat, nämlich auf Abwegen ist – also weg von der Herzensstimme, die zu Licht und Liebe führt in diesem Leben. Ich habe auch schon früh in meinem Leben gelernt, dass meine Schutzengel und die geistige Welt mir helfen, meinen Weg hier zu finden, somit habe ich einen Glauben an persönliche Götter/Göttinnen. Ich weiß aus Erfahrung, dass mich das Universum unterstützt, und so war es dann auch im Beruflichen.

1999 habe ich in der Nähe von Augsburg, 35 km südwestlich ein Haus gekauft, einen Stall gebaut, ein Tipi und einen Zirkuswagen aufgestellt. Die nötigen handwerklichen Arbeiten sind allesamt in Form eines Tauschhandels zu-

stande gekommen. Es gab persönliche Tauschpartner und Tauschpartnerinnen und wir tauschten nach dem Motto: „Ich helfe Dir und Du hilfst mir.“ Ich habe dann 2001 auch einen Tauschring gegründet. Hier konnten alle Mitglieder miteinander tauschen. Somit war das Tauschen im Kreis möglich. Einmal durfte ich zum Beispiel Christa und Alf Jasinski beim Umzug helfen, Christa hat jemand Anderem kleine sehr raffinierte Gardinen genäht und zu mir kam jemand die Tapete anstreichen. Der Tauschring hatte im Durchschnitt immer 50 Mitglieder. Seit 2009 – nach 9 Jahren – habe ich die Leitung an andere Mitglieder abgegeben und bin auch ganz ausgetreten, um wieder frei für neue Projekte zu sein. Der Privat-Tausch geht natürlich rege weiter. Es ist eine Art erweiterte Nachbarschaftshilfe durch Nachbarn aus der ganzen Region.

Bezüglich der Dinge, die es braucht um eine Ferienwohnung einzurichten und auch sich selber einzurichten, durfte ich die Gesetze des Universums kennen lernen und auch all die Freundlichkeit der Menschen, die noch allerlei Dinge auf ihren Dachböden liegen haben. Die Menschen freuten sich, mir ihre Dinge zu schenken. Ich habe einfach ein großes Plakat ins Fenster gehängt, worauf stand, welche Dinge ich gebraucht hatte, zum Beispiel Geschirr. Ja, und schon hat mir meine Nachbarin ein schönes Service vor die Tür gestellt. Alle Dinge kamen zu mir: Betten, Kücheneinrichtung auch der gewünschte Pürrierstab, zwar ein Jahr später, doch er kam. Die Bestellung ans Universum hat wunderbar funktioniert.

Auch das Schuhregal kam einen Tag, bevor ich es dringend brauchte. Es hatte sich eine ganze Schulklasse bei mir angesagt und es fand sich für 5 Euro ein, als Resultat von einem Treffen bei einem Sperrmüllhaufen. „Wenn Du ein Regal brauchst, mein Kumpel hat eines bei mir unterstehen und will es günstig verkaufen.“ Na, und schon war das Schuhregal da. Ich hatte auch immer das Gefühl: „Es findet sich schon





und intensiv wahrzunehmen, sich selbst, die Anderen, seine Gedanken, Gefühle, Zusammenhänge etc...

Der Sonnenhof wurde bald schon in der Region bekannt. Es finden hier Kindergeburtstage statt, im Wald, am Teich, oder eine Schatzsuche mit dem Pferd. Gelegentlich kommen auch Gruppen oder Schulklassen, um hier Abenteuer zu erleben, im Heu zu schlafen, Pferde zu reiten, am Lagerfeuer zu sitzen und Würstchen am Stock zu grillen oder eine Nachtwanderung zu machen. Alles was ein Kinderherz erfreut, und was so wichtig ist, um zu wissen, beziehungsweise zu erfahren, was es heißt, der Natur wieder nahe zu kommen. Auch andere Veranstaltungen in

eine Lösung.“ Tatsächlich, so war es auch immer. Wenn man so lebt, ist es wichtig zu wissen, wo etwas Wertvolles weggeschmissen wird. So habe ich die Fliesen für das Badezimmer aus Containern herausgeholt oder von den Ausstellungstafeln der Fliesenfirmen recycelt. Auf diese Weise ist eine Designer Dusche und ein „Hundertwasser-WC“ für die Gäste entstanden. Während ich so in den Containern rum suchte, bekam ich doch glatt eine Palette voller Fliesen geschenkt! Die Anderen haben sich damit die Entsorgungskosten gespart, so kann es auch gehen. Ich sehe dies als ein Resultat der Ausstrahlung und



Ferienprogrammen und Schulen sind gefragt. So biete ich zum Beispiel an: „Wikinger - Leben wie vor 1000 Jahren“ - Hier geht es um die experimentelle Archäologie. Wie haben die Menschen früher mit und von der Natur gelebt? Oder „Indianer und Mutter Erde“ - hier vermittele ich das Denken und Fühlen der Indianer mit Mutter Erde. „Du, Mutter Erde – wir passen auf Dich auf“, haben schon Tausende von Kindern gesungen mit mir. Als Umweltpädagogin arbeite ich schon seit 1993, also schon seit 16 Jahren. Andere Kurse, die ich anbiete, zeigen das Leben in Afrika auf, wo ich selber auch ein

der Geisteshaltung. Damit wird eine Resonanz erzeugt, und man bekommt vom Universum alles so, wie bestellt. Schön ist es, wenn dieser Mechanismus bewusst wahrgenommen werden kann.

All diese Erlebnisse haben meine Wahrnehmung gefördert. Das Projekt hatte auch schon bald einen Namen: „Sonnenhof“ und als Beinamen „Kunst-, Natur- und Umweltbildungszentrum“. Als Biologin und Umweltpädagogin habe ich dieses Projekt begonnen, das sich so über die Jahre als ein spirituelles Lernobjekt herausstellte. Spiritualität heißt für mich Bewusstseinsweiterung. Eine Bewusst-Seins-Erweiterung, die dadurch entsteht, bewusst



halbes Jahr gelebt und studiert habe – in Kenia. Ein weiterer Kurs zeigt das Mittelalter und noch vieles andere. Ein Kern- und Herzstück des Sonnenhofes sind die beiden Pferde Sarah und Amira (ein Fjord-Pferd und ein Haflinger) und die Mieze-Katze Klara. Über die Katze habe ich auch ein Lied geschrieben „Klarer Fall für Klara“, das ist in der Zwischenzeit zum Sonnenhof-Hit geworden. Klara frisst nämlich liebend gerne all die heruntergefallenen Würstchen. Klarer Fall für Klara. Außerdem wollte ich mal ein Lied schreiben, wo man sich bedankt, und dies tut die Katze.

Natürlich kann man auf dem Sonnenhof auch reiten oder eine Schatzsuche mit dem Pferd machen. Reittherapie und umweltpädagogisches Reiten, auch schon ab 3 Jahren, sind im Angebot. Amira macht hier ihre Arbeit ganz wunderbar. Sarahs Eigenschaft ist das Gefühle-Spiegeln. Beide Pferde lieben es, von den Kindern gestreichelt und gestriegelt zu werden. Ein weiterer Erwerbszweig für mich ist die Ferienwohnung. Es gibt hier Platz für 6 bis maximal 12 Personen. Und von weiter oben betrachtet sieht man, dass sich jeder Zweig selbst finanziert: die Pferde, das Haus etc. Ich habe allerdings auch alles ein wenig abgegeben. Ich selber lebe bislang nur in einem privaten Zimmer, und dies in dem großen Haus. Ich bin dabei, nach nun 10 Jahren, dies zu ändern und baue gerade den Dachboden aus, um dort noch eine gemütliche Bauernstube einzurichten. Diese jedoch nur für mich und meine Freunde, einfach wirklich privat. (Mag mir vielleicht jemand helfen dabei, die Profilbretter anzubringen, ich biete allerlei im Tausch an - *lach*).

Dass alles so gut angenommen wurde, dafür bin ich immer noch dankbar. Im Moment mache ich keine Werbung, außer Flyer, die ich ausliegen habe und die meine Gäste mitnehmen und Veranstaltungshinweisen, die ich in der Presse veröffentliche. Die Menschen finden so zu mir. Das Geld reicht auch deshalb, weil ich wenig ausbebe und lieber Second-Hand-Dinge kaufe und Wegwerfartikel sowieso nicht mag und brauche. Auch bei Haushaltsauflösungen habe ich schon allerlei Dinge umsonst oder günstig bekommen, und schon wieder hat man Geld gespart. Sparen kann nämlich auch Spaß machen und eine Art Sport werden. Da könnte ich allerlei Tipps geben. Auch was man alles im Haushalt sparen kann und was man alles einfach gar nicht braucht.

Für alles, was man weniger ausgegeben hat, hat man mehr Zeit zur Verfügung. Diese Zeit kann man wieder nutzen, zum Beispiel, um Geld zu sparen, nämlich das Holz fürs Heizen selber aus dem Wald heraus zu holen und zu sägen. Das führt auch dazu, dass man sich selber verschiedene Jobs erschafft. Das Burn-out Syndrom oder eine schreckliche Eintönigkeit im Arbeitsleben kann dann nicht aufkommen.

Ja, ich kann von meinen Einnahmen leben, und dies mit dem Leben eines Herzensweges vereinbaren bzw. mit ei-

ner, respektive meiner, authentischen Lebensweise. Für jeden Menschen bedeutet das etwas anderes, bei mir sieht es so aus. Ehrlich gesagt, staune ich selber, was da so entstanden ist. Ich habe auch wirklich mit viel Liebe und persönlichem Einsatz und viel Unterstützung von Anderen viel dafür gearbeitet und tue es immer noch. Danke.

„Warum hast Du kein Fernsehen, kein Radio und keine Zeitung?“, werde ich oft gefragt. Oder: „Woher weißt Du über die Weltzusammenhänge Bescheid?“

Es stimmt, Medien wie Fernsehen, Radio oder Zeitung habe ich nicht. Die Informationen dort würden mich völlig depressiv stimmen. Ich will meine Gefühle behalten und sensibel sein. Ich möchte in Freude und Fröhlichkeit leben und mein ganz eigenes persönliches Leben gibt mir schon genug Lektionen, an denen ich wachsen darf. Also ich spare hier Geld, damit ich besser leben kann. So bleibt mir viel Zeit, Bücher zu lesen, die mir Hintergrundinformationen geben über die Zusammenhänge, persönliches Wachstum, die geistige Welt, Religionen, das Betrachten der Politik aus der emotionalen Entfernung, ohne der Propaganda ausgesetzt zu sein. Es gibt so viele gute Bücher.

*Du machst ja viele verschiedene Dinge, nutzt also Deine gesamten Fähigkeiten – oder Berufungen, um Dein Leben zu gestalten. Was machst Du alles?*

Meine Freundin und ein Freund von mir sagten beide etwa vor 5 Jahren: „In Dir steckt noch mehr als die Arbeit mit den Kindern und den Familien, die Du im Moment machst.“ Ich sollte doch etwas schreiben. Ein paar Jahre später war es soweit. Zum Einen ist der Reisebericht und Bildband in Buchform entstanden: „Mit dem Pferd im Schrittempo über die Alpen“ – die Beziehung zwischen Mensch und Tier und die Begegnungen mit den Menschen werden hier beschrieben. Was für mich selbstverständlich ist, führt dazu, dass Andere dadurch innerlich berührt werden beim Lesen des Buches. So lautet eine der ersten Resonanzen der Leser und Leserinnen darauf. Mein wesentliches Werk an dem ich arbeite, wird ein Kinderbuch sein, das die Heiligkeit von Mutter Erde aufzeigt. Drei Bände sind schon fertig geschrieben, die Bilder male ich gerade. Die Gute-Nacht-Geschichten haben ganz normale spirituelle Einflüsse, Aussagen, Ideen und zeigen immer wieder einen anderen Blickwinkel auf, den es gibt. Auch Ideen aus dem wissenschaftlichen Gebiet der Quantenphysik (hier trifft Physik mit Spiritualität als Bewusstseins- und Wahrnehmungserweiterung zusammen) oder astronomische Themen sind Teil der Geschichten. Knud der Waldgeist ist hier der Mittelpunkt. Mit Knud dem Waldgeist und den Kindern gehe ich schon seit 16 Jahren in den Wald. Zu den drei Bänden gibt es auch jeweils ein Hör-Buch, das ich letzten







Winter besprochen habe, inklusive kleinen Liedern. Eine Überarbeitung bis zur Veröffentlichung steht noch aus. Ich mache immer soviel selbst wie möglich (obwohl hier Hilfe noch angesagt ist für die Überarbeitung - lach), das fördert auch meine Vielseitigkeit. Das fertige Buch muss nun noch verbreitet werden, und wird den Weg vorbereiten für die Geschichten von Knud dem Waldgeist. Ich bin dankbar für Tipps, wo ein Buch günstig gedruckt werden könnte, das muss gerade wachsen. Auch das Erstellen der beiden digitalen Dia-Shows von meiner Pferde-Wanderung (wie sie im GartenWEden abgedruckt sind) mit Film, Ton und Animation war für mich eine Herausforderung mit einem wunderbaren Ergebnis. Und nun gilt es, die Erlebnisse mit Anderen zu teilen und Vorführungstermine zu organisieren.

Was mache ich sonst noch alles: Musik mache ich zusammen mit Stefan. Ich spiele Gitarre und singe selbst geschriebene Lieder und Stefan kann einfach aus dem Gehör wunderbar virtuos den Bass dazu spielen und alle meine persönlichen Abweichungen von der Musiktheorie spielerisch mit Leichtigkeit zum Ausdruck bringen. Das ist authentische Musik. Man kann uns auch engagieren als Sonnenhof-Musikanten, dann kommt ein Freund mit, der die Steirische spielt (eine Ziehharmonika mit Knöpfen). Seit drei Jahren liebe ich den bayrischen Volkstanz mit Tracht und Dirndl. „Aussteigen“ heißt nämlich nicht Traditionen in ihrem Kern über den Haufen zu werfen, sondern Gutes zu würdigen und zu fördern. Allerdings lebe ich seither vor wie es geht, wenn auch eine Frau mal fragt: „Willst Du mit mir tanzen?“. Inzwischen machen

das auch viel mehr Frauen, motiviert durch mein Beispiel und immer mehr Tanzleiter sagen ganz klar: „Wir haben gleichberechtigte Tanzwahl.“ Ich habe auch schon das Tanzen in meine Arbeit einfließen lassen und tue es weiterhin. Eine Kindertanzgruppe mit Volkstanz möchte ich mal leiten, vielleicht auch für Erwachsene. Wichtig ist hier erstmals der Spaß für mich. Einen Schnupperkurs „Volkstanz für Schulen“ wird es wohl 2011 geben. Das Konzept habe ich schon, nun muss ich das selber noch mehr verinnerlichen.

Was mache ich sonst noch alles: Ich spreche vier Sprachen fließend (deutsch, französisch, spanisch, englisch). Zwei Sprachen habe ich vergessen (Kiswahili, Indonesisch). Ich gebe auch VHS Kurse in Spanisch für Anfänger oder ich gebe Nachhilfe. Ja, man kann wirklich sagen, dass ich alle meine Begabungen einbringe in dieses, mein Leben. Und ich wollte immer, dass mein Beruf eine Berufung ist, und so ist es auch.

*Welchen Einfluss hatten die Anastasia-Bücher auf Deinen Lebensweg?*

Sie sind Teil von vielen Büchern und Menschen, die allesamt mein Denken und meine Weltsicht verändert haben. Anastasia beeindruckt mich, weil durch das Buch ganz konkrete Projekte entstanden sind, wo sich Menschen zusammenfinden um ihren Hektar Land zu bewohnen, in Gemeinschaft und in Achtung zur Natur. Das Samenpflanz-Ritual durfte ich selbst mit einer Gruppe Menschen miterleben und durchführen. Die Anastasia-Bücher haben mir aufgezeigt, wie weit ich selbst noch entfernt bin von Garten, Pflanzen, Säen, Ernten. In diesem Sommer habe ich dann endlich erstmals ein Blumenbeet angelegt im Garten (die gerade fertig gestellte Kräuterspirale, vor ein paar Jahren, musste leider einer Baumaßnahme zur Wasserreinigung weichen). Alles braucht seine Zeit und Einiges wächst langsam. Ich bin auf alle Fälle auch ein Fan von Anastasia. Doch mir ist noch etwas klarer geworden durch die Anastasia-Bücher und einer Recherche im Internet, dass wir Menschen mit unseren Körpern Transformatoren sind für Gefühle. Wir können Gefühle umsetzen und auch verändern. Es geht darum, Liebe hier auf die Erde zu setzen. So möchte ich das mal im Moment in Worte fassen.

*Was hat Dir noch alles weiter geholfen? Ich weiß, dass Du ein Mensch bist, der intensiv an sich arbeitet und auch viel aus der Kindheit aufzuarbeiten hatte, hast Du dazu Tipps für unsere Leser?*

Ja im Vergleich zu meiner Kindheit ist die Welt ein Engel. Ich habe erstmals ein paar Jahre lang viele Bücher gele-

sen (Psychologie, Pädagogik, Biographien, Philosophie, Religionen der Welt etc.), bin viel in der Welt gereist, um zu sehen und zu fühlen, was es wo gibt. Das war alles eine gute Vorbereitung, denn wirklich in der Tiefe etwas zu verändern geht nur, wenn auch die feinstofflichen Bereiche des Menschen mit eingeschlossen werden. So kamen zwei neue Methoden auf mich zu:

1) *das systemische Familienstellen*, das Bert Hellinger von südafrikanischen Priestern mitgebracht hat und 2) *die Kinesiologie*. Hier durfte ich vor acht Jahren eine wunderbare Frau kennen lernen, die mir am Beispiel meiner eigenen Entwicklung diese Methode beigebracht hat oder anders ausgedrückt: Am Beispiel meiner eigenen Ängste, meiner Gedankenmuster, die mich behindern, frei und in immer mehr Freude zu leben. Bei dieser Methode wird die Weisheit meines Körpers befragt, und wir bekommen Informationen von dem „Großen Wissen, Manche nennen es auch „Akasha Chronik“. In einem weiteren Schritt wird der Körper befragt mit welcher Methode eine Umprogrammierung am effizientesten ist. Hier fließen alle uns weltweit bekannten Heilungsmethoden zusammen (aus China die Akupunktur, von Indien die Chakren, aus Russland und von den Indianern Amerikas die Seelenanteil-Theorie Schamanismus, aus Süd-Afrika das Familienstellen, nur mal als Beispiele genannt, sowie Vieles Andere). In der Zwischenzeit habe ich auch schon mit Freunden und Bekannten kinesiologisch arbeiten dürfen – mit Erfolg. Es ist gut wenn Jeder Lehrperson und Lerner gleichzeitig ist.

### *Hast Du noch Pläne für die Zukunft oder lebst Du ausschließlich im Hier und Jetzt?*

Ich habe gerade das Gefühl als würde irgendwie etwas für meine Zukunft neu eingestellt, ein Rad gedreht, eine mehrdimensionale Weiche gestellt. Ich weiß es noch nicht genau. Sicherlich geht es darum, die vorhandenen Projekte (Bücher, CD, Vorträge) umzusetzen. Auch werde ich vermehrt mein umweltpädagogisches Wissen in Seminaren an Multiplikatoren und Multiplikatorinnen in Kindergarten und Schulen weitergeben (Natur-Spiel-Pädagogik, „1 mal erleben ist besser als 1000 mal hören“). Genau genommen suche ich nach neuen guten Langzeit-Projekten in der Zukunft. Gute Filme – spirituelle Filme brauchen wir. Der Fernseher ist ja das Lagerfeuer der Menschheit geworden. Es gibt auch Internet-Projekte, wo durch eine Person viele gute Kontakte in die Welt gesetzt werden. So bei Couchsurfing.org, wo Menschen sich gegenseitig auf ihre Couchs einladen. Hier möchte ich auch mitmachen. Es wurde 2004 in Kanada gestartet, inzwischen ist es nun weltweit verbreitet. Auch Bücher können gratis gefunden werden, so sind schon 80'000 Bücher im Umlauf. Alles

hat mit einem Buch angefangen. Ich finde auch, dass die Vernetzung von Menschen wichtig ist, die sich für die Erde einsetzen, für die spirituelle Weiterentwicklung, dafür, dass es diesen Bewusstseinsprung unserer gesamten Menschheit geben kann, für eine friedliche Welt, in der neue Leitlinien existieren, neue Leitbilder. Das alte Gesetz von: „Der Stärkste gewinnt“, wird dann ersetzt durch: „Es ist genug für alle da“. Das alte Gesetz: „Wir sind alle getrennt voneinander“, wird ersetzt durch: „Wir sind alle eins.“ Der Andere ist eine Ausgestaltung eines Anteiles, der auch in mir ist. In den Büchern von Neal Donald Walsch „Gespräche mit Gott“ ist das schön dargestellt. Ich lerne immer mehr im *Hier und Jetzt* zu leben und zeitgleich auch für die Zukunft zu planen. Wenn man nur noch im Hier und Jetzt lebt, hätte man ja so was wie Alzheimer, wäre alles wie ausgelöscht. Es ist wohl die Fülle des Lebens gemeint, die es zu fühlen gilt – hier und jetzt.

### *Gibt es noch etwas, was Du Dir in diesem Leben noch nicht verwirklicht hast?*

Es gibt etwas, das kann ich mir nicht verwirklichen, denn es wird mir passieren. Bei dieser Frage hat mir Christa gesagt, dass ich ruhig sagen kann, dass ich noch auf der Suche nach meinem wahren Lebenspartner bin. Vielleicht ist es ja einer unserer Leser, hat sie gemeint. Da kommen mir die Tränen vor Rührung, Traurigkeit und Hoffnung. Es ist so schön, gemeinsam in eine Zukunft zu schauen und Rückhalt spüren zu dürfen. Das gibt eine besondere Kraft, die nur aus dem Wir entspringt, einem Wir, in dem sich niemand verbiegen muss oder für den anderen funktionieren muss, eine Beziehung, in der das persönliche Wachstum eines Jeden im Vordergrund steht. Also das schreibe ich dann mal auf den Wunschzettel oder wie wäre es mit einem Geburtstagsgeschenk? Das wäre dann der 20. April. Was lange dauert, wird besonders gut, heißt es.

*Liebe Gabi, ich danke Dir ganz herzlich für Deine offenen Antworten. Wir vom GartenWEden wünschen Dir weiterhin ganz viel Erfolg, auf dass sich all Deine Visionen erfüllen werden und dass Du noch Deinen Lebenspartner findest, der bereit ist, ebenso unkonventionell und offen durchs Leben zu gehen, wie Du es seit vielen Jahren schon machst. Ich denke, dass Deine Art ans Leben heran zu gehen, ein Vorbild sein kann für viele: Einfach Tun!*

Mehr Informationen: [www.erlebnisort-sonnenhof.de](http://www.erlebnisort-sonnenhof.de)



## Lebenskünstlerisches

### Tütü - der Clown

**K**inderaugen, die leuchten, Münder, die lächeln und Herzen, die hüpfen!

Denn da steht im Parco di Ciani in Lugano ein Mann in einem Ballettröckchen.

Tütü nennt er sich. Als Gärtnerclown zaubert er aus 3 bunten Ballons die Zauberblumen hervor.

Kurz bevor die Blume in Kindes Händchen gelangt,

tränkt Tütü sie liebevoll mit seiner Herzchengiesskanne, Das Staunen bei den Zuschauern darüber nimmt kein Ende.

Bei Gruppen aller Art lässt Tütü die Seifenblasen-Schmetterlinge um die Wette fliegen, beim Einfangen der Seifenblasen mit dem Schmetterlingsfänger entsteht ein Bild von Poesie und Freude.

So beginnt das eigentliche Wunder. In festumschlossenen Kinderfingerchen er-

wacht schwankend, mal nach links, mal nach rechts, mal auf mal ab, diese übergrosse Blume zum Leben, auf dem Weg zum Ziel, vorbei an Strassen und Plätzen, bis weit in die Welt hinaus. Sogar bis nach Riad (Saudi Arabien), Wien und Mailand sind diese Blumen bereits gelangt. Per Schiff, Flugzeug, Bahn, Bus, und Tram.

Dabei verwandelte diese farbenprächtige Blume so manches Grau einer City in eine farbenfrohe Stadt. Sie zog viele Flanierbegeisterte in den Bann. Tütü kommt von weit her und befindet sich auf einem langen Weg.

Er kommt aus einem Land vor dieser Zeit. Tütü ist gekommen, um den Menschen, ob gross, ob klein, Freude zu bereiten, sie zu verzaubern.

Tütü möchte allen Menschen einen Einblick in seine Traumwelt gewähren, in seine Welt der Zauberblumen, wo er mit seinen 7 Zwergen, Blume um Blume, hegt und pflegt.

Die Idee des Tütü ist im Schlosspark Schönbrunn in Wien auf einer einsamen Parkbank, wie aus heiterem Himmel entstanden. An einem wunderschönen Winter-

tag im Februar 2007, wurde erstmals \*Tütü\* der Gärtnerclown ins Leben gerufen.

Gartenzwerge mal 7: Sie begegneten Tütü per Zufall auf dem Bürkliplatz-Flohmarkt in Zürich. In einer grossen Tasche wartend, auf der Suche nach Diesem und Jenem. So fügte sich Schritt für Schritt ein Element dem andern hinzu, bis dann, nach langem Suchen und Finden die Performance: *Tütü mit den 7 Zwergen* im August 2007 in Wien am Donauufer ihren Anfang nahm.



Tütüs Aufführungen beginnen stets mit einer Blume in den Farben des Landes in dem Tütü in seinem Traumtütü auftritt. Danach eine in den Farben des Kantons oder Landkreises. Die weiteren sind jeweils bunt gemischt und werden zu einem riesigen Blumenstrauss zusammengebunden. So entsteht den ganzen Tag Blume um Blume. Der Grammophon-Trichter und die 7 Zwerge bilden mit der Schub-

karre die Bühne. Das Glockenspiel aus Mozarts Zauberflöte, begleitet musikalisch diese einzigartige Vorstellung der Poesie. Tütüs Wunsch ist, Farbenfreude gepaart mit Liebe in die Welt zu senden.

Besonders am Herzen liegen Tütü Auftritte in Kinder Spitälern, Kindergärten, Kinderheimen und Behindertenheimen.

**Blumenstrauss \*Joy\*:** 3 zusammengebundene Tütüblumen verkörpern die Freude.

**\*Sterne Foifi\*:** 5 Tütüblumen.

**\*Shanghai\*:** 10 Tütüblumen. Es ist Tütüs Wunsch, damit die Weltausstellung 2010 zu bezaubern! So würden die Blumen im Besuchermeer sicher zur Farbenfreude und Aufmerksamkeit beitragen.

**Event \*Hawaii\*:** mit 99 Tütüblumen für mehr Farbenfreude an speziellen Anlässen, als Blickfang, z.B. Vernissage, Hochzeit, Geburtstag, Modeschau, Ball, Emp-



fang, Pressekonferenz, Eröffnungsfeier, Ausstellungen, Kino, Theater und Oper.

Tütüs Blumen eignen sich sehr gut zum Versteigern an einer Benefizveranstaltung.

Tütü verzaubert jeden Anlass in ein unvergessliches Erlebnis. Vor dem Eingang oder im Geschehen, mittendrin, für einen Hauch von Poesie.....

*\*Dubai\**: mit 1001 Tütüblumen. Damit bereist Tütü ein Land dieser Welt und tritt mit einer Blumenvorstellung in Kinderspitälern, Kinderheimen und Kindergärten auf.

*\*New York\**: 7777 Tütüblumen in Einkaufszentren, grossen Schaufenstern oder in einem Museum, z.B. im Guggenheimmuseum in New York!

Mit Blumen und nochmals Blumen, verwandelt er Räume, am Boden wie in der Luft, in ein Blumenmeer (Mobile). Damit verzaubert Tütü die Besucher, und die Farbenfreude der Blume schwebt wie ein Duft von Poesie in der Luft.

*Claudio Zraggen*



## Garten

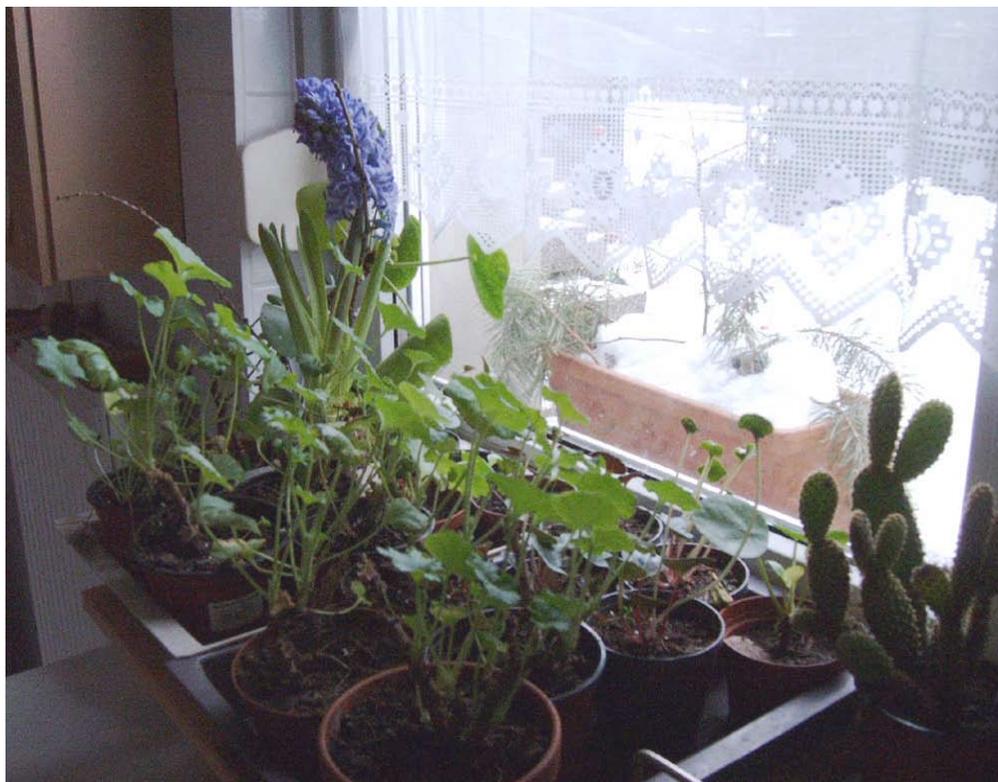
### Der Garten im Februar

**A**nfang Februar steht Imbolc, ein altes heidnisches Fest. Es wird am 1. bzw. 2. Februar gefeiert. Noch heute interessant ist eine alte Bauernregel für diese Tage: „Wenn es an Imbolc stürmt und schneit, ist der Frühling nicht mehr weit. Ist es an Imbolc klar und hell, kommt der Frühling nicht so schnell.“ Nach eigenen Beobachtungen trifft diese Wetterregel oft. Also, falls Ihr diese Ausgabe des Garten WEden pünktlich am 1. Februar lest, dann schaut aus dem Fenster, oder geht besser raus: Erspürt den Frühling\*. Falls Ihr diesen Beitrag erst später lest, dann erinnert Euch, wie das Wetter Anfang Februar war.

Der Februar ist der letzte klassische Wintermonat. Obwohl die Natur noch weitgehend ruht, hört man im ersten Vogelkonzert die Sehnsucht der Vögel nach dem Frühling. Die Feldlerchen kommen Ende Februar als erste Zugvögel aus dem Süden nach Hause. Die Waldkauze fangen mit dem Brutgeschäft an. Die Winterpause endet für den Gärtner. Spätestens jetzt werden die Gartengeräte gewartet. Im Februar erfolgen die ersten Aussaaten. Kohlrabi, Salat, Verbena können im Frühbeet

bzw. im Gewächshaus ausgesät werden. Viele Salatsorten sind Kaltkeimer. Gerade Kopfsalat sollte so früh wie möglich ausgesät werden, weil er in den längeren Tagen schießt. Das gilt vor allem für die norddeutschen Gebiete, hier werden die Tage länger als im Süden. Je nach Sorte stellen die Pflanzen von der Kopf- auf die Blütenbildung bei einer Tageslänge von mehr als 13 bis 14 Stunden um. Bis sie dann sichtbar schießen, vergehen noch einmal 2 bis 3 Wochen. Frühe Salatsorten bilden zeitig kleine bis mittelgroße Köpfe. Sie schießen früher als andere Sorten. Für die Anzucht von ausgesprochenem Frühjahrssalat braucht man ein heizbares Gewächshaus. Diese Sorten werden spätestens Mitte Februar ausgesät. Ohne diese Möglichkeit sollten mittelfrühe oder für den Sommeranbau geeignete Sorten genutzt werden, die man noch Anfang März aussäen kann. Das ist dann der letzte Saattermin für Kopfsalat im ersten Halbjahr.

Verbena (Eisenkraut) für den Balkonkasten sind ebenfalls Kaltkeimer. Für sie ist der Februar im Kalthaus der ideale Aussattermin. Sie fordern dem Gärtner etwas an Geduld ab, weil sie recht eigenwillig aufgehen können. Sollte nach einigen Wochen nur wenig passiert sein, einfach die Saatschale weiter gleichmäßig etwas feucht halten. So um die 15°C sind optimal. Die Pflanzen lohnen die Geduld später mit einem reichen lang anhalten-



den Blütenflor. Die Wildform war früher eine Heilpflanze. Sie wurde neben anderen Krankheiten bei Blutarmut angewendet.

In der warmen Wohnung können jetzt Eisbegonien, Petersilie sowie alle späten Kohlsorten ausgesät werden.

Ein Tipp für alle, die ein neues Frühbeet bauen oder ihr vorhandenes umbauen wollen: Die Pflanzen wachsen am besten bei einer Dachneigung nach Norden. Brennt im April die Sonne manchmal schon richtig, hat man die besten Aussaaterfolge an der Südwand, an der den ganzen Tag lang Schatten ist. Diese Wand ist höher als die Nordwand, im Schatten ist die Luftfeuchtigkeit höher, die Temperaturschwankungen sind geringer. Die Dachneigung nach Norden sorgt außerdem für eine stärkere Reflexion der Sonnenstrahlen, die auf das Glas treffen. Die meisten Pflanzen wollen es möglichst geschützt vor



Frühbeetdach mit Nordneigung



der Sonne haben, vor allem im Glashaus. Dort heizt die Sonne die Pflanzen viel stärker auf als im Freien.

Zimmerpflanzen sollten auch im Februar noch sparsam gegossen werden, nur so viel wie sie tatsächlich brauchen. Trotz der längeren Tage von 9 bis 11 Stunden findet man jetzt oft gelbe Blätter. Dies ist die Folge der letzten beiden lichtarmen Wintermonate. Gelbe Blätter sollten so lange an der Pflanze bleiben, bis das letzte Grün aus ihnen weg ist. Die Pflanzen ziehen das gesamte Magnesium aus den Blättern, bevor sie diese loslassen. Deshalb werden nur die Blätter entfernt, die auch leicht abgehen. Im Februar dürfen die Zimmerpflanzen noch in der vollen Sonne stehen. Die Februarsonne ist oft schon aufbauend.

*Andreas Hinz*

Frühbeetdach mit Südneigung



\* Anm. nach Redaktionsschluß:  
Imbolc bzw. Maria Lichtmeß war gerad<sup>4</sup> mit Sturm und Schnee. Also gilt: Winter bald adé!

## Gemüse der Jahreszeit / Rezepte

### Rote Bete

Als ich einer Bekannten sagte, dass ich etwas über die Rote Bete im GartenWEden schreiben werde, meinte sie, dass es darüber doch wirklich nicht viel zu sagen gäbe. Vor Allem könne man mit ihr doch nicht sehr viel anfangen.

Anscheinend ist es so, dass die meisten Menschen in Deutschland Rote Bete gleichsetzen mit der gekochten Knolle, die in Scheiben geschnitten wird und dann mit Öl und Essig zum Salat vermischt wird. Das finde ich sehr schade, weil man mit der wunderbaren roten Knolle wesentlich mehr machen kann. Für mich ist die Rote Beete ein richtiges Juwel aus dem Gemüsegarten – sie ist voller Vitamine und Mineralstoffe.

Für viele Menschen ist der etwas erdige Geschmack der roten Bete gewöhnungsbedürftig, andere lieben ihren etwas eigenartigen Geschmack. Gesund ist sie allemal. Sie steckt voller Vitamine und Mineralien. Und sie gehört zu den Pflanzen, die auch, wenn sie kühl im Sand gelagert werden, nicht stark an Inhaltsstoffen einbüßen. Sie gehen dann in die Winterruhe. Dass sie nicht allzu viel einbüßen, erkennt man an der Tatsache, dass man ohne Weiteres eine über den Winter gelagerte Knolle im nächsten Frühjahr wieder in den Garten setzen kann und sie genauso Samen hervor bringt, wie eine im Gartenboden überwinterte Rote Bete. Das könnte sie nicht, wenn sie bei der Lagerung langsam abgestorben wäre.

Die Heilwirkung der Roten Bete ist enorm. Seit langen Zeiten haben die Menschen die Rote Bete als Heilmittel eingesetzt, vor allem bei Blutkrankheiten zur Unterstützung der Blutbildung. Das liegt an ihrem sehr hohen Gehalt an Eisen und Folsäure, aber auch an Kalium, Calcium, Phosphor und Schwefel. Der Roten Bete wird eine stark reinigende Kraft zuerkannt, deshalb sollte sie bei keiner Frühjahrskur fehlen.

Es gibt verschiedene Sorten von Roter Bete. Neben der allgemein bekannten roten Sorte können wir auch gelbe, orangefarbene und gestreifte Rote Bete kaufen und auch deren Samen erwerben. Rote Bete gehört zu den Gemüsen, die sich ihren ureigenen Charakter und Geschmack bewahrt haben.

Inzwischen erobert die wunderbare Knolle auch wieder mehr die Küchen. Rote Bete gehört zu den süßesten Rübenarten in unseren nördlichen Breiten. Sie schmeckt gut, hat eine wunderschöne Farbe, und von Sterneköchen wird sie inzwischen als die „Trüffel des Nordens“ bezeichnet.



#### Rezepte mit Rote Bete

##### Rote-Bete-Carpaccio

Dafür wird die ganze Knolle in Salzwasser gar gekocht. Nun zieht man die Haut ab und schneidet die Knolle in hauchdünne Scheiben. Diese auf einem Teller anrichten und mit einer Vinaigrette aus zerdrücktem Knoblauch, Olivenöl, Balsamicoessig sowie Pfeffer und Salz marinieren.



##### Rote Bete-Chips

Die Rote Bete waschen und in dünne Scheiben schneiden und in heißem Öl knusprig ausbacken. Die Chips schmecken sehr gut zu Kartoffelpüree oder auch als Krönung auf einem Salatteller.



##### Rote Bete-Rohkost

Rote Bete kann man sehr gut auch in rohem Zustand als Salat essen. Dazu raffele ich die Rote Bete, gebe Öl, Rotwein- oder Obstessig, Salz und Pfeffer hinzu. Wer es mag, kann frisch geriebenen Meerrettich unterheben. Sehr gut schmeckt die Rohkost auch mit saurer Sahne oder Sojasahne statt mit Öl. Probieren Sie es aus, frischer und gesünder geht's nicht!



### Rote Bete-Gemüse

*Zutaten:*

1 kg Rote Bete,  
 2 Zwiebeln,  
 2 Knoblauchzehen,  
 2-3 Essl. Öl, ¼ Liter Wasser  
 (Im Originalrezept wird Rotwein empfohlen),  
 2 Lorbeerblätter,  
 1 Eßl. Koriander (gemahlen – ich zerkleinere die Koriandersamen frisch im Mörser),  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 2Eßl. Obstessig,  
 2 Teel. geriebenenr Meerrettich,  
 2 Eßl. saure Sahne

*Zubereitung:*

Die feingehackten Zwiebeln und Knoblauchzehen in dem Öl andünsten. Die geputzten und in kleine Würfel geschnittene Rote Bete und alle Zutaten bis auf den Meerrettich und die saure Sahne zugeben und etwa 30 Minuten schmoren lassen. Eventuell noch einmal nachwürzen. Dann den geriebenen Meerrettich und die saure Sahne zugeben.

*Christa Jasinski*



### Rote Bete-Aufstrich

*Zutaten:*

100g gekochte rote Bete,  
 200g Ziegenfrischkäse,  
 1 TL frisch geriebener Meerrettich

*Zubereitung:*

Die Rote Bete abziehen und mit dem Frischkäse im Cutter hacken, mit Meerrettich abschmecken, fertig. Schmeckt sehr gut aufs Brot gestrichen.

*Marie-Luise Stettler*



### Kalte Rote Bete-Suppe

*Zutaten:*

1 mittlere Knolle Rote Bete,  
 1 Salatgurke,  
 200 g magerer Naturjoghurt,  
 ca. 2 Eßl. guter Essig,  
 Knoblauch, Dill, Salz,  
 etwas Agavendicksaft,  
 1 Stange Frühlingszwiebel

*Zubereitung:*

Die Rote Bete schälen, und kleinschneiden. In etwas Salzwasser mit einem Schuß Essig (nach Geschmack) garen und auskühlen lassen. Abtropfen lassen und Saft auffangen. Gurke schälen und raspeln. Die Hälfte der Gurkenraspel zusammen mit den Rote Bete Würfeln (mit etwas von dem Saft auffüllen) in den Mixer geben und pürieren. In einer Schüssel mit den anderen Gurkenraspeln und dem Joghurt geben. Knoblauch hineinpresse. Mit Salz und Agavendicksaft abschmecken und mit Frühlingszwiebelringen und Dill garniert servieren.



### Heiße Rote Bete-Suppe

*Zutaten:*

1 mittlere Knolle Rote Bete,  
 1 mittlere Kartoffel,  
 1 kleine Pastinake,  
 ½ Liter Gemüsebrühe  
 (Wenn's schnell gehen soll, verwende ich die Gemüse-Streuwürze vom Lebe-Gesund-Versand),  
 Knoblauch, Salz  
 1 haselnussgroßes Stückchen Ingwer,  
 1 Eßl. Olivenöl,  
 etwas Agavendicksaft,  
 1 Stange Frühlingszwiebel

*Zubereitung:*

Die Rote Bete, die Kartoffeln und die Pastinake schälen, würfeln und kleinschneiden. Frühlingszwiebel kleinschneiden und in Olivenöl anschwitzen. Gemüse dazugeben, mit der Gemüsebrühe auffüllen, 15 min. köcheln lassen, Ingwer und Knoblauch hineinraspeln, etwas auskühlen lassen und im Mixer pürieren. Abschmecken – fertig. Mit Frühlingszwiebel und Joghurtklecks garnieren.

*Michael Marschhauser*

## Wildkräuter & Wildpflanzen

### Der Huflattich

(*Tussilago farfara*)

Wenn so langsam die Sonne wieder an Kraft gewinnt, kann man an geschützten Stellen in der Natur die ersten gelben Blüten entdecken. Sie recken ihre Köpfe nach oben, als wollten sie mit ihrem sonnenähnlichen Aussehen die grosse Schwester aus der „Reserve“ locken. Wenn rundum noch alles grau und öde ist, spitzen mitunter an Schuttplätzen, in Steinbrüchen und an Stellen, an denen nicht viel kultiviert wird und wo der Boden karg ist, die leuchtenden Sonnen aus dem Boden. Ein Zeichen für mich, dass es wieder aufwärts geht im Jahr.



Der Huflattich ist eine der ältesten Heilpflanzen, die erwähnt werden. Bereits Hippokrates sagte ihm nach, er sei „wider aller Gebrechen in der Brust“. So ist er eine wertvolle Pflanze, wenn es darum geht, Husten zu lindern, dank seiner schleimlösenden und krampflösenden Eigenschaften. Eine ausserordentlich erstaunliche Anwendung ist die Asthmazigarre. Dafür werden die Blätter gerollt und wie eine Zigarre geraucht. Diese „Zigarre“ empfahlen schon Ärzte wie Galenos und Dioskurides. Tatsächlich erleichtert der Rauch der Huflattichblätter die Atmung, wenn er inhaliert wird.

Doch nicht nur auf die Atmungsorgane hat die Pflanze einen günstigen Einfluss, Huflattich kann noch mehr. Durch ihre antibakterielle Wirkung ist die Pflanze auch wirkungsvoll gegen Ekzeme und schlecht heilende Wunden. Dies wird noch dadurch unterstützt, dass in den Blättern Zink enthalten ist. So eignen sich Auflagen aus zerquetschten Blättern gegen Insektenstiche und äusserliche Entzündungen. Die zerquetschten Blätter mit Sahne zu einer „Salbe“ verrührt, kann die Heilung von Venenentzündungen unterstützen. Dazu wird dieser Brei mehrmals täglich auf die entzündeten Stellen aufgetragen. Auch als Auflage bei Verbrennungen leistet er wertvolle Dienste. Selbst bei Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut haben sich Spülungen mit Huflattichtee bewährt. Kräuterpfarrer Künzle nannte die goldgelbe, stark nach Honig duftende Blüte mit ihren über dreihundert weib-

lichen Zungenblättern, die erste Frühlingsmedizin aus des Herrgotts grüner Apotheke.

Nicht nur in der Geschichte ist der Huflattich eine der ersten Pflanzen, auch in der Vegetationsperiode kann man den Huflattich sehr früh blühen sehen. Die Blüten kommen aus dem Boden, bevor die Blätter sichtbar sind. Dies hat ihr auch den volkstümlichen Namen gegeben: „Sohn vor dem Vater“. Der deutsche Name Huflattich hat seinen Ursprung in der Form der Blätter, die wie ein Hufeisen aussehen und im Querschnitt des Stängels, der das Aussehen eines Hufes hat. Der botanische Name *Tussilago* enthält das lateinische Wort *tussis* = Husten. *Farfara* steht für Mehl nach dem lateinischen Wort *farina*. Dies kommt daher, dass die Unterseiten der Blätter durch ihren „Flaum“ aussehen, als wären sie mit Mehl bestäubt.

Die Inhaltsstoffe des Huflattich sind neben Bitter-, Gerb- und Schleimstoffen, Vitamin C, Zink und Inulin. Dazu kommen in geringen Mengen Pyrrolizidinalkaloide. Das Korblütlergewächs treibt früh im Jahr die schuppig besetzten Stängel, an deren oberem Ende ein Blütenköpfchen wächst. Die Stängel sind behaart und die Blättchen, die die Schuppen bilden, sind zugespitzt und leicht rötlich. Die Blüten haben einen Blütenboden aus etwa 30-40 männlichen Röhrenblüten, umsäumt von über 300 weiblichen Zungenblüten. Der Duft der Blüten ist leicht honigartig und er zieht Bienen, Schmetterlinge und Insekten an, denen der Nektar als Nahrung dient.



Die Blätter, die erst nach der Blüte erscheinen, besitzen die Form eines Hufeisens und haben deutlich sichtbare Adern auf der Unterseite. Dort sind sie auch behaart. Auf der Oberseite haben sie einen filzartigen Belag, der



manchmal aussieht wie zerrissen. Es handelt sich dabei um junge Haut. Der Fruchtstand ist eine dem Löwenzahn ähnlichen „Pusteblume“. Die Verbreitung der Schirmchen geschieht durch den Wind.

In der letzten Zeit ist der Huflattich als Heilpflanze in Verruf geraten, aufgrund der leberschädigenden Wirkung der enthaltenen Pyrrolizidinalkaloide. Zeitweise war Huflattichkraut aus diesem Grund nicht mehr in der Apotheke erhältlich. Man legte eine Geschichte zugrunde, wo eine junge Frau während ihrer Schwangerschaft jeden Tag eine Tasse Kräutertee mit Huflattich als Bestandteil getrunken haben soll. Das Baby soll einen schweren Leberschaden erlitten haben und wenige Monate nach der Geburt gestorben sein. Der restliche Lebenswandel der Mutter wurde dabei nicht erwähnt, so soll sie drogenabhängig gewesen sein. Verschiedene Autoren berichten auch, dass die Tierversuche mit Reinsubstanzen so angelegt gewesen sein sollen, dass ein Mensch um die 12 Liter Huflattichtee trinken müsste, um einen Leberschaden zu bekommen.

Wenn ich ehrlich bin, würde ich wahrscheinlich nicht nur einen Leberschaden bekommen, wenn ich 12 Liter Tee pro Tag trinken müsste.

Wie dem auch sei: Wer sich nicht sicher ist, sollte in der Schwangerschaft und in der Stillzeit auf Huflattichtee verzichten. Einer Behandlung mit Huflattichtee in normalem Rahmen und während einer akuten Phase spricht wohl nichts entgegen, jedoch sollte die Dauer von 4-6 Wochen, nicht überschritten werden. Eine Faustregel lautet ohnehin, dass man reine Kräuterzubereitungen nicht länger als 4-6 Wochen ohne Unterbrechung zu sich nehmen sollte, um einen Gewöhnungseffekt zu verhindern. Es gibt auch in der Kräuterheilkunde – genauso wie in der Homöopa-

thie – den Effekt, dass Krankheitssymptome bei längerer Einnahme des Mittels generiert werden können.

Früher wurden die getrockneten Blätter des Huflattich verwendet, um Tabak zu strecken. Man erhält dann eine leichtere Mischung, die würzig schmeckt und die Atmung erleichtert.

In der Küche kann man Huflattich mit Frischkäse verarbeiten, ein Gemüse, kombiniert mit Tomaten, daraus zubereiten oder Rouladen, ähnlich wie gefüllte Weinblätter, daraus herstellen, auch kleingehackt in Pfannkuchenteig ist er eine schmackhafte Mahlzeit. Aus den Blüten lässt sich ein Sirup herstellen und ich habe auch schon gelesen, dass man die Asche der Blätter als Brotgewürz oder Salzersatz verwenden kann. Dazu werden die Blätter erst bei 130°C im Backofen getrocknet und anschließend verbrannt. Die Asche soll ähnlich schmecken wie ein hartgekochtes Ei.

Innerlich eingenommen oder der Rauch eingeatmet sollte Huflattich die Hellsichtigkeit fördern.

#### Für die Astrologen:

Huflattich ist dem **Merkur** zugeordnet, wegen der Heilkraft für die Atmungsorgane und der **Sonne** wegen der gelben Blütenfarbe und den „sonnigen“ Blüten.

In meiner Familie ist der Huflattich die Pflanze, die den Kindern bei einem Husten Wärme vermittelt und Lösung bringt, während beim Herrn Papa eine andere Pflanze Wirkung zeigt. So hat jede Pflanze ein anderes Wirkungsspektrum und auch nicht jede Pflanze wirkt bei jedem Menschen gleich. Deshalb gibt es wohl auch mehrere Pflanzen, die scheinbar gegen die gleichen Erkrankungen wirken. Ja, die grüne Apotheke der Schöpfung ist tatsächlich unschlagbar.

*Marie-Luise Stettler*



## Dankgebet

Erde, die es uns gebracht  
 Sonne, die es reif gemacht  
 Pflanzen, die es uns geschenkt  
 Tiere, die es uns gegeben  
 Menschen, die es uns bereitet  
 Danke allen für das Leben

Lied von Amei Helm  
 (Die ersten beiden Textzeilen sind von  
 Christian Morgenstern)

**D**ieses Dankgebet richtet sich nicht nur an Himmel und Erde, an Gott und die Schöpferkraft im Allgemeinen, sondern ganz konkret auch an die Wesen, die unser Leben hier auf der Erde ermöglichen und bereichern. Es schmälert nicht meine Dankbarkeit gegenüber der Einen großen göttlichen Schöpferkraft, sondern fügt ihr noch etwas hinzu.

Die Ergänzung zu den ersten beiden Zeilen dieses Dankgebets, das wir aus dem Waldorfindergarten kannten, entstammt der Medizinrad-Arbeit. Wir waren oft tagelang zusammen, haben dann natürlich auch gemeinsam gegessen und wollten unseren Dank auch an die Pflanzen, Tiere und Menschen richten, deren Gaben wir verspeisten. So entstand das Gedicht.

Die Melodie kam erst viele Jahre später auf einem Spaziergang hinzu.

**Danken öffnet unser Bewusstsein** für die Wesen, denen wir das Essen auf unserem Tisch zu *verdanken* haben. Je konkreter unser Dank ist, desto klarer wird unser Bewusstsein für die Fülle und die Zusammenhänge unserer Verbindungen (und damit auch unserer Verantwortung) im Leben.

**Danken schafft Beziehungen zum Leben.** Mit unserem konkreten Danken lassen wir die Erde und ihre Lebewesen aus der Kategorie der Dinge zum beseelten Gegenüber werden. Indem wir auch diesen Wesen danken, geben wir ihnen etwas Wichtiges zurück: unsere Wertschätzung. Wir gehen damit in eine Beziehung zu ihnen.

**Danken verändert die Nahrung,** die wir zu uns nehmen, und wertet sie auf. So wie unsere Verdauungssäfte die physischen Stoffe aus der Nahrung für uns aufschließen, um sie für unseren Körper verwertbar zu machen, kann unser Dankgebet deren Licht- und Seelenkräfte<sup>1)</sup> aufschließen. Und es öffnet uns für diese feinen Energien, sodass Körper, Seele und Geist gleichermaßen genährt werden.

**Danken stärkt unseren Körper.** Es schafft Verbindungen nicht nur zu anderen, sondern auch zu uns selbst. Wenn wir unseren Händen, Füßen, Herzen, unserem Gehirn und allen Organen dafür danken, dass sie da sind und so wunderbar für uns arbeiten, wird sie dies in ihrer Kraft stärken.

1) Vgl. Omraam Mikhael Aivanhov: Yoga der Ernährung





**Danken als Wegbereiter der Liebe.** Die Liebe selbst können wir nicht herstellen oder herbeizaubern. Dazu reicht unsere Absicht und Entscheidung allein nicht aus. Aber wir können den Weg für sie frei machen. Von Herzen zu danken hilft dabei, verstopfte innere Leitungsbahnen zu reinigen und zugeschüttete Verbindungswege wieder frei zu legen und uns wieder an den Fluss der Liebe anzuschließen.

**Danken und Denken gehören eng zusammen. Nicht nur auf der Ebene der Worte entspringt das Danken den Gedanken.**

**Einige Gedanken zum Denken:**

- Dankend denken macht glücklich und erzeugt ein Energiefeld der Fülle.
- Mangel denken fördert Mangel und öffnet die Wahrnehmung für die mangelhaften Seiten des Lebens.
- Vorwurfsvoll und anklagend denken zieht Konflikte an und das Spiel von Angriff, Verteidigung, Rechtfertigung.
- Angstgedanken ziehen weitere Angst nach sich und machen eng.
- Liebevoll denken öffnet für die Liebe, weitet und zieht Liebe an.

Es geht jedoch nicht darum, uns ein Denkverbot aufzustellen (das wäre ja wieder Mangeldenken), sondern darum, Gesetzmäßigkeiten zu erkennen – und uns daran zu erinnern, dass wir uns immer wieder neu entscheiden können, welche Gedanken wir wählen und nähren wollen.

**Danken heilt unser Denken.** So, wie das Danken unseren Gedanken entspringt, kann es sie auch verwandeln. Danken kann ein sehr einfaches und wirkungsvolles Heilmittel bei destruktiven Gedanken, bei Unzufriedenheit, Angst- und Mangeldenken, inneren Nörgeleien und Beschwerden sein, die uns das Leben schwer machen.

Danken setzt wieder einen anderen Brennpunkt in unsere Gedanken. Es hilft dabei, auch das Schöne und Kostbare im Leben wahrzunehmen und dabei versperrte Wege zum Feld der Fülle und zum Glücklichein wieder zu öffnen.

*Aus: „Der Erde eine Stimme geben“ von Amei Helm*

## Buchvorstellung

### Der geheime Garten

Frances Hodgson Burnett

Beim Durchblättern von einem Buchkatalog bin ich eigenartigerweise immer wieder über ein Bildchen gestolpert, was mich magisch anzog. Es was das Titelbild des hier besprochenen Buches – eine wunderbare Illustration. Da mich auch der kleine Text dazu reizte, jedoch der Preis mich abhielt, es mir vielleicht doch zu besorgen, legte ich es immer wieder weg. Nun ergab es sich, daß mich Freunde nach einem Geschenk fragten, was sie mir machen könnten. Diesmal fiel mir u.a. auch wieder dieses Buch ein. Welche Freude, bald darauf das sehr gut ausgestattete opulente Buch in den Händen zu halten. Das gute Gefühl, was ich hatte, wurde vollauf bestätigt. Eine wunderschöne Kindergeschichte mit neuen, exzellenten Illustrationen von Inga Moore reich bebildert, die sich die Autorin vor rund einhundert Jahren da hat einfallen lassen.

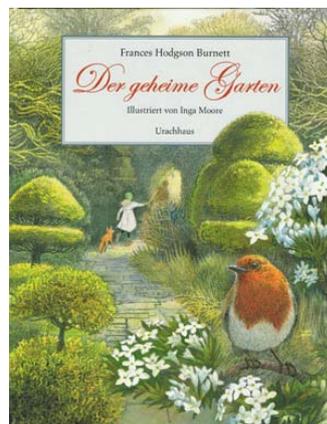
Das Buch lebt zum Einen von der guten Geschichte und zum Anderen von den Illustrationen, die in ihrer Art und Fülle den Inhalt voll zum Leben bringen – durchgehend vierfarbig und von ausgezeichnete handwerklicher Qualität und Detailtreue. Man sieht, dass sich die Illustratorin mit der Tier- und Pflanzenwelt ein wenig auskennt.

Die Autorin, welche laut Rückentext als die J. K. Rowling ihrer Zeit beschrieben wird, hat mit *Der geheime Garten* eines der schönsten und bekanntesten Klassiker der Kinderliteratur verfasst.

Was hat es aber nun mit diesem Garten für eine Bewandnis? Er ist der, seit dem Tod seiner Frau, von Mr. Craven verschlossene Teil eines Gartens, der zu dem alten Haus mit einhundert Zimmern gehört, welches in der Grafschaft Yorkshire inmitten eines wunderschönen Moorgebietes mit vielen Planzen und Tieren liegt. In dieses Haus verschlägt es die völlig verzogene Göre Mary zu ihrem als Verwandten verbliebenen Onkel, nachdem ihre Eltern, welche in Indien im Kolonialdiest standen, daselbst an Cholera gestorben waren. Dieser Onkel, Mr. Craven, gilt als launischer Griesgram, der krumm durchs Leben läuft und sich nach dem Tod seiner Frau vom Leben zurückgezogen hat. Er flieht durch andauerndes Verreisen von dem Ort, findet aber seine Seelenruhe trotzdem nicht mehr. Das geht soweit, dass er seine Nichte zwar gut durch Hausangestellte versorgen läßt, aber sie ignoriert, ebenso wie seinen, im gleichen Haus ziemlich versteckt vor Mary, untergebrachten und kränkelnden, hysterischen Sohn, der ihn so sehr an seine Frau erinnert. Er konnte deren Verlust nie überwinden und erstickt, ebenso wie sein Sohn, in Selbstmitleid. Wie nun der Kontakt der in Indien aufgewachsenen, von Dienerinnen verwöhnten, mürrischen und übellaunigen Mary mit

ursprünglichen Menschen und der wunderbaren Natur sie völlig verändert, findet eine ebensolche Veränderung auch bei dem diktatorischen und hypochondrischen Colin – dem Sohn des Hausherrn – statt, als ihm eine geläuterte Mary ob seines herrischen Wesens und Selbstmitleids im wahrsten Sinne des Wortes einen Spiegel vorhält und hart maßregelt. Sie erweckt ihn erstens durch diesen Schock förmlich wieder zum Leben (so etwas war er nicht gewohnt bis dahin, weil alle Rücksicht auf ihn zu nehmen hatten) und, indem sie ihn danach Stück für Stück in ihre Pläne mit dem von ihr entdeckten Garten einweiht. Dieser hatte früher seiner Mutter gehört und soll nun, nachdem er jahrelang verwilderte, durch Mary und ihren neuen Freund Dickon zu neuem Leben erweckt werden. Dickon, ein einfacher Junge aus dem Moor, kann mit Pflanzen und Tieren kommunizieren, zählt wilde Tiere und ist die Brücke der Kinder zum wahren, unverfälschten Leben. Alles muss natürlich heimlich geschehen, denn das Betreten des Gartens ist verboten. Beim Entdecken des vergrabenen Schlüssels und der verborgenen Tür hilft Mary auf wundersame Weise ein neugieriges und kommunikatives Rotkehlchen. Durch die liebevolle Arbeit im Garten beginnt erst bei Mary und danach bei Colin die Lebenskraft wieder zu erwachen und heilt beide Kinder an Körper, Geist und Seele. Die Geschichte ist nicht nur ein Plädoyer für die Achtsamkeit mit der Natur und ihren Geschöpfen, sondern auch die Geschichte einer wundervollen Heilung: Von Mary, welche sich zum lebenswürdigen Mädchen entwickelt, was sich selbst achten und Menschen lieben lernt, dann Colin, der Ähnliches durchmacht, laufen lernt und völlig gesund wird und schließlich von Colins Vater, der seinen Lebensmut wiederfindet, nachdem er seinen Sohn geheilt vor sich sieht. Ein wenig Magie spielt auch eine Rolle, genauer gesagt, die Kraft der Gedanken, welche zu nutzen der junge Colin für sich entdeckt. Eine Erzählung, die mit den Mitteln der damaligen Zeit in Form gebracht im wahrsten Sinne des Wortes als wedisch beschrieben werden kann.

*miraculix*



Frances H. Burnett:  
**Der geheime Garten**  
 ISBN:  
 978-3-8351-7633-4  
 Verlag Urachhaus



## Satire

### Willis wahre Weisheiten

*Willi ist ein etwas fauler Mensch, der nur etwas macht, wenn es unbedingt notwendig ist. Er isst für sein Leben gern, aber nur richtig gute leckere Sachen - kein Fast-food. Er ist ein Beobachter des Menschlichen - das ist eine seiner Lieblingsbeschäftigungen! Und er ist liebevoll, aber er hat dabei den Stachel des Skorpions, der aufdeckt...*



Man hält es nicht für möglich, dass mich meine Eltern noch immer mit einem Windelpupser vergleichen, obwohl ich bereits fünffacher Großvater bin...

Letztens war mal wieder Familien- und Verwandtschaftsrotationstag, wie er jedes Jahr einmal stattfindet und sich alles trifft, was noch vegetiert und sich des Lebens erfreut. Natürlich werden Anekdoten aus der Jugend und Kindheit erzählt. Und natürlich muss ich stets dazu herhalten, was ich vor so zirka 57 Jahren alles in die Windeln vollbrachte. Nicht genug damit, dass ich wahrscheinlich der größte Scheißer des elterlichen Landkreises war – ich war auch noch der Frechste, Klügste und Forscheste in der gesamten Sippe, der ständig alle auf Trab hielt. Abgesehen davon, dass ich mal Vaters Auto verbeulte – er war Automechaniker und Spengler, reparierte Blechschäden in Perfektion – weil ich es ihm nachmachen wollte, muss ich wohl so der wildeste Junge gewesen sein, den sich meine Verwandtschaft offensichtlich bewusst auserwählt hat. Konsequenterweise erhielt ich eine passende Frau, passende Kinder und seit 9 Jahren die passenden Enkel, so der Tenor meiner umfangreichen Sippe. Was das so im Klartext heißt, erspare ich den Lesern lieber...

Natürlich bekamen das meine erwachsenen Kinder und die Eltern meiner Enkel sowie auch diese mit, und ich hatte mal wieder den schwarzen Familienpeter gezogen. Meine unmittelbare „Brut“ grinste sich scheckig über Papa und Opa!

Man benötigt an solchen Tagen eine absolut stoische Gelassenheit, das Gemüt eines Rhinoceros und den Humor eines Heinz Erhardt, um solche Jahresevents ohne großen Dachschaten wegzustecken.

Mein Freund, der Adi, meinte nach meiner Berichterstattung darüber, an solchen Tagen sei er generell schwer an irgendwelchen Infekten erkrankt, läge leidend im Bett

und schicke alle, außer sich selber hin. „Kaum, dass die zu solchen Treffen unterwegs sind, erfahre ich eine Spontanheilung und nutze diesen Tag, meinem Wirt mal so richtig den Geldbeutel zu füllen“, grinste er verschmitzt. Käme seine Frau abends dann wieder nachhause, läge er wirklich erledigt auf dem Sofa, so dass seine Frau davon überzeugt sei, er sei zurecht zuhause geblieben. „Das nennt man Taktik“, grinste er.

Bei mir funktionieren solche Taktiken nicht, denn alle in der Sippe achten schwer darauf, dass ich ja fit bin an solchen Tagen. Ausreden und Ausflüchte fruchten nichts und wenn sich doch mal sowas wie Zwicken im Bauch einstellt, heißt es gleich, ich hätte Schiss – denn nur von daher rühre sowas. Also muss ich am Familienrotationstag kräftig mitrühren, damit die Sippensuppe am Köcheln bleibt, gelle.

Naja, mir ist es schon lieber, zum Sippentreffen zu fahren, denn da bekommt man alles gratis und zusätzlich jede Menge Informationen, welche Schelme die anderen aus der Familie waren – oder noch sind. Man lernt ja auch gerne hinzu, nicht wahr...

*Euer Willi*

**Gesundheit:**

**„Bowtech als Türöffner“  
oder „Durch Bowtech zum  
Heilpraktiker“**

**H**eute möchte ich über die Veränderungen in meinem Leben berichten.

Ich hatte Christa gefragt, ob ich im GartenWEden meine Behandlungsmethode „Bowtech“ vorstellen darf. Christa hat mir grünes Licht gegeben, wenn ich mit Herz davon berichte, das möchte ich hiermit gerne tun. Denn wenn ich zurückblicke, haben die Veränderungen in meinem Leben mit Bowtech begonnen.

Zuerst möchte ich über meine Motivation, Bowtech zu erlernen, schreiben.

Als ich Bowtech zum ersten Mal kennen lernte, war mir sofort klar, dass ich diese Methode erlernen möchte, vor allem aus dem Grund heraus, da ich schon immer gerne mit meinen Händen gearbeitet habe. Während der fast zweijährigen Ausbildung konnte ich Bowtech bei Menschen anwenden und deren wunderbare Wirkung sehen und selbst spüren.

Nun begann ich mich mehr und mehr für den Aufbau des Körpers und wie er funktioniert zu interessieren. Fast Alle, die diese Ausbildung absolvierten, waren Physiotherapeuten oder Heilpraktiker, obwohl das keine Voraussetzung ist.

Ein Bekannter, den ich während der Ausbildung kennen lernte, fragte mich eines Tages, ob ich nicht eine Ausbildung zum Heilpraktiker absolvieren möchte. So war der erste Gedanke in mir gesetzt. Doch ganz nach dem Muster wie die meisten Menschen heute gestrickt sind kamen erst einmal alle Zweifel hoch. Mein Bekannter aber,

der damals schon sehr spirituell war, sagte zu mir, dass ich mir eine Liste erstellen und alle Argumente, die „dafür“ und „dagegen“ sprechen, aufschreiben solle. Als ich das tat wurde mir sehr schnell bewusst, dass es kaum etwas gab, was „dagegen“ sprach. Das Einzige war die viele Zeit, die ich investieren musste und die dann für meine Familie fehlen würde. Nachdem ich mit meiner Familie darüber gesprochen hatte und ich die volle Unterstützung bekommen hatte, begann ich einen Monat später die Ausbildung zum Heilpraktiker.

Oft habe ich mich gefragt: „Woher nahm ich die Kraft, tagsüber im Büro, abends Ausbildung und Lernen und noch Familie?“, und kam immer wieder zu dem Schluss, dass ich durch Bowtech in diese Kraft gekommen war. Seitdem ich Bowtech kenne, die Behandlungen gebe und

auch selber bekomme, bin ich nicht mehr so müde, d. h. natürlich auch viel mehr belastbar.

Durch die Ausbildungen lernte ich viele interessante Menschen kennen, und im Gespräch mit ihnen erfuhr ich etwas über ihre (für mich damals noch) außergewöhnlichen Erfahrungen. So hörte ich z. B. das erste Mal von Sai Baba. Als ich wieder zu Hause

war, besorgte ich mir über Internet weitere Informationen über diesen Menschen und kaufte meine ersten zwei Bücher über „Liebe“ und „Lebensweisheiten“.

**ICH HATTE DIE TÜR GEÖFFNET**

Als ich vor Kurzem zu einem weiteren Bowtechkurs war, der sich „Body, Mind and Bowen“ nennt, erklärte uns eine von den zwei über siebzigjährigen Kursleiterinnen, das Bowtech ein TÜRÖFFNER sei. Sie vermittelten uns weiterhin, wie durch Bowtech auch emotionale Blockaden den Körper verlassen können. Dieser Kurs und auch Erfahrungen, die ich mit Patienten gemacht habe, geben mir nochmals die Bestätigung, dass sich durch Bowtech



das Leben ändern kann, natürlich immer unter der Voraussetzung, dass man es zulässt.

Ist die Tür erst einmal geöffnet, weitet sich der Blick, der Geist öffnet sich mit und das Herz auch. Das ist meine Erfahrung.

Habe ich Euch neugierig auf Bowtech gemacht?

Bowtech ist eine Abkürzung für Bowen Technik. Diese manuelle Muskel- und Bindegewebstherapie hat ihren Namen von dem Australier Tom Bowen, der von 1916 bis 1982 lebte. Herr Bowen entwickelte seine Technik, wie sie heute praktiziert wird, ohne Ausbildung im Gesundheitswesen: Er schrieb sein therapeutisches Wirken einem Geschenk Gottes zu. Tom Bowen hatte großes Interesse, die Schmerzen leidender Menschen zu lindern, besonders nach dem zweiten Weltkrieg. Er bemerkte, dass gewisse manuelle Bewegungen und Griffe an bestimmten Stellen des Körpers eine besondere Wirkung erzielen.



Mit leichtem Druck rollt und schiebt der Behandler behutsam die Haut und Muskeleoberfläche. Es folgt eine kurze Pause, damit der Körper „das Erlernte abspeichern kann“. Dabei verlässt der Behandler sogar den Raum, um diesen Vorgang nicht zu stören. Die Bowen Technik spricht von „heilsamen Schwingungen“, die im Körper die Erinnerung wach rufen sollen, dass er durchaus selbst in der Lage ist, sich zu regenerieren. Ein Erklärungsansatz beruht auf dem Resonanzmodell. Vergleichbar mit einem Saiteninstrument löst das Drücken einer Saite an unterschiedlichen Punkten unterschiedliche Resonanz- und Schwingungsmuster aus.

Es wird weiterhin davon ausgegangen, dass durch die harmonischen Schwingungen, die erzeugt werden das autonome Nervensystem ausbalanciert wird.

Bei der ersten Behandlung wird immer der ganze Körper angesprochen, egal mit welchen Problemen der Patient



kommt. Es gibt spezielle Grifffolgen, die genau festgelegt sind. Die zweite Behandlung sollte innerhalb von 5 bis 10 Tagen nach der ersten Behandlung erfolgen.

Zwei Behandlungen werden mindestens gegeben, da der Körper die Impulse, die er bekommt, durch die Wiederholung speichern kann.

Die Erfahrung spricht dafür, dass, je nachdem wie lange eine Krankheit oder sonstiges Problem bestanden hat, auch demzufolge mehrere Behandlungen nötig sind. Oft genügen aber zwei bis drei Behandlungen und es tritt ein spürbarer Erfolg ein.

Eine Behandlung dauert ca. 45-60 Minuten. Leider wird es noch nicht durch die gesetzlichen Krankenkassen bezahlt, jedoch übernehmen die privaten Krankenkassen die Behandlungskosten.

Bowtech ist ein „neues“ Verfahren, das in seinen Prinzipien durchaus mit traditionellen „alten“ Heilmethoden korrespondiert, wie z. B. Shiatsu oder Akupressur.

Mit diesen Zeilen möchte ich Euch auffordern auch einmal etwas zu tun ohne vorher lange zu überlegen, ob sich das „lohnt“ oder „nicht lohnt“, sondern „TU ES“ und dann wirst Du es „ERFAHREN“.



Ich habe in den vielen Jahren nun schon einige spirituelle Bücher gelesen und mein persönliches Resümée hieraus ist immer wieder: „Gott hat uns erschaffen, um sich durch uns zu erfahren“.

Aus der „ERFAHRUNG“ heraus kann ich dann bewusst „ERSCHAFFEN“.

Und hier bestätigt sich, was uns Anastasia mitteilen will: „Wir sind die Erschaffer, die Schöpfer, durch unser Denken und Handeln“.

Zum Schluss möchte ich für Alle die, die sich für Meditation interessieren und alleine nicht den richtigen Zugang bekommen noch einen Tipp los werden.

In Triebel (in der Nähe von Hof) kann man 10 Tage Schweigemeditation ausüben. Die Art der Meditation dort nennt sich VIPASSANA. Die Teilnahme an den Kursen ist kostenlos. Dort gibt es keine Religion, keine Musik, keine Bilder, keine Bücher, nur Dich. Jeder Teilnehmer kann nach den 10 Tagen eine Spende hinterlassen um den Nachfolgenden auch die Möglichkeit zu geben, das erfahren zu dürfen, aber nur wer möchte. Jeden Abend gibt es einen Vortrag vom Band, durch den aufkommende Fragen beantwortet werden.

Ich kann aus eigener Erfahrung nur sagen, dass ich nach den 10 Tagen so viele leuchtende Augen gesehen habe, wie noch nie zuvor in meinem Leben.

Wer den 10-Tages-Kurs absolviert hat, ist jederzeit gerne gesehen als Helfer. So kann sich das Ganze ohne finanzielle Mittel, nur durch freiwillige Spenden und Helfer aufrecht erhalten und es funktioniert. Weitere Informationen könnt Ihr Euch im Internet holen.

Ich wünsche Euch alles erdenklich Gute und verbleibe herzlichst



*Katrin Pormann*

Heilpraktikerin  
Naturheilpraxis  
Koppengasse 9  
98553 Nahetal-Waldau/ OT  
Hinternah  
Tel. 01604191392





„Familie“  
Ölkreide  
Tine P., 2010

## Leserbriefe

Liebe Christa,

mit Interesse habe ich im Dezemberheft den Austausch über unsere schöne und bedeutungsvolle Sprache gelesen, da ich mich mit diesem Thema auch schon beschäftigt habe. Im Etymologischen Wörterbuch von 1899 steht dazu: „, althochdeutsch geginwanti, gaganwart, mhd. gegenwertec, adjektivsuffix: =wärts. Mit „Werden“ hat dies nichts zu tun, eher mit warten und Wartung. Im Zusammenhang mit Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft würde ich es so auslegen, dass in dem Moment, wo etwas zugegen ist, oder wo ein Ereignis gegenwärtig wird, das Warten ein Ende hat, daher höchstens Gegen-warten und nicht Gegen-werden.

Sehr reizvoll ist auch ein Nachdenken über Worte mit „tum“ am Ende. Meiner Meinung nach ergeben sich Hauptwörter mit dieser Nachsilbe aus dem Tätigkeitswort. Z.B. Eigentum entsteht durch eigen tun, Reichtum durch reich tun, Heiligtum durch heilig tun usw. In dem Moment, wo das Tun beendet ist, wird das Getane zum -tum in einem Hauptwort – ein zur Tat-Sache erstarrtes Tun. Wörter, bei denen das nicht passt, sind vermutlich erst später, in der nachheidnischen Zeit entstanden, wie z.B. Christentum.

Liebe Grüße  
Beatrix Ullrich

*Liebe Beatrix,  
das ist ein sehr aufschlussreicher Hinweis. Vielen Dank dafür. Ich denke, dass wir im GartenWEden eine Ecke einrichten, in der wir uns mit dem ursprünglichen Sinn einzelner Worte beschäftigen.  
Hinweise von unseren Lesern sind dazu sehr willkommen. Finden wir unsere ursprüngliche Sprache wieder, dann finden wir auch unseren Ursprung.*

Liebe Grüße  
Christa



Hallo,

erstmal ein dickes Lob und Danke für das Magazin. Ich lese es sehr gern.

Beim Lesen des Artikels über die Orbs habe ich mich an eine andere Sache mit Photographie erinnert. Ich bin nicht sicher, ob das in einer vorigen Ausgabe schon behandelt wurde. Es geht um das Spiegeln von Bildern. Die Inspiration dazu habe ich aus dem Buch von Roland Scholz „Tore zur Anderswelt“. Ich habe viele Photos gemacht und diese nach dem Prinzip bearbeitet.

Ich sende mit dieser Email eines meiner Bilder mit. Sollte weiteres Interesse bestehen und vielleicht ein Artikel darüber erscheinen, bin ich gerne bereit, weitere Bilder zu schicken.

Ich freue mich auf die nächste Ausgabe.

Viele Grüße  
Jutta Liebelt

*Liebe Frau Liebelt,  
wir freuen uns, wenn wir von unseren Lesern interessante Beiträge erhalten.*

Liebe Grüße  
Christa Jasinski





„Weide im Winter“  
„Rauhreiffenchel“  
*Fotografien:*  
Michael Marschhauser, 2009

# Garten Eden

Das wedische Magazin · Februar 2010

Wir freuen uns schon heute auf  
die vierzehnte Ausgabe der  
Garten Weden im März!

