

# Garten Eden

Das wedische Magazin · Februar 2011



**Sprachliches:** Macht oder Herrschsucht • **Wedisches/Garten:** Wie ich eine Adoptivmutter bekam, Teil 8  
**Gärtnerisches:** Fragen rund um den Garten • **Nährendes/Rezepte:** Getreidesorten - Das Einkorn  
**Kleidsames:** Womit wir uns umhüllen, Teil 4 • **Wildkräuter/Wildpflanzen:** Die Birke  
**Spirituelles/Buchvorstellung:** Die Botschaft der Baumfrau  
**Buchvorstellungen:** Medizin zum Aufmalen • Jetzt reicht's! • **Interview:** mit Gerd Krautmacher  
**Lebenskünstlerisches:** Mein Rezept zur Erlangung von Gesundheit und Zufriedenheit  
**Informatives:** Morphofeld - Akashafeld • **Satirisches:** Willis wahre Weisheiten

## Inhaltsverzeichnis

Editorial .....	3
<b>Sprachliches:</b>	
Macht oder Herrschsucht .....	4
<b>Wedisches/Garten:</b>	
Wie ich eine Adoptivmutter bekam, Teil 8 .....	5
<b>Gärtnerisches :</b>	
Fragen rund um den Garten .....	8
<b>Nährendes/Rezepte:</b>	
Getreidesorten: Das Einkorn .....	10
<b>Kleidsames:</b>	
Womit wir uns umhüllen, Teil 4 .....	13
<b>Wildkräuter/Wildpflanzen :</b>	
Die Birke .....	15
<b>Spirituelleres/Buchvorstellung:</b>	
Die Botschaft der Baumfrau .....	19
<b>Buchvorstellungen:</b>	
Medizin zum Aufmalen	
Jetzt reicht's! .....	21
<b>Interview:</b>	
mit Gerd Krautmacher .....	22
<b>Lebenskünstlerisches:</b>	
Mein Rezept zur Erlangung von Gesundheit und Zufriedenheit .....	25
<b>Informatives:</b>	
Morphofeld - Akashafeld .....	26
<b>Satirisches:</b>	
Willis wahre Weisheiten .....	28
<b>Leserbriefe</b> .....	30
<b>Bildgedicht:</b>	
Fuchs und Katz .....	33
<b>Fotoseiten:</b> .....	34

## 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.13 (u.), 14, 15, 16, 17 (u.)

*Alfons Jasinski:*  
S.10, 11, 12, 13 (o.), 17 (o.), 22, 24

*Michael Marschhauser:*  
S. 3, 8, 26, 34, 35 (o.)

*Heike Seifert:* Titelseite, S. 5, 6, 7

*Verlagsfotos:* S. 20, 21

*Dagmar Watzinger:* S. 35 (u.)

*Viola Brüggemann:* S. 33

*Jan Röder:* Rückseite

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:

gartenweden@gmx.de

www.gartenweden.de

## Editorial

Der Februar ist der Monat, in dem die meisten Menschen beginnen, sich so langsam wieder nach dem Frühling zu sehnen. Die Natur ist noch verhalten, aber harrt darauf, bald wieder zu explodieren. Im Februar wird deshalb auch Fastnacht oder Karneval gefeiert. In einem Artikel von Dr. Matthias Weifert, der in der Ausgabe 1/09 der Zeitung „Der Heimatbote“ aus Klagenfurt erschienen ist, wird auf die wirklichen Ursprünge der „Faselnacht“ eingegangen:

„Faseln“ bedeutet „gedeihen, fruchtbar sein“. Die Fastnacht hat also nichts mit Fasten zu tun. Das „t“ ist zu unrecht in das Wort Fastnacht eingeschoben worden. Vorwiegend im Rheinland wird das Faschnachtsfest auch Karneval genannt. Falsch ist es jedoch auch bei diesem Begriff, das Wort Karneval vom lateinischen „carne vale“ (= Fleisch lebe wohl) abzuleiten.

Denn ursprünglich hieß der lateinische Begriff „carrus navalis“ (= Schiffskarren). Von den Germanen am Rhein ist bekannt, dass sie im Vorfrühlinge einen der Gottheit Nerthus geweihten Wagen übers Land zogen. Das auf Rädern gesetzte Narrenschiff ist damit Sinnbild des einziehenden Frühlings. Gleich dem sich drehenden Rad soll die Sonne, die durch die runde Gestalt des Rades nachgebildet ist, mit ihrer lebensbringenden Wärme in Lauf gebracht werden. Der Schiffswagen mit den fröhlichen Narren hat das ganze Mittelalter hindurch der Vorfrühlingsfeier als festliches Sinnbild gedient. Auch der heute gefeierte „Prinz Karneval“ und seine Gemahlin haben einen tausende Jahre alten Stammbaum, der weit in die germanische Frühzeit zurück reicht. Es ist der Frühling selbst, der im fremden, bzw. fernen Land die Jungfrau aus der Haft des Winterriesen befreit. In Wirklichkeit stellt der Fasnachtsumzug einen festlichen Brautzug dar. Es ist der uralte Mythos der Vermählung zwischen Himmel und Erde, die sich in der Erweckung der mütterlichen Erde durch die Strahlen der jugendlichen Sonne vollzieht. Das Essen



und Trinken, das auf den Umzug folgt, stellt eigentlich eine Segenshandlung dar, wobei die Krapfen ein Sinnbild der Sonne sind.

Was wurde nur heute aus diesem schönen Brauch gemacht?

Vor einiger Zeit fragte ein Leser, was aus den „Forschungen“ um den Klimator geworden sei. Inzwischen habe ich bei den Beiden längst nachgefragt. Sie haben dort bisher noch nicht weiter gemacht, dafür aber viele andere Dinge ausprobiert, über die wir in einer der nächsten Ausgaben

berichten werden. Das Thema Freie Energie ist in Zukunft sicher ein sehr wichtiges Thema. Wir kennen auch einige Menschen, die sich damit beschäftigen. Leider mögen die Wenigsten öffentlich darüber sprechen, weil sie Angst vor Problemen haben, die sich daraus ergeben könnten. Aber wir bleiben am Ball.

Wir wünschen Ihnen viel Sonne im Herzen, genießen sie mal die Faselnacht

für sich selber als das, was sie wirklich ist: Ein Vorfrühlingsfest, wo Sie sich mit den Kräften der Natur verbinden können, die uns in jedem Jahr erneut den Frühling wieder zurück bringen.

Die GartenWeden-Gestalter

## Sprachliches

### Macht oder Herrschsucht?

In letzter Zeit erlebe ich immer wieder Situationen, in denen ich das Gefühl habe, dass ich beherrscht werden soll. Dazu kommt, dass ich ein Gespräch mit einer Freundin hatte, die einen Vortrag besuchte über „Selbstbestimmung und Macht“. Sie erzählte mir von dieser Veranstaltung, und ich stellte fest, dass ich das Thema ganz anders verstanden hatte, wie es gemeint war. Das kommt aus meiner Sicht daher, dass dem Wort **Macht** heutzutage eine andere Bedeutung zukommt, als es ursprünglich bedeutete.

Wenn wir das Wort Macht hören, assoziieren wir heute meist etwas Negatives damit, z.B. dass Macht mit Beherrschen und Dominanz zu tun hat.

Wikipedia schreibt dazu:

***Macht** bezeichnet nach einem weit verbreiteten Verständnis einerseits die Fähigkeit, auf das Verhalten und Denken sozialer Gruppen oder Personen – im eigenen Sinn und Interesse – einzuwirken. Andererseits bezeichnet Macht aber auch die Fähigkeit, Ziele zu erreichen oder sich äußeren Ansprüchen nicht unterwerfen zu müssen. Diese beiden Aspekte werden meist als „Macht über“ und „Macht zu“ unterschieden.*

Interessant ist auch, dass auf der politischen Ebene offenbar ein anderes Verständnis über die Bedeutung des Wortes Macht herrscht als von der etymologischen Seite her. Das Politiklexikon der Autoren Klaus Schubert / Martina Klein schreibt dazu in der 4. Auflage von 2006: *Macht ist ein politisch-soziologischer Grundbegriff, der für Abhängigkeits- oder Überlegenheitsverhältnisse verwendet wird, d.h. für die Möglichkeit der Macht-Habenden, ohne Zustimmung, gegen den Willen oder trotz Widerstandes anderer, die eigenen Ziele durchzusetzen und zu verwirklichen. Macht kann von Personen, Gruppen, Organisationen (Parteien, Verbänden, Behörden) bzw. dem Staat ausgeübt werden oder von gesellschaftlichen (wirtschaftlichen, technischen, rechtlichen, kulturell-religiös geprägten) Strukturen ausgehen. Demzufolge wird zwischen persönlicher und sozialer Macht sowie Macht-Strukturen unterschieden.*

Wenn ich das so lese, drängt sich mir eher das Wort *Machtmissbrauch* auf. Nach dem Verständnis vieler Menschen hat also Macht offenbar nicht die Bedeutung eines selbstbewussten Handelns, sondern es vermittelt eher ein Beherrschen von Menschen, sogar **gegen** ihren eigenen Willen. Es beinhaltet für mich eine wahllose Beeinflus-

sung von Menschen, zur Not auch mit Gewalt. Dies hat natürlich einen negativen Anstrich, denn wer will sich schon an Andere ausliefern und als Spielball oder Marionette fungieren?

Eine andere Art von Manipulation, die zwar nach außen hin nicht so aussieht, wie ein Mittel der Beeinträchtigung, tatsächlich aber sehr starken Einfluss auf die Umgebung hat, ist die Drohung oder Erpressung. Dadurch, dass Menschen mit möglichen schlimmen Konsequenzen bedroht werden, kann ihr Verhalten „gesteuert“ werden. Sie sind dann wie Wachs in den Händen des Gegenübers. Zugegeben, eine perfide Art von Machtmissbrauch.

Egal, um welche Art des Beherrschens es sich handelt, es gibt bei diesen Formen immer Opfer und Täter, wobei es auch stets darum geht, dass der Täter das Opfer schwächt, es findet also ein Energieraub statt.

Wenn wir das Wort einmal auf seinen Wortstamm anschauen, steckt das Verb *machen* darin. Machen ist eine aktive Handlung, entspricht einer Fähigkeit, man kann es auch mit dem Verb *vermögen* gleich setzen im Sinne von *können*. Macht ist also ein kraftvolles Wort, das zum Ausdruck bringt, dass wir in der Lage sind, unser Leben in die Hand zu nehmen. Wenn ich Macht besitze, dann bin ich in der Lage, selbst zu entscheiden, was ich tun oder lassen will. Ich bin selbstbestimmt und selbstverantwortlich. Mein Selbstbewusstsein ist groß genug, dass ich nicht zum fremdbestimmenden Beherrscher werde, denn ich kann aus eigener Kraft agieren und muss nicht andere Menschen beeinflussen, um mehr zu scheinen. Andererseits laufe ich dann aber auch nicht Gefahr, mich steuern zu lassen, und die passive Rolle des Opfers zu übernehmen.

Ich frage mich gerade, mit welchem „Hintergedanken“ die Bedeutung des Wortes Macht so verändert wurde, dass es heute eine komplett andere Schwingung hat, wie es der Ursprung der Sprache vorgibt. Heute wird unter Macht landläufig Herrschsucht verstanden. Dabei ist Macht in der ursprünglichen Bedeutung ein kraftvolles Wort, das Eigeninitiative, Selbstbewusstsein und Aktivität zum Ausdruck bringt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, dass wir uns alle wieder unserer Macht bewusst werden und sie leben als kreative Menschen, die sich ihrer schöpferischen Kraft bewusst sind.

Marie-Luise Stettler



Wedisches/Garten

## Wie ich eine Adoptivmutter bekam

Teil 8 (Schluss)

**U**uuah! Gäääh! Reck und streck! Was ist nur los mit mir? Bin doch sonst nie so müde...

Heee! Mutter! Wach bleiben! Ich kann doch nicht schlafen, während ringsum Spannendes passiert. Ich möchte doch noch so Manches miterleben, ehe Winterpause angesagt ist...

Schade, dass bei mir Kaffee nix hilft. Oder doch? Mit dem ausgefilterten Kaffeesatz von euch Menschlein gebe sogar ich euch Früchtchen mehr Früchtchen. Aber was hilft mir mehr Kaffeesatz, wenn ich im Moment keine Kraft mehr zum Blühen und Wachsen habe. Die endlose Gießkannenzzeit und die endlose Abwesenheit meiner Fee haben mich einfach schwach werden lassen.

Das hat auch sie bemerkt und betrauert das bleiche und kraftlose Erscheinungsbild ihrer Gurken- und Tomatenzeltbewohner. Da ist nicht mehr viel zu retten. Die sind alle fast ertrunken und aus lauter Sehnsucht nach Mutter Sonne furchtbar krank geworden.

Seht ihr, damals haben wir uns über die Faulbaumfrüchte des grummelnden Jürgen lustig gemacht und jetzt haben wir den Salat! Jetzt geht's mir und meiner

Liebsten nicht anders. Man sollte halt nie spotten über anderer Missgeschick...

Gäääh! Sagt nur mal – es ist doch noch gar nicht so weit! Ihr Zweibeiner meint manchmal bei solchen Attacken, ihr hättet Sauerstoffmangel. Warum gähne dann ich? Ich habe allen sauren Stoff, den man haben kann. „Kopf kratz“. Mein unrasiertes Bauchgefühl sagt mir, dass heuer der Winterschlaf zeitiger kommt. Sonst war ich doch alle Jahre um diese Zeit noch fit wie ein – wie sagt ihr Doppelfüßer doch immer – ja, fit wie ein Turnschuh. Hab zwar noch nie in meinen Millionen Mutterchaftsjahren einen fitten Turnschuh gesehen, aber ihr werdet schon Recht haben.

Oh oh! Da sehe ich meine traurige Fee mit ihrer roten Gartenschere kommen. Mir schwant Schlimmes. Das sieht mir nicht nach Bäume schneiden oder ernten aus, denn sie hat noch nie die Brombeeren, Erdbeeren, Bohnen oder Tomaten mit der Schere geerntet. Sie tut alles auf und in mir, was möglich ist, nur mit ihren lieben Händen. Das ist wie ein Streicheln und das tut einer Mutter sooo gut.

Aber ich habe keine Energie mehr, mich gegen ihr Vorhaben zu wehren. Ich kann und werde mich auch nicht rütteln, dann fällt mein Liebes ja aus den Latschen. Ich vertraue ihr einfach mal.

Da, sie kommt zum Tomatenzelt, schleicht außen rum und bleibt dann bei den Zuckererbsen stehen, überlegt kurz, an welchem Ende des zerzausten und braunen Ge-





strüpps sie beginnen soll und dann – ratsch – ist in zehn Menschenminuten das halbe Beet ratzekahl. Nur die schönen Erbsenwürzelchen hat sie in mir drin gelassen, weil sie weiß, dass sie mich düngen, genau wie euer Kaffeesatz.

Als nächstes schleicht sie um die Bohnen und – ratsch – ab damit. An meinen armen Bohnenkindern findet sie – genau wie an den Erbschen – noch ein paar Nachzügler, die sie genussvoll in ihr Schüsselchen legt, das sie in weiser Voraussicht schon gleich mit hereingeschleppt hat.

Die einst gesäten Rettiche findet sie überhaupt nicht. Hat wohl die kleine freche Wally-Katze bei ihren Besuchen gleichmäßig in alle Winde verteilt. Na auch gut, dann braucht mein Mädels nix abratschen.

Bei den Paprikakindern angelangt hat meine

kleine Gescheite dann eine sehr weise Einsicht: „Ihr Lieben, es war zwar eine spannende Zeit mit euch, aber ich glaube, ich bin für euch die verkehrte Leihmutter. Ihr geht nächstes Jahr zu einer anderen Mutter Erde in Pflege.“

Ihr habt euch viel Mühe gegeben, mich zufrieden zu stellen, aber wenn es Mühe kostet, dann läuft da was falsch. Ich gebe euch frei und wünsche euren Nachfolgern in anderen Familien mehr Erfolg.“

Klare Entscheidung, gell, all ihr Zweibeiner? Ach Himmel! Ich muss schon wieder gähnen und es lässt mir fast die Augendeckel, wenn ich denn welche hätte, nicht mehr offen. Wir haben wohl „vorge-rückte Stunde“.

Einen Vorteil hätte meine Müdigkeit natürlich – ich bräuchte die schmerzliche Abwesenheit meines Erd-Engelchens nicht





noch einmal ertragen. Ich könnte in dieser Zeit derweil von Neuem und Schönerem träumen. Himmel sei mir gnädig!

Aber – aber – ich muss doch...

Oooch – was war denn das jetzt? Wo bin ich eigentlich? Und wann ist es?

Ach so ein Quatsch aber auch. Ich bin doch nicht ihr! Das fragt ja ihr immer. Ich weiß doch eigentlich immer, wo ich bin und wann es ist – oder – wie sagt ihr Zeit-Geister – wie spät es ist. Was heißt hier eigentlich spät oder früh? Es ist keins von beiden! Es ist JETZT! Und zwar immer! So, jetzt wisst ihrs aber! \*stolz bin\*

Aber – was seh' ich denn da mit meinen müden Augen? Das Stinkefass ist ja weg! Und alles so – so aufgeräumt?

Äh – Hiiiiilfe! Ich bin ja auch aufgeräumt! Was ist denn hier los? Ich muss doch eingeschlafen sein...? Neeiiiiin! Mein Bauch ist aufgeräumt! Mein – schöner – Bauch – ist – rasi-iiiiert! Wie kann denn das nur sein? Schluchz! Meine- Fee – hat – das – zugelassen?! Ob ich ihr das verzeihen kann... Hat sie doch den Siegi über mich gelassen. Na ja, gut. Wenn es wieder Frühjahr ist, wachse ich ja wieder. Und dann werde ich mir das energischer verbitten müssen. Wäre doch gelacht, wenn ich hier nichts mehr zu sagen habe.

Aber damit habe ich wenigstens tatsächlich die zweite Zeit ohne mein Mädels verträumt. Auch gut. Hauptsa-

che, sie ist jetzt wieder da und kann über meinen Winterschlaf, der scheinbar bald beginnt – gäääh – wachen. Ja, ich bin für dieses Jahr wirklich sehr müde. Diese paar Tage Schlaf haben mir nicht viel geholfen. Haben nicht ausgereicht, um genügend Kräfte für ein neues Jahr zu sammeln.

Nun, ihr Lieben alle, ich glaube, es gibt hier für mich kaum noch etwas zu schauen, zu erfahren und auszukundschaften. Und zu wachsen gibt's sowieso nichts mehr.

Also – mache ich jetzt meine müden Mutteräuglein zu und begeben mich getrost in meinen wohlverdienten Schlaf.

Ich – aaah, gäääh! Ich wünsche euch Zweibeinern und Doppelfüßern und natürlich auch den Halbhirnern einen angenehmen und störungsfreien Winter und ein frohes und frisches Wiedersehen und -lesen im nächsten Jahr. Also – Gute Nacht und schlaft auch gut – nur nicht so lang!

Winke winke!

*Heike Seifert*



## Gärtnerisches

### Fragen rund um den Garten

Hallo Ihr Lieben!

Habt Ihr vielleicht Tipps, was man tun kann an Stellen, wo Bäume gefällt werden (sollen) oder wo schon welche gefällt worden sind? Ich denke an einen energetischen Ausgleich für den Ort und die betroffenen Bäume. Kann man die Bäume vorbereiten auf ihre Fällung? Das liegt mir sehr am Herzen, denn es betrifft einige Bäume in unserer Nähe, denen dieses Schicksal demnächst widerfahren soll und wird. Ich würde gerne irgendetwas tun!

Ich würde normalerweise keinen Baum so einfach fällen, aber die Gefahr, dass sie dann von selber umstürzen und dabei mehr kaputt machen, ist einfach sehr groß, denn der Boden dort ist sehr stark aufgeweicht und es wird seit einiger Zeit dort immer sumpfiger, was nun die Gefahr birgt, dass die Bäume (übrigens Tannen) ihren Halt verlieren. Teilweise stehen sie auch schon leicht schief.

Liebe Grüße  
Anne

Liebe Anne,

*verbinde Dich mit den Baumgeistern der einzelnen Bäume, erkläre ihnen die Situation und biete ihnen ein anderes Domizil an. Wenn sie unvorbereitet „entwurzelt“ werden, sind sie konfus und irren umher.*

Liebe Grüße  
Marie-Luise

Liebe Anne,

*Bäume können uns auch antworten, ob es in Ordnung ist, wenn wir sie fällen, oder nicht. Dazu kann ich eine sehr schöne Geschichte beitragen. Unsere Freunde, die sich ihren Raum der Liebe schon geschaffen haben, besitzen ein Grundstück, das von großen Bäumen umgeben ist. Sie wollten an einer bestimmten Stelle einen Baum fällen, weil Klaus eine Praxis in einer Ecke des Grundstückes bauen wollte und dieser Baum dort im Wege stand. Hinzu kam, dass dieser Baum auch noch an einem Hang stand, wo man ihn nicht problemlos fällen konnte. Klaus – von Haus aus Ingenieur – stellte seine „Berechnun-*



*gen“ an, dass der Baum auf das Wohnhaus fallen wird und dieses dadurch zumindest in Mitleidenschaft gezogen würde. Sie hatten keine Möglichkeit diesen Baum gegen den Hang zu ziehen, so dass er nicht auf das Haus fällt. Da Klaus eine Ausbildung als Kinesiologe hat, meinte Marion, dass er den Baum doch befragen solle – erst einmal, ob sie ihn fällen dürfen und dann, ob er aufs Haus fällt. Klaus nahm diesen Vorschlag an und Marion umarmte diesen Baum mit einem Arm und am anderen Arm fragte Klaus kinesiologisch ab. Der Baum sagte „Ja“ als Antwort darauf, ob sie ihn für diesen Zweck fällen dürfen. Er verneinte jedoch die Frage, ob er aufs Haus falle. Sie wiederholten es mehrere Male, aber der Baum blieb beim „Nein“. Klaus traute sich trotzdem nicht. Daraufhin nahm Marion die Motorsäge und begann den Baum zu fällen mit den Worten: „Wenn Du dem nicht traust, dann musst Du Deine Berufung als Kinesiologe hinterfragen.“ Klaus verzog sich zuerst ins Haus und schaute Marions Treiben von dort aus zu. Dann ging er wieder raus, weil er es Marion dann doch nicht alleine machen lassen wollte und hoffte, dass er mit seinen Berechnungen Unrecht hatte. Er sägte nun weiter. Als der Baum fiel, verhakte sich ein dicker Ast von ihm im Nachbarbaum, der Baum kam dadurch in eine Drehung, die ihn in eine völlig andere Richtung fallen ließ – ein ganzes Stück vom Haus entfernt.*

*Diese Geschichte zeigt, dass man Bäume nicht nur fragen kann, ob sie mit dem Fällen einverstanden sind, sondern es auch sollte. Wichtig ist jedoch, den Baum so tief unten wie möglich zu fällen, weil sonst der Baumgeist dort sitzen bleibt und sich nicht von dem Stumpf trennt. Sägt man ihn sehr weit unten ab, dann kann er sich lösen und wird frei für einen ganz jungen Baum.*



Wer noch nie Bekanntschaft mit der Kinesiologie gemacht hat: Hier mal ein ganz einfacher und grober Test. Der wird sicher auch Skeptiker verblüffen. Dazu stellt sich die zu befragende Person vor Dich und hebt den rechten Arm seitlich in die Waagerechte. Nun sagst Du der Person, dass Du versuchen möchtest, ihren Arm zu senken und sie soll dagegen drücken. Das geht normalerweise nicht sehr leicht, man muss schon richtig Kraft aufwenden, um den Arm herunter zu bekommen – wenn überhaupt. Dann frage die Person wie sie heißt und sie soll das ehrlich beantworten, und dabei versuchst Du wieder den Arm herunter zu drücken. Du wirst den gleichen Widerstand spüren wie vorher. Und nun fragst Du sie noch einmal, wie sie heißt und sie soll lügen – sie soll einfach irgendeinen Namen sagen. Danach drückst Du wieder den Arm herunter und er wird Dir keinen nennenswerten Widerstand mehr leisten können – der Arm wird ganz leicht von Dir herunter zu drücken sein. Das Unterbewusstsein macht den Arm ganz schwach bei einer Lüge. Probiert es einmal aus! Das ist die einfachste und gröbste Form der Kinesiologie. Und genauso geht es auch mit dem Baum, wie oben schon beschrieben.

Grüße von Christa

Liebe Gartenfreunde,

mir wurde gesagt, dass ich nicht einfach Obstkerne in den Boden stecken kann, um Obstbäume zu ziehen, weil die nichts werden. Gute Obstbäume bekäme man nur durch Veredeln. Warum ist das so?

Liebe Grüße  
Heike

Liebe Heike,

„Kirschen, großfrüchtig, saftig, süß: Davon hätten wir gerne mehr. Doch einfach ein paar Kerne in die Erde zu stecken für die nächste Kirschbaumgeneration funktioniert leider nicht. Zu groß ist das Risiko, dass aus dem Kirschkern ein Baum mit kleinen, sauren Früchten wächst: In den Kernen stecken schließlich nicht nur die Gene der gewünschten Sorte, sondern auch die der Bestäubersorte.“

Das ist der einleitende Text auf einer Anleitung zum Veredeln von Obstbäumen. Es gab immer süßeres Obst und weniger süßes Obst, auch bei den ursprünglichen Sorten. Und ir-

gendwann entdeckten die Menschen, dass man aus einem Bäumchen, das weniger süße Früchte trägt, eins machen kann mit süßeren Früchten, indem man bei dem Bäumchen den oberen Teil abschneidet und dafür einen Zweig von einer süßeren Frucht einsetzt. Das Veredeln begann. Später züchtete man immer mehr veränderte Früchte und benutzte all die alten Obstbäume mit kleineren oder saureren Früchten als Unterlage für die Neuzüchtungen. Das ist auch der Grund, warum man heute kaum noch richtig alte Sorten bekommt. Denn die alten Sorten sind durchweg kleiner als die Neuzüchtungen. Bei Äpfeln ist es inzwischen sogar so, dass nach den EU-Normen kleine Apfelsorten nicht mehr verkauft werden dürfen, obwohl sie meist wesentlich aromatischer sind, als die großen Sorten - die sind im Grunde nur aufgeschwemmt, was auf Kosten des Aromas geht.

Inzwischen gehen jedoch bewusste Obstzüchter wieder einen anderen Weg – sie pflanzten Zweige von alten Sorten wieder auf. Auch das nennt man natürlich veredeln, obwohl nach den heutigen Vorstellungen von edlerem Obst dieses weniger edel ist. Es ist ein Weg zurück zu den alten Sorten. Wer genügend Platz für Experimente hat, dem empfehle ich, es einfach mal auszuprobieren, Obstkerne – oder -steine von schmackhaftem Obst in den Boden zu stecken. Man weiß halt nicht, was heraus kommt.

Es gibt jedoch auch heute noch Obstsorten, die niemals veredelt wurden. Bei den Kirschen sind das zum Beispiel die Weichseln. Die wachsen wild und jeder einzelne ausgespuckte Kern hat die Chance wieder zu einem wunderbaren Weichselbäumchen zu werden. Häufig werden solche wilden Weichseln als Unterlage für süßere Kirschen benutzt – viel zu schade finde ich. Wir haben solche Weichseln im Garten und sie schmecken ganz hervorragend. Sie sind saftig und aromatisch – jedoch sauer, weil eine Sauerkirsche. Uns schmecken sie jedoch so süß, dass wir, wenn sie reif sind mehrere Male am Tag in den Garten gehen und sie so vom Baum herunter essen.

Grüße von Christa

Christa Jasinski



## Nährendes

### Getreidesorten: Das Einkorn

**E**inkorn gehört zu den ältesten und ursprünglichsten Getreidearten, die wir haben. Schon 10 000 Jahre vor unserer Zeitrechnung war Einkorn eines der Hauptgetreide, die die Menschen anbauten. Man hat zum Beispiel in der Kleidung vom Ötzi Einkorn gefunden. Einkorn ist somit ein ganz ursprüngliches Getreide, das auch nicht verändert wurde.

Einkorn gehört zu den Spelzgetreiden. Das heißt, dass seine Körner von Spelzen umschlossen sind, aus denen man das eigentliche Korn erst abtrennen muss. Der Name Einkorn stammt daher, dass an der Ähre aus jedem Absatz der Ährenspindel nur ein Korn wächst, und jedes Korn ist von einer festen Spelze umschlossen. Da jedes Korn so aus seiner Spelze erst gelöst werden muss, ist seine Verarbeitung aufwändiger als bei anderem Getreide.

Der Ertrag des Einkorn ist recht gering, und aus diesem Grunde erfordert der Anbau des Einkorns vom Landwirt eine gehörige Portion Idealismus. Das Einkorn ist deshalb auch teurer als andere Getreide.

Einkorn wächst dafür auf vielen Böden, weil es keine großen Ansprüche an den Boden stellt. Auch auf eher mageren und trockenen Böden kann man Einkorn einsäen. Einkorn ist recht resistent gegenüber dem Befall von Insekten und Pilzen und muss somit auch nicht gespritzt werden.

Einkorn hat gegenüber den anderen Getreiden einige Besonderheiten:

Zum Einen hat das Einkorn einen hohen Gelbpigmentgehalt an den Beta-Carotinen (Lutein und Zeaxanthin), die wichtig für die Haut und vor allem für die Sehkraft der Augen sind. Diese Inhaltsstoffe geben dem Mehl auch seine gelbliche Farbe.

Zum Anderen ist auch sein Eiweißgehalt noch etwa 3% höher als bei den anderen Getreiden. Es enthält vor allem wichtige essentielle Aminosäuren, die der Körper nicht selber bilden kann. Es sind Neurotransmitter, die zum Beispiel unsere Konzentrationsfähigkeit erhöhen. Wenn Sie ihrem Kind ein Pausenbrot aus Einkorn mitgeben, dann helfen Sie ihm, während des Unterrichts wach und aufmerksam zu bleiben.

Einkorn gilt auch als Lichtgetreide – es leuchtet. Man erkennt sofort ein Feld von Einkorn zwischen den Feldern von anderen Getreiden. Sein helles Grün leuchtet heraus.



Man kann Einkorn benutzen wie jedes andere Getreide. Brot aus Einkorn hat ein zartes Aroma, hat einen leicht nussigen Geschmack und eine goldgelbe Farbe. Allerdings wird ein Brot aus Einkorn besser, wenn man es in einer Form backt. Als Laib gebacken könnte es statt in die Höhe, in die Breite gehen, weil es weniger Klebereiweiß hat als Weizen oder Dinkel. Wenn man einen Laib formen möchte, oder Brötchen backen will, dann ist es sinnvoll, das Einkorn zur Hälfte mit Dinkel zu mischen. Dann wird es schön fest.

Einkorn ist ein sehr edles Getreide und auch eine sehr gute heimische Alternative zum Reis. Dazu kocht man die ganzen Körner einfach in etwas Salzwasser etwa 40 Minuten lang. Wer mag, kann noch Zwiebeln oder Kräuter zugeben.

Es lohnt sich auf jeden Fall das Einkorn mal auszuprobieren.

*Hubert Krimbacher  
Christa Jasinski*

## REZEPTE MIT EINKORN



### Frischkornmüsli mit Früchten

#### Zutaten:

pro Person eine Handvoll Einkorn  
Obst nach Jahreszeit  
Nüsse oder Mandeln nach Geschmack  
Sahne oder Joghurt  
Nach Bedarf etwas flüssiger Honig oder Zitronensaft



#### Zubereitung:

Das Einkorn grob schroten, mit Wasser knapp bedecken und über Nacht quellen lassen.

Das Obst waschen und zerkleinern, die Nüsse oder Mandeln klein hacken und zu dem Einkorn geben. Honig zufügen und Sahne oder Joghurt unterrühren. Mit Zitronensaft abschmecken.



### Einkorn-Nockerln mit Rahmwirsing

#### Zutaten:

200g Einkorn  
100ml Milch  
1 Ei  
½ TL Salz  
etwas Muskat  
1 Zwiebel  
500g Wirsing  
1 Räuchertofu  
30g Butter oder Margarine  
100ml Sahne oder Sojasahne  
etwas Majoran  
gemahlener Koriander  
Salz und Pfeffer

#### Zubereitung:

Das Einkorn fein mahlen und mit der Milch, dem Ei und den Gewürzen zu einem Teig verrühren. Den Teig etwa 30 Minuten lang ruhen lassen.

Wirsing waschen und in Streifen schneiden. Den Räuchertofu würfeln und in der Butter anrösten. Feingehackte Zwiebeln zugeben und kurz mit andünsten. Den Wirsing zugeben, ebenfalls kurz rösten, die Sahne angießen und mit den Gewürzen auf kleiner Flamme zugedeckt etwa 15 Minuten köcheln lassen.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Den Teig auf ein nasses Brett geben, mit einem Messerrücken Nockerln abstechen und direkt ins kochende Wasser gleiten lassen. Die Nockerln sollten etwa 5 Minuten leicht köcheln. Anschließend aus dem Kochwasser nehmen und zusammen mit dem Wirsing servieren.



### Schnelles Einkorn-Dinkel-Brot

*Zutaten:*

500 g Einkorn  
 250 g Dinkel  
 evtl. je  $\frac{3}{4}$  Tasse Leinsamen,  
 Sesam,  
 Sonnenblumenkerne  
 1  $\frac{1}{4}$  Würfel Hefe  
 1 TL Honig  
 1 gestr. TL Salz  
 6 EL Essig  
 warmes Wasser

*Zubereitung:*

Hefe mit warmem Wasser verrühren. Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben, nach und nach Wasser zugeben und mit dem Elektrorührer oder dem Handmixer verrühren, bis ein fester Teig entsteht.

Die Masse in eine gefettete Kastenform geben; nicht mehr gehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde bei 220°C backen.



### Einkornsuppe mit Gemüse

*Zutaten:*

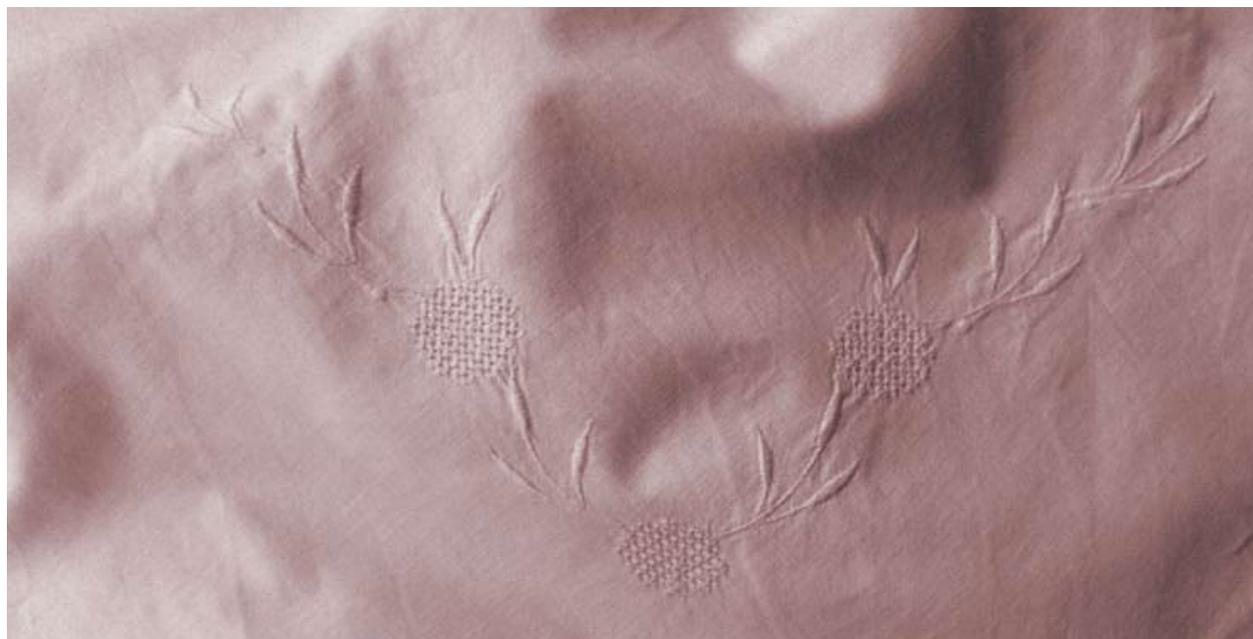
50 g Einkorn  
 1 Zwiebel  
 1 dünne Stange Lauch  
 1 Karotte  
 1 Stückchen Sellerie  
 20 g Butter  
 800 ml Gemüsebrühe  
 etwas Petersilie  
 etwas Crème Fraîche  
 Salz und Pfeffer

*Zubereitung:*

Das Einkorn über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Das Gemüse putzen, waschen und klein schneiden. Alles in der zerlassenen Butter andünsten, das abgetropfte Einkorn dazu geben und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Aufkochen lassen und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten köcheln, bis das Einkorn weich ist. Die Suppe mit dem Pürierstab schaumig aufmixen. Die Petersilie waschen und klein schneiden und zusammen mit der Crème Fraîche in die Suppe rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Christa Jasinski



## Kleidsames

### Womit wir uns umhüllen

Teil 4

#### weitere einheimische Pflanzenfasern

#### Nessel

**G**ewebe aus Nessel waren bis ins 18. Jahrhundert in ganz Europa weit verbreitet. Nessel wurde für Kleidung, Bettwäsche und auch Netze verarbeitet, aber auch Getreidesäcke wurden aus Nessel hergestellt. Funde von Stoffen aus Nessel zeigen, dass Nessel schon in der Bronzezeit für die Kleidung benutzt wurde. In alten Schriften



gibt es Beschreibungen von prächtigen Gewändern und von Segeltuch und Schiffstauen aus Nessel.

In Deutschland gibt es Belege für die Herstellung von Nessel, die bis ins Mittelalter zurück reichen. In den Klöstern des Mittelalters befasste man sich zum Beispiel sehr intensiv mit der Herstellung von Nesselgeweben. Die Bedeutung von Nessel für unsere Kleidung hielt bis ins 18. Jahrhundert an. In dieser Zeit gab es schwerpunktmäßig in verschiedenen Regionen Mitteleuropas Werkstätten und Manufakturen, die von der Herstellung der Nesselgewebe lebten, u. a. in Süddeutschland und der Schweiz. In Leipzig ist für 1723 eine solche Manufaktur nachgewiesen.

Im 19. Jahrhundert begann dann der Rückgang des Gebrauchs der Nesselstoffe. Für eine industrielle Nutzung reift die wild wachsende Große Brennnessel viel zu ungleichmäßig. Eine gezielte Ernte von größeren Mengen ist so nicht möglich. Deshalb griff man ab da zu den ausländischen Alternativen, wie die asiatische Zuchtnessel Ramie und vor allem die Baumwolle.

Im ersten Weltkrieg erlebte die Nessel noch einmal einen kleinen Aufschwung. Importe wurden schwieriger, man wollte bei möglichst allen Rohstoffen autark bleiben. Deshalb machte man damals viele Untersuchungen, wie weit die Brennnessel als Faser wieder nutzbar gemacht werden kann. Allerdings kam man erneut zu der Erkenntnis, dass für eine Großproduktion Aufwand und Nutzen in keinem annehmbaren Verhältnis stehen, deshalb kam nach dem Krieg das endgültige Aus für den Nessel. Später wurden zwar noch Stoffe als „Nessel“ verkauft, wobei es sich jedoch fast nie um Fasern der „Großen Brenn-

nessel“ handelte, sondern um das naturfarbene einfache Baumwolltuch in Leinwandbindung.

Zur Fasergewinnung werden die Brennesseln im August geschnitten. Die Stängel werden getrocknet, geröstet, gebrochen und gehechelt, ähnlich wie wir es schon beim Flachs beschrieben haben. Die Aufbereitung der Nessel ist jedoch schwieriger und erfordert zusätzliche Handarbeit. Die Fasern, der Nessel liegen nämlich nicht wie beim Flachs in Bündeln unter der Außenschicht, sondern einzeln und mit nur geringem Zusammenhalt in den vier Ecken des kantigen Stängels der Brennessel. Die Brennessel liefert auch nicht so viele Fasern, wie es der Lein macht. Der Ertrag liegt bei nur etwa 8 % der getrockneten Pflanze. Der Vorteil der Nessel gegenüber dem Lein liegt darin, dass sie überall wächst. Für den geringeren Verbrauch früher brauchte man sie nicht einmal einzusäen, man konnte sie ja fast überall ernten.

Nach der Bearbeitung des Nessels erhält man flockenartige, feine weißliche Fasern in einer Länge max. von 3 - 5 cm. Das gesponnene Garn besitzt einen guten Glanz und auch gute Festigkeit und lässt sich leicht färben. Gewebt wurde die gesponnene Nesselfaser ebenfalls wie das Leinen.

## Hanf

Hanf wird in allen fünf Erdteilen angebaut. In Europa sind die ältesten Funde ca. 5 500 Jahre alt und stammen aus dem Raum Eisenberg.



Hanf ist eine wunderbare Pflanze für die Faserherstellung. Der Faseranteil beim Hanf ist recht hoch. Bei den männlichen Pflanzen beträgt der Faseranteil 25% und bei den weiblichen Pflanzen 15% der Pflanzenmasse, wobei die Fasern der männlichen Pflanze feiner und die der weiblichen Pflanze stabiler sind. Häufig mischt man die beiden Qualitäten, um eine mittlere Faserqualität zu erreichen. Es gibt unterschiedliche Farben bei den Fasern, sie variieren zwischen weißlich, hellgrau, grünlich oder gelblich. Dabei gilt: Je heller die Farbe, umso besser ist die Faserqualität. Die Griffigkeit des Hanfes übersteigt die des Flachses um ein Wesentliches.

Da Hanf bis zu 30% seines Eigengewichtes an Feuchtigkeit aufnimmt und dadurch sein Volumen vergrößert, wird die Faser auch gerne zum Abdichten von Fässern oder industriellen Rohrleitungen genommen.

Indischer Hanf ist eine Abart. Die weiblichen Blütenstände dieser Hanfsorte sondern vor der Fruchtreife in besonders reichlicher Menge ein Harz ab, das betäubende Stoffe enthält. Daraus kann das Rauschmittel Haschisch gewonnen werden. Aus diesem Grunde ist der Anbau von indischem Hanf in Deutschland verboten. Ich finde es sehr schade, dass der Hanf dadurch einen schlechten Ruf bekommen hat. Die Fasern des Hanfes sind der Baumwolle zum Beispiel um ein Vielfaches überlegen. Auch ist er sehr leicht anzubauen, benötigt keine Herbizide, weil er so schnell wächst, dass in kürzester Zeit der Boden überschattet ist und er ist auch sehr beständig gegenüber dem Befall von sogenannten Schädlingen. Würde der Hanfanbau weiter forciert, hätten wir eine wesentlich umweltverträglichere Alternative zur Baumwolle. Hanf ist auch wesentlich langlebiger und haltbarer als die Baumwolle.

Seit den neunziger Jahren wächst das Interesse an unseren einheimischen Faserpflanzen wieder stark. Zuerst rückte das Leinen wieder in die Aufmerksamkeit der Kleiderhersteller. Vor allem die Hersteller der Biokleidung setzen stark aufs Leinen. Aber auch der Hanf wird seit der Zeit in Deutschland wieder vermehrt angebaut und seine Fasern genutzt. In den letzten Jahren ist auch die Nesselfaser wieder verstärkt im Gespräch. Zu diesem Wandel trugen vor allem die Käufer bei, die sich mit den Umweltschäden beschäftigten, die der Baumwollanbau heute zum großen Teil mit sich bringt. Das ist ein sehr erfreulicher Trend.

Fortsetzung folgt

*Christa Jasinski*



## Wildkräuter & Wildpflanzen

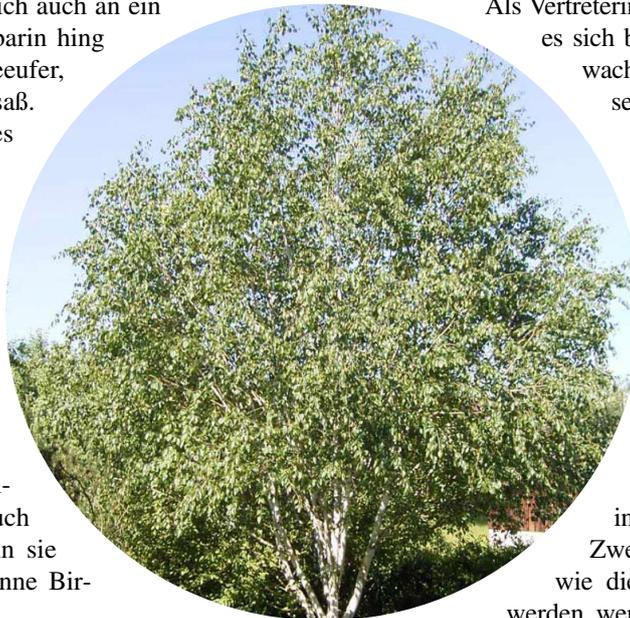
### Die Birke

(Betula pendula)

**B**irken waren für mich als Kind Bäume, die überwiegend in Nordeuropa vorkommen. Ich hatte die Vorstellung, dass in Skandinavien ganze Birkenwälder stehen. Wälder, die hell und licht waren, die einladend wirkten.

Andererseits erinnere ich mich auch an ein Bild, das bei unserer Nachbarin hing mit einer Birke an einem Seeufer, an deren Fuss ein Mädchen saß.

Im Grunde genommen war es ein unauffälliges, fast farbloses Bild, aber es ist mir im Gedächtnis geblieben. Birken gab es in meiner Heimat nur vereinzelt, so dass sie schon etwas Besonderes darstellten. Schon als Kind war ich fasziniert von der weißen Rinde, die sich abschälen ließ wie Papier. Der selben Faszination war wohl auch meine Tochter erlegen, denn sie schleppte immer wieder dünne Birkenrinde als Trophäe an.



lichen Untermieter. Inzwischen ist die alte Fabrik abgerissen worden und somit auch die Birke entfernt, die doch schon eine beachtliche Größe erreicht hatte.

Als Vertreterin der Birkengewächse handelt es sich bei ihr um einen sehr schnellwachsenden Baum, der ausgewachsen Höhen bis zu 30m erreichen kann. Die Krone der Bäume ist licht, was ihr die Bezeichnung des Lichtboten eingebracht hat. Die Pflanze ist einhäusig, das heißt auf einem Baum kommen sowohl weibliche wie männliche Blüten vor. Die männlichen Blütenstände sind schon im Winter sichtbar, denn sie werden im Herbst gebildet. Sie hängen in Gruppen an den Enden der Zweige. Die weiblichen Kätzchen, wie die Blütenstände auch genannt werden, werden im Herbst in Knospen angelegt und blühen aufrecht stehend. Die Blüte ist

jedoch erst im Frühjahr mit dem Blattaustrieb. Nachdem die weiblichen Kätzchen ausgeblüht haben, neigen sie sich nach unten. Da die Bestäubung meist vom Wind übernommen wird, geben die Blüten enorm viel Blütenstaub ab, was häufig den Allergikern zum Verhängnis wird. Die Früchte der Birke sind Nüsschen, die an beiden Seiten Flügelchen besitzen. Diese „Flugobjekte“ haben die Fähigkeit in die winzigsten Ritzen zu fliegen, wo sich dann auch mitunter eine Birke aus dem kleinsten Mauerspalt entwickeln kann oder eben in der Dachrinne eines abbruchreifen Hauses. Die Blätter der Birke sind herzförmig, mit einem gesägten Rand und einem Stiel. Sie sind ständig in Bewegung, so dass sie den anderen Blättern keine Sonne wegnehmen. Kurz nach dem Austrieb sind sie leicht klebrig. Die Herbstfärbung der Blätter ist ein sattes Gelb. Die Besonderheit der Birken ist die weiße Rinde mit tiefen Furchen. Die weiße Farbe kommt zustande durch mikroskopisch kleine Luftbläschen, die sich in der Rinde befinden und so das Sonnenlicht reflektieren. Dadurch ist der Baum vor intensivem Sonnenlicht geschützt. Genauso trotz er Temperaturen bis  $-40^{\circ}\text{C}$  dank der „Luftpolsterung“ in der Rinde und der weißen Farbe der Rinde. Nicht

Wenn die Birke im früh im Jahr ihre ersten Blättlein austreibt, dann ist ein Hauch von Frühling spürbar. Es ist, als wäre der Winter besiegt. Die Tage werden wieder sichtbar länger und das Licht hat gegenüber der Dunkelheit gewonnen. Nicht umsonst signalisiert die Birke einen Neuanfang. Sie ist der Baum der Wiedergeburt, des Neubeginns, der bedingungslosen Liebe. Sie wird auch mit Reinheit assoziiert und sie gehört zum Frühjahrsritual. So hat sie auch einen Bezug zu *Brigid*, der Lichtgöttin, die zum Lichterfest (Imbolc oder auch Lichtmess) gefeiert wird. Die Birke ist der erste Baum im Baumalphabet der Kelten. Sie setzt in Bewegung und ordnet. Die Birke stellt keine besonders hohen Ansprüche an den Boden. Sie ist gegen Frost und Dürre unempfindlich, einzig zu viel Hitze mag sie nicht gut aushalten. Diese Anspruchslosigkeit macht sie auch zur Pionierpflanze, die es schafft, sich an gänzlich unwirtlichen Stellen anzusiedeln. So kommt es schon häufiger vor, dass sich eine Birke in einer Dachrinne oder einer Mauerritze ansiedelt. Vor Jahren fiel mir eine Birke auf, die auf einem alten Fabrikdach wuchs. Auf dem Weg von Zürich in Richtung Chur stand neben der Autobahn dieses Gebäude mit dem ungewöhn-



umsonst gedeiht die Birke als einziger Baum in unwirtlichen Gegenden wie Spitzbergen oder Grönland. Die äußere Schicht lässt sich mit zunehmendem Alter abschälen. Diese Schicht wird auch Bast genannt.

Mitunter sieht man in den Kronen der Bäume runde Knäuel, die Misteln ähneln oder wie grosse Vogelnester aussehen. Diese Erscheinungen werden durch einen Pilz hervorgerufen. Schlauchpilze regen die Äste zu einem vermehrten Wachstum an, wodurch es zu diesen Hexenbesen, wie sie auch genannt werden, kommt.

Die Birke hat einen sehr hohen Wasserverbrauch, so dass in ihrer Umgebung andere Pflanzen am Wachstum gehindert werden. Dieser Tatsache, dass sie so viel Wasser benötigt, bedient man sich im Landschaftsbau, indem man feuchte Standorte „entwässert“.

In der Nähe von Birken findet man verschiedene Pilze, wie den Birkenpilz oder den Steinpilz, aber auch der giftige Fliegenpilz ist sehr häufig in der Nähe von Birken zu finden.

Vor einigen Jahren war ich im Zuge meiner Ausbildung auf einer Praxiswoche, in der gekocht wurde. Wir waren etwa 30 Leute und hatten nur zwei Herde mit jeweils vier

Feuerstellen. Es konnte also mitunter sehr hektisch und eng werden. Da passierte es, dass manche Menschen sich bedrängt fühlten. Unser Ausbilder empfahl diesen Leuten, ein paar Birkenblätter zu kauen, da die Birke bei Beziehungsproblemen hilft, die Distanz zum Partner zu wahren und Gelassenheit zu finden. Am Ende dieser Woche war der Baum, der vor dem Gebäude stand, in den unteren Bereichen kahlgezupft.

Die Kelten verehrten die Birke als Baum der Einweihung, so wurden die Schüler von den Druiden mit einem Birkenzweig geweiht. Die germanische Rune *Berkana* ist nach der Birke benannt. Hexen reiten zu Walpurgis auf einem Birkenbesen zu ihren Treffen auf den Blocksberg. Birkenreisig wird mit Weidenrinde um einen Stiel aus Eschenholz gebunden, so dass ein Besen entsteht – wohl auch einer jener Sorte, den die Hexen zum Fliegen verwenden. Diese Art Besen erfreut sich heutzutage wieder zunehmender Beliebtheit. Der Besen wird auch noch für kultische Handlungen benutzt. In vielen Religionen entfernt der Priester symbolisch mit dem Birkenbesen die bösen Geister vom Heiligtum.



Birkenblätter und die Rinde waren bei den Indianern wichtiger Bestandteil von Tabakmischungen. Räucherungen mit Birkenrinde sollen reinigend wirken und die Kreativität fördern.

Im Mittelalter wurden Birkenzweige über Fenster und Türen gehängt, um herumstreunenden Dämonen den Eintritt zu verwehren. Aus der Rinde wurden Amulette gefertigt, um den bösen Blick und Schadenszauber abzuwehren.

Wurde der Mutterkuchen am Fuß einer Birke begraben, so holten die Elfen das Kind nicht mehr.

Die Birke wird als Lebensbaum betrachtet. Dies spiegelt sich in der Verwendung als Maibaum wieder, wie auch in gewissen ländlichen Gegenden der *Mai*, eine junge Birke verziert mit bunten Bändern, von jungen Männern ihrer Angebeteten in der Nacht zum ersten Mai gesteckt wird. Sie ist ein Symbol für Reinheit.

Birkenholz ist ein sehr helles Holz, das besonders weich und elastisch ist. Es wird für Furniere, für Parkettböden, als Sperrholz, aber auch als Schnitz- und Drechselholz und für Gebrauchsgegenstände verwendet. Die Indianer lagern Ahornsirup in Birkenfässern, um zu verhindern,



dass er schimmelt. Die ätherischen Öle, die in der Rinde enthalten sind, zeichnen dafür verantwortlich, dass keine Schimmelbildung möglich ist. Als Kaminholz ist es sehr beliebt, da es sich durch einen geringen Funkenflug auszeichnet. Selbst in nassem Zustand lässt sich das Holz problemlos entfachen und eignet sich dadurch auch für ein Lagerfeuer bei Regenwetter. Eigentlich ist es aber viel zu schade, um einfach verbrannt zu werden.

Die Rinde zeichnet sich durch viele gute Eigenschaften aus. So hat sie antiseptische und antibakterielle Wirkung, ist atmungsaktiv und reguliert die Feuchtigkeit. Dank dieser Eigenschaften konnten selbst Dokumente aus dem 11.

Jahrhundert gut erhalten in Sibirien ausgegraben werden. Birkenrinde ist ein sehr guter Ersatz für Papier. In Russland werden Behältnisse für trockene Lebensmittel wie Tee oder Reis hergestellt, und es gibt sogar Kleidungsstücke aus geflochtener Rinde. In Skandinavien werden heute noch Dächer mit Birkenrinde gedeckt, denn das darin enthaltene *Betulin* macht sie besonders witterungsfest. Die Indianer in Kanada bauten aus der Rinde Kanus, die schwere Lasten tragen konnten. Auch im Kunsthandwerk wird Birkenrinde verarbeitet, speziell in Schweden und in Russland wird es auch heute noch praktiziert.

Destilliert man die Rinde, erhält man Birkenteer, der sich als Kleber eignet. Schon in der Steinzeit wurde er so angewandt, z.B. zum Fixieren der Pfeilspitzen im Schaft. In winzigen Mengen kann man Birkenteer sogar als Würz-

stoff in der Küche verwenden.

Auf Island wird Fisch und Schafffleisch mit Birkenholz geräuchert, was dem Fleisch eine besondere Note verleiht.

Das Öl aus der Rinde der Pflanze wurde in Russland zum Ein fetten von Lederwaren benutzt, was ihnen den unnachahm-



lichen und gewöhnungsbedürftigen Geruch des „Russisch Leder“ verleiht. Zum Färben von Wolle kann man abgekochte Birkenrinde verwenden. Der Farbton, den man erzielen kann, variiert von gelb über grün und grau bis rotbraun, je nach Beize und Konzentration.

Die Heilwirkungen der Birke sind vielfältig. Die Blätter sind reinigend für Nieren und Blase, ohne zu reizen, wie es z.B. beim Wacholder der Fall ist. So kann man mit dem Tee aus Birkenblättern eine Durchspülungstherapie gegen rheumatische Beschwerden oder Nierengrieß durchführen. Bei regelmäßiger Anwendung des Tees oder – noch besser – des Saftes können sich sogar Nierensteine auflösen. Für eine Frühjahrskur ist der Saft oder Tee hervorragend geeignet und mit seiner Unterstützung kann man auch Hautkrankheiten lindern. Die Gerbstoffe sind geeignet, um Magen-Darmbeschwerden zu behandeln. Ein Auszug aus der Rinde der Birke ist fiebersenkend. Haarshampoos aus Birkenteer wirken vorbeugend und abwehrend gegen Kopfläuse. Eine ganz neue Erkenntnis ist jene, dass Birkenrinde den Fettstoffwechsel ankurbeln soll und so gegen Übergewicht wirkt. Die ätherischen Öle der Rinde wirken hautreinigend.

In den östlichen Ländern Europas werden auch heute noch Birken angezapft zur Gewinnung von Saft. Zwischen März und Mai, wenn die Säfte steigen, werden die Bäume regelrecht zur Ader gelassen. Der süßliche Saft enthält Invertzucker, Inulin und Xylit, was sich gut zur Behandlung von Diabetes eignet. Durch seinen hohen Vitamin C-Gehalt ist der Saft auch wertvoll bei Vitaminmangel und zur Immunstärkung. Er hat eine entschlackende Wirkung. Aus dem Saft kann man Sirup, Wein und Essig herstellen. Äußerlich hat der Saft heilsame Wirkung bei eiternden Wunden, Brandwunden und Schnitt- oder Stichverletzungen. Er findet auch noch Anwendung in Haarpflegemitteln aufgrund der stärkenden Wirkung auf die Haare und ihre Wurzeln.

Mit dem Reisig der Birke wird beim Schwitzbad der Körper, ähnlich einer Massage, geschlagen. Dies regt den Kreislauf an, löst Verspannungen, und lockert die Muskulatur.

Das Wesen der Pflanze ist Polarität von Jugend und Alter, Flexibilität, Anmut.

#### Für die Astrologen:

Die Birke ist der **Venus** zugeordnet, wegen der harmonisch geformten Blätter und dem **Mond** wegen der Fülle der Samen und dem bevorzugt feuchten Standort.

Die Birke war Baum des Jahres im Jahr 2000.

Wilhelm Busch hat mit einem Gedicht ein poetisches Portrait über den Baum geschrieben:

#### Die Birke

Es wächst wohl auf der Heide  
Und in des Waldes Raum  
Ein Baum zu Nutz und Freude,  
Genannt der Birkenbaum.

Die Schuh, daraus geschnitzet,  
Sind freundlich von Gestalt.  
Wohl dem, der sie besitzt,  
Ihm wird der Fuß nicht kalt.

Es ist die weiße Rinde  
Zu Tabaksdosen gut,  
Als teures Angebinde  
Für den, der schnupfen tut.

Man zapfet aus der Birke  
Sehr angenehmen Wein,  
Man reibt sich, dass es wirke,  
Die Glatze damit ein.

Dem Birkenreiserbesen  
Gebühret Preis und Ehr;  
Das stärkste Kehrrichtwesens,  
Das treibt er vor sich her.

Von Birken eine Rute,  
Gebraucht am rechten Ort,  
Befördert oft das Gute  
Mehr als das beste Wort.

Und kommt das Fest der Pfingsten,  
Dann schmückt mir fein das Haus,  
Ihr, meine liebsten Jüngsten,  
Mit Birkenzweigen aus.

Marie-Luise Stettler



## Spirituelles/Buchvorstellung

### Die Botschaft der Baumfrau

von Julia Butterfly Hill

**L**iebe Christa, nachdem ich meine diesjährige Weihnachtslektüre, „Die Botschaft der Baumfrau“ von Julia Butterfly Hill, in mich aufgenommen habe, möchte ich Dir ein paar Ausschnitte daraus mitgeben, welche mich sehr berührt haben.

In dem Buch teilt uns Julia ihr über zweijähriges Leben in dem 1000 Jahre alten Redwoodbaum ‚Luna‘ mit. Diese zwei Jahre allein mit sich und der Natur, nur dem Pfad ihres Herzens gefolgt, brachten eine innere Reife und Kraft hervor, die Vorbild für sehr viele Menschen ist und Veränderung im Außen einleitet. Hier nun einige Textstellen aus dem Buch, die ich mir unterstrichen habe:

*Diesem Baum, dem Wald und allen Menschen gab ich mein Wort, dass meine Füße die Erde nicht mehr betreten sollten, bis ich alles in meiner Macht stehende getan hätte, um die Welt auf dieses Problem aufmerksam zu machen und die Zerstörung zu beenden.*

*Ich hatte immer das Gefühl, dass ich im Rahmen meiner Möglichkeiten alles daran setzen sollte, denen, die nach uns kommen, und besonders denen, die keine Stimme haben, ein gesundes und liebevolles Erbe zu hinterlassen. Und das ist es, was ich in diesem Baum getan habe.*

*Wenn ich wieder heil und ganz werden wollte – und zwar an Körper, Seele und Geist – dann musste ich herausfinden, wo mein Platz im Leben war und welche Aufgabe ich zu erfüllen hatte.*

*Als ich immer tiefer in den Wald hineinging, konnte ich die Geräusche der Autos nicht mehr hören und ihre Abgase nicht mehr riechen. Ich atmete nur noch reine, wunderbare Luft, die auf meiner Zunge einen süßen Geschmack hinterließ. Überall um mich herum war Leben, ob ich es nun sehen, riechen hören, schmecken und berühren konnte oder nicht. Zum ersten Mal spürte ich wirklich, was es hieß, lebendig zu sein, sich mit allem Leben und der ihm innewohnenden Wahrheit verbunden zu fühlen – nicht der Wahrheit, die uns von sogenannten Wissenschaftlern, von Politikern oder anderen Menschen vermittelt wird, sondern der Wahrheit, die im Innersten der Schöpfung existiert. Die Energie traf mich wie eine Welle. Ergriffen vom Geist des Waldes, fiel ich auf die Knie und begann zu schluchzen. Ich grub meine Finger in eine Schicht verrottenden Holzes, die so süß und so reich duftete,*

*so voll von Sedimenten des Lebens, und dann senkte ich mein Gesicht auf den Boden und atmete diesen Duft ein. Umgeben von den riesigen, uralten Giganten, spürte ich, wie der Film, den unsere disharmonische, hektische, technologieabhängige Gesellschaft auf meinen Sinnen hinterlassen hatte, hinwegschmolz. Ich konnte fühlen, wie mein ganzes Dasein in dieser majestätischen Kathedrale zu neuem Leben aufbrach. Lange Zeit saß ich dort und weinte. Schließlich verwandelten sich die Tränen in Freude, und aus der Freude wurde Heiterkeit, und ich saß da und lachte über die Schönheit all dessen, was mich umgab.*

*Wenn ich bete, bitte ich um Führung in meinem Leben, um der beste Mensch zu werden, der ich sein kann, zu lernen, was ich zu lernen habe, und an dem, was ich lerne, zu wachsen. Und immer wenn ich bete, bitte ich auch darum, loslassen zu können. Das Loslassen ist der schwierigste Teil. Ich glaube an Gebete, aber letztlich liegt die größte Kraft des Gebetes für mich in der Bereitschaft, die Antwort anzunehmen.*

*In dem Augenblick, als der Sturm losbrach, hätte ich nicht mehr nach unten klettern können, selbst wenn ich es gewollt hätte. Denn um zu klettern, muss man sich bewegen können, und meine Hände waren inzwischen zu Eis erstarrt. Unmengen Regen, Schneeregen und Hagel kamen gleichzeitig herunter, und der Wind tobte so heftig, dass er mich heruntergerissen hätte. ....*

*Jedenfalls hörte ich in diesem Moment Lunas Stimme zu mir sprechen. „Julia, denk daran, wie sich Bäume im Sturm verhalten. Bäume bleiben im Sturm nicht aufrecht stehen. Sie beugen sich dem Wind. Sie kennen die Kraft, die im Nachgeben liegt“, sprach die Stimme weiter. „Die Bäume und Äste, die versuchen, stark und starr zu bleiben, sind diejenigen, die brechen. Jetzt ist nicht die richtige Zeit, um stark zu sein, Julia, oder auch du wirst brechen. Lerne von den Bäumen. Lass einfach los. Nur so kannst du diesen Sturm überleben. Und so wirst du auch die anderen Stürme des Lebens überstehen.“*

*Die gesamte Menschheit und Mutter Natur hatten auf mich einschlagen müssen. Ich musste zerbrechen, bis ich nicht die geringste Hoffnung mehr sah, bis ich verrückt wurde, um endlich loslassen zu können. Erst danach konnte ich wieder neu zusammengesetzt werden, konnte zu dem Menschen werden, der ich sein sollte, Erst danach konnte ich mein höheres Selbst werden. Das ist die Botschaft des Schmetterlings. Ich hatte Dunkelheit und Stürme überstanden und war verwandelt worden. Ich war der lebende Beweis für die Kraft der Metamorphose.*



*Als ich in der Mutter aller Stürme fast gestorben wäre, starb auch meine Angst zu sterben. Dadurch wurde ich frei, so wie sich der Schmetterling aus seinem Kokon befreit. Ich begann Tag für Tag zu leben, Augenblick um Augenblick, Atemzug um Atemzug, Gebet um Gebet.*

*Ich schaffte es bis zu ihrer vom Blitz gehärteten Spitze, dem magischsten Ort, an dem ich je gewesen bin. Luna ist der höchste Baum auf dem Bergrücken. Als ich dort oben stand und hinabschaute, hatte ich das Gefühl, als befände sich nichts unter meinen Füßen, obwohl doch dieser massive, starke Baum unter mir war. Ich hielt mich mit den Beinen fest und streckte die Arme zum Himmel hinauf. In meinen Füßen spürte ich die Kraft der Erde, die durch Luna strömte, während meine Hände die Kraft des Himmels fühlten. Es war magisch. Ich empfand ein perfektes Gleichgewicht. Ich war eins mit der Schöpfung. Auf keinen Fall konnte ich zulassen, dass Luna gefällt wurde! Niemals!*

*Ich glaube, dass wir letztlich alle unsere Abhängigkeit von der Technik überwinden müssen. Wir können uns jetzt freiwillig dafür entscheiden, oder wir können es später tun, wenn wir keine Wahl mehr haben.*

*Politische und wirtschaftliche Eigentumsgrenzen zerstören die Natur, indem sie sie auf sinnlose Weise in Einzelheiten zerlegen. Wir müssen Wege finden, wie wir unser Leben an die natürlichen Ökosysteme und Biotope anpassen können.*

*Das Leben in einem Baum hatte meine Sinne so geschärft, dass ich das Leiden aller Geschöpfe nachempfinden konnte, seien es nun Tiere oder Bäume oder Menschen. Ohne die betäubende Wirkung der alltäglichen Ablenkungen, die unsere Gesellschaft bietet, waren diese Emotionen überwältigend.*

*Durch das Leben in Luna hatte ich inzwischen gelernt, dass einer der besten Wege, zum Gleichgewicht zu finden, darin besteht, in die Extreme zu gehen. Ich war bereit für alles, was auf mich zukommen würde.*

*Mein Leben hatte sich seitdem offenkundig geändert, nicht jedoch meine Liebe zu Kindern. Diese Liebe hilft mir, mich immer wieder aufs Neue für die Wälder einzusetzen. Denn während wir unsere Umwelt zerstören, werden ständig neue Kinder in diese Welt hinein geboren. Aber was für eine Welt muten wir ihnen zu?*

*Wir sind als Gesellschaft so selbstsüchtig geworden, dass wir gar nicht mehr darüber nachdenken, wie sich unser Handeln auf das Leben der Kinder auswirkt. „Was sagen Sie Menschen, die Ihre Erfahrungen nicht nachvollziehen können?“, werde ich oft gefragt. „Schaut in die Augen eines Kindes, dann wisst*

*ih, dass jedes noch so geringe Opfer, das ihr heute bringt, das größte Geschenk für die Zukunft unserer Kinder sein kann“, sage ich ihnen.*

*Diese Welt ist so schnelllebig, und wir stehen dauernd unter dem Druck, sofort zu handeln und schnell zu handeln. Aber ich wusste, solange ich in meinem Innern keine Klarheit spürte, musste ich mir Zeit lassen, damit die richtigen Dinge geschehen konnten. Ich durfte mich nicht von anderen Leuten beeinflussen lassen, nur weil ich selbst unsicher war. Das war ein Teil der Lektion, die ich von Luna gelernt hatte: Still zu sein und zuzuhören, auch und gerade dann, wenn in meinem Leben Chaos herrschte.*

*Kein Mensch, kein Unternehmen und keine Regierung hat das Recht, das Geschenk des Lebens zu zerstören. Niemand hat das Recht, die Zukunft auszuplündern, um in der Gegenwart eine schnelle Mark zu machen. Genug ist genug. Es ist Zeit, dass wir Menschen wieder lernen, von den Zinsen der Erde zu leben, statt ihre Substanz anzugreifen. Und es ist Zeit, dass wir ein wenig von dem Kapital zurückerstatten, das wir schon gestohlen haben.*

Ja, soviel zu diesem Buch. Die Worte bedürfen keines weiteren Kommentars. Ich wünsche uns allen eine Ansteckung mit Julias Mut und Entschlossenheit.

Einen herzlichen Gruß an Dich und alle ‚GartenWEden‘-Mitgestalter und Leser.

Jan



Julia Butterfly Hill:  
Die Botschaft der Baumfrau,  
Riemann-Verlag,  
ISBN10: 3-570-50015-2

## Buchvorstellungen

### Medizin zum Aufmalen I+II

von Petra Neumayer, Roswitha Stark

Selbst ausprobieren geht immer über das „Sich-Anlesen“ von Dingen. Bei den 2 Bänden *Medizin zum Aufmalen - Heilen durch Informationsübertragung und neue Homöopathie* der Autorinnen Petra Neumayer und Roswitha Stark können wir gleich beides. Hier wird die energetische Informationsmedizin anhand der Körbler'schen Zeichen praxisorientiert beschrieben. Neben einer kurzen theoretischen Übersicht über die Wirkung morphischer Felder, das Resonanzprinzip und die Anwendung von heilenden Zeichen in der Geschichte der Menschheit werden viele praktische Übungen gezeigt und eigene Praxiserfahrungen aus einer mehrjährigen Heilertätigkeit beschrieben. Gerade dies macht die 2 erschwinglichen Broschüren tauglich, diese Dinge selbst einmal auszuprobieren, ohne vorher ein Dutzend Seminare besuchen zu müssen. Sinnvoll wäre es allerdings, wenn man mit einem Pendel oder Tensor umgehen kann, um bei der Bestimmung der zu verwendenden Symbole nicht laufend nach der Methode ‚trial and error‘ vorgehen zu müssen. Die von dem Wiener Techniker und Physiker Erich Körbler (1938-1994) entdeckten Symbole sind nichts weiter als reine biologisch wirksame Nachrichtentechnik und die Methode versteht sich als Teil einer ganzheitlichen Energie- und Informationsmedizin.

Mittels weniger – auch miteinander kombinierter – Symbole (Striche, Sinuskurve, Y- und Plus(+)-Zeichen) und ihrer Übertragung direkt auf den Körper oder über einen kleinen Umweg zum Energetisieren (Programmieren) von Wasser kann diese einfache Methode bei einer Vielzahl von Krankheiten und Leiden helfen. Für den Einstieg reicht Band 1 völlig. Wen auch noch andere Symbole und eine Vielzahl von praxisbezogenen Tabellen und Illustrationen interessieren, der findet dies im zweiten Band. Ich habe die Symbole bereits einmal probiert und für gut befunden.

### Jetzt reicht's! I+II

von Johannes Holey

Ja, ich weiß, es gibt schon genug Aufklärungsbücher. Hier kommen gleich noch zwei weitere. Der Vorteil bei ihnen ist, dass man sich das Lesen ein paar anderer sparen kann, weil es dem Autor Johannes Holey, übrigens der Vater des „Verschwörungsexperten“ Udo, gelingt, gewissermaßen ein Konzentrat zu präsentieren. Ein weiterer Vorteil ist es auch, ein paar Lösungsmöglichkeiten und persönliche Verhaltensempfehlungen dazu zu bekommen. Egal, ob es um die zunehmenden Strahlenbelastungen, Lügen in der Wirtschaft, Medizin, in der Nahrungsmittelindustrie oder andere Krankheitsmacher geht: Holey zeigt die Rote Karte symbolisch auch für uns, damit wir anfangen, aufzuwachen und als Antwort auf alle diese Krankheits- und Ernährungsschwindler die richtigen Schlüsse ziehen. Ergänzt wird dies durch Quellenhinweise und Links, die es denjenigen, welche es ganz genau wissen wollen, leicht machen, ihre Freizeit in Zukunft anders zu gestalten, als bisher.

Aber auch ohne das tun zu müssen, reicht es bereits, einen grundsätzlichen Überblick über viele moderne Lügen zu erhalten, die das Leben unserer Gesellschaft noch so sehr bestimmen. Der Autor, ein gestandener Unternehmer, gibt hier auch viele gute Tipps, die er aufgrund seiner Lebenserfahrung sehr authentisch vermitteln kann. So ist es nicht ein weiteres Werk mit nur erhobenem Zeigefinger, sondern es liest sich flüssig und schlüssig.

Band 1 beschäftigt sich mit Lügen aus Wirtschaft, Medizin und Religion, der zweite Band beinhaltet unter der Prämisse ‚Gesund durchs Chaos gehen!‘ überwiegend die Rote Karte für Krankheits- und Ernährungsschwindler.

Beide Bände haben eine ganz ‚persönliche‘ Buchtitelgestaltung. Wie passend, da diese Bücher auch sehr persönlich geschrieben sind, mit Hardcover und mit Lesebändchen – wieder einmal vorbildlich!



*miraculix*

Petra Neumayer/Roswitha Stark:  
Medizin zum Aufmalen,  
Mankau-Verlag,  
ISBN: 978-3-938396-18-6 (Bd.1)  
ISBN: 978-3-938396-04-9 (Bd.2)



*miraculix*

Johannes Holey:  
Jetzt reicht's!,  
Amadeus-Verlag,  
ISBN: 978-3-938656-44-0 (Bd.1)  
ISBN: 978-3-938356-09-9 (Bd.2)

## Interview mit Gerd Krautmacher

*Lieber Gerd, seit August letzten Jahres druckst Du für einige unserer Leser den GartenWEden aus und verschickst ihn. Wie bist Du überhaupt an den GartenWEden gekommen?*

Ich wurde von Klaus auf den GartenWEden aufmerksam gemacht, über den Ihr auch mal etwas geschrieben habt (Anm.: *Unser Paradies, Juni/Juli-Ausgabe 2009*). Ich sollte für Klaus und Marion eine Werbung gestalten und als Grundlage dafür hat er mich unter anderem auf den Artikel im GartenWEden verwiesen. Und ab dann habe ich den Newsletter für den GartenWEden bekommen.

*Du hast Dich sofort bei mir gemeldet, worüber ich mich im Nachhinein sehr freue, als ich im letzten Jahr schrieb, dass Christa Knörnschild den Druck für den GartenWEden nicht mehr machen kann. Du hast, wie wir alle, ohne finanzielle Entlohnung für Deine Arbeit, den Druck und den Versand übernommen. Wie kam es dazu?*

Das war eine ganz spontane Idee. Eigentlich schon bevor die Christa Knörnschild sagte, dass sie es nicht mehr machen kann. Ich hatte Dir ja schon kurz nachdem ich die erste Ausgabe des GartenWEden in der Hand hatte, mal eine Mail geschrieben, aber da machte es ja schon die Christa Knörnschild. Ich dachte mir damals: „Die Ulli – meine Frau – möchte stets eine gedruckte Ausgabe haben, der Klaus und die Marion drucken sich die Ausgabe immer aus und es gibt bestimmt mehr Leute, die diese Ausgabe gedruckt haben möchten.“ Und als ich dann noch sah, wie schlecht der Eigendruck bei Klaus und Marion war, da habe ich gedacht: „Menschenskind, das sind doch bloß ein paar Hefte. Frag doch mal, wie die die produzieren lassen. So geringe Mengen kann man ja normalerweise gar nicht drucken lassen, das lohnt sich doch gar nicht.“ Wir hatten unsere Anlage neu gekauft

und ich dachte, wir könnten solch eine Zeitschrift gut ausdrucken. Da können wir erstens dran üben, zweitens macht es Spaß, es ist eine gute Sache und wir drucken sie für uns selber eh schon aus, wieso sollten wir das dann nicht auch dreißig-vierzig mal drucken?

*Aber es ist ja auch Arbeit für Euch. Das Drucken, das Heften, Eintüten in die Umschläge und das Verschicken.*

Ja, aber man lernt ja mit allem, was man macht. Und uns macht es Freude. Wir denken sogar: Würden es hundert oder zweihundert werden, dann würde es noch effektiver. Wir machen das mit der Familie zusammen und das geht ruckzuck.

*Die meisten Leser drucken sich ja die Hefte selber aus oder lesen sie am Bildschirm.*

Letztendlich ist das Selberausdrucken teurer als die 48,00 Euro, die sie beim Abo im Jahr bezahlen. Wenn

man die vierzig Seiten rechnet, die zwölf mal im Jahr ausgedruckt werden, dann werden schon zwei oder drei Patronen dafür verbraucht. Allein die Tinte ist teurer, als wenn sie es gleich abonnieren würden. Wir kaufen ja Papier und Tinte wesentlich günstiger ein, als es ein Privatmann macht. Die Tinte für den Computerdrucker wird ja in ganz kleinen Häppchen verkauft. Da hat man mehr Plastik, das anschließend weg geworfen wird, als Inhalt. Unsere Toner sind dagegen riesig! In einem Toner für den Privatverbrauch ist weniger drin als in einer kleinen Parfümflasche – das heißt: Der Toner ist teurer als ein teures Parfüm! Das Prinzip der Hersteller ist ja, dass sie die Drucker billig verkaufen und ihren eigentlichen Gewinn mit den Tonern machen.

Und was das Bildschirmlesen anbetrifft, so ist es doch etwas ganz Anderes, so ein Heft in der Hand zu haben. Es ist ein anderes Lesen und ein wesentlich sinnlicheres Vergnügen.

*Was druckt Ihr denn sonst noch alles?*

Wir machen alles Mögliche, das wir zum Drucken bekommen. Wir bereiten die Drucksachen vor, und dann werden



sie gedruckt. Je nach dem, wie groß die Menge ist, entweder in der Offsetdruckerei bei meinem Schwiegervater, oder die kleineren Mengen, die sich auf den großen Druckmaschinen nicht lohnen, hier bei uns. Die kleinen Auflagen kann man sehr gut auf solch einem Digitaldrucksystem, wie wir es hier haben, drucken. Wir drucken Kataloge, Postkarten, Sterbekarten, Prospekte usw..

Die meisten Leute kommen mit einer fertigen Gestaltung zu uns, die sie selber am Computer gemacht haben. Wir setzen dann nur noch ihre Ideen um.

*Du könntest also auch für Kunden arbeiten, die weiter weg wohnen?*

Die meisten unserer Kunden wohnen weiter weg. Wir bekommen das dann entweder über E-Mails oder Post zugeschickt. Jedoch ist es, wenn wir etwas machen, oft auch sinnvoll wenn man sich einmal trifft. Es ist immer gut zu wissen, wie der Kunde denkt, was er braucht, was er macht usw.. Ich habe da zum Beispiel eine Grafikerin aus Augsburg, die bei uns drucken lässt. Wir haben uns anfangs ein paar Mal getroffen und inzwischen wissen wir, wie sie ihre Sachen haben will. Will sie lieber kräftige Farben, mag sie es lieber elegant oder schlicht – und wenn dann wieder ein Auftrag von ihr kommt, dann weiß ich von vornherein, was sie will. Das ist, wie wenn Du zum Schreiner gehst und sagst: „Machen Sie einen Schrank!“ Der muss ja wissen, ob Du es lieber etwas rustikaler willst oder schlicht, ob Du Verzierungen magst, oder lieber ganz modern und gerade. Wenn er das nicht ganz genau weiß, dann macht er es wahrscheinlich falsch.

*Wir waren im letzten Herbst auf einer Kunstausstellung im Museum in Krumbach und haben dabei festgestellt, dass Ihr den Katalog dafür gemacht habt. Und es wurde während der Laudatio lobend erwähnt, wie gut Ihr das umgesetzt habt, weil das gar nicht so einfach gewesen sei, die Farben im Katalog entsprechend der Kunstwerke genau hinzubekommen.*

Ja, das war wirklich nicht einfach. Unser Auge nimmt ja Farben erheblich differenzierter wahr, als eine Maschine. Ich habe dafür viele Experimente machen müssen, bis die Farbe im Prospekt genau der Farbe der Bilder entsprach. Aber gerade das sind ja die Herausforderungen, die Spaß machen.

*Was hast Du sonst noch für Interessen?*

Das ist schwer zu sagen, denn ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht! Fast alles, was ich mache, hat damit zu tun. Fotografieren geht da ja mit rein usw.. Das rechne

ich mit dazu. Ich habe Spaß an all dem elektronischen Spielzeug. Ich bin gelernter Elektroingenieur.

Außerdem schreiere ich gerne. Wenn man den ganzen Tag am Bildschirm sitzt, da ist es zum Ausgleich mal gut, etwas Richtiges in der Hand zu halten. Das ist aber auch das Schöne am Drucken. Man hat etwas gemacht, was man anfassen kann. Wenn man nur am Computer klickt und das ist anschließend alles gespeichert, das ist so unreal. Da ist Schreibern schon etwas ganz Anderes.

Segeln ist für mich noch etwas, was ich liebe. Deshalb habe ich mal den Segelschein gemacht. Allerdings ist das auf den Urlaub beschränkt. Segeln ist für mich etwas ganz Besonderes, so ohne Motor, ohne Strom, ohne alles – Natur pur! Man sitzt dann auf dem Wasser, unter einem riesigen Segel und hört außer den Wellen nichts mehr. Und wenn man diese Kraft dann spürt, vom Wind und von der Thermik, und wenn es dann hoch zieht oder das Schiff sich dann plötzlich so schräg rein legt und Du fährst dann über den See geradeaus und man hört nichts mehr außer Wind und Wellen, das ist irre! Das ist absolut faszinierend. Leider aber sehr teuer.

Ski laufen unter der Woche ist auch noch schön, Wenn nicht so viel los ist. Steht man oben auf den Bergen und schaut hinunter ins Tal, vor sich die weiße Pracht des Schnees, das ist schon beeindruckend. Auch hier genieße ich dann die Ruhe.

*Um noch einmal auf den GartenWeden zurück zu kommen, welche Themen gefallen Dir besonders am GartenWeden?*

Also, ich bin ja kein Gartenmensch – das ist eher meine Frau. Die Ulli liest ihn komplett: Die Themen zum Garten, zur Ernährung und auch alles Andere.

Ich fand in der letzten Ausgabe das Interview mit dem Rebellen vom Lande sehr spannend – eigentlich mag ich grundsätzlich alles, wo über außergewöhnliche Leute berichtet wird. Und es gibt spezielle Themen die ich äußerst interessant finde: Das mit der Numerologie zum Beispiel. Es fasziniert mich, dass Zahlen eine Bedeutung haben. Ich mochte es zum Beispiel noch nie, wenn eine Sieben hinten am Ende des Preises steht, oder ich würde niemals für etwas 419,- Euro nehmen – da wären mir 416,- Euro einfach sympathischer. Ich mach das ganz intuitiv, kann aber nicht erklären warum. Und wenn ich dann lese, dass die Zahlen alle einen tieferen Sinn haben, dann erklärt sich für mich, warum ich so reagiere. Dann freut mich das ungemein.

Ich denke auch, dass unsere Vorfahren das 12er System hatten und dass sie damit viel cleverer waren als wir.

Denn die 12 hat wesentlich mehr mit der Natur zu tun, als unser metrisches System. In Bezug auf die Natur ist unser Dezimalsystem ganz unpraktisch. Das Tolle am metrischen System ist, dass man alles einfach umrechnen kann. Wenn man überlegt, dass zehn mal zehn Zentimeter genau einen Meter ergeben und genauso ein Kilogramm, also, dass Maße, Menge und Gewicht alles zu-



sammen passt, dann hat das auch einen Sinn. Ein Engländer kann zum Beispiel ein Inch niemals auf eine Gallone umrechnen. Die haben damit ein echtes Problem. Aber wenn ich ein Haus baue, so habe ich nach dem Dezimalsystem niemals gerade Maße. Da sind Inch einfach besser. Was vier bis fünf Inch hat, kann man gut in die Hand nehmen, weil das Maße sind, die einfach natürlich sind. Die Schreiner tun sich ziemlich leicht mit ihren Inchen. Wenn die zum Beispiel ihren Tisch nach Inchen machen, dann stimmt das einfach. Und nach dem Dezimalsystem kommt dann so eine Zahl wie 74,5 cm heraus.

Auch unsere Papiermaße sind keine natürlichen Maße. Da gilt kein Goldener Schnitt und nichts. Es ist ein völlig willkürliches Maß. Da hat man eine Papiermaschine gebaut und das Papier kam in einer der Maschine angepassten Größe heraus. Diese Größe bezeichnete man als DIN A 1. Und dann hat man es einfach vier mal durchgeschnitten und das bestimmt nun unsere heutige Papiergröße. Diese Größe hat mit dem Goldenen Schnitt überhaupt nichts zu tun. Wenn Kunden zu mir kommen und etwas Schönes gestaltet haben wollen, dann richte ich die Maße lieber nach dem Goldenen Schnitt aus. Wenn die Leute dann zu mir kommen und ich ihnen zwei Vorschläge vorlege: Einen nach unserem DIN-Maß und einen nach dem goldenen Schnitt, dann greifen fast alle nach der Vorlage, die nach dem Goldenen Schnitt bemessen ist. Sie nehmen das in die Hand und sagen: „Das ist viel schöner.“

Angefangen hat alles mit dem Architekten, der unser Haus entworfen hat. Vorher hatte ich mich damit noch nie beschäftigt. Der fragte uns zuerst nach unseren Geburtsdaten! Er hat viele solche Dinge mit einbezogen

und ich fand das äußerst spannend. So etwas hat uns ja in der Schule niemand erzählt. Da hast Du studiert und niemals von solchen Dingen gehört. Der Architekt nahm dann zum Beispiel Pyramidenlängen und den Durchmesser der Sonne und richtete die Maße entsprechend aus. Die Fenster sind im Goldenen Schnitt, die Fenster sind überall gleich und er hat auch darauf

geachtet, dass die Terrassentüren von den Proportionen her zu den Fenstern passen. Man sieht ja oft bei Häusern, dass die Fenster einfach nicht zueinander passen, weil ihre Maße so unterschiedlich sind. Unser Büro hat er in einem anderen Schnitt gebaut als die Küche, weil er gesagt hat: „Deine Frau ist ja kleiner und wir passen die Maße dem an, der dort hauptsächlich tätig ist.“ Für meine Frau sind nach dem goldenen Schnitt andere Proportionen angenehmer als für mich. Hier im Büro wurde so als Grundlage 1,62 m genommen und drüben in der Küche ist die Grundlage 1,58 m. Die Proportionen des Menschen sind im goldenen Schnitt und alles, was im goldenen Schnitt ist, kommt uns vertrauter vor. Und wir empfinden es als schöner.

*Dein Haus ist mir übrigens sofort aufgefallen, als ich zum ersten Mal hier vorbei fuhr und ich noch nicht wusste,*



*wer darin wohnt. Es gehört zu den Häusern die mir gleich auffallen, zumal ich Holzhäuser sowieso sehr gerne mag. Aber es war mehr als nur ein Holzhaus, das mir auffiel.*

Unser Architekt hat mir einmal gesagt, dass er sofort weiß, was für Menschen in einem Haus leben, wenn er Haus und Garten sieht. Es ist die Art des Hauses und auch die Gestaltung des Gartens, die sehr viel über die Menschen verrät.

*Ich denke, dass alles, womit wir uns umgeben und alles, was wir tun auch auf energetischen Wege sichtbar ist. Und Menschen, die dafür offen sind, spüren das. Man spürt es auch an den gedruckten Ausgaben des GartenWEden, dass alle, die damit beschäftigt sind, es mit Liebe machen.*

Eine Leserin hatte mich übrigens mal angefragt, warum ich kein Recycling-Papier für den GartenWEden nehme. Die Frage ist berechtigt. Und es gibt ja heute auch schon ganz gute Qualitäten bei Recyclingpapieren. Aber sie sind bei meinem Digitaldrucker nicht problemlos zu verwenden. Und wenn ich dafür immer wieder mal Jemanden vom Service kommen lassen muss, weil der Drucker nicht mehr richtig läuft, dann ist der Umwelteffekt, den ich durch das Umweltpapier habe, längst wieder weg, weil der Servicetechniker ja nicht hier um die Ecke wohnt und entsprechend viel Benzin verfahren muss.

*Der GartenWEden ist ja kein Heft, wo mindestens die Hälfte des Heftes mit Werbung vollgestopft ist und das man nach dem Lesen irgendwann weg schmeißt. Ich würde ihn eher mit einem Buch gleichsetzen, in das ich immer mal wieder rein schaue. Und dann ist das haltbarere Papier auch angebracht – so sehe ich es jedenfalls.*

*Lieber Gerd, ich danke Dir für das interessante Gespräch.*

*Das Interview führte Christa Jasinski*



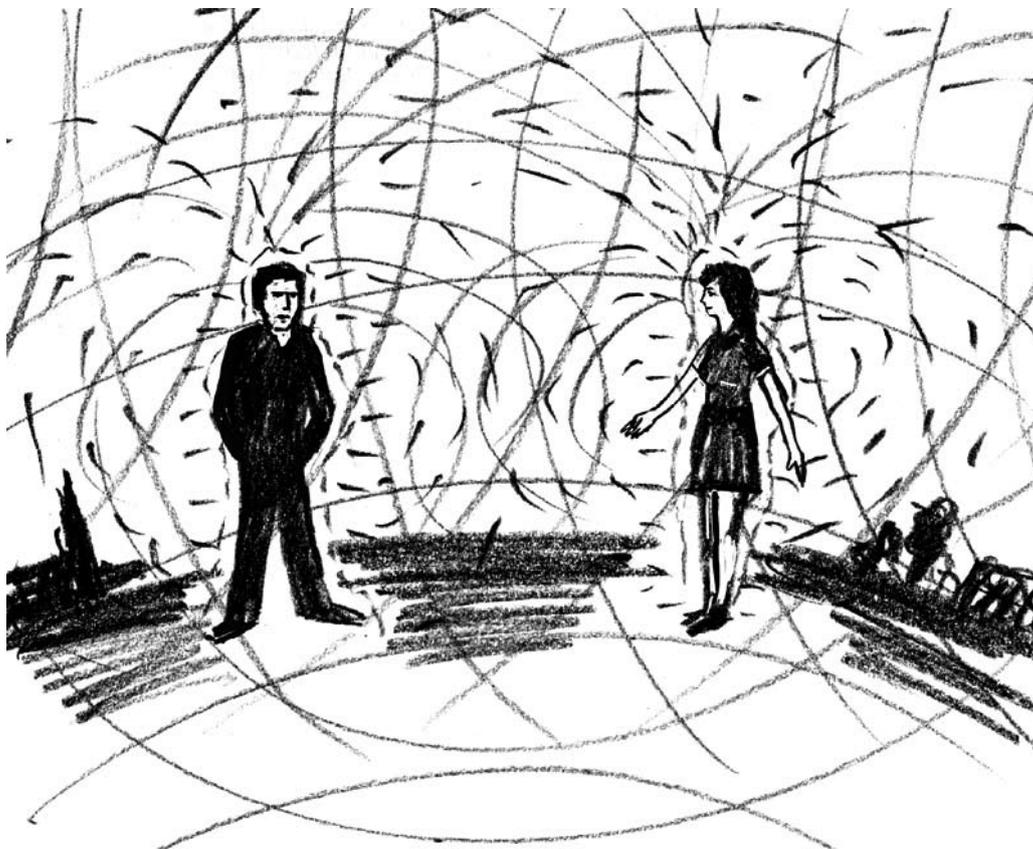
## Lebenskünstlerisches

### Mein Rezept zur Erlangung von Gesundheit und Zufriedenheit

1. Fernsehapparat raus werfen und Zeitungen abbestellen. (Natürlich nicht GartenWEden und Ähnliches)
2. Sich vom Ballast befreien. Dabei keine nützlichen Sachen wegwerfen, sondern einlagern.
3. Sich auf dem Land ein kleines altes Lehmhaus suchen mit großem Garten und/oder Feld.
4. Ansprüche auf Luxus runter schrauben. Intakte Öfen, ein Bad und ein 80-Liter-Boiler sind genug.
5. Mit Rotkalkglätte renovieren. Das ist kostengünstig, haltbar, ungiftig und schön. EMs zusetzen. Bonus: Ein gesundes Raumklima – schiefe Wände und sonstige Unebenheiten sind kein Problem. Lehm gibt's auch umsonst.
6. Rustikale alte Möbel, Geschirr, Dekogegenstände auf Flohmärkten, in Sozialkaufhäusern und Möbelbörsen besorgen. Das Haus mit Kräuterbüschen, Ährenkränzen und alten Bildern schmücken. Einen persönlichen Haussegensspruch ausdenken und im Flur anbringen.
7. Nahrung auf dem Ofen kochen – zumindest im Winter. Schmeckt besser! Etwa über 50% Rohkost in die Ernährung einbauen. Möglichst aus dem eigenen Garten essen und „Smoothis“ täglich trinken. Und kein Fleisch mehr essen!!!
8. Dem Garten eine lebendige Gestalt geben. Bereiche für Wildtiere lassen und den Samenkatalog vom „Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt“ bestellen.

Beate Schipke





## Informatives

### Morphofeld-Akashafeld

Immer wieder tauchen diese beiden Begriffe auf, und viele Menschen wissen nicht richtig etwas damit anzufangen. Häufig werden sie auch verwechselt oder als Gleiches angesehen. Dem ist jedoch nicht so.

Rupert Sheldrake war es, der zum ersten Mal den Begriff morphogenetisches Feld benutzte, aber auch schon der schweizer Tiefenpsychologe C. G. Jung beschrieb mit seinem „kollektiven Unbewussten“ ein ganz ähnliches Modell.

Morphogenese bedeutet die Entstehung von Form. Das Wort ist abgeleitet von den griechischen Wörtern morphé = Form und génesis = Erzeugung, Entstehen.

Rupert Sheldrake entdeckte Zusammenhänge in der Natur, die sich nur durch solche Felder erklären lassen und stellte sie erstmalig in seinem Buch: „Das schöpferische Universum“ vor. Später entwickelte er seine Erkenntnis dieser Felder in seinem Buch „Das Gedächtnis der Natur“ weiter.

Morphogenetische Felder nehmen Gestalt an. Sie entwickeln sich wie Organismen. Sie haben eine Ge-

schichte und enthalten ein immanentes „Gedächtnis“. Jedes Feld ist dabei Teil einer größeren Familie von Feldern. Morphische Felder sind, genauso wie die bereits anerkannten Felder der Physik, Einflussgebiete in der Raum-Zeit.

Beim morphogenetischen Feld handelt sich um eine Art umfassendes Bewusstseinsfeld der Erde, der Matrix oder Blaupause, aus der alles gestaltet wird, aus dem Informationen aufgenommen werden können, das aber auch als mentale Verbindungsebene zwischen zwei oder mehr Menschen dient.

Die meisten parapsychologischen Phänomene, die unsere Wissenschaftler nicht erklären können, lassen sich durch die morphogenetischen Felder sehr gut darstellen. Einige Beispiele:

- Die meisten Mütter spüren zum Beispiel, wenn es ihrem Kind schlecht geht, auch wenn sie weit von ihm entfernt sind.
- Wir denken an einen ganz bestimmten Menschen und im diesem Augenblick klingelt das Telefon und dieser Mensch ist am Apparat. Wir haben es über das ent-

- sprechende morphogenetische Feld aufgenommen.
- Wir denken verstärkt an einen Menschen und haben ein ganz ungutes Gefühl dabei. Später erfahren wir, dass dieser Mensch entweder schwer krank, oder gar gestorben ist.

In all diesen Fällen „spüren“ wir diese Phänomene, weil wir durch ein morphogenetisches Feld miteinander verbunden sind. Auch das Phänomen, dass zum Beispiel ein Hund weiß, dass sein Herrchen auf dem Weg nach Hause ist, schon lange, bevor er den Schlüssel in die Haustüre steckt, ist durch die morphogenetischen Felder erklärbar. Die Tatsache, dass lange, nachdem bestimmte Pflanzen als ausgestorben gelten, diese plötzlich irgendwo wieder erscheinen, ist durch diese Felder bedingt, denn dort ist alles, was auf der Erde einmal existierte, gespeichert und es ist durch unsere Gedanken daran auch wieder reproduzierbar.

Es gibt immer mehr Menschen, die ganz bewusst ins Morphofeld schauen können und daraus Informationen beziehen. Ein früherer Freund meines Mannes war Morphofeldforscher, und er hat uns immer wieder damit verblüfft, dass er, wenn er bei uns anrief, stets wusste, was wir genau machen. Er sah es durch das Morphofeld. Zum Beispiel sagte er: „Du sitzt am Computer und schreibst und Deine Frau ist in der Küche und backt Kuchen.“ In dem Augenblick war es so: Mein Mann schrieb gerade an einem Artikel, während ich in der Küche ein Brot buk. Das könnten Skeptiker noch mit Zufall erklären, aber es gab Aussagen, die nicht mehr durch Zufall erklärt werden konnten. So sagte er bei einem weiteren Anruf zu meinem Mann: „Du sitzt gerade draußen im Garten und um Dich herum sehe ich weiße Tücher ausgebreitet.“ Tatsächlich hatte ich auf der Wiese unsere Bettdecken zum Lüften in die Sonne gelegt und mein Mann saß wirklich daneben auf der Bank.

Morphofeldsicht bedeutet in der Regel das Sehen von Bildern. Das kann man lernen. Dazu gehört es, den Körper völlig zu entspannen und auch störende Gedanken abzuschalten, um sich dann auf das zu konzentrieren, was man sehen möchte.

Es gibt ein zweites geistiges Feld, das dem Morphofeld übergeordnet ist. Es ist die Chronik unseres Universums. Es ist auch unsere Verbindung ins göttliche Äon.

Jeder Mensch hat ein kleines, eigenes Energiefeld um sich herum. Wir bezeichnen dies in der Regel als Aura. Dieses Energiefeld entspricht der Seelensignatur des Menschen. Hier ist alles gespeichert, was den Menschen anbetrifft. Dieses Energiefeld hat eine Verbindung durch das Morphofeld hindurch in das Geistfeld Akasha, die Chronik des Universums – es ist auch unsere Verbindung

zu Gott. Da die Akashachronik oder das Akashafeld ein rein geistiges Feld ist, ist es auch ausschließlich über unseren Geist erfahrbar. Der Mensch kann lernen, im Akasha zu lesen. Das ist ein rein geistiger Akt – es ist ein Denken, jedoch kein intellektuelles Denken, sondern ein intuitives! Die Intuition gilt es zu stärken, wenn man im Akasha lesen will. Die meisten Menschen können deshalb nicht mehr im Akasha lesen, weil sie verlernt haben intuitive Dinge wahrzunehmen. Uns wurde ja schon von ganz klein an jeder intuitive Gedanke ausgetrieben – es ist nicht beweisbar. Und alles, was nicht beweisbar ist, existiert nicht. Sowohl wir, als auch unsere Kinder, werden einseitig intellektuell gefördert, was in erster Linie die linke Hirnhälfte schult, während die rechte Hirnhälfte, die intuitive, nur noch bedingt gebraucht wird. Um wieder im Akasha lesen zu können, ist es ganz wichtig, wieder zu lernen, alles, was uns, nachdem wir unsere Alltagsgedanken entlassen haben, an Gedanken kommt, erst einmal anzunehmen, selbst wenn sie sich völlig irrsinnig anfühlen. Mit der Zeit wird man erkennen, was uns unser Ego einflüstert – das macht sich ja gerne wichtig – und was aus der Akashachronik bei uns ankommt. Dazu gehört es natürlich, dass man sich vornimmt, sich ins Akasha einzudenken. Mit diesem Gedanken fange ich stets an. Und es gehört ein ganz bestimmtes Thema dazu, über das man etwas wissen will. Denn man bekommt natürlich nur das als intuitiven Gedanken, wonach man auch fragt. Dabei erfährt man immer so viel, wie man auch erfassen kann. Viele Menschen haben Zugang zum Akashafeld, ohne dass es ihnen bewusst ist. Sie haben geistige ‚Ein-fälle‘ und wissen nicht woher sie kommen und in der Regel kommen sie aus dem Akashafeld.

*Christa Jasinski*



## 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...*



**J**uchuuu, es ist alles gut – es hat Entwarnung gegeben! Von was ich rede? Na, vom bundesdeutschen Dioxin-skandal!

Da steht Folgendes in mehreren deutschen Zeitungen:

**„Wochenlang hat der Dioxinskandal Verbraucher, Bauern und Politik in Atem gehalten. Nun zeichnet sich immer deutlicher ab, dass wohl keine Gefahr bestand. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat Entwarnung gegeben.“**

*Die in Eiern und Schweinefleisch festgestellte erhöhte Konzentration des Umweltgiftes war höchstwahrscheinlich ungefährlich, teilten die Wissenschaftler am Mittwoch (26. Januar) auf der „Grünen Woche“ mit. «Aus meiner Sicht: Keine Sorgen machen, sondern bunt und lecker weiteressen», empfahl Institutspräsident Andreas Hensel den Verbrauchern. Dioxin sei in allen Lebensmitteln enthalten. Jeder Mensch nehme täglich Spuren von Dioxinen auf. Und Blablabla...*

Da werden sich aber die tausende Bauern freuen, wenn sie nun entschädigt werden müssen, weil man ihnen zu Unrecht ihre Zuchtanlagen gesperrt und viele Tiere gekeult hat. Und auch die Futtermittelhersteller haben ja nichts Schlechtes getan, denn ein „bissel Dioxin“ hat noch keinem gar nie nicht niemals nicht geschadet, gelle.

Was haben sich die Medien eigentlich dabei gedacht, als sie damals empört darüber um die Wette schrieben, dass das Dioxin im Tierfutter dem Menschen schaden würde und es ein Verbrechen sei, so was nicht im Keim zu ersticken? Und warum regten sich Politiker dermaßen über den „Skandal“ auf, wenn es nun doch keiner war? Waren denn die gesamten Messergebnisse falsch, weil die Höchstgrenzwertigkeit vielleicht völlig falsch eingestellt wurde? Oder hat sich der Mensch vielleicht in den letzten Wochen dermaßen rasant orga-

nisch umgestellt, dass er jetzt solche Gifte sogar braucht – sie für ihn gerade das *i*-Tüpfelchen im Geschmacks- und Genussbereich ausmachen?

Fragen über Fragen. Und sie wurden mit obigem Artikel geradezu in einer fast schon erleuchteten Artikulierung, unter Zuhilfenahme von Wissenschaftlern und „Risikobewertern“ beantwortet – wie man sich den Anschein geben will.

*„Die teils erregte Debatte über den Dioxinskandal beruht aus Sicht Hensels auf einem Missverständnis. Die Werte für Dioxin-Höchstgehalte seien keine toxikologischen Grenzwerte – liegen also noch unter dem Wert, an dem eine Gefährdung beginnt. Dieses Missverständnis ist in den vergangenen Wochen sehr intensiv gepflegt worden. Zugleich verweist das Institut auf die Bedeutung von Grenzwerten“*, heißt es da noch lapidar. Ja, wenn der Hensel – wer und was ist der eigentlich? – das sagt, muss es auch Gretel begreifen, nicht wahr.

Ich habe mal recherchiert: Andreas Hensel ist der Präsident des Bundesinstituts für Risikobewertung. Also so einer, der nach Gutdünken bewertet, wann etwas zu einem Risiko wird; ein Institutsstochastiker also, der wie selbstverständlich Statistiken erstellen darf, bis sie ins Konzept passen und sie zur Norm werden.. Bei Präsidenten bin ich immer gleich vorsichtig, denn sie repräsentieren nur das, was ihnen von oben eingeflüstert wird. Dass die Nahrungsmittelindustrie seit langem Hand in Hand mit der Chemie und Pharmazie geht, ist mittlerweile wahrscheinlich dem letzten Dorftrottel bewusst. Und Dorftrottel kann jeder sein, der sich dafür interessiert. Wie hat der frühere amerikanische Präsident George W. Bush gesagt? „Bei uns kann jeder Präsident werden...“.

Aber wie das halt so ist – füttert man den Dorftrottel nur lange genug mit so einer Nahrung, ist ihm alles egal, er verleugnet sein Wissen und seine Natur wie ein Junkie, der alles für seinen nächsten Schuss tut. Und solche „Dumm-Dumm-Geschosse“ vermehren sich denn auch noch, so dass der sich bewusst ernährende Mensch mittels biologischen Lebensmitteln auch noch gegen sie verwehren muss. Wissen Sie, was die Steigerung von „Dumm-Dumm-Geschoss“ ist – ich weiß es: Institutspräsident Andreas Hensel. Der hat wohl das

Dioxin literweise gesoffen und lallt sich jetzt durch die bundesweite Manipulationspresse – man hat ja sonst nie was zu sagen, nicht wahr.

Natürlich bin ich nicht (!) sarkastisch, denn ich richte mein Augenmerk stets in die positive Richtung. Wenn mich dabei jedoch aus den Augenwinkeln etwas anspringt, wende ich meinen Blick dieser Richtung zu und erforsche das erst mal, bevor ich meinen eigenen persönlichen Blickwinkel wieder nach vorne richte. Man kann jetzt sagen, ich lasse mich ablenken und ich sollte mich anderen Dingen zuwenden. Aber mir begegnen viele „andere Dinge“, so dass sich mein Weg immer aufteilt, wie ein Baum mit vielen Ästen und Blättern – dennoch sehe ich den Gesamtbaum und seine Beschaffenheit vor mir. Tja, mindestens ein Ast in diesem Baum ist morsch – den darf ich herauschneiden und auch kommentieren, wie ich das mache, gelte... Und zumeist sagen mir jene Menschen, ich solle mich nicht mit solchen Dingen befassen, denen es peinlich ist, wenn ihr eigener Mist als verseucht aufgedeckt wird. Ginge ich meinen Weg nur geradlinig vorwärts, entstünde in meinem Leben weiter nichts als ein kahler Stamm ohne Äste und Blätter. Stellen Sie sich mal vor, die Erde wäre nur mit solchen Stangen versehen – stimmt, das wäre schlicht öde! Da liebe ich mir unsere schönen verästelten Bäume voller Leben und Möglichkeiten – auch, wenn da mal ein paar faule Äste dabei sind.

Zurück zum Thema – Dioxin ist also überall enthalten, so suggeriert man uns. Dass es ein chemisch erzeugtes Produkt ist, das in der Natur so nicht vorkommt, wird geflissentlich verschwiegen. Wenn also Dioxin überall drin ist, dann haben die Chemiekonzerne dafür gesorgt, dass die Natur mittels solcher Gifte kontaminiert wurde. Alleine das ist ein Verbrechen und auch nicht mit positiven Worten wegzudiskutieren. Wer das dennoch macht, ist in meinen Augen ein Erfüllungsgehilfe der willkürlichen Zerstörer unserer Ernährungsgrundlagen. Und tatsächlich werden immer mehr Menschen sich dieser Tatsache bewusst, weil sich die Erfüllungsgehilfen selber aufdecken. Sie können nicht ihr Schandmaul halten – sie müssen immer über alle ihre miesen und schändlichen Tricks reden, weil sie sonst an ihrem Tun ersticken würden.

Ich finde, dass unsere Zeit- und Geistesqualität immer höher steigt; dass wir alleine kraft unserer Gedanken und Eigenverantwortung diesen miesen Trickbetrügnern das Handwerk legen können. Falls wir das nicht alleine schaffen, wird uns Mutter Erde dabei helfen – dann

wackelt und kracht es eben ein bisschen mehr, werden Landschaften überschwemmt und gereinigt sowie Hinweise gegeben, dass es so nicht mehr weitergehen wird. Gewisse Kataklysmen zeigen sich ja auch schon in Politik und Sozialwesen auf, und wenn das Reinigen so weitergeht, werden ganze Kontinente einer rigorosen Reinigung unterzogen. Kein Mensch könnte es besser und effizienter als unsere Muttererde-Natur“! In diesem Sinne kann uns Dioxin wirklich nicht schaden, wenn wir natürlich leben und das Faultum in der Gesellschaft einfach als für uns irrelevant abtun. Aber Reden sollten wir schon darüber – schließlich wollen wir untereinander auch herzlich verknüpft bleiben.

*Euer Willi*



## Leserbriefe

Die Januarausgabe empfinde ich wieder als gelungen, mehr noch als das und somit möchte ich die Gelegenheit nutzen, mich zu bedanken.

Bedanken bei der Redaktion des Wedenmagazins und all seinen Helfern und Autoren, die es ermöglichen, dieses Werk Monat um Monat herauszugeben, so sich alle, die es wünschen und brauchen, informieren können, Anregungen finden für ihren Alltag und Denkanstöße bekommen um den „Sinn des Lebens“ zu erfahren und für sich zu finden.

Besonders bedanken möchte ich mich bei Christa Jasinski und ihrem Ehemann Alfons Jasinski, die ich beide seit Jahren kenne, die ich lieben und schätzen gelernt habe, wobei ich froh und glücklich bin, seither eine Weile an deren Seite mitgehen zu dürfen.

Als ich damals das Buch von Alfons Jasinski „Thalus von Athos – Die Offenbarung“ las war ich bestrebt, Kontakt mit diesem Menschen aufzunehmen, da ich mich und meine Gedanken, meine Erfahrungen und Hoffnungen in diesem Buch wiederfand. Nach einem kurzem Telefonat mit dem Verlag, welcher mich auf das damals bereits bestehende Forum des Autors verwies und ich mich angemeldet habe, empfing man mich in der herzlichsten Form die ich bisher aus anderen Foren kannte. Beide, Christa und Alfons, nahmen mich sofort in ihre Forenfamilie auf, ich kam als Fremder und wurde sofort als Freund behandelt.

Damals fing ich an, meine persönliche Entwicklung wahr zu nehmen und war manchmal ziemlich chaotisch unterwegs, weil ich entweder zum Einen falsch zuordnete oder überfordert war im Geiste, da sich soviel Gedankenmüll in mir abzeichnete und ich nicht fokussieren konnte, was wichtig ist und unwichtig, man wollte halt erst mal alles wissen. Doch durch diese Beiden bekam ich den Anstoß zu trennen und über mich hinaus zu wachsen, auf mein Inneres zu hören.

Endlich fand ich Menschen mit denen man sich darüber unterhalten konnte, wie man dachte und wie man die Welt sah, hier wurde man verstanden und nicht doof angeguckt, wie es manchmal einem so widerfährt.

Im Grunde ist das Wedenmagazin der Spiegel des Forums, all die Themen wurden und werden hier besprochen, und es ist erfrischend festzustellen, wie doch sich die ein oder andere Meinung eint. Es ist eine Wohltat das Magazin zu lesen, sich seine Gedanken darüber zu machen, über Themen zu sinnieren und in Verbindung des vorhandenen Forums seine entstandene Gedankenflut loszuwerden, Denkansätze zu diskutieren, Tipps zu bekommen und sogar den ein oder anderen eigenen Tipp loszuwerden, welcher dankend angenommen wird. Man

kann sich einbringen in eine Gemeinschaft, die tolerant auf Augenhöhe agiert und die nur ein Ziel kennt: Das Wedische wieder auf unserem Planeten zu manifestieren, Liebe zu geben und vor allem auch in sich auf zu nehmen. Das Magazin gibt meiner Meinung nach Wege und Möglichkeiten vor, im Forum selbst werden diese vorgelebt in Form von Erfahrungsaustausch und der Ideenfindung innerhalb von Gleichgesinnten. Ein kluger Mensch sagte einmal: „Wer die Vergangenheit (auch die eigene) nicht kennt, kann die Zukunft nicht ändern“, und genau diese und viele weitere Erfahrungen durfte ich bereits machen und bin mehr als dankbar dafür.

Für das nun neue Jahr 2011 wünsche ich mir, dass noch mehr gleichgesinnte Menschen in den Genuss kommen sich in dieses Forum zu „verlaufen“ auf ihrem Weg nach der Suche zu sich selbst und dem Sinn des Lebens, welche uns aller All-Tag begleitet. Mögen noch viele Menschen die Erfahrung machen, welche ich in mir aufnehmen durfte bisher.

Auf weiterhin guten Gedankenaustausch, welcher noch viele Jahre anhalten soll nochmals alles alles Gute im Jahre 2011.

LG  
Mark Wolf

*Lieber Mark,*

*vielen Dank für die freundlichen Worte und Dein Lob zu unserem Magazin, das wir jeden Monat mit Freude gestalten. Es ist uns ein Anliegen, Menschen zu erreichen, die ein Interesse daran haben, im Einklang mit der Natur zu leben, und die positiven Rückmeldungen geben uns wiederum Antrieb weiter zu machen.*

*Wir wünschen auch Dir ein fruchtbares Jahr 2011 und viele neue Erfahrungen*

*Liebe Grüße  
Marie-Luise Stettler*

*P.S.:*

*Ich möchte noch eine Bemerkung zu dem bestehenden Forum machen: Es handelt sich um ein geschlossenes Forum und es kann nur eingesehen werden, wenn man sich registriert hat. Wer sich dafür interessiert, möge sich doch via E-Mail ([gartenweden@gmx.de](mailto:gartenweden@gmx.de)) mit der Redaktion des GartenWEden in Verbindung setzen, dort kann er die Internetadresse erfahren.*

Liebe Frau Jasinski,

ich möchte Sie etwas zu Ihrem Artikel zur Freien Energie aus 6/7 2009 fragen. Sie schreiben da über die Drehrichtung des Elektrons, dass eine Drehung im Uhrzeigersinn negativ ist und gegen den Uhrzeiger positiv.

Ich bin bisher davon ausgegangen, dass es umgekehrt ist. Z.B. bei der Drehung von Wasser. Rechtsdrehendes Wasser soll das Gesundere sein. Aber vielleicht hat das eine mit dem anderen auch nichts zu tun? Können Sie mir darüber etwas mehr sagen?

Ansonsten fand ich den Artikel, den ich erst kürzlich gelesen habe, sehr passend, da ich mich gerade mit Quantenphysik und den Möglichkeiten, damit schnelle Heil- und Transformationserfolge zu erzielen, beschäftige. Es gibt in Deutschland Seminare, in denen man den Umgang mit Matrix-Transformation lernen kann. Sicher eine gute Ergänzung zur Germanischen Heilkunde.

Alles Gute im Neuen Jahr wünscht Ihnen  
Beatrix Ullrich

*Liebe Frau Ullrich,*

*wenn Menschen vom rechtsdrehenden Wasser sprechen, dann hat das mit der Elektronen- oder Atombewegung des Wassers nichts zu tun. Es geht hierbei überhaupt nicht um die Drehung des Wassers.*

*Der Begriff rechtsdrehendes oder linksdrehendes Wasser kommt aus der Radiästhesie. Es sagt etwas über die Pendelbewegungen aus, wenn man Wasser auspendelt. Das ist deshalb sehr missverständlich. In der Radiästhesie spricht man von rechtsdrehendem Wasser, wenn sich das Pendel, das man über das Wasser hält, rechts herum dreht. Das ist meist bei Quellwasser und sehr reinem Wasser der Fall, und deshalb wird es als Maß für die Qualität von Wasser genommen. Man sagt, dass das rechtsdrehende Wasser für den Organismus besser ist, als das linksdrehende Wasser.*

*Wenn man ein Pendel über unser normales Leitungswasser oder verschmutztes Wasser hält, dann dreht das Pendel meist links herum, und das ist dann nicht mehr so gut für den Organismus.*

*Allerdings denke ich, dass man es nicht grundsätzlich so sagen kann, denn wir haben hier in unserer Gegend zum Beispiel eine Quelle, bei deren Wasser das Pendel links herum ausschlägt und doch ist es ein ganz hervorragendes Wasser, wie uns auch von verschiedenen Seiten bestätigt wurde – wir trinken es seit Jahren und fühlen uns sehr wohl damit. Warum das Pendel bei diesem Quellwasser*

*links herum dreht, kann ich auch nicht sagen. Ein Radiästhesist hat das Wasser mal ausgependelt und von ihm erfuhren wir erst, dass es sich um linksdrehendes Wasser handelt, nachdem wir es schon Jahre lang trinken.*

*Er hat uns aber auch bestätigt, dass das Wasser ansonsten sehr hochwertig ist.*

*Diese Messmethode ist anscheinend nicht so ganz sicher, was die Qualität des Wassers anbetrifft.*

*Liebe Grüße*

*Christa Jasinski*

Liebe Frau Jasinski,  
vielen Dank für die ausführliche Auskunft. Vermutlich schadet nur das wirklich, von dem wir GLAUBEN, dass es uns schadet... (Deshalb bekommen wir auch permanent mitgeteilt, was alles auch wie schädlich für uns ist, man wundert sich, dass wir überhaupt noch leben – grins)

Liebe Grüße und ein Prosit auf alles, was schmeckt!  
Beatrix Ullrich

---

Liebes GartenWeden - Team,

für das Jahr 2011 wünsche ich allen, die diese Zeitschrift mitgestalten, alles Liebe und Gute, viele interessante Themen in dieser bewegenden Zeit und Menschen, die angeregt werden, über ihr bisheriges Wissen und Leben nachzudenken.

Ich selber konnte bisher mein Versprechen, etwas über die „fantastischen Erfolge mit Effektiven Mikroorganismen in Haus und Garten, für Pflanzenwachstum und Gesundheit“ (Buch von Franz-Peter Mau) zu berichten, noch nicht erfüllen. Ich bitte weiterhin um Nachsicht.

Was mich aber vorerst interessiert: Kann ich die Zeitschrift als Druckausgabe bestellen? Zur Zeit fand ich im Internet dazu keine Angabe.

Über eine Antwort würde ich mich sehr freuen.

Mit freundlichen Grüßen  
Christine König

*Liebe Frau König,*

*wir erwarten von Ihnen keinen Artikel, freuen uns jedoch, wenn Sie einmal Zeit dazu finden, über Ihre Erfahrungen*

gen zu schreiben. Die Druckausgabe können Sie bekommen. Überweisen Sie dafür den Betrag für die Anzahl Hefte, die Sie im Voraus bezahlen möchten (4,- Euro pro Heft) auf das Konto-Nr. 819 345 0, BLZ: 720 518 40 bei der Sparkasse Günzburg-Krumbach. Kontoinhaberin ist Christa Jasinski.

Herzliche Grüße  
Christa Jasinski

---

Liebe Frau Jasinski, liebe GartenWEden-Gestalter,

heute, wie versprochen, eine Abhandlung zum Thema Karneval, welche meinen Auffassungen entspricht. Besser und kürzer hätte ich es nicht formulieren können. Der Urheber ist mit einer Weiterverbreitung sicher einverstanden. Die anderen Beiträge im „Heimatboten“ sind auch beachtenswert und sollten weitere Verbreitung finden.

Grundlegend möchte ich mit der Zusendung des Heimatboten an Sie eine neue Verknüpfung zwischen Gruppen schaffen, die alle auf verschiedenen Wegen das gleiche Ziel – die Wiederfindung unseres Urwissens, unserer Urkultur, erreichen wollen.

Ich hoffe, ich kann damit zur Erweiterung der Themenvielfalt im GartenWEden beitragen, so dass sich immer mehr Leser dafür interessieren.

Sehr viele Beiträge über alle möglichen natürlichen Themen würde ich Ihnen gerne nach und nach schicken, wenn es erwünscht ist.

Das nächste Mal mehr.

Licht und Liebe  
Beate Schipke

Liebe Frau Schipke,

vielen Dank für Ihre Zusendungen. Sie sind sehr interessant. Was die Übernahme des Artikels über den Karneval anbetrifft, so machen wir das nur, wenn wir die Zustimmung des Autors schriftlich vorliegen haben. Ich denke, dass es auch nicht Sinn des GartenWEden ist, Artikel aus anderen Zeitungen wörtlich zu übernehmen. Eine Verknüpfung ist sehr gut, wenn es sich um eine Ergänzung handelt: Mehrere gute Zeitungen, die aus unterschiedlicher Sicht Themen beleuchten, denn das bringt erst die Vielfalt. Wir geben gerne den Namen und die Adresse des „Heimatboten“ hier bekannt, so dass sich interessierte Leser diese Zeitung bestellen können: „Der Heimatbote“ A-KLagenfurt, Postfach 1, Tel. (0043) (0)463 220 008-82

E-Post: info@jahrweiser.at, Homepage: www.jahrweiser.at  
Es handelt sich bei dem angesprochenen Artikel um die Ausgabe 1/2009: Die Bedeutung der Faselnächte. In den paar Worten, die wir im Editorial über Karneval geschrieben haben, beziehen wir uns auch auf diesen Artikel, weil er wirklich interessant ist.

Über von Ihnen geschriebene Artikel freuen wir uns immer und über Ihre Bemühungen, uns dabei zu helfen, einen interessanten GartenWEden zu gestalten, sind wir sehr gerührt.

Herzlichen Dank auch für die zugesandten Fotos. Gute Fotos können wir immer gebrauchen.

Wenn uns auch andere Leser Fotos zuschicken möchten, dann am besten gleich an Michael Marschhauser, denn er gestaltet ja das Magazin. Die E-Mail-Adresse von ihm steht im Impressum.

Herzliche Grüße  
Die GartenWEden-Gestalter





Fuchs, Du hast mein Haus gestohlen,  
lass mich wieder rein,  
lass mich wieder rein.  
Du bist hier die Falschbesetzung.  
Das darf gar nicht sein.  
Du bist einfach reingeschlichen  
Was fällt Dir denn ein?

Seh' nur Deine kleine Schnauze  
schaut raus aus dem Loch,  
schaut raus aus dem Loch.  
Hast Du gar kein schlecht' Gewissen.  
Ach verzieh Dich doch.  
Das ist meine Kuschelhöhle  
Ich jetzt darauf poch!

*miraculix*

Foto:  
*Viola Brüggemann, 2010*



„zugefrorener See“  
Foto:  
*Michael Marschhauser, 2009*



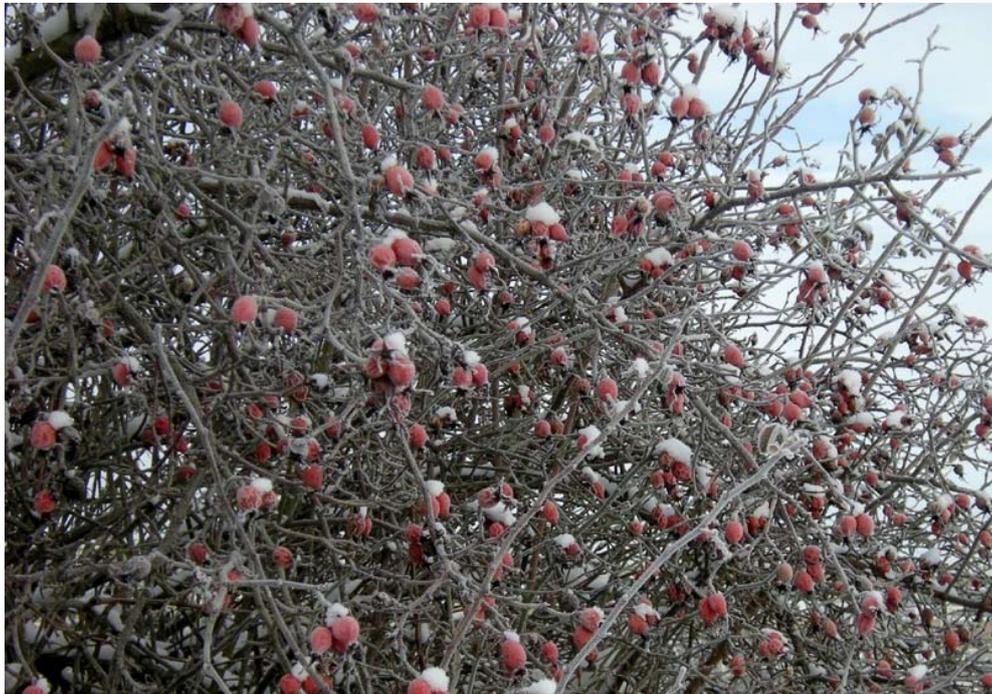
„Thuja im Winter“  
Foto:  
*Michael Marschhauser, 2009*



„Winterlandschaft“

Foto:

*Michael Marschhauser, 2010*



„Hagebutten“

Foto:

*Dagmar Watzinger, 2010*

# Garten **W**Eden

Das wedische Magazin / 25. Ausgabe / Februar 2011

Wir freuen uns schon auf die 26. Ausgabe des GartenWeden im März 2011.



Die Druckausgabe des Garten Weden wird realisiert  
mit freundlicher Unterstützung von

**gerd.krautmacher**  
Druckvorstufe & Digitaldruck

 08281.3047  gerd@krautmac.de