

# Garten Eden

Das wedische Magazin · Ausgabe Nr. 37 / Februar 2012



**Geschichte zum Fortschreiben:** Weda Elysia – Meine Fahrt ins Paradies, Teil 8  
**Interview:** mit den Initiatoren von Weda Elysia • **Einladung:** Weda Elysia Treffen im März  
**Sprachliches:** Disziplin • **Alte Obst- und Gemüsesorten:** Die Elsbeere  
**Nährendes/Rezepte:** Amaranth • **Wildkräuter/Wildpflanzen:** Ginkgo  
**Spirituelles:** Protokolle der Menschen über Engel, Teil 6  
**Spirituelles/Heilendes:** Alternative Heilweisen - Reiki  
**Spirituelles/Vergleichendes:** Exoterik und Esoterik  
**Satirisches:** Willis wahre Weisheiten

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

## Inhaltsverzeichnis

Editorial .....	3
<b>Leserbriefe:</b> .....	4
<b>Geschichte zum Fortschreiben:</b>	
Weda Elysia – Meine Fahrt ins Paradies, Teil 8 .....	6
<b>Interview:</b>	
mit den Initiatoren von Weda Elysia .....	10
<b>Einladung:</b>	
Weda Elysia Treffen im März .....	14
<b>Sprachliches:</b>	
Disziplin .....	15
<b>Alte Obst- und Gemüsesorten:</b>	
Die Elsbeere .....	16
<b>Nährendes/Rezepte:</b>	
Amaranth .....	20
<b>Wildkräuter/Wildpflanzen:</b>	
Ginkgo .....	23
<b>Spirituelles/Vergleichendes:</b>	
Protokolle der Menschen über Engel, Teil 6 .....	26
<b>Spirituelles/Heilendes:</b>	
Alternative Heilweisen - Reiki .....	31
<b>Vergleichendes:</b>	
Exoterik und Esoterik .....	33
<b>Satirisches:</b>	
Willis wahre Weisheiten .....	34
<b>Fotografien:</b>	
Winterimpressionen .....	35

## Impressum

*Herausgeber und Redaktion:*

Christa Jasinski  
christajasinski@gmx.de

*Layout und Umsetzung:*

Michael Marschhauser  
marschhauser@t-online.de

*Erscheinungsweise:* monatlich

*Lektorat:* Marie-Luise Stettler

www.lebensharmonie.ch

*Foto-/Bildrechte:*

Michael Marschhauser:  
S. 3, 23, 24, 25, 26, 35, 36

Marie-Luise Stettler: *Titelbild*, S. 5

Alf Jasinski: S. 20, 21, 22, 28

Fa. Schreinerei Urholz: S. 16, 17, 18, 19

Claudia Güttner: S. 6

Aruna Palitzsch-Schulz: S. 11

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 4,50 Euro im Monat.

Man kann es auch im Abonnement erhalten.

Für 1 Jahr kostet das Abonnement 52,- Euro innerhalb Deutschlands und 72,- Euro nach Österreich und in die Schweiz.

Wer daran Interesse hat, der melde sich bitte unter folgender E-Mail-Adresse:

gartenweden@gmx.de

www.gartenweden.de

Konto-Nummer: 41 719 001

Volksbank Rhein-Wehra

BLZ: 684 900 00

Kontoinhaber: Marie-Luise Stettler

Für Überweisungen aus dem Ausland lautet die

IBAN: DE52 6849 0000 0041 7190 01.

## Editorial

Nun ist es endlich soweit. Unsere Plattform ist online:  
<http://www.weden-community.de>

Karl-Heinz Kast hat viele Stunden damit verbracht, um uns diese Seite zu erstellen und zu gestalten. Ganz herzlichen Dank dafür, lieber Karl-Heinz!

Nun können wir damit beginnen, diese Seite mit Leben zu füllen. Hier können wir uns austauschen über Themen, die uns interessieren, hier können wir unsere Produkte oder Dienstleistungen vorstellen und auf die eigene Homepage hinweisen und hier können wir Dinge verschenken oder verkaufen, die wir nicht mehr benötigen.

Wer mag, kann auch eine kleine Anzeige setzen, die im Wechsel auf der Seite erscheint. Da diese Homepage nicht kostenlos ist, sollten diejenigen, die auf der Seite Werbung für ihre Produkte oder Dienstleistungen machen, dafür eine kleine Spende geben. Ich überlasse es denen, die Werbung machen, wie viel es ihnen wert ist. Sollte dadurch zu wenig herein kommen, müssen wir auf feste Kosten übergehen.

Als Konto dafür kann erst einmal das Konto für die GartenWEden-Abos (siehe Impressum) benutzt werden.

Langfristig wird Karl-Heinz die Administration nicht alleine machen können. Deshalb suchen wir dringend noch Menschen, die sich damit auskennen und die Lust haben, ihn zu unterstützen. Auch Leser, die bereit sind, in einem der Themenbereiche der Seite Administrationsaufgaben zu übernehmen, brauchen wir. Helft uns, damit diese Plattform zu einem Erfolg wird – es ist ja unsere gemeinsame Homepage. Nur anmelden und dann sehen, wie es weiter geht, bringt diese Plattform nicht zum Leben. Nutzt sie so oft wie möglich und viel Spaß beim Reinschauen und Stöbern!

Ich hatte in der Januar-Ausgabe geschrieben, dass ich einen gebrauchten Computer suche und ich bekam kurz darauf von einem Leser einen geschenkt. Vielen Dank noch einmal dafür. Für solche Dinge sollte in Zukunft diese Seite genutzt werden.

Im November letzten Jahres brachte die ARD eine Sendung über die Kleidercontainer, die überall aufgestellt sind. Die Kleidung, die dort landet, erreicht nur in ganz geringem Maße die Kleiderkammern des DRK oder der Caritas. Der Hauptanteil wird geschäftlich vermarktet. Die besseren Sachen kommen in die Second-Hand-Läden sowohl in Deutschland, als auch in Osteuropa. Schlechtere Qualität kommt nach Afrika, wo die Altkleiderhändler inzwischen die dort ansässige Textilindustrie kaputt gemacht haben. Es wird nichts verschenkt, sondern alles verkauft.

Schon alleine aus diesem Grunde ist es besser, wenn wir Sachen, die wir nicht mehr brauchen, hier in Deutschland weiter verschenken, oder für einen kleinen Obolus selber verkaufen. Dazu können wir unsere Seite benutzen. Es gibt auch noch eine weitere Seite, wo man Dinge einstellen kann, die man nicht mehr benötigt: <http://alles-und-umsonst.de/>

Wir wünschen Ihnen nun viel Freude an der Februar-Ausgabe des GartenWEden.

*Die GartenWEden-Gestalter*



## Leserbriefe

Liebe Christa,  
auch Dir/Euch einen guten Start in 's neue Jahr !

„Dein Vater ist der Kosmos.  
Deine Mutter ist die Natur.  
Deine Mitmenschen sind Deine Geschwister.  
Lebe in Harmonie mit den Gesetzen und Kräften des Universums und mit der Natur und Deinem eigenen Wesen.“  
*Banus (Essenermeister)*

Alles Liebe, Steffen aus Stendal.

*Lieber Steffen, vielen Dank dafür von uns allen.*

\*\*\*

Liebe Christa und alle Schöpferinnen und Schöpfer von Garten Weden,  
für das begonnene Jahr 2012 wünsche ich Euch allen, dass Ihr weiterhin so göttlich geführt werdet und noch viele liebevolle, lehrreiche, informative Geist, Herz und Seele berührende und inspirierende „Garten Weden“ kreiert.

Ich habe alle Ausgaben gelesen und es ist mir seit langer Zeit ein Bedürfnis Euch ganz, ganz herzlich für Eure Arbeit zu danken. Ich drucke mir Garten Weden immer 1x aus und gebe es an meine Schwester und viele liebe Freunde und Bekannte weiter. Ganz besonders bin ich von den Geschichten über die Familienlandsitzsiedlung von Maik und Aruna berührt. Schon als Kind habe ich davon geträumt so zu leben.

Jetzt werde ich 60 und es ist bisher leider nur ein Traum geblieben. Vielleicht begegnet mir eines Tages noch der richtige Partner, mit dem ich diesen Traum leben kann. Habe meinen Traum im Kleinen in meinem Garten verwirklicht. Um ins Paradies zu gelangen muss man nicht erst sterben. Jeder, der einen Garten hat, kann sich sein eigenes Paradies erschaffen. Je mehr Menschen das tun, um so mehr kleine Paradiese entstehen. Eines Tages wachsen alle zusammen und wir haben das Paradies auf Erden.

Ich schicke Euch einige Fotos aus meinem Garten und meiner Heimat, dem schönen Erzgebirge, die Ihr gerne für Garten Weden verwenden könnt.  
Ich wünsche Euch und Euren Lieben ein licht- und liebevolle Zeit.

Mit herzlichen Grüßen Petra Hölzig

*Liebe Petra,  
ganz herzlichen Dank für Deine aufbauenden Zeilen. Solche E-Mails spornen uns an, immer weiter zu machen und noch viele interessante GartenWEden-Ausgaben heraus zu bringen. Wir wünschen Dir, dass Du Deinen Herzenspartner noch findest – das geht auch in Deinem Alter sicher noch. Vielleicht befindet er sich ja sogar unter unseren Lesern?*

*Die Geschichte von Maik und Aruna gefällt uns ebenso und das schönste ist, dass sie keine Geschichte bleiben soll. Mehr darüber gibt es in dieser Ausgabe.  
Was die vielen kleinen Gärten anbetrifft, die zusammenwachsen können, so ist das eine wunderbare Vorstellung.*

*Alles Liebe an Dich von allen Gestaltern des GartenWEden*

\*\*\*

Hallo liebe Gartenweden Gestalter!!  
Ich möchte euch hiermit die besten Wünsche zum neuen Jahr 2012 schicken. Möget ihr weiterhin Gesundheit, Glückseligkeit und Freude bei der Gestaltung des GartenWeden haben.  
Ich bedanke mich für eure Mühe und verbleibe mit den herzlichsten Grüßen  
Katrin Pormann!

*Vielen Dank dafür an Dich, liebe Katrin.  
Die Gestalter des GartenWEden*

\*\*\*

Sehr geehrte Frau Jasinski,  
sehr geehrter Herr Krautmacher,  
vielen Dank für die Übersendung eines nochmaligen Exemplares des GartenWeden vom Dezember 2011. Das hat ja prima geklappt. (Ich habe nämlich mein ursprüngliches Dezember-Exemplar verschenkt – denn für mich war es „Weihnachten“. Danke.).  
Haben Sie herzlichen Dank für all Ihren Einsatz (und den der Mitstreiter) und für die jeweiligen freudigen Inspirationen.

Es grüßt herzlich  
Heidi Berwanger

*Liebe Frau Berwanger,  
wir freuen uns sehr, wenn unsere Hefte verschenkt werden. Zeigt es doch, wie sehr sie den Abonnenten gefallen.  
Liebe Grüße von allen, die am Erscheinen des GartenWEden ihren Anteil haben.*

\*\*\*

Liebe Christa,

ich habe eben über "Gier" im Garten Weden gelesen und finde es ganz wunderbar! Gier ist etwas Gutes und ich fühle mich seit eben wirklich sehr befreit, das ist erstaunlich! Die Geschichte von den Zwillingen, von der Du berichtest, hat mich stark an die Geschichten vom „Michel aus Lönneberga“ erinnert. Wir haben einen Michel-Film zu Hause, den wir neulich gemeinsam angeschaut haben. Mit fortschreitender Spieldauer, habe ich mich mehr und mehr geschämt und geärgert, diesen Film überhaupt eingelegt zu haben! Michel ist so ein wunderbarer Junge, der sehr viele Talente hat.

Nicht er ist der Lausebengel, sondern sein Umfeld – bis auf seinen Freund Alfred – ist völlig daneben! Der Vater zieht ihn an den Haaren...

Ich möchte das gar nicht weiter ausführen. Dieser Film, den ich aus meiner Kindheit zum Glück nicht kannte und am besten auch niemals gesehen hätte, hat mich sehr verletzt. Mir kamen die Tränen aus Mitleidgefühl mit diesem überaus klugen und so tapferen kleinen Jungen. Aber so ist das, so werden die Guten unterdrückt und lächerlich gemacht. Weil man sie mit allen Mitteln klein halten muss, dreht und wendet man sie solange, bis man etwas findet, das man anprangern kann und dann werden sie der Öffentlichkeit als Nichtsnutze vorgeführt! Das Gute an dieser Erkenntnis ist allerdings wiederum, dass solche Verdrehungen und Unterdrückungen wohl die längste Zeit gewesen sind. Und es ist mir wirklich ein Rätsel, wie solche Geschichten sich der Beliebtheit von Menschen erfreuen konnten/können, die von sich behaupten, sie würden LIEBEN!

Liebste Grüße  
Anne

*Liebe Anne,  
ich kenne den „Michel aus Lönneberga“ auch. Ich habe diese Filme als Kind sogar recht gerne angesehen. Irgendwie habe ich sie damals aus einem anderen Blickwinkel betrachtet. Sie haben mich dazu gebracht, zu erkennen, dass die Eltern selber auch so in der Gesellschaft eingebunden waren, dass sie aus ihrer Sicht nicht anders handeln konnten. Heute würde ich das als Konditionierung beschreiben – ein Wort, das ich damals noch nicht kannte. Natürlich habe ich auch mit Michel gelitten, habe ihn aber auch bewundert, dass er sich durch all die Verbote und Repressalien nie unterkriegen ließ und selbst dem Eingesperrtsein noch etwas Positives abringen konnte.*

*Irgendwie bekam er dadurch auch etwas Heldenhaftes. Aber ich kann auch Deine Reaktion verstehen. Ein Kind sollte niemals so behandelt werden.*

Liebe Grüße  
Christa

\*\*\*

Liebes GartenWeden-Team!

Jedes Mal freue ich mich riesig auf Eure Lektüre, die mir in holistischem Sinne Inputs und die Gewissheit gibt, dass ich nicht alleine bin mit der Vervollkommnung meines Paradies-Gartens.

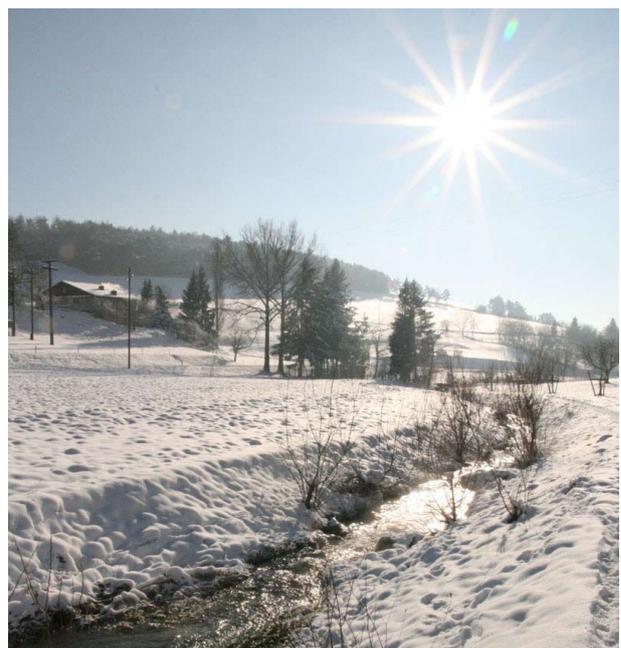
Ganz herzlichen Dank für Euer unermüdliches Engagement und herzliche Grüße  
Sarasvati Schneuwly.

Liebe Frau Schneuwly,

*vielen Dank für das Lob. Ja, wir sind inzwischen schon recht Viele und es werden auch immer mehr, die dabei sind, die Erde wieder in ein Paradies zu verwandeln.*

Liebe Grüße  
Die GartenWeden-Gestalter

\*\*\*



**Geschichte zum Fortschreiben**

**Weda Elysia  
- Fahrt ins Paradies, Teil 8**

**Ein gemeinsamer Nenner**

Langsam glitt ich vom Traum hinüber in die Wirklichkeit. Was für ein schönes Fest. Ich lag mit geschlossenen Augen unter meiner warmen Decke und ließ die Bilder der vergangenen Nacht noch eine Weile durch meinen Geist laufen...

Nun aber aufgestanden! Es war sicher schon recht spät und schließlich hatte ich auch heute wieder Einiges vor.

Während ich frühstückte, beschloss ich, als nächstes erst mal in das Gemeinschaftsbüro hinüber zu gehen und dort meine E-Mails abzurufen. Ich war in den letzten Tagen so in dieses Paradies eingetaucht, dass ich ganz vergessen hatte, dass ich «da draußen» auch noch ein Leben und die eine oder andere Verpflichtung hatte. Ich betrat den Vorraum zu den Büros, zögerte aber kurz, weil ich mir plötzlich nicht mehr sicher war, ob ich hier einfach so hereinplatzen konnte. Ich hob gerade die Hand, um an



der Tür zu klopfen, als die Tür aufging und ein junger Mann, mit langem, zu einem Zopf zusammengebundenem Haar – etwa Mitte zwanzig – in der Tür stand. Einen Moment starrten wir uns verduzt an und mussten dann lachen. „Entschuldige“, stammelte ich, „ich suche diejenigen, die hier im Gemeinschaftsbüro arbeiten. Ich wollte nachfragen, ob eventuell die Möglichkeit besteht, dass ich hier mal meine E-Mails abrufen kann.“ Der junge Mann lachte freundlich. „Na dann bist Du bei mir richtig. Ich bin Julian. Ich kümmere mich um alles, was über das Internet läuft – nach innen und nach außen. Hier!“ – Er öffnete eine Tür: „Hier sind drei Computerplätze, die von den Bewohnern und von unseren Gästen genutzt werden können.“ Der Raum war zwar klein, aber genauso angenehm eingerichtet, wie die größeren Büros, die mir Mark schon gezeigt hatte. Julian ging an einen der Rechner, startete

ihn und loggte mich ein. „So, jetzt kannst Du loslegen. Ich gehe wieder nach nebenan, ich habe einige Änderungen an unserer Webseite zu machen.“ Ich schaute erstaunt. „Ihr habt eine Webseite?“ „Natürlich, warum auch nicht? Wir nutzen diese Hilfsmittel immer noch in dem Rahmen, wo sie sinnvoll sind, z.B. können wir so intern Informationen austauschen oder es können sich Menschen, die erst mal grundsätzlich an der Idee der Familienlandsitze interessiert sind, auf unserer Internetseite informieren, ob sie auch mit dem, was wir hier als «Den gemeinsamen Nenner» bezeichnen, übereinstimmen und das so leben möchten.“ „Das ist interessant und einleuchtend“, sagte ich. „Wo kann ich «Den gemeinsamen Nenner» nachlesen, von dem du da gerade gesprochen hast?“ Julian tippte eine Webadres-

se ein, klickte auf «enter» und wies mit einer Handbewegung zu dem Stuhl am Computer. „Bitte schön, viel Spaß beim Lesen.“ Lächelnd verließ er den Raum. Meine E-Mails waren vergessen. Ich setzte mich und begann zu lesen, besser gesagt, mich zu orientieren. Da ich es gewohnt war, mit diesem Medium zu arbeiten, hatte ich schnell einen Überblick und klickte mich durch die Infos. Vieles hatte ich ja schon von einigen Bewohnern erfahren, aber hier alles noch mal im gesamten Kontext

zu sehen verblüffte mich dann doch. An einem Button blieb ich hängen: «Der gemeinsame Nenner». „Aha, wollen doch mal sehen...“ murmelte ich vor mich hin. Völlig vertieft in die Lektüre merkte ich nicht, dass Julian neben mich getreten war. „A-hm, entschuldige bitte!“, hörte ich nur und blickte halb erschrocken auf. „Möchtest du etwas trinken?“ „Wie?...Oh ja gern, ein Wasser bitte“, sagte ich. „Falls du dir etwas ausdrücken möchtest, kannst du das gerne tun.“ Ich nickte. „Gute Idee, dieser Text hier ist wirklich sehr interessant, ich verstehe noch nicht alles,... aber sehr interessant. Den werde ich mir ausdrucken.“ Julian stellte mir ein Glas hin und füllte es mit klarem kaltem Wasser. Der Drucker spuckte unterdessen 3 Blätter aus, die in einen Weidenkorb fielen. Hm, warum war ich noch hier?...Ah ja, E-Mails checken. Nun, da stand nichts, was mich von hier weglocken konnte. Ich grinste über

meine eigenen Gedanken. Junge, Junge dich hat's ja voll erwischt. Na dann wollen wir doch mal alles lesen. Ich griff mir die Ausdrucke, lehnte mich zurück und las:

### **Der gemeinsame Nenner für Weda Elysia**

Vom ersten Entwurf bis zur heutigen gültigen Fassung dieses gemeinsamen Nenners ist viel Zeit ins Land gestrichen. Es war und ist ein Prozess, den wir stetig weiter vervollkommen für ein neues Miteinander. Die Früchte unseres Tuns geben Zeugnis von dem Weg, den wir gehen, um das Paradies auf Erden für jeden Menschen zu ermöglichen.

Das Buch zum Mitdenken & Mitschreiben „Fahrt ins Paradies“, welches die Siedlung Weda Elysia beschreibt, wurde 2 Jahre vor der Gründung geschrieben und bildet noch heute eine Grundlage für unseren gemeinsamen Nenner.

Der gemeinsame Nenner aller Familienlandsitzgründer dieser Siedlung bündelte die einzelnen Glaubensstränge und wob sie zu einem starken Glauben, deren einzelne Fäden, wie bei einem schönen Teppich, unserer Siedlung Gestalt verlieh und es uns ermöglichte die Vision in die Realität zu wandeln.

*„Ideologien und Dogmen eines sozialen Miteinanders haben wir durch einen Paradigmenwechsel im Bewusstsein ersetzt, so dass jeder Bewohner von Weda Elysia seine Individualität zum höchsten Wohle aller lebt. Führungspersönlichkeiten weichen der Führung des Herzens und Rollenspiele des Egos verblassen durch die Entfaltung der Seele und des wahrhaften inneren Selbst. Dies erschafft den Raum für neue Energie im Denken, Handeln und Sein, harmonisch und paradiesisch für alles Leben.“*

### **Gemeinsamer Nenner für 1 ha Land**

*Jede Familie ist für ihren Hektar mit angrenzenden Wegen selbst voll verantwortlich. Die Verschönerung und Vervollkommnung des uns übertragenen Landes ist unser Anliegen. Gleichzeitig ist es Lebens- & Schaffensraum für mehrere Generationen. Dieses Land nährt Körper, Geist und Seele auf vollkommene, natürliche Weise.*

- Ein lebendiger Zaun aus Bäumen und Sträuchern markiert die Grundstücksgrenze in bunter Vielfalt. Sie schenkt uns Früchte, Nüsse, Brennholz und Baumaterial, dient vielen Tieren als Nahrungsquelle, ist Nistplatz & Unterschlupf.
- Die Hälfte bis 2/3 der Fläche ist mit Mischwald bepflanzt. So entsteht nach und nach ein natürlicher Waldgürtel, der die Landsitze verbindet, die Lichtungen vor Witterung schützt, kleinen und größeren Tieren Schutz und Nahrung bietet.
- Ein natürlich angelegter Teich und ein Brunnen auf jedem Landsitz, gewährt in bester Qualität die Wasserversorgung für Pflanzen, Tiere und Menschen. Eine Schilfkläranlage

reinigt die Abwässer und führt sie gereinigt dem natürlichen Kreislauf wieder zu. Komposttoiletten machen Abscheidetechniken überflüssig und sorgen für besten Dünger.

- Der Garten zur Selbstversorgung, ergänzt durch Beerensträucher und viele verschiedene Obstbäume, stellt die Grundversorgung für jede Familie. Mehrerträge können mit benötigten Waren, Dienstleistungen, Zeitwertscheinen oder fließendem Geld getauscht werden.
- Tiere leben gemeinsam mit den Menschen frei auf dem Landsitz, bis zu ihrem natürlichen Tod. Ihrer natürlichen Bestimmung folgend, helfen sie uns in vielen Lebensbereichen. Wir verwenden nur das, was sie uns freiwillig zur Verfügung stellen im Austausch unserer menschlichen Liebe und Aufmerksamkeit.
- Haus und Nebengebäude, bestehend hauptsächlich aus den natürlichen Materialien der näheren Umgebung und in handwerklicher Kunst mit liebevollen Details gebaut, werden ständig weiter verschönert. So bietet es den hier lebenden Menschen ein gemütliches Heim für Generationen.
- Die Grundfläche des Wohnhauses und der Nebengebäude zusammen, beträgt weniger als 200 m<sup>2</sup>, in max. 2 Ebenen
- Die Energieversorgung erfolgt dezentral über 12V Technik in der Übergangszeit durch Kleinstwindräder, Solarpanels, Wasserkraft, Wärmetauscher und langfristig durch die Nutzung Freier Energie.
- Internet und Telefonanschluss sind über eine zentrale drahtlose Verbindung über das Zentrum möglich.
- Durch ständige bewusste Entwicklung unserer mentalen Fähigkeiten, welche wir durch unsere Ernährung und Lebensweise stetig unterstützen, sind wir in der Lage mehr und mehr ohne technische Hilfsmittel (z.B. Telefon) unser Leben weiter zu vervollkommen und uns dem schöpferischen Sein zuzuwenden.
- Ein Familienlandsitz ist nur durch Vererbung auf die eigenen Nachkommen übertragbar.
- Sollte länger als ein Jahr, keine Nutzung des Landes erfolgen, wird dieses zur Neubesiedlung durch den Rat freigegeben.

### **Gemeinsamer Nenner zum neuem Miteinander aller Bewohner**

- Durch klare Konsensbeschlüsse der Ratsversammlung werden, selbstständig und verantwortungsbewusst, gemeinsame Projekte innerhalb des Dorfes geplant und realisiert.
- Jeder Landsitz hat eine Stimme, unabhängig davon, wie viele Menschen auf ihm leben.
- In Zwölfer-Gruppen beraten die Landsitzbewohner über eingehende Fragen, anstehende Projekte und sonstige Fragen des Seins. Der- oder diejenige, welche den jeweiligen Beschluss der Gruppe am besten vertritt, wird



- an der anschließenden Ratsversammlung teilnehmen.
- Eine Ratsversammlung besteht aus 12 volljährigen, ständigen Bewohnern der Siedlung. Diese entscheiden im Konsensverfahren die jeweiligen Projekte und Fragen der Siedlung. Diese Entscheidungen werden von allen Bewohnern so lange als verbindlich betrachtet, bis eine neue Situation oder Gegebenheit einer neuen Entscheidungsfindung bedarf. Jeder Bewohner der Siedlung ist sich bewusst, dass unser Trachten nach Vervollkommen ein stetiger Prozess in unserer Entwicklung ist und handelt danach.
  - Die Siedlungsgemeinschaft unterhält ein Gemeinschaftsbüro, in dem ein bis zwei freiwillige und beständige verantwortliche Bewohner, im 2-4 jährigen Wechsel tätig sind. Diese Menschen erhalten für ihre Tätigkeit, einen angemessenen Energieausgleich. Die Aufgaben des Siedlungsbüros liegen in der Bündelung, Umsetzung und Weiterleitung der Siedlungsbeschlüsse. Hier ist die Schnittstelle zum umliegenden Land und Staat.
  - Die Siedlungsgemeinschaft ernennt im 4-jährigem Wechsel, die/den zu diesem Zeitpunkt fähigste/n Abgeordnete oder Abgeordneten aus ihren Reihen, welche/r die Siedlung in landes- und staatspolitischen Angelegenheiten rechtmäßig vertritt. Der Energieausgleich erfolgt anteilmäßig auf Land- und Siedlungsebene. In dieser Amtszeit hat die/der Abgeordnete kein Stimmrecht in der Ratsversammlung.
  - Das Schulsystem unterliegt der bestmöglichen Förderung der Kinder zu eigenständigen, unabhängig und freidenkenden Menschen. Jedes Kind erhält die Möglichkeit in seinem Tempo Wissen aufzunehmen, es zu integrieren und kreativ anzuwenden. Zum Wohle der gesamten Menschheit. Die Gesamtkosten der Schule, einschließlich laufender Nebenkosten werden von der Dorfgemeinschaft zu gleichen Teilen pro Landsitz getragen.
  - Der Aufbau, die Pflege und die weitere Vervollkommen der gesamten Infrastruktur der Dorfsiedlung wird von allen Landsitzen zu gleichen Teilen getragen. Die Höhe des Anteils wird jährlich neu durch Konsensbeschluss festgelegt.
  - Tätigkeiten, die zu einem anhaltenden starken Lärmpegel führen, werden in den angrenzenden Gewerbebereich ausgeführt. (Schmiede, Sägewerk u.ä.)

### **Gemeinsamer Nenner zur Aufnahme neuer Bewohner der Siedlung**

*Jeder volljährige Mensch, der wahrhaftigen Willens ist, für sich und seine Familie, die volle Verantwortung zu übernehmen, selbständig für sich sorgen kann, den hier aufgeführten Beschlüssen zum gemeinsamen Nenner zustimmt und in diesem Sinne leben möchte, kann einen freien Landsitz auswählen, auf ihm leben und ihn nach seinen Bedürfnissen vervollkommen.*

- Jeder neue Landsitz, beteiligt sich anteilmäßig und nach seinen Möglichkeiten an der bereits entstandenen Infrastruktur. Für Probeflandsitze gilt der 10te Teil.
- Probeflandsitz: Die Siedlungsgemeinschaft stellt für Singles und Familien eine zusammenhängende Fläche von 10x1000m<sup>2</sup> zur Verfügung, auf der Menschen die Erfahrungen in Selbstversorgung und Gemeinschaft im Kontext dieses gemeinsamen Nenners erproben können. Die längste Aufenthalts-Dauer ist auf 2 Jahre beschränkt. Die Versorgung der Grundbedürfnisse obliegt jedem Probefbewohner selbst. Die gesamte Fläche erhält ein Stimmrecht, welches sich einer 12er Gruppe zuordnet.

### **Konsensbeschluss durch alle Familienlandsitze der Weda Elysia Gemeinschaft.**

**Es ist erwünscht und erlaubt, diesen „Gemeinsamen Nenner“ zu verbreiten.**

\*\*\*

....Das war ja wirklich spannend.

Ich ließ die Blätter in meinen Schoß sinken und schaute eine Weile vor mich hin. Mark hatte die Probeflandsitze schon erwähnt. Das interessierte mich jetzt aber wirklich. Ich stand auf und ging hinüber zum Büro. Die Tür stand halb offen und Julian schaute von seinem Bildschirm hoch, als ich auf der Schwelle stehen blieb. „Darf ich dich noch mal stören?“, fragte ich. „Wie kann ich dir helfen?“ „Es geht um die Probeflandsitze. Kannst du mir sagen, ob im Moment dort etwas frei ist?“ Julian überlegte kurz. „Ja, soweit ich weiß, sind 3 oder 4 der 1000m<sup>2</sup> Grundstücke gerade frei. Auf zwei davon stehen auch noch kleine Lauben.“ Ich spürte, wie Aufregung in mir hochstieg. „Wo befinden sich denn die Probeflandsitze und gibt es eine Möglichkeit sie zu besichtigen?... Am besten noch heute.“ Vor Aufregung muss ich ganz rot angelaufen sein, denn Julian grinste mich an. „Na, dich hat’s ja wirklich erwischt. Ich mache dir einen Vorschlag: Ich brauche hier noch ungefähr eine halbe Stunde. Schau dich solange noch ein bisschen auf der Webseite um, oder setz dich in die Sonne. Die Probeflandsitze liegen gleich hinter der Pferdekoppel gegenüber der Schmiede. Ich werde dich begleiten und dir alles zeigen, wenn du willst.“ „Super, danke, das wäre prima, bis gleich also.“ Ich verließ das Büro und setzte mich wieder an den Computer, um mich noch etwas durch die Seiten zu lesen.

Nach einer halben Stunde, die mir wie eine kleine Ewigkeit vorgekommen war, kam Julian in den Computerraum und ich sprang sofort auf und folgte ihm nach draußen. „Auf geht’s! Ich habe übrigens auch ein Jahr auf einem dieser kleinen Grundstücke gelebt und so meinen Einstieg vorbereitet, bevor ich mich für einen eigenen Hektar entschieden

habe. War ein guter Anfang. Ich hatte zwar alle Bücher von Anastasia gelesen – mehrmals – und fand das alles total abgefahren, aber ich lebte zu der Zeit in der Großstadt, war auch da aufgewachsen und hatte von praktischer Selbstversorgung Null Ahnung. Alles nur graue Theorie.“ Er grinste mich an. „Und das war am Anfang echt manchmal hart – *learning by doing*. Da war es toll, dass es auch ein paar alte Gartenhasen gab, von denen ich viel lernen konnte.“ „Und du hast ganz alleine begonnen, deinen Landsitz zu errichten? Wie ist es jetzt?“, fragte ich ihn. „Im Moment bin ich noch alleine.“ Julian schaute kurz zu mir herüber, dann fuhr er fort: „Weißt Du, in den Anastasia-Büchern gibt es eine Stelle, wo Anastasias Sohn seinem Vater erklärt, was er später einmal werden möchte. Er sagt, dass er sein Mädchen Universum finden wird und dass es seine Aufgabe ist einen Landsitz zu errichten und dort sein Mädchen Universum glücklich zu machen. Das hat mich sehr berührt. Ich habe schon mal begonnen meinen Familienlandsitz zu gestalten, weil ich weiß, dass ich meinem «Mädchen Universum» bald begegnen werde. Jetzt bin ich bereit dafür, ich spüre es. Und um dem Schicksal ein bisschen auf die Sprünge zu helfen, habe ich ein Treffen für Menschen, die einen Familienlandsitz aufbauen und dazu noch ihren Partner finden möchten, organisiert. Der Termin steht schon fest und es haben sich auch schon viele Interessierte angemeldet. Das Ganze geht von Freitag bis Sonntag. Das meiste findet im Forsthaus statt, mit einer Abendveranstaltung im großen Rundhaus. Na, wie sieht's bei dir aus?“ „Hm“, druckste ich rum, „klingt interessant, mal sehen...Du meinst... naja, warum nicht?“ Wir mussten lachen. Inzwischen waren wir schon fast an der Pferdekoppel. Wir folgten dem Weg, vorbei an der Schmiede, aus der gleichmäßiges Hämmern klang und bogen hinter der Koppel nach links ab. „So“, Julian wies nach rechts, „da wären wir.“

Das Gelände rechts des Weges erinnerte mich ein wenig an eine Kleingartensiedlung. Hier und da gab es kleine Hecken oder Weidenflechtzäune. Manche Grundstücke sahen schon recht schön aus, mit angelegten Beeten, kleinen Baumschulen, Beerenbüschen und Holzhäuschen. Zwischen den Grundstücken verliefen schmale Wege. Julian ging voran und führte mich die Gartenwege entlang. Vor einem Grundstück blieb er stehen. „Dieses hier wäre auf jeden Fall zu haben.“ Neugierig trat ich durch den Durchgang in der noch niedrigen Hecke. Ein gewundener Weg führte, vorbei an ein paar – inzwischen recht zugewachsenen – Hügelbeeten, zu einem kleinen Haus. Julian griff über dem Türrahmen in eine Vertiefung und förderte einen Schlüssel zu Tage. Er schloss die Tür auf und ließ mich eintreten. Es war die Art von Holzhaus, wie man sie im Baumarkt kaufen konnte. Ich schätzte die Größe auf ca. 20 m<sup>2</sup>. Allerdings war die Hütte außen herum noch

mit – wahrscheinlich Holzfaserdämmplatten und Lehm – verkleidet, sodass sie winterfest war. Innen stand ein selbst gezimmertes Holzbett, ein kleiner Tisch und an den Wänden waren ein paar Holzbretter als Regale. Außerdem gab es eine kleine Kochhexe, die gleichzeitig als Ofen diente und einen Waschtisch mit einer Schüssel und einem Wasserkrug.

Ich schaute mich um, trat wieder aus dem Haus, lief drum herum und entdeckte hinten noch einen kleinen Anbau. „Ein Kompostklo, nehme ich an?“ Julian nickte. Ich überlegte: Ich würde erst mal sowieso nur zeitweise hier sein können, bis ich alles geregelt hatte. Und dafür war es perfekt. Ich bräuchte nicht mehr im Gästehaus zu wohnen, vor allem, wenn ich das Angebot vom Vorabend annehmen würde, beim Bau des Hauses von Liane und Christoph zu helfen. Ich hätte mein eigenes kleines Reich, und das tollste: Ich könnte mich schon mal im Anlegen eines Gartens ausprobieren und kleine Bäumchen ziehen. „Ja, ich würde gerne hier wohnen. Was muss ich tun? Wen muss ich ansprechen?“ Julian schaute mich einen Augenblick prüfend an, dann lächelte er und drückte mir den Schlüssel in die Hand. „Hier, ich habe ein gutes Gefühl bei dir, dann ist das jetzt für die nächste Zeit dein Stück Land, für das du verantwortlich bist. Ich stelle das dann gleich in unseren internen Bereich ins Netz, dass der Probelandsitz einen neuen Bewohner hat, damit alle Bescheid wissen.“

Ich nahm den Schlüssel entgegen und mir lief ein Schauer über den Rücken. Puh...wow.. ich atmete tief die Luft auf meinem ;-) Land. „Ich denke, du kommst jetzt alleine zurecht“, sagte Julian. „Ja, dddaanke“, stammelte ich. Er verabschiedete sich und entschwand den Weg entlang hinter den Hecken. Ich konnte es noch gar nicht richtig fassen, setzte mich erst mal auf die Holzbank unter dem kleinen Vordach und ließ den Platz auf mich wirken. Mit feuchten Augen blinzelte ich in den Garten. Am liebsten wäre ich los gelaufen, um meine Sachen aus dem Gästehaus zu holen. Aber ich musste jetzt erst einmal ein bisschen planen. Ich beschloss also, spätestens übermorgen zurück in die Stadt zu fahren, um alles Notwendige zu regeln und aus meiner Wohnung all das zu holen, was ich brauchte, um meine kleine Behausung wohnlich einzurichten. Vorher würde ich noch bei Liane und Christoph vorbeigehen und ihr Angebot annehmen. Ja, so wollte ich es machen.

*Maik und Aruna Palitzsch-Schulz*

Fortsetzung folgt



## Interview mit den Initiatoren von Weda Elysia

### Maik, Aruna, Bernd, Claudia und Matthias

Ihr beschreibt in wunderschönen Geschichten Eure Visionen zu einem Ort, den Ihr Weda Elysia nennt. Viele Leser sind von diesen Geschichten sehr berührt. Ich weiß von Euch, dass es keine Geschichten bleiben sollen, sondern dass Ihr plant, diese Visionen auch innerhalb der materiellen Welt umzusetzen. Nun sind wir ein wenig neugierig, was für Menschen hinter so schönen Visionen stehen. Mögt Ihr Euch im GartenWEden einmal vorstellen? Wie viele Menschen seid Ihr, die bisher an der Planung aktiv beteiligt sind?

**Maik:** *Angefangen haben Tobias, Aruna und ich im Winter 2009. Dabei hat Tobias die Website von Weda Elysia entworfen und unsere ersten Gedanken wundervoll im Text festgehalten. Aruna machte die grafische Darstellung. Bei der Suche nach dem Namen war es wieder Tobi, der den richtigen Riecher hatte, Weda (Das Wissen) Elysia (Paradies - Glückseligkeit) in diesem Kontext also „Wissen um das Paradies“. Im Spätsommer 2011 kamen Lena und Bernd dazu kurz darauf Claudia und Matthias.*

Was macht Ihr im realen Leben?

**Aruna:** *Ich schaffe als freie Illustratorin und Grafikerin zu Hause, so dass ich mir meine Zeit frei einteilen kann, und wenn mir am Schreibtisch gerade nichts einfällt, dann gehe ich eben in den Garten oder denke über Weda Elysia und alles was damit zusammenhängt nach ;-)*

**Maik:** *Seit 1990 bin ich im Handwerk selbständig mit allen Höhen und Tiefen der „Realbauwirtschaft“. Seit meiner Zeit in einer Lebensgemeinschaft liegt mein Fokus in der ökologischen Bauweise.*

**Bernd:** *Beruflich bin ich gerade in einer Umorientierungsphase und werde demnächst eine neue Tätigkeit aufnehmen. Ansonsten beschäftige ich mich mit dem Zubereiten von Speisen, meinen Gärten und auch gedanklich sehr viel mit allem rund um Weda Elysia.*

**Claudia:** *Ich lebe einen großen Seelenanteil über meine Körper-Energie-Heilarbeit aus und bin Kreativ- und Sinncoach in eigener Praxis ([www.mensch-u-sein.de](http://www.mensch-u-sein.de)). Zusätzlich liebe ich es zu handwerken, stricken, malen und musizieren. Ich engagiere mich u.a. auch dafür, wie man die ganzheitliche Sicht ins normale Leben einwebt.*

**Matthias:** *Ich würde mich in einem Wort als „Schöpfer“ bezeichnen, da ich mit meiner Kreativität gerne Neues und somit Lösungen für Dieses und Jenes schaffe. Mein Hauptaufgabenbereich sind meine Liedermacherei für jung und alt sowie TERRANIA, das Bündnis freier Menschen und Welt-Netzwerk-Staat. Die ursprünglich für das immer noch besetzte und nicht handlungsfähige Deutschland geschriebene kurze Verfassung dient nun dem Bündnis als Orientierungsgrundlage für ein friedliches Zusammenleben aller Menschen in selbst gewählten Gruppierungen nach eigenen konkreteren Ordnungsmodellen.*

([www.matthias-jonathan.de](http://www.matthias-jonathan.de) [www.terrania.org](http://www.terrania.org))

Was hat Euch überhaupt dazu angestoßen, solch eine Vision zu schreiben und sie auch umzusetzen?

**Aruna:** *Der offensichtliche Anstoß waren selbstverständlich die Anastasia-Bücher. Aber wenn ich jetzt zurückschaue, so habe ich mich im Grunde schon seit meiner Kindheit auf dieses Projekt „vorbereitet“. Und mir ist inzwischen bewusst, dass das wirklich auch meine Lebensaufgabe ist, deretwegen ich hier bin. Die Geschichte zu schreiben war ja ursprünglich Maiks Idee. Sie ist nun aber zu einer Projektbeschreibung der etwas anderen Art geworden und hilft uns, alle Themen, die das Leben in einer Landsitzsiedlung betreffen, noch mal genau zu durchdenken.*

**Maik:** *Nach dem Lesen der Bücher 2008 war ich ganz klar auf einer Mission. Doch keiner wollte von mir missioniert werden \*grins\*. Ich wollte einen Landsitz gründen mit vielen anderen in Gemeinschaft leben, sich unterstützen usw.. Internetforen, Treffen mit Menschen, die das schon ein paar Jahre versuchten, warfen nur weitere Fragen auf. Da lag es nahe, in einer vorhandenen Gemeinschaft erst mal Erfahrungen zu sammeln. Diese Zeit habe ich wirklich gut genutzt und Aruna hat mich dort gefunden. Von da an waren wir mehr als nur zwei. Nach und nach entwickelten wir zusammen mit Tobi, der auch in dieser Gemeinschaft lebte, die ersten Bausteine der Siedlung. Nach fast einem Jahr persönlicher Entwicklung, Umzug und Bewirtschaftung eines eigenen Gartens, begannen Aruna und ich uns vom Harz aus noch intensiver mit den Gedanken Anastasias auseinander zu setzen. Nahezu abgeschottet von den Problemen des Mainstream,*



konnten wir uns voll dem Weda Elysia-Projekt zuwenden. Dass trotz der langen Zeit, in der die Bücher über Anastasia zu lesen sind, in Deutschland keine einzige Siedlung entstanden ist, war ein Problem. Das erfahrene Wissen nutzend, begannen wir eine für uns glaubhafte Lösung zu entwickeln. Die Lösung lag zum Greifen nahe, waberte schon im Raum, also brachten wir alles zu Papier, um es über die Webseite zu verbreiten. Dann kam mir die Idee zu einem Buch über eine Siedlung in der Zukunft. Je genauer wir diese beschreiben, um so schneller und klarer wird sich das Ergebnis materialisieren, das konnten wir glauben. Das führte dazu, dass wir noch tiefer in die Materie eintauchen mussten. Eigentlich unglaublich, aber genau das ist der Schlüssel zur Lösung des Problems. Dieser Prozess hält noch immer an und vervollständigt sich immer weiter.

**Bernd:** Bei mir war es ganz ähnlich wie bei Aruna. Schon mit 6 Jahren hab ich zu einer Zeit, wo von „Bio“ und

„Öko“ noch nicht die Rede war, einen Naturgarten gehabt und war immer draußen in der Natur. Schon damals träumte ich davon, frei und unabhängig als ein Teil der Natur zu leben. Ich machte mir schon früh Gedanken um Abläufe und Zusammenhänge der modernen Welt, in der ich mich immer fremd gefühlt habe. Als ich dann begann die Bücher der Anastasia-Reihe zu lesen, war das wie nach Hause kommen. Meine Uridee vom Leben auf meinem eigenen Stück Land begann Stück für Stück Formen anzunehmen und ist nun zu einer ganz konkreten Vorstellung gereift, die jetzt mit Leben gefüllt wird. Es war wie ein Fluss, der mich mit den passenden Menschen zusammengeführt hat und mich somit zu Weda Elysia getragen hat.

**Claudia:** Mein Weg. Mein Herz. Meine Intuition. Alles, was ich seit 7 Jahren tue, richtet sich darauf aus, so ein Leben mal zu führen. Die - Bücher habe ich von einem Bekannten geschenkt bekommen und angelesen – war völlig geflasht von den Sichtweisen - und da war es nur noch



ein Frage der Zeit, dass ich Maik, Aruna, Tobi, Bernd und Lena kennen gelernt habe.

**Matthias:** Ich habe die Anastasia-Bücher zwar erst angelesen, komme aber wohl laut Maik in meinen Gedankenmodellen, die aus der wachen Beobachtung des Lebens resultieren, zu ähnlichen Strukturen des Zusammenlebens, wie sie Anastasia beschreiben lässt. Nun möchte ich – nach der Niederschrift der Grundregeln des Zusammenlebens – meinen Schöpfergeist gerne in ein ganz konkretes Projekt einfließen lassen, denn alles kommt durch uns, durch Gott. Und so heißt es in der Bibel bei Johannes im ersten Kapitel: „Das Wort ward Fleisch - Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und Gott war das Wort. Dasselbe war im Anfang bei Gott. Alle Dinge sind durch dasselbe gemacht, und ohne dasselbe ist nichts gemacht, was gemacht ist.“

Ihr habt im Frühjahr dieses Jahres ein Treffen geplant. Wie sehen Eure Pläne für die weitere Zukunft aus?

**Maik:** Auf dem Treffen werden wir den Prozess des Eintauchens in die Materie genauer definieren und anhand erlebter Beispiele zeigen, dass es wirklich klappt. Je mehr Menschen das verstehen und selber erfahren, um so schneller gelangen wir zu einer Familienlandsitzsiedlung. Das ist das Ziel: Viele Menschen erreichen und das Wissen mit anderen vernetzen, um es weiter zu vervollständigen.

**Bernd:** Bei mir wird diese Vision auch jetzt schon im Alltag mit Leben gefüllt. Zusätzlich zu meinem „alten“ Garten habe ich noch einen Kleingarten dazu gepachtet, mit dessen Hilfe ich einen hohen Grad an Selbstversorgung erreichen möchte. Und wir haben schon letztes Jahr begonnen, die heimische Natur nach essbaren Pflanzen und Früchten abzusuchen, um jederzeit ohne großen Aufwand Nahrung zur Verfügung zu haben. Ich lebe seit einigen Jahren vegan und sehe die pflanzliche Rohkost als einen wichtigen Baustein zur Gesundheit und zur gedanklichen Klarheit. Unsere Nahrung ist unsere Medizin. Die Vision meines Familienlandsitzes und Weda Elysia ist wie ein Teil von mir geworden.

**Claudia:** Alles richtet sich darauf aus – nachhaltig, einfach, natürlich und bewusst zu leben. Dafür gehe ich im Sommer für 3 Monate auch auf Reisen – um mir europaweit die verschiedensten Lebensformen und Gemeinschaften anzuschauen – und einfach viel Input zu sammeln.

**Matthias:** Das wird das Leben zeigen. Es weist uns den Weg ganz genau. Wir müssen allein hinschauen und un-

sere Wünsche so konkret wie möglich formulieren und so als Bestellungen ins Universum, an Gott senden. Die Antworten werden kommen. Ich bin gespannt.

Wie wird nach Euren Vorstellungen eine derartige Gemeinschaft zusammenleben können? Dass es keine Hierarchien gibt, versteht sich bei einer solchen Lebensgemeinschaft sicher von selber. Wie wollt ihr also das Zusammenleben regeln? Wird es Gesetze oder feste Regeln geben? Wer stellt die auf? Wie stellt Ihr Euch so etwas wie eine Verwaltung vor?

**Maik:** Das ist das Thema des 8. Kapitels und wird natürlich auch auf dem Treffen ein wichtiger Gesprächsstoff sein. Auch hier können wir von unseren Erfahrungen der herkömmlichen Gemeinschaften viel profitieren.

**Claudia:** Ich bin gespannt auf das 8. Kapitel – und auch auf das, was bei dem Treffen darüber gesprochen wird. Ich bin eine entwickelnde Seele – und freu mich auf Input – gerade was diesen Themenbereich angeht.

**Matthias:** Was mich anlangt, so möchte ich mit Menschen in einer Gemeinschaft zusammensein, die zu jeder Zeit für alles, was ihnen begegnet, erst einmal die volle Verantwortung übernehmen und die Leitung dann an den für die konkrete Aufgabe kompetentesten Mitmenschen abgeben, wenn dieser bereit ist diese zu übernehmen.

Ihr habt in Euer Vision über Nachhaltigkeit geschrieben. Wie lebt Ihr jetzt? Konntet Ihr in Eurem jetzigen Leben schon Teile von dieser Idee umsetzen?

**Aruna:** Auf jeden Fall setzen wir jetzt schon einen Teil der Vision – soweit es eben unter den jetzigen Rahmenbedingungen möglich ist – um. Wir haben einen Garten am Haus – und jetzt aktuell auch noch einen dazu gepachteten Kleingarten – beide versorgen uns komplett mit Gemüse, Wildkräutern und Früchten. Möglich ist die Selbstversorgung auf der relativ kleinen Fläche auch durch die Art, wie wir uns ernähren. Zum Einen essen wir vegan und im Sommer mind. 90% Rohkost, jetzt im Winter vielleicht 60%. Zeitweise haben wir uns letzten Sommer sogar schon so ernährt, wie es Anastasia beschreibt. Wir sind durch unseren Garten spaziert und haben intuitiv hier ein paar Beeren gegessen, da ein Blättchen und fühlten uns vollkommen genährt. Das geht natürlich wirklich nur, wenn ich da lebe, wo ich auch (er)schaffe. Und auch das haben wir für uns schon zu einem Teil umgesetzt, nämlich uns weitestgehend unabhängig vom „System“ zu machen. Wir leben und arbeiten täglich mit der Vision. Und machen damit das, was Anastasia beschreibt: Unseren Familienlandsitz und die Siedlung im

Geiste so detailliert wie nur irgend möglich zu erschaffen. Und wir haben einander gefunden – unsere Partnerseele, mit der wir diese Lebensaufgabe teilen, dabei mitzuwirken, die Erde wieder in einen Paradiesgarten zu verwandeln. :-)

**Claudia:** Unbedingt. Bei mir hängt das alles ein bisschen vom Stadtleben ab. Einen Garten für Selbstversorgung besitze ich „noch“ nicht. Aber alles was sonst so an bewusstem Umgang mit Rohstoffen, Energie, Gesundheit zu tun hat – bringe ich mehr und mehr in eine gute Balance.

**Matthias:** Ich bin froh, dass es in Bad Kissingen, wo ich derzeit lebe, einen kleinen regional-vegane Bioladen mit abgeschlossenem Verein, zum nachhaltigen Essen im Alltag gibt. Das macht es leichter die Ideale zu leben als alleine nur mit Lebenspartnerin Claudia. Perfektion ist nie zu erreichen, sondern das stete Ziel, welches es lohnt im Leben zu verfolgen.

Für viele Leser ist sicher eine ganz wichtige Frage, wie Ihr das Ganze finanzieren wollt. Habt Ihr vor Land zu kaufen?

**Aruna:** Nein. Unsere Vision beinhaltet, dass wir das Land frei von finanziellen Belastungen oder gar Krediten o.ä. bekommen. Die Art und Weise, wie wir das Land bekommen, haben wir in Kapitel 4 der Geschichte beschrieben. Und zwar, dass ein Biobauer, der über 150-200 Hektar Land verfügt, mit Begeisterung die Anastasia-Bücher gelesen hat und nicht mehr so weitermachen möchte wie bisher. Er möchte für sich und seine Familie einen Familienlandsitz errichten und gibt das restliche Land nach und nach in die Genossenschaft, an interessierte Familienlandsitzgründer. Wichtig ist, dass das Land nicht verkauft, sondern nur vererbt werden kann. Das ist eine Variante, an die wir glauben können. Das ist ein wichtiger Punkt, bei der ganzen Sache. Bestätigung, dass diese Möglichkeit keine Utopie ist, bekamen wir dadurch, dass kurz nachdem dieses Kapitel geschrieben war, ein Bio-Bauer Kontakt zu uns aufnahm (er hatte die Geschichte nicht gelesen!). Er schrieb, dass er die Anastasia-Bücher gelesen hat und mit der herkömmlichen Landwirtschaft nicht mehr weitermachen mag ... Leider war er Milchbauer und aus dem Allgäu. Für uns aber Bestätigung und ein Anstoß, unsere Gedanken noch weiter zu präzisieren. :-)

**Claudia:** Ich schließe mich den Ausführungen von Aruna und Matthias an.

**Matthias:** Das Land wird uns, ganz ohne Geld zu bezahlen, überlassen werden. Die Erde ist ein freier Planet, auf dem jedem Lebewesen von Natur aus ein Platz zusteht. Und diesen werden wir erhalten.

Am Telefon erzähltest Du, lieber Maik, mir davon, wie wichtig für Dich die Partnerschaft mit Aruna ist und wie stark sie Euch verändert hat. Mir geht es ähnlich und ich freue mich, wenn ich Menschen treffe, die gleiche Erfahrungen gemacht haben. Mögt Ihr darüber etwas erzählen?

**Maik:** Das hat Aruna in einem schönen Artikel in unserem Blog geschrieben unter „Harmonisches Gleichgewicht von weiblicher und männlicher Energie – Familienlandsitze und Partnerschaft“ Auch das Zusammenleben von Anna und Mark in der Geschichte spiegelt es für uns perfekt wieder.

**Claudia:** Die Partnerschaft zu Matthias hat mein Leben nochmals grundlegend bereichert. Es ist alles sehr intensiv – und gerade zu Anfang sind beide Universen aufeinander geknallt. Wir ergänzen und begünstigen uns. Wir heilen und erweitern uns. Es tut wirklich gut, einen Seelenpartner an meiner Seite zu haben, der in einer ähnlichen Grundstruktur schwingt und der mir viele neue Räume aufmacht. Durch ihn habe ich mich noch mal mehr viel lebendiger kennen gelernt. Und er fordert mich heraus, über meine mir eigens gesteckten Grenzen zu gehen. Auch das Thema Weiblichkeit / Männlichkeit ist ein wesentlicher Bestandteil in unserer Partnerschaft – und darin sich selbst – und einander sanft und authentisch zu nähern. Ich würde sagen, ich führe fundamental eine ganz andere Partnerschaft – als vorher. \*freufreu\*

**Matthias:** Einen sehr ähnlich gesinnten Menschen wie Claudia an meiner Seite zu haben, gibt mir die Kraft und den Mut bei Rückschlägen oder Misserfolg den Glauben zu behalten. Es tut gut, geliebt zu werden, sich gegenseitig dabei zu helfen, einander und sich selbst immer besser kennen zu lernen, ebenso wie das Leben selbst.

Dieses Interview führten  
Christa Jasinski & Marie-Luise Stettler





## Einladung zum 1. Weda Elysia-Treffen vom 02. bis 04. März 2012

**Ort:** Kunstmühle in Veckenstedt am Harz <http://www.partoutango.de/lage-anreise>  
**Anreise:** 02.03.2012 ab 16.00 Uhr möglich **Abreise:** 04.03.2012 bis 16.00 Uhr  
**Übernachtung:** vor Ort, in verschiedenen Zimmern, im Schlafsaal auf Betten oder Isomatten, in Ferienwohnungen im Dorf oder Umgebung (siehe Website oben)

**Essen:** vegetarisch/vegan/bio  
 unter Leitung von Bernd werden wir alles gemeinsam zubereiten

### Kostenbeitrag:

1. Für 2 Tage pro Teilnehmer: 25,-€ einschl. Übernachtungsmöglichkeit im Schlafsaal (ca. 20 Plätze)
2. Extra Unterkünfte in der Kunstmühle: 4 Zimmer mit Gasheizung 1DB / 1 EB = 15,- €/Pers. u Nacht (Bettwäsche/Handtuch 3,- €) Vergabe nach Reihenfolge der Anmeldung
3. Essen 30,- für beide Tage pro Teilnehmer
4. Energieausgleich für Vorträge bestimmt ihr selbst

### Wer wird auf dieses Treffen kommen? Seid Ihr vorbereitet?

- Die Siedlung Weda Elysia wird im schönen sonnigen Ost-Harz entstehen, könnt Ihr euch vorstellen, hier zu leben?
- Wir gehen davon aus, dass wir nicht mehr erklären müssen, was eine Familienlandsitzsiedlung bedeutet, sondern, dass alle Teilnehmer die Anastasia-Bücher gelesen haben und mit ihr in Resonanz schwingen.
- In Vorbereitung auf dieses Treffen und der Vision, erscheint gerade jeden Monat ein Kapitel von „Weda Elysia - meine Fahrt ins Paradies“ auf Garten WEden und unserem Blog. Habt Ihr es gelesen... hat es euch berührt?

Dann seid herzlich Willkommen.

### Worum wird/soll es auf diesem Treffen gehen?

- Ihr möchtet uns kennen lernen und wir möchten Euch kennen lernen. Beim Informationen austauschen, bei Essen, Musik und Tanz, beim Still-Sein - Eins- Sein.
- Es wird mehrere Vorträge geben und Ihr seid eingeladen, Eurer Wissen mit allen zu teilen
- Wir werden über den genauen Entwicklungsstand des Projektes berichten und die weiteren Möglichkeiten, wie alle mitwirken/mitschöpfen können.
- Ganz konkret wollen wir ein Aktionswochenende für die Öffentlichkeit, das im Mai 2012 statt finden soll, vorbereiten.

### Vorträge:

- Vortrag „Plan-B“ von Andreas Popp auf Videoleinwand
- Vortrag Markus über „Magnetismus der Bäume“ uvm.
- Vortrag Matthias über „Terrania Zeit-Wertscheine“
- Vortrag Maik über „Die DNA - das Wissen der Ahnen in uns“
- Vortrag Maik „Wie geht das mit dem Glauben“

## Sprachliches

### Disziplin

Das Wort ist mir vor Kurzem mal wieder über den Weg gelaufen und es hat mich gefröstelt. Es hat für mich so eine Schwingung von Zwang und Zucht im Sinne von Gewalt. Ich frage mich, ob es möglich ist, mit Disziplin ein kreatives Leben zu leben oder ob es lediglich schematisch ist.

Im Moment ist eine Art der Disziplin gerade „modern“. Um sein Leben in geregelte Bahnen zu lenken, erstellt man Pläne. Das beginnt bei Tagesplänen, die morgens erstellt werden. Am Ende des Tages wird kontrolliert, wie gut der Plan eingehalten wurde. Weiter geht es bei Wochenplänen, Monatsplänen, Jahresplänen....jedes Mal natürlich wieder mit der Kontrolle. Wenn ich mir überlege, wie schnell es geht, dass die Vorsätze vom Jahreswechsel wieder in der Schublade verstauben, kann ich mir nicht vorstellen, dass ein Jahresplan funktioniert, außer natürlich, man zwingt sich massiv, keinen Millimeter von diesem vorgegebenen Plan abzuweichen. Was passiert denn, wenn das Leben etwas Anderes mit uns vorhat, wie das, was auf dem Plan steht? Schmeißen wir dann den Plan über den Haufen oder leben wir strikt unsere Vorgaben, die wir uns mal gemacht haben?

Für mich ist so ein Plan die reine Vergewaltigung und er lässt keinen Raum für Freiheiten. Einmal abgesehen, wie viel Lebenszeit verloren geht, nur für die Erstellung der Pläne und die Kontrolle, ob sie eingehalten wurden. Ich habe mir angenehmere Dinge mit meinem Leben vorgenommen, als es in die engen Schienen der Pläne zu pferchen, nur um am Ende festzustellen, dass ich zwar diszipliniert bin, aber mir die Freude am Leben vergangen ist. Für mich ist da kein Raum mehr für Kreativität.

Aber schauen wir uns doch das Wort Disziplin mal an. Wikipedia unterscheidet zwischen Selbstdisziplin und Gehorsam. Unter Selbstdisziplin ist dort zu lesen:

**Selbstdisziplin** oder **Selbstbeherrschung** bezeichnet ein stetiges und eigenkontrolliertes Verhalten, das einen Ordnungszustand aufrechterhält oder schafft, indem es Anstrengungen aufwendet, die den vorherrschenden individuellen oder äußeren Ablenkungen von einer einzuhaltenden Zielvorgabe entgegenwirken. Die damit verbundene Zurückstellung eigener Bedürfnisse oder beabsichtigter Handlungen erfolgt hierbei zugunsten der Einhaltung von ethischen, religiösen oder rationalen Richtlinien, sowie einem Verhalten, das den logischen Konsequenzen dieser Richtlinien Rechnung trägt. Werden elementare Bedürfnisse diesen Richtlinien geopfert, wird auch von Askese gesprochen.

Bei Gehorsam finden wir:

**Gehorsam** bedeutet die Unterordnung unter den Willen einer Autorität, das Befolgen eines Befehls, die Erfüllung einer Forderung oder das Unterlassen von etwas Verbotenem. Die Autorität ist meistens eine Person oder eine Gemeinschaft, kann aber auch eine überzeugende Idee, ein Gott oder das eigene Gewissen sein. Man kann zwischen freiwilligem und erzwungenem Gehorsam unterscheiden.

Aha, also auch da finden wir eine Art Vergewaltigung. Im Wikipedia-Artikel steht sogar explizit, dass Anstrengungen aufgewendet werden, um den Ablenkungen entgegen zu wirken.

In dem Artikel wird davon ausgegangen, dass die eigenen Bedürfnisse in aller Regel zurückgestellt werden müssen. Es handelt sich also tatsächlich um ein „Verbiegen“ zu Gunsten anderer „Werte“.

Mein Herkunftswörterbuch schreibt:

**Disziplin** «Zucht, Ordnung; Wissenszweig; Unterabteilung»: Das Fremdwort wurde in mhd. Zeit (mhd. *discipline*) aus lat. *disciplina* «Schule; Wissenschaft; schulische Zucht» entlehnt.

Wir assoziieren mit dem Begriff auch eher negative Gefühle, wie Anstrengung, Drill, Strafe, Härte, keine Freude. So wird auch die Unterwerfung einzelner Individuen, mit dem Ziel eines geordneten Zusammenlebens nach der Vorstellung der „Machthaber“ oder „Herrschenden“ – sei es im Staat, beim Militär oder in einer Fabrik – mit Disziplin bezeichnet. Im Extremfall geht es dann sogar so weit, dass keinerlei Freiraum mehr für den Einzelnen bleibt und die Gefahr einer Stagnation gegeben ist.

Disziplin steht im Zusammenhang mit Dingen, die wir machen sollen und die uns keine Freude machen (dürfen). Aber können wir überhaupt profitieren, wenn wir eine Sache freudlos tun.

Mir fällt da das Bild einer disziplinierten Schulklasse ein: Die Schüler stehen sitzsaft in Reih und Glied, kein Laut ist zu vernehmen, sie gehen still und „diszipliniert“ in Zweierreihen ins Schulhaus. Dieses Bild ist für mich absolut leblos und es strahlt keine Freude aus. Was man da wahrnimmt ist allenfalls Duckmäuserei, im schlimmeren Fall eine Angst. Die Schüler mögen zwar gut erzogen sein, aber Raum für eigenen Bedürfnisse ist da keiner.

Wie gut wird eine Sache, wenn sie unter Zwang gemacht wird? Denken wir nur an das Lernen. Wenn wir diszipliniert lernen, dann handelt es sich nicht um ein „Aufsaugen“ wie es Kinder machen, die ihr Potential beispielsweise beim Erlernen der Muttersprache noch voll entfalten. Sie brauchen keine Disziplin, sie sind freudig dabei



und wenn etwas schief geht, dann beginnen sie einfach noch mal. Wenn wir aber mit Zwang lernen, dann ist der Lernerfolg fraglich, denn wir lernen den Stoff auswendig, haben aber keinen Bezug dazu. Entsprechend wird das „Wissen“ auch in den Tiefen des Unterbewusstseins vergraben und kommt nur noch sehr schwer ans Tageslicht. Ist es dann überhaupt sinnvoll, diszipliniert zu lernen? Ist es nicht eher so, dass wir absolut kreativ, erfolgreich und sogar perfektionistisch sind, wenn wir eine Sache mit Freude und Engagement erledigen, wenn wir interessiert

sind und es kaum erwarten können, an die Tätigkeit zu gehen? Meiner Meinung nach braucht es keine Disziplin sondern Freude und Begeisterung, wenn wir erfolgreich sein wollen. Dinge, die mit Herzblut gestaltet wurden, besitzen eine eigene Ausstrahlung und man spürt die Freude des Ausführenden.

*Marie-Luise Stettler*



## Alte Obst- und Gemüsesorten

### Die Elsbeere

**A**uf meiner Recherche nach alten, fast ausgestorbenen Obst- und Gemüsesorten stieß ich auf die Elsbeere. Davon hatte ich bis dahin noch nie etwas gehört und mein Interesse war geweckt. Ich ging auf die Suche nach Informationen. Und was ich zur Elsbeere alles fand, hat mich dazu bewogen, mir ein Exemplar davon in meinen Garten zu setzen. Nachdem, was ich heute alles über die Elsbeere weiß, kann ich gar nicht begreifen, dass sie derart in Vergessenheit geriet. Sie ist inzwischen einer der seltensten Bäume Europas, obwohl es Zeiten gab, wo sie in vielen Wäldern und

Gärten heimisch war und als Königin der Wildfrüchte galt. Die Elsbeere ist unter verschiedenen Namen bekannt: Arlesbeere, Adlesbeere, Adelsbeere, Adalsbeere oder Ortlesbeere. Im Volksmund wurde sie auch als „Die schöne Else“ bezeichnet. Der lateinische Name für die Elsbeere lautet *Sorbus torminalis*.

Woher der deutsche Name Elsbeere kommt, kann man nicht mehr genau sagen. Es gibt verschiedene Deutungen. Die Gebrüder Grimm sagen, der Name komme von dem Berg „Els“ in Tirol, wo dieser Baum einmal in größerer



Anzahl wuchs. In der Schweiz gibt es ebenfalls einen Berg, der Altels – Atl-Els, der der Namensgeber für diesen wunderbaren Baum gewesen sein könnte und in der Literatur gibt es viele weibliche Figuren namens „Else“. Welcher Els, oder welche Else davon nun der Ursprung für den deutschen Namen Elsbeere ist, ist sicher nicht mehr wichtig. Manche bezeichnen die Elsbeere als ein Kind von Mutter Rose und Vater Weißdorn und mit beiden ist sie auch verwandt.

Martin Luther schrieb in einem Brief an Johannes Agricola über die Elsbeere: „Ich bitte Dich, dass Du uns noch viel von der kleinen Mispel schickst, auf deutsch Elsbeer, die meine Käthe mit großer Begierde verschlingt, noch mehr als die schwangere Frau Eberhards.“



Die Elsbeere war einmal verbreitet in ganz Deutschland, in Frankreich, im Süden Englands, Südnorwegen, Südschweden, bis hin nach Polen. In der Schweiz und in Österreich wurde sie beschrieben, in den Niederlanden, aber auch in Russland gibt es viele Regionen, wo die Elsbeere bekannt ist, vor allem in den südlicheren Bereichen. Im gesamten Süden Europas war sie einmal anzutreffen, bis hin zum Mittelmeer und Schwarzen Meer. Die Elsbeere passt sich sehr gut den unterschiedlichsten Witterungszonen an. Etwas größere Bestände findet man heute noch im Libanon und im Iran.

Die Elsbeere kann zum großen Baum auswachsen, wenn sie den Platz und das nötige Licht erhält, sie fühlt sich aber auch in einer bunten Hecke wohl, die gelegentlich ein wenig zurück gestutzt wird. Sie wächst in voller Sonne, aber auch in schattigeren Bereichen. Solange sie noch klein ist, verträgt sie sogar dichten Schatten, allerdings braucht sie, je größer sie wird, auch umso mehr Sonne. Bei günstigen Bedingungen kann sie bis zu 32 m hoch werden, einen Stammdurchmesser von 1m erreichen und

bis zu 300 Jahre alt werden. In Frankreich und auch im Iran kann man noch derartig große Elsbeerbäume finden. In südlichen Eichenwäldern fühlt sie sich besonders wohl. Sie kommt jedoch auch mit den Bedingungen auf den kargen Kliffs der englischen Küste klar, wo man sie teilweise noch finden kann. Die Elsbeere kommt sowohl mit vorübergehender Trockenheit, als auch mit Frösten gut zurecht. Nasse Böden und trockene Sandböden meidet sie jedoch. Ein sehr guter Nachbar der Elsbeere ist die Kornelkirsche.

Das Blatt der Elsbeere ist dem des Ahorns ähnlich – auch was die schönen Herbstfarben anbetrifft. Allerdings variieren Farbe und Form der Blätter an einem einzigen Baum sehr stark, was den Baum noch interessanter macht.

Je mehr Sonne die Elsbeere bekommt, desto stärker blüht sie zwischen Mitte Mai und Mitte Juni und erfreut das Auge mit einem wahren Blütenmeer. Die Blüten sehen denen des Weißdorn sehr ähnlich und haben auch einen ähnlich markanten Duft. Dabei hat jeder Baum sowohl männliche, als auch weibliche Blüten. Da sie nur wenige Pollen in die Luft abgibt, überstehen sogar Pollenallergiker ihre Blühzeit ohne allzu große Probleme. Dafür ist sie zu dieser Zeit von Bienen, Hummeln, Schmetterlingen und anderen Insekten umschwärmt.

Verbreitet wird die Elsbeere in erster Linie durch die Ausscheidung von Vögeln, die sich an der Elsbeere gelabt haben.

Das Reifen der Früchte zieht sich, wie die Blütezeit über einen längeren Zeitraum hin. So findet man von Mitte September bis Ende Oktober auf einer Elsbeere immer wieder reife Früchte. Die vollreifen Früchte haben ein breiig-mehliges Fruchtfleisch mit einem leicht süß-sauren Geschmack. Die Früchte pflückt man, solange sie noch fest sind und lässt sie auf einem Tuch oder in einem Körbchen ausgebreitet etwas nachreifen. Dabei entwickeln sie





gibt es Gegenden, wo heute noch ausreichend Elsbeeren wachsen. Dort brennt man aus den Früchten einen Schnaps, dessen Geschmack erfahrene Sommeliers folgendermaßen beschreiben: „Feines Duftbild, Marzipan mit zarter Note, ausdrucksstarke Frucht, animierend und elegant; am Gaumen kraftvoll und athletisch, aber feinziseliert in der Struktur“. Na, wenn das kein Loblied ist...! Entsprechend teuer wird der Schnaps verkauft. Man muss für dieses seltene Getränk 0,35 l zwischen 75,- und 80,- Euro hinlegen, denn der Elsbeerbrand gilt als der König der Brände. Auch die Sternküche hat inzwischen dieses Wildobst wieder entdeckt.

ein ganz besonderes Aroma, das an eine Mischung aus Birne, Banane und Feige erinnert. Sind die Früchte am Baum vollreif, dann bekommen sie eine marzipanartige Note, die für die Elsbeere charakteristisch ist. Allerdings kann man auch bei den vorher geernteten Früchten erreichen, dass sich das Amygdalin – das Marzipan oder Bittermandelaroma – entfaltet, indem die Früchte durch schonendes, manuelles Abreiben, „gerebelt“ werden. Vor allem, wenn man diese Früchte in Alkohol einlegen will, um sie zu konservieren, lohnt sich das Rebellen. Es entsteht daraus ein sehr schmackhafter Likör.

Jede Frucht enthält zwei bis drei apfelkernähnliche Samen.

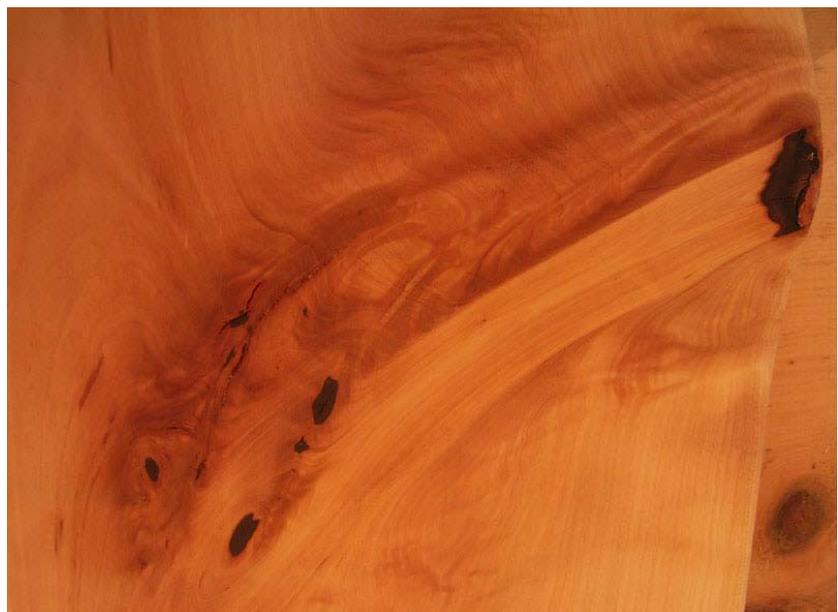
Durch ihren hohen Gehalt an Gerbstoffen, wirken die Früchte zusammenziehend und sind ein sehr gutes Mittel bei Magen- und Darmerkrankungen, deshalb wurde sie auch als Darmbeere bezeichnet.

Die Früchte haben den höchsten Vitamin C-Gehalt aller heimischen Früchte.

Im Mittelalter war die Frucht der Elsbeere sehr beliebt – sie galt damals als Delikatesse und für Kenner ist sie das heute noch. Man isst die Früchte roh, oder bereitet ein Mus oder Kompott aus ihnen zu. Unbeschädigte Früchte können auch sehr gut getrocknet werden.

In Frankreich und England kann man im Herbst noch diese Früchte auf den Märkten finden. Auch in Österreich

In Niederösterreich, im Wiesenwienerwald haben sich vor einiger Zeit zehn Gemeinden zusammengeschlossen und einen „Verein zur Erhaltung, Pflege und Vermarktung der Elsbeere“ gegründet. Es ist das „Neue Reich der Elsbeere“ und es gibt dort auch noch einen Bestand von etwa 200 bis 300 alten Elsbeerbäumen. Aus diesem Grunde hat sich diese Gegend den Namen „Genuss-Region WiesenWienerWald Elsbeere“ gegeben. Dort bekommt man neben den besagten Bränden auch getrocknete Elsbeere, Camembert mit Elsbeerstückchen, Elsbeerschokolade und Elsbeerhonig zu kaufen. Die umliegenden Gastronomen bieten viele Gerichte mit Elsbeeren an. Auch handwerkliche Teile aus Elsbeerholz kann man



erwerben. Ich finde, das ist ein löblicher Beginn für eine Renaissance dieses wunderbaren Baumes. Wer etwas mehr über diese Region erfahren will, der findet es hier:  
[www.elsbeerreich.at/elsbeerreich/Willkommen.html](http://www.elsbeerreich.at/elsbeerreich/Willkommen.html)

Das Holz der Elsbeere gehört zu den wertvollsten heimischen Hölzern. Es ist sehr dicht, hart und doch elastisch. Es hat eine schöne gelbliche bis rötliche Farbe und ist wunderschön gemasert. Vor allem im farbigeren Kern enthält es ein lebhaftes Muster. Das Holz lässt sich sehr gut verarbeiten zu aussagekräftigen Möbeln und ist gleichzeitig ein wundervolles Klang- und Instrumentenholz. Auf der Pariser Weltausstellung im Jahre 1900 wurde es als das schönste Holz der Welt bezeichnet.

Dass die Elsbeere immer mehr in Vergessenheit geriet, lag daran, dass man sie nicht domestizieren kann. Die Früchte sind nicht lagerfähig, so dass sie keine langen Transporte überstehen. Außerdem ist das Pflücken per Hand recht kostenintensiv. Die Elsbeere ist also keine Frucht, die industriell zu nutzen und leicht zu vermarkten ist. Ich finde, dass wir in Deutschland den Österreichern folgen sollten und die Elsbeere bei uns wieder heimisch machen. Einen schöneren Hausbaum kann man wohl kaum pflanzen.

Die Schreinerei Urholz, die mit dem Holz der Elsbeere wunderschöne Möbel und Skulpturen herstellt, hat auf ihre Homepage einen kleinen, sehr schönen Film gestellt, auf dem man die Elsbeere im Jahreslauf beobachten kann:  
<http://www.urholz.de/holz/elsbeere.html>



Wer Lust darauf bekommen hat, sich eine Elsbeere zuzulegen, der findet in folgenden Baumschulen junge Bäumchen:

[www.gartenrot.com/elsbeere.html](http://www.gartenrot.com/elsbeere.html)

[www.die-forstpflanze.de/Waldrand-und-Wildaesung/Baeume/Elsbeere-Sorbus-torminalis::50200\\_5\\_50016\\_50047.html](http://www.die-forstpflanze.de/Waldrand-und-Wildaesung/Baeume/Elsbeere-Sorbus-torminalis::50200_5_50016_50047.html)

[www.pflanzmich.de/produkt/22720/elsbeere.html](http://www.pflanzmich.de/produkt/22720/elsbeere.html)

*Christa Jasinski*



## Nährendes / Rezepte

### Amaranth



**D**er Amaranth wird von uns als Getreide betrachtet, obwohl es sich dabei genau genommen um kein Getreide handelt. Amaranth gehört zu den Fuchsschwanzgewächsen und sieht auch so attraktiv aus, wie alle Fuchsschwanzgewächse. Da es kein Getreide ist, können auch an Zöliakie erkrankte Menschen und Menschen, die aus anderen Gründen unter einer Unverträglichkeit von Weizeneiweiß (Gluten) leiden, Amaranth problemlos essen. Amaranth hat einen hohen Gehalt an sehr gut verträglichen anderen Eiweißen. Da es einen sehr hohen Gehalt an Eisen hat, ist es für Menschen mit Eisenmangel ebenfalls eine sehr günstige Alternative zu Getreide.

Amaranth gehört zu den ältesten Kulturpflanzen, die wir haben. Für die Azteken und die Inkas war er eine der wichtigsten Pflanzen überhaupt. Dort wurde der Anbau von Amaranth, genauso wie der Anbau von Quinoa jedoch im 16. Jahrhundert unter Androhung der Todesstrafe von den spanischen Eroberern verboten. Diese wollten ihre eigenen Getreide einführen. Dieses Verbot führte bei der Bevölkerung zu starken Hungersnöten und viele der Indios starben.

Nach dem Verbot geriet diese Pflanze für lange Zeit in Vergessenheit. Sie existierte nur noch in Bereichen, die nicht für den Anbau von Nahrungsmitteln genutzt wurden.

Ausgrabungen haben gezeigt, dass der Amaranth auch bei uns schon in der Steinzeit heimisch war. Heute lohnt es sich für die Bauern in unseren Breitengraden meist nicht den Amaranth anzubauen, weil die Reifungszeit zu kurz sein kann. Gibt es einen recht kühlen Sommer mit frühem Frosteinbruch, so werden die Körner, die bei uns ja hauptsächlich genutzt werden, erst gar nicht richtig reif, bevor der Winter eintritt.

Da die Menschen früher jedoch nicht unbedingt die Samen nutzten, kam es ihnen auch nicht darauf an, wenn ein Teil der Körner nicht mehr richtig reif wurde. Pflanzen, die in geschützter Lage wachsen, bringen noch ausreichend Samen für die Arterhaltung hervor und sie säen sich auch von selber wieder aus. Damals wurden vom Amaranth neben den Samen auch die Blätter genutzt – sie wurden wie Spinat gekocht und haben einen sehr guten Geschmack. Auch für Tees sind die Blätter sehr gut geeignet. Ihre Inhaltsstoffe sollen von ihrer Wirkung her ein wahrer Jungbrunnen sein. Der Tee wurde zudem als Mittel gegen Kopfschmerzen und



Migräne, Menstruationsbeschwerden, Durchfall und Fieber eingesetzt. Die Inhaltsstoffe der Blätter wirken blutstillend und adstringierend.

Wer die Pflanze wegen ihrer Schönheit und ihrer vielen guten Eigenschaften im Garten ansiedeln will, der kann das sehr gut machen. Amaranth wächst problemlos: Aussäen und fertig – man muss sich nicht weiter darum kümmern. Er benötigt nur einen leicht feuchten Boden und eine sonnige Lage. Die einjährige Pflanze kann bis zu 2m hoch werden. Die wunderschönen weinroten Blüten erscheinen zwischen Juli und August. Aus ihnen entwickeln sich dann bis zum Herbst die kleinen Samen. Aber Achtung: Eine einzige Pflanze produziert zwischen 30 000 und 60 000 Samen. Auch wenn nicht alle reifen, reicht es doch, dass die Pflanzen in günstigen Lagen mannigfaltig streuen. Mit nur hundert Gramm Samen kann man einen ganzen Acker mit Pflanzen einsäen. Wenn die Pflanze sich im Folgejahr von selber zu stark verbreitet, sollte man sie deshalb vor der Reifung neuer Samen stark dezimieren. Im Laufe des Jahres kann man immer wieder Blätter schneiden, um sie zu Gemüse oder Tee zu verarbeiten oder aus den jungen Blättchen einen Salat bereiten. Die Blätter können auch getrocknet werden, um sie im Winter für Tees zu nutzen.

Wer die Samen des Amaranth als Getreide nutzen möchte, der schneidet am besten die Pflanze ab, wenn ein Großteil der Samen reif ist, und hängt sie über Papier, einem Tablett oder einer anderen Unterlage auf. Sie fallen dann darauf und man hat mit der Ernte wenig Arbeit. Anschließend sollte man sie trocken lagern. Am besten lässt man sie noch ein wenig nachtrocknen, bevor man sie in einem luftdurchlässigen Säckchen aufbewahrt.

## KOCHEN MIT AMARANTH

Zu den Blättern habe ich ja schon geschrieben, dass man sie wie Spinat zubereiten kann. Man kann sie zum Füllen für Maultaschen nehmen oder auch in Aufläufe geben. Die Samen kann man benutzen wie jedes andere Getreide. Beim Brotbacken ist Amaranth wegen des fehlenden Klebereiweiß nur als Mischung mit anderen Getreiden zu nutzen. Fladen funktionieren jedoch einigermaßen gut. Auch als Beilage zu Gerichten – zum Beispiel anstelle von Reis – sind die Samen sehr gut einzusetzen.

Grundrezept für das Kochen der Amaranthsamens:

### Zutaten

250 g Amaranth  
625 ml Salzwasser (für herzhaftere Gerichte kann auch Gemüsebrühe genommen werden)

### Zubereitung

Das Wasser zum Kochen bringen, den Amaranth in das kochende Wasser rieseln lassen und ca. 30 Minuten leise köcheln lassen. Danach auf der ausgeschalteten Herdplatte noch etwas ausquellen lassen.



## Weißkohl-Amaranth-Auflauf

### Zutaten

250 g Amaranth  
625 ml Gemüsebrühe  
1/4 Weißkohl  
2 Karotten  
1 große Zwiebel  
2 Knoblauchzehen

1 TL Oregano  
 1 EL Tomatenmark  
 2 EL Olivenöl  
 100 ml Sahne oder Sojasahne  
 Kräuter und Wildkräuter der Saison  
 1 EL Butter oder anderes gutes Fett (Kokosfett ist auch sehr gut geeignet)

*Zubereitung*

Den Amaranth mit der Gemüsebrühe nach dem Grundrezept zubereiten.  
 Den Weißkohl in feine Streifen schneiden, Karotten und Zwiebeln würfeln, die Knoblauchzehen fein hacken. Zwiebeln im Olivenöl kurz andünsten, das Gemüse, Knoblauch und Oregano zugeben und kurz mitdünsten. Mit der Sahne auffüllen und ein paar Minuten köcheln lassen. Tomatenmark und Wildkräuter untermischen. In eine Auflaufform zuerst die Hälfte des gekochten Amaranth, dann das Gemüse und zum Schluss die zweite Hälfte des Amaranth geben. Ein paar Butterflöckchen (oder eine vegane Alternative) obendrauf geben und bei 180°C im Backofen überbacken. Der Amaranth bildet dann eine schöne Kruste.



**Amaranth-Gemüselaiabchen mit Kräuterquark**

*Zutaten für die Laibchen*

100 g Amaranth  
 250 ml Gemüsebrühe  
 1 Karotte  
 1 kleines Stückchen Sellerie  
 1 Zwiebel  
 2 Knoblauchzehen  
 100 g geriebener Hartkäse (Pecorino oder Parmesan)  
 1 TL Majoran  
 Wildkräuter der Saison  
 1 Ei  
 30 g fein gemahlener Amaranth oder Vollkornmehl  
 Öl zum Braten

*Zubereitung der Laibchen*

Den Amaranth nach dem Grundrezept kochen und etwas abkühlen lassen. Die Zwiebeln würfeln, die Knoblauchzehen und Kräuter fein hacken, Karotte und Sellerie fein raffeln. Alle Zutaten mit dem gekochten Amaranth gut vermischen, Laibchen daraus formen und im heißen Öl von beiden Seiten braten.

*Zutaten Kräuterquark*

250g Quark  
 125g Joghurt  
 1/2 Becher Sahne  
 2 eingelegte Essiggurken  
 Kräuter und Wildkräuter der Jahreszeit  
 1 Knoblauchzehe  
 Salz, Pfeffer Weinessig

*Zubereitung*

Den Quark mit Joghurt und Sahne verrühren und mit Salz, Pfeffer und einem kleinen Schuss Essig abschmecken. Die Gurken ganz fein schneiden, Kräuter und Knoblauchzehe fein hacken und in die Quarkmischung geben. Zu den Amaranthlaibchen servieren.

Christa Jasinski



## Wildkräuter & Wildpflanzen

### Ginkgo

(Ginkgo biloba)

Der wohl einzige Vertreter seiner Familie wird in unseren Breiten überwiegend als Zierbaum kultiviert, der Parks und größere Gärten verschönt. Da er aus einer anderen Welt kommt – ursprünglich stammt er aus China – lernte ich diese Pflanze erst sehr spät kennen. Wenn ich es mir so richtig überlege, war es wohl in der Werbung, dass ich das erste Mal von dieser Pflanze Kenntnis bekam, und zwar als Mittel gegen Altersdemenz. Eine Pflanze, die ich noch nie real gesehen hatte und die Wirkstoffe gegen das Altern haben soll, interessierte mich in jungen Jahren nicht. Trotz allem begegnete ich immer wieder in der Folge solchen Bäumen und Blättern, bis – ja bis ich vor ein paar Jahren an einer Führung im botanischen Garten in Salzburg teilnahm und die Botanikerin die Besonderheit des Ginkgo hervorhob. Plötzlich wurde ich hellhörig und mein Fokus legte sich mehr auf diesen Baum.



Die Besonderheit des Ginkgo ist die Tatsache, dass er weder zu den Nadel- noch zu den Laubbäumen gezählt wird. Er steht quasi zwischen diesen beiden Baumarten, sieht eher aus wie ein Laubgehölz, steht aber den Nadelbäumen näher. Er ist der einzige noch lebende Vertreter einer ansonsten ausgestorbenen Pflanzengruppe der Ginkgoaceae, die bereits vor über 200 Millionen Jahren die Erde besiedelten, ein lebendes Fossil sozusagen. Dieses Attribut teilt er sich mit ein paar anderen Pflanzen, so z.B. dem Schachtelhalm oder den Baumfarnen, die auch noch aus erdgeschichtlichen „Urzeiten“ überwiegend gering verändert bis in unser Zeitalter überlebt haben.

Ginkgo ist ein Baum, der nur im Südwesten Chinas wild vorkommt. Er ist sehr robust und kann ein sehr hohes Al-



ter erreichen, es werden bis zu 1.000 Jahre angenommen. Die ältesten Bäume Europas sollen in den Niederlanden um 1730 im botanischen Garten in Utrecht gezogen worden sein. Der älteste Baum Deutschlands wurde um 1750 in Rödelheim gepflanzt. Um diese Zeit wurden die ersten Ginkgo-Bäume in Europa (wieder) angesiedelt. Anhand von Versteinerungen kann man rückschließen, dass Ginkgo-Arten weltweit vorgekommen sein müssen. Diese Versteinerungen stammen aus der Zeit des Jura bis in die Kreidezeit. Von den ursprünglich 17 Gattungen und über 100 Arten überlebte nur der *Ginkgo biloba* bis heute.

Der Baum kann eine Höhe von 40 Metern oder mehr erreichen. Junge Bäume haben einen schlanken Wuchs, erst im Alter von zirka 20 Jahren wachsen die Äste waagrecht und bilden eine ausladende Krone. Die Belaubung ist im Frühjahr hellgrün und wechselt im Verlauf des Sommers in ein dunkleres Grün, um dann vor dem Abfallen gelb zu werden. Die Blätter sind fächerförmig mit einer Einkerbung in der Mitte. Sie besitzen einen Stiel, der eine Länge von bis zu 10cm erreichen kann. Die Form der Blätter unterscheidet sich deutlich. Blätter junger Bäume sind anders geformt als die älterer Bäume. An den Langtrieben wachsen die Blätter wechselständig und sie haben tiefere Aus-

buchtungen, während sie an den Kurztrieben in Büscheln vorkommen, eher einem Fächer gleichen und etwas kleiner sind. Die Rinde ist hell- bis dunkelgrau, je nach Alter des Baumes und gefurcht. Ginkgo ist zweihäusig, das heißt, es gibt weibliche und männliche Pflanzen. Die männlichen Blüten sehen aus wie Kätzchen und treiben vor den Blättern aus.



Die weiblichen Blüten sind klein und unscheinbar. Sie reifen nach der Befruchtung zu kleinen runden Früchten heran, die ähnlich aussehen wie Mirabellen. Sie strömen einen sehr aufdringlichen Geruch aus, der ähnlich wie Buttersäure stinkt. Dies ist wohl der Grund, dass in den Parks bei uns mit Vorliebe männliche Bäume gepflanzt werden. In Asien werden eher weibliche Pflanzen bevorzugt, da die gekochten Samen sehr schmackhaft sind. Eine Unterscheidung ist jedoch erst ab einem Alter von etwa 20 Jahren möglich, da Ginkgos erst dann geschlechtsreif sind und überhaupt blühen.

Die Wurzeln unterscheiden sich auch, je nach Alter des Baumes. Jungpflanzen besitzen eine Pfahlwurzel. Mit zunehmendem Alter bilden sich Seitenwurzeln aus. Eine Besonderheit besitzen ältere Bäume. Sie bilden Luftwurzeln – die so genannten Chichi aus, die von den dickeren Ästen, ähnlich wie Stalaktiten, nach unten wachsen und auch wieder verwurzeln können, wenn sie den Erdboden berühren.

Seine Robustheit und große Widerstandskraft macht den Ginkgo zusehends beliebter, auch in den Städten als Baum an Straßen. Er ist praktisch unempfindlich gegenüber der Luftverschmutzung und auch das Salz, das im Winter gestreut wird, scheint ihn nicht sonderlich zu beeinträchtigen. Selbst gegen Insekten und Bakterien ist er sehr resistent. Eine Vorstellung von seiner Resistenz zeigt das Beispiel eines Ginkgo-Baumes, der beim Abwurf der Atombombe in Hiroshima verbrannte und im darauffolgenden Jahr aus den Überresten wieder neue Triebe sprossen, also auch gegen radioaktive Strahlung scheint er immun zu sein. Dieser Baum wird heute als Baum der Hoffnung verehrt und steht in Hiroshima im Memorial Park. Ginkgo gilt als Überlebenskünstler, was zum Einen sein methusalemisches Alter beweist, andererseits aber auch die Geschichte des Baumes von Hiroshima bezeugt.



Der Name leitet sich aus dem Chinesischen ab. Dort wird er Ginkyo ausgesprochen, was übersetzt Silberaprikose bedeutet. Der deutsche Arzt und Botaniker Engelbert Kämpfer erforschte die Pflanzenwelt Japans und beschrieb auch den Ginkgo. Bei der Übersetzung der Schriftzeichen unterlief ihm ein Fehler, so dass aus dem Ginkyo ein Ginkgo wurde: Karl von Linné übernahm diese Schreibweise, die heute geläufig ist. Biloba ist ein Hinweis auf die zweilappigen Blätter. Andere Bezeichnungen lauten Fächerbaum oder Entenfußbaum, wegen der Form der Blätter, Tempelbaum, weil er gerne in der Nähe von buddhistischen Tempeln gepflanzt wird, oder Weißnuss.

Die medizinische Nutzung konzentriert sich in unseren Breiten überwiegend auf die Blätter. Extrakte aus den Blättern wirken durchblutungsfördernd, vor allem im Gehirn und in den Beinen. So wurden sie bekannt als Mittel gegen Altersdemenz und gegen Schlaganfall, aber auch zur Steigerung der Gedächtnisleistung. Längerfristige Behandlungen mit Ginkgo-Präparaten sollen

gegen Migräne helfen, aber auch Tinnitus und Schwindel werden damit behandelt. Die Wirkung gegen freie Radikale von Präparaten aus Ginkgo-Blättern wird diskutiert. Sogar als Potenzmittel werden Präparate aus Ginkgo-Blättern beworben. Die Förderung der Durchblutung soll die Erektionsfähigkeit steigern und zusätzlich wird damit geworben, dass die stressmildernde Wirkung einen Einfluss auf die Potenzfähigkeit haben soll. In der traditionellen chinesischen Medizin werden auch die Wurzeln, die Rinde und die Samen zu Heilzwecken verwendet.

In der Homöopathie wird Ginkgo biloba eingesetzt bei Konzentrationsschwierigkeiten, und Benommenheit. Charakteristisch ist pergamentartige Haut und silberglänzende Schuppen bei Schuppenflechte.

In der Kosmetik finden Extrakte aus den Blättern vermehrt Verwendung aufgrund ihrer straffenden Eigenschaften. Sie sind Bestandteile von Anti-Falten Präparaten für faltfreie Haut und Shampoos für die Verbesserung der Haarstruktur und die Durchblutung der Kopfhaut.

In Japan steht der Baum unter Naturschutz und er wird vielfach verehrt – nicht nur als Tempelbaum. Er wird assoziiert mit Langlebigkeit, Unbesiegbarkeit, und Anpassungsfähigkeit. Er ist Symbol für Liebe und Fruchtbarkeit. Frauen erbitten von ihm Muttermilch und Kindersegen und die Bauern bitten um ein fruchtbares Jahr. Das zweigeteilte Blatt des Baumes symbolisiert die Vereinigung der beiden Pole männlich und weiblich und stellt so wieder die Einheit her. Das Blatt wird vielfach auch als Zeichen für Yin-Yang gesehen. Man findet die Blätter stilisiert in Kunstgewerbe und Goldschmiedekunst.



Johann Wolfgang von Goethe setzte dem Ginkgo im Jahr 1815 ein poetisches Denkmal. Es wurde im West-östlichen Diwan veröffentlicht:

#### *Ginkgo biloba*

*Dieses Baumes Blatt, der von Osten  
Meinem Garten anvertraut,  
Gibt geheimen Sinn zu kosten  
Wie's den Wissenden erbaut.*

*Ist es ein lebendig Wesen,  
Das sich in sich selbst getrennt,  
Sind es zwei, die sich erlesen,  
Dass man sie als eines kennt?*

*Solche Frage zu erwidern  
Fand ich wohl den rechten Sinn,  
Fühlst du nicht an meinen Liedern,  
Dass ich eins und doppelt bin?*

#### **Für Astrologen:**

Ginkgo ist dem **Saturn** zugeordnet durch sein erdgeschichtlich hohes Alter und die Anwendung in der Geriatrie.

Das Wesen der Pflanze ist ein Gleichgewicht der Polaritäten.

Der Ginkgo wurde vom Kuratorium Baum des Jahres zum **Baum des Jahrtausends** erklärt.

*Marie-Luise Stettler*



## Spirituelles

# Protokolle der Menschen über Engel

Eine Studie über die Definition „Engel“, Teil 6

03. August 2005 – Treffen mit einer Thannhausener Geschäftsfrau, Margaretha.

Nach einem Telefonanruf am frühen Vormittag werde ich mich nun gleich in einem Cafe mit einer Thannhausener Geschäftsfrau treffen, die mir ein Engelerlebnis berichten möchte. Da sie mir am Telefon erklärte, ihr Erlebnis könne sie nicht mehr vergessen und benötige auch so jemanden, mit dem sie darüber endlich einmal reden könne, scheint mir diese Angelegenheit interessant zu werden.

Nach einem zweiten Anruf verabredeten wir uns für eine bestimmte Uhrzeit. Bevor ich mich allerdings darauf einließ, rief ich einen alten Freund an, der hier fast alle Geschäftsleute kennt und ich fragte ihn nach dieser Frau. Er gab mir die Auskunft, diese Dame sei eine sehr seriöse und integere Person – ich könne mich unbesorgt auf ihre Aussagen einlassen.



Wie so oft im Leben, erhielt ich ihren dritten Anruf auf mein Handy, als ich bereits zum Treffen unterwegs war, und sie teilte mir mit, sie habe nun doch etwas Bedenken – vielleicht könne ihr ihre Geschichte geschäftliche Probleme bereiten. Nachdem ich sie soweit beruhigen konnte, kamen wir überein, das Gespräch nicht aufzuzeichnen, doch ich dürfe mir Notizen machen, die sie anschließend zur Durchsicht fordere und gegenzeichne – so quasi als Siegel für wortgetreue Niederschrift.

Kann mir nur recht sein, da ich sowieso nur wortgetreu wiedergebe und Verfälschungen zuwider finde.

Wir trafen uns in einem nahen Café, das am Vormittag nur wenig frequentiert wird und nahmen in einer

verschwiegenen Ecke Platz. Schon nach kurzer Zeit begann sie mit ihrer Erzählung.

„Vor drei Jahren war meine Scheidung. Bei der Heimfahrt vom Scheidungstermin machte ich Rast in Maria-Vesperbild, um eine Dankeskerze zu spenden und um mich etwas zu entspannen. Ich machte einen Rundgang durch die angrenzenden Wälder. In einem Waldstück bemerkte ich plötzlich eine unheimliche Ruhe – kein Vogelgezwitscher, kein Laut – nicht einmal der Hauch eines Geräuschs“, erzählte sie angespannt. „Mir war es, als sei alles im Stillstand. Ich blickte mich um und sah nicht mal eine Bewegung in den Baum- und Buschblättern. Es roch stark nach Moos – ungewöhnlich für einen heißen Hochsommertag. Als ich weiter-

ging, bemerkte ich in etwa 10 Metern Entfernung ein Reh – starr, unbeweglich, so als lausche es einem für mich unhörbaren Ton. Mich durchzog so etwas wie eine statische Ladung – Sie wissen schon, wie beim Ausziehen eines Synthetikpullis, wenn’s dann mit winzigen Funken knistert. Mir wurde unheimlich zumute und ich wollte kehrt machen. Aber es ging nicht – ich war wie paralysiert. Zwischen den Bäumen trat nun eine in rot gekleidete Frau hervor und kam lächelnd näher. Sie begrüßte mich freundlich und sagte, sie sei meine Zwillingseele und müsse mit mir reden. Ihre Gesichtszüge glichen

meinen, doch nicht exakt; eher so wie von einer etwas älteren Schwester, die ich gar nicht habe.“

Sie blickte mich forschend an und fuhr dann fort: „Sie erzählte alles aus meinem Leben, auch Dinge, die nur ich alleine wusste und die ich niemandem sonst erzählt habe. Sie erklärte mir meine folgenden Jahre bis zum 30. Juli 2005, der mein letzter Tag sein würde, wenn ich weitermache wie bisher. Fände ich eine Lösung meiner Lebensprobleme, würde eine andere Lebensschiene – Möglichkeit – zum Tragen gelangen, die mich alt und weise werden ließe. Auch, wenn mein Leben zumeist nur aus einem Dahinplätschern von übersichtlichen Geschehnissen bestünde, dürfe ich so nicht mehr weitermachen – ich

verfehle damit nur meine wirkliche Aufgabe im Leben. Ich fragte sie, wie ich das verstehen soll – ob sie eine Halluzination sei. Sie antwortete lächelnd, sie sei meine mir innewohnende Engelskraft – eine Art Zwillingseele und dennoch nicht exakt ein Engel; eher das, wozu ich in Wirklichkeit fähig werden könnte. Sie sei ich in der Zukunft, die auf mich hier an einem bestimmten Tag warte, wenn ich die Kurve kriege.“

„Dann standen Sie sich selber gegenüber – eine interessante Konstellation, die mir sogar einleuchtet; wenn gleich ich sie nicht logisch verifizieren kann. Doch über die Quantenphysik lässt sie sich verstehen“, warf ich lächelnd ein.

„Ja – genauso, erklärte sie mir unser Zusammentreffen; die Elektronen wirken innerhalb und außerhalb der Quantenrealitäten!“, lachte sie nun lockerer auf. „Sie scheinen etwas davon zu verstehen.“

„Nur ein bisschen und da nur eher auf der geistseelischen Ebene“, warf ich vorsichtig ein.

„Es ist diese «Quantenlogik», die sie mir auftrag zu erforschen – darin läge die Antwort auf meine tatsächliche Lebensaufgabe“, fuhr sie angeregt fort. „Zu diesem Zeitpunkt hatte ich kaum eine Ahnung davon – aber das änderte sich in den nächsten drei Jahren. So erklärte sie auch, am 30. Juli 2005 würde ich feststellen, ob ich meine Aufgabe begriffen und angegangen hätte oder nicht. Ich sage Ihnen, das fuhr mir durch alle Glieder wie Sprengstoff – mit so einem Damoklesschwert über seinem Leben wird man wahrhaftig wacher als ein Nachtwächter! Kurzum – meine Aufgabe sei es, mich selbst soweit in das bewusste Leben zu formieren, um empfänglicher für die feinstofflichen Zusammenhänge zu werden. Meine spirituelle Interesselosigkeit sei ein schwerwiegendes Unterlassen von kosmisch wichtigen Arbeitsprogrammen, worin ich mitzuwirken habe – schließlich hätte ich das einer höheren Instanz versichert, bevor ich als Margaretha auf der Erde inkarniert bin. So sei diese Instanz zuständig für das Sonnensystem, wovon ich ein Teilaspekt sei – ich dürfe mich dem nicht so ignorant einfach entziehen, da dies Folgen hätte. Auf die Frage nach den Folgen, sagte sie, ich würde vor meiner ursprünglichen Zeitfrist abberufen und müsse wieder 2-3 Leben vorher durchleben – so quasi als Wiederholung einer etwas unbewussteren Schulklasse. Da dies allerdings Energieverschwendung und in diesem Sonnensystem sowieso schon große Mode geworden sei, wolle mich diese Instanz zumindest einmal davon in Kenntnis setzen.“

Sie lachte kurz auf. „So sei meine Scheidung schon mal der erste Schritt zur Wende gewesen und ich müsse daraus noch meine Schlüsse zum positiven Gedeihen ziehen. Da rügte mich eine höhere Instanz über meinen Alterego-Engel – oder wie auch immer – und ich wusste mir darauf keinen Reim zu machen. Mein «Engel» klärte mich auf, meine Art Liebe und Glück zu definieren und zu suchen sei grundsätzlich die eines

kleinen verwöhnten Kindes, das niemals genug bekommen könne. Immer sei ich auf der Suche nach Mehr und verliere dadurch auch noch den letzten Rest meines ursprünglichen Selbstes. Meine religiöse Sichtweise sowie mein Glaube, der Mensch könne sich alles leisten – selbst Kriege um kleinliche Ressourcen oder Auserwähltheit (ich bin Jüdin!) – sei bereits ein Zeichen satanischer Anbetung. Es sei nun meine Pflicht, mich kundig zu machen, was und wer diese Welt seit vielen Generationen zu beherrschen versucht und wo dabei der Pferdefuß läge. Da es mir gelingen könne, meine und der Erde Wahrheiten zu finden, sollte das für mich zum Hauptthema meines weiteren Lebens werden. Das persönliche Umfeld würde sich dazu adäquat schon einstellen; das solle mich keineswegs bekümmern. Die Besinnung auf das Wesentliche, im Sinne von Dasein, Auskommen und Aufgabe, sei die Basis für weitere Erkenntnisse, die mich in positivere und wirkungsvollere Lebensbahnen führen könne. Auch wenn es nicht um größere Dinge gehe, so sei meine Mitarbeit sehr wichtig für einige hundert Menschen an meinem Heimatort. Was aus einem Menschengestalt ausströmt, kann entweder zerstören und irritieren oder aufbauen und Lösungen im Umfeld bringen. Letzteres sei meine Aufgabe.“

„Ich muss Ihnen sagen, Ihre Geschichte bewegt mich sehr“, warf ich angeregt ein. „Sie beweist mir in sich selber, dass sie wahrhaftig erlebt und stimmig ist – bitte fahren Sie ungeniert fort.“

„Das Geschehen endet da. Der Wald, die Umgebung, begann wieder lebendig zu werden. Mein «Engel» war verschwunden. Die folgenden Monate und Jahre forschte ich wie eine Besessene, las jede Menge Bücher, die Bibel, Koran, Talmud und viele wissenschaftlichen Abhandlungen. Je näher der 30. Juli 05 rückte, desto nervöser wurde ich. Obwohl ich mittlerweile keine Angst mehr vor dem Sterben hatte, war ich mir nicht so ganz sicher, ob ich meinen springenden Punkt auch tatsächlich erreicht habe – man ist halt im Grunde doch ein schwacher Mensch, wenn es um das physische Dasein geht! Am 30. Juli 05 – letzten Samstag – wollte ich Sie in Ihrer alten Wohnung aufsuchen, Ihnen eine Notiz zum Treffen in den Briefkasten werfen – ich bibberte vor Erwartung und Spannung. Als ich Ihre Briefkastennotiz las, Sie seien umgezogen, verließ mich wieder der Mut und ich ging in ein nahes Abendcafé. Dort traf ich auch einen gemeinsamen Bekannten (Name ist für die Publikation nicht wichtig), den ich etwas über Sie ausgefragt habe – aber ohne auf meine Geschichte hinzuweisen. Ich erfuhr, Sie seien kein alltäglicher Typ und besäßen etwas mehr Grips und Herzlichkeit als die meisten Einwohner hier. Das bestärkte mich, Sie nun heute zu kontaktieren – und wie ich sehe, sind Sie in der Tat ein



„ungewöhnlicher Typ“, lachte sie nun gelockert.  
 „Naja – ich gebe mir Mühe“, grinste ich zurück.  
 „Trotzdem bitte ich Sie, meinen Nachnamen wegzulassen – irgendwie könnte das zu Komplikationen bei meinen Kunden führen“, stellte sie sachlich fest.  
 „Das ist für mich selbstverständlich, wenn jemand nicht genannt werden möchte. Wichtig sind ja nur die Kernaussagen, die Inhalte“, stimmte ich ihr zu.  
 „Haben Sie auch in den letzten Jahren viele neue Erkenntnisse gezogen?“, fragte sie mich nun neugierig.  
 „Ja – enorm viele, die auch mich verändert haben“, nickte ich ernst. „Bei manchen Menschen wirken die Lichtkräfte eben eindringlicher und ausdrücklicher als bei den anderen.“  
 „Sie sagen es! Und ich empfinde mein Leben und die Welt heute völlig anders als noch von vor drei Jahren. So bin ich mir sicher, irgendwann in der Zukunft meinem jüngeren Wesen in 2002, in besagtem Waldstück, mental zu begegnen; denn geistig ist Zeit relativ“, fügte sie hinzu.  
 „Raum und Zeit sind in der Tat relativ zueinander und heben sich auf in der geistigen Feldebene“, warf ich ein. „Man muss nur nicht immer alles mit purer Logik bemessen, sondern sollte viel mehr alle weiteren Feldebene ganz offen auf sich wirken lassen.“  
 „Ich möchte Ihnen noch einige Dinge sagen, die ich seither erfahren, gelernt und eruiert habe – haben Sie Interesse daran, denn es gehört zu meiner Geschichte“, warf sie fragend ein.

Ich nickte interessiert.  
 „In Ordnung. In den letzten drei Jahren erforschte ich in jeder freien Minute alle möglichen Zusammenhänge in unserem Weltgeschehen und bin zu der Überzeugung gelangt, dass wir Menschen seit langer Zeit am Gängel dunkler Mentalitäten hängen. Es war ein Riesenschock für mich, alleine die «Auserwähltheit» von uns Juden im vollen Umfange zu durchschauen – ein Schock, den wohl viele meines Volksstammes erst noch gänzlich zu spüren bekommen werden.“  
 „Es stellt sich die Frage, ob dieser Schock ausreichen wird, dass sich die sephardische Judenschaft endlich von der Levitenschaft trennt“, warf ich ein.  
 „Auch das wissen Sie? Ungewöhnlich!“, blickte sie mich forschend an. „Das wissen im Grunde nur sehr wenige Menschen – zumeist nur echte Talmudforscher oder hohe Logenmitglieder.“  
 „Oder jene, die gut lesen und kombinieren können“, konterte ich.  
 „Was wissen Sie denn noch so alles“, bohrte sie nun nach.  
 „Sie sollten den Spieß nicht umdrehen – hier darf nur ich die Fragen stellen“, lachte ich abwehrend.  
 „Sie stellen ja kaum Fragen – Sie locken die Antworten förmlich heraus; das ist Ihre Masche“, brummelte sie nun.  
 „Nicht bewusst. Vielleicht bin ich nur ein großes lebendiges Fragezeichen; ein Symbol im Frage-Antwortspiel des Lebens“, wiegelte ich freundlich ab.

„Kennen Sie Thomas Stelting?“

„Nein.“

„Er ist ein relativ unbekannter Talmudforscher aus Düsseldorf und er schreibt in einem Aufsatz über christlich-jüdische Mystik, dass die Offenbarung Johannes sich nicht zwangsläufig in der physischen Erscheinung niederschlagen muss. Sie sei im Grunde eine spirituelle Auseinandersetzung zwischen dem menschlichen Ego und den geistseelischen Feldebene – sozusagen viel eher auf der Feinstofflichkeit angesiedelt als tatsächlich als irdisches Geschehen. Da es sich aber bestimmte Kreise zur Aufgabe gemacht haben, die Offenbarung – auch Apokalypse bezeichnet – als ein globales Geschehen aufzubauen, gelte es zur Zeit vorrangig, sich diesen dunklen Machenschaften entgegen zu stellen. Dieser perverse Plan einiger weniger Größenwahnsinniger hat zum Inhalt, die Menschheit auf etwa ein halbe Milliarde Menschen global zu reduzieren, um sie dann besser und effektiver beherrschen und ausbeuten zu können. Da soll wieder die Gottkönigschaft eingeführt werden – ausgerufen von einem falschen Messias, der von den Leviten und deren Anhängern bereits trainiert wird. In einem Schriftstück, das 1949 von einem Franzosen gefunden wurde und das aus der Feder eines Finanzwesen-Insiders stammt, geht hervor, dass dieser Plan bereits seit über 150 Jahren in die Tat umgesetzt wird. Auch unsere gesamten Gesellschaftsformen werden umgepflügt und im Sinne einer verfälschten Offenbarungsinterpretation installiert. Nun hat ein amerikanischer Wissenschaftler sogar errechnet, dass sich hinter allen diesen Planungen nicht nur Erdenmenschen befänden, sondern uns negativ gesinnte Wesen aus einer anderen Galaxie. Besonders in der Freimaurer-Pyramide befände sich an der Spitze das «Auge des Höchsten» und dieser sei kein Erdenmensch; auch kein tatsächliches göttliches Wesen, sondern lässt sich entschlüsseln als der «menschliche Behinderer» – wir sagen dazu seit vielen Generationen «El Schaddai»; Satan!“

„Sie wissen, solche Aussagen, wie Sie sie nun darlegen, sind in unserer Zeit ziemlich gefährlich“, erwiderte ich vorsichtig. „Zumal wir es hier mit einer sehr zerbrechlichen Assoziation zu tun haben, worüber sich selbst die großen Gelehrten nur in Randbemerkungen verhüllen.“

„Das ist es ja – ich selbst bin Jüdin, weiß, was hinter der sogenannten Auserwähltheit lauert und laufe schon deshalb Gefahr, aus den eigenen Reihen für antisemitisch erklärt zu werden. Doch das ist schlicht paradox!“

Immer wenn es darum geht, das Negative innerhalb einer Gesellschaftsform zu entlarven und zu entfernen, steht genau dieses auf und schreit herum, das Negative sei im Grunde das Positive – unsere Welt ist wahrhaftig dabei, vollständig zu verblöden“, warf sie ungehalten ein.

„Nicht einmal 5% der Menschheit möchte jemals einen

Krieg, aber dennoch gehen 70% hin zum Morden, wenn von «Oben» dazu der Befehl kommt. Wer erteilt denn solche Befehle? Was steckt dahinter und vor allen Dingen, wer profitiert letztendlich tatsächlich davon? Es ist die menschliche Pflicht, die Pflicht eines jeden Einzelnen, diesem Gräuel ein Ende zu bereiten. Und dazu gehört auch, die Wahrheit so zu offenbaren, wie sie sich ganz offen zur Schau stellt!“

„Das ist die dunkle Seite der Medaille Menschsein“, nickte ich. „Doch die lichte Seite ist die einzige, die uns aus diesem Dilemma führen kann. Es hat keinen großen Sinn, über das Dunkle zu lamentieren, wenn man dazu keine definitiv lichte Antwort und Alternative bereit hat.“

„Sie meinen, man sollte besser schweigen darüber?“

„Nein. Aber wenn wir darüber sprechen, sollten wir uns bemühen, Lösungen dafür zu finden – Lösungen, die weniger angreifbar und viel mehr auf beweisbaren Fakten beruhen“, erwiderte ich. „Sie haben zum Beispiel durch Ihre Engelserfahrung Ihr Leben besser in den Griff bekommen, haben sich umgehend weiter gebildet und sich Wissen angeeignet. Darin liegt auch ein bestimmter Grund für Sie persönlich, daraus Ihre Schlüsse zu ziehen – und zwar solche, die lichter und positiver Natur sind.“

„Vielleicht hänge ich zur Zeit in meinem Wissen etwas fest“, entgegnete sie nachdenklich.

„Wenn Wissen zu einem Etwas wird, das sich in eine Belastung in uns auswirkt, ist dieses Wissen entweder ein falsches oder eben noch nicht zum Ende einer dynamischen Fruchtbarkeit verstanden worden. Das meiste Wissen hängt letztendlich fast statisch in uns fest, hemmt uns für neue Erkenntnisse, die uns weiter brächten, und man sollte sie entweder solange stehen lassen, bis wir sie wieder mit einer fruchtbaren Dynamik weiter verarbeiten können oder als Fehler aus uns raus werfen“, konterte ich.

„So ist für Sie Wissen nicht gleich Wissen?“

„Wissen ist für mich nur dann Wissen, wenn ich es für mich anwenden und in meinen Alltag als hilfreiches Werkzeug integrieren kann; wenn es mir dazu gereicht menschlicher, friedvoller und spiritueller durchs Leben gehen zu können. So sollte Wissen in erster Linie als Information für besseres Verständnis betrachtet werden“, nickte ich. „Jedes andere Wissen ist Ballast und wahrscheinlich für mich eher ein Hemmschuh als weiterführend.“

„Jetzt bin ich meinem «Engel» sehr dankbar, mich Ihnen geöffnet zu haben. Ich glaube, Sie sind in der Lage, sich im Leben immer einen gewissen Überblick zu verschaffen, der Sie nicht mehr so leicht in die Gefahr einer Angriffsfläche bringt. Sind Sie noch zu erschüttern?“

„Aber ja doch“, lachte ich auf. „Solche Erlebnisse, wie Ihre – oder alle die Zuschriften über Engeldefinitionen, beleben und erschüttern mich gleichsam. Sie zeigen mir allesamt, wie sehr der einzelne Mensch sich Gedanken über



das Leben und die Gesamtzusammenhänge kosmischer Relevanzen macht, wie wir Menschen alle ineinander greifen und in Wechselwirkungen zueinander stehen. Deshalb haben wir es auch in unserer Hand, innerhalb lichter und friedvoller Gedanken und Taten die Dunkelmächte abzu-drängen. Wenn wir sie nicht mehr mit Gedanken und Taten nähren, können sie keine Profite mehr einfahren. Irgendwann werden wir für sie so uninteressant, dass sie sich andere Betätigungsfelder suchen müssen, um zu überleben. Und selbst, wenn es tatsächlich außerirdische Wesenheiten sind, die wir als Teufel und Dunkelengel in früheren Zeiten bezeichneten, brauchen auch sie immer wieder Menschenwesen, die sie ausnehmen können. Können sie uns nicht mehr ausnehmen, hauen sie ab.“

„Sie sehen das sehr vereinfacht“, warf sie mir vor.

„Kompliziert sieht die Menschheit diese Angelegenheit nun schon seit Jahrtausenden, und was hat es geholfen? Nichts! Also sollten wir uns vielleicht mal langsam wieder etwas ver-ein-fachen, um wieder einen einfachen Gesamtüberblick zu erhalten. Im Grunde ist alles einfach; die Wahrheit ist einfach, kurz und prägnant; die Lüge ist von jeher kompliziert und nur mit komplizierten Techniken aufrecht zu erhalten. Blickt man nun auf eine Reihe komplizierter Machenschaften und Geschehnisse, können wir leicht feststellen, wie wir sie zum Einstürzen bringen können – man stelle einfach die dazwischen liegende Wahrheit in den Vordergrund und das Lügengebäude fällt in sich zusammen“, dozierte ich ruhig.

„Und wie lässt sich damit unsere Erde, unsere gesamte Menschheit aus den Miesen bringen?“, fragte sie mich neugierig.

„Ich denke, weder Sie noch ich haben die Aufgabe, die Welt aus den Miesen zu führen, sondern viel eher, uns erst einmal selber aus einem solchen Verhalten und Denken zu befreien. Dann können wir im Kleinen auf unser Umfeld einwirken und zwar so, dass es niemandem weh tut und eher wie eine kleine Dosis der lichten Erbauung ankommt“, zuckte ich mit meinen Achseln.

„Woher nehmen Sie denn diese Ihre Annahme in einer solchen Gelassenheit?“

„Ich orientiere mich gerne an den alten Heiligen Schriften und an Christus' Aussagen – sie beinhalten alle Antworten in einfachen Worten und dringen tiefer in uns ein, wenn wir nur oft genug darüber reflektieren.

Es sind ja vielfach die alten Weisheiten und Sprichwörter, die in kurzen und klaren Worten das aussagen, was uns Hoffnungen und wieder fröhliche Gedanken bereitet. Zum anderen stelle ich bei Gesprächen immer wieder fest, je einfacher man ein Thema angeht und aufarbeitet, desto klarer und effektiver zeitigen sich die Lösungen dazu. Die große Problematik liegt in unserer Bereitschaft und Annahme, sich in komplizierten

Redewendungen zu üben, weil das angeblich so enorm klug anmuten soll. Darüber kann ich mittlerweile nur noch lachen – da werden Gespräche vielfach zu regelrechten Schlachten, wobei die Beteiligten letztendlich höchstens ein Unentschieden bewirken, aber keineswegs einen echten Lösungsansatz“, schmunzelte ich. „Im Moment wirken Sie auf mich kompliziert“, jappste sie nun irritiert.

„Weil Sie erwartet haben, in mir einen Diskussionspartner zu finden, der Ihnen Ihre eigenen komplizierten Fragen beantworten kann“, lachte ich auf. „Dabei lassen sie sich unkompliziert beantworten, wenn Sie den ganzen Wust von Welt retten und enorme Wichtigkeit Ihrer Aussagen für die Menschheit mal beiseite lassen.“

„Das hat aber nun gegessen“, brummte sie. „Da machen Sie eine Engelstudie und sagen zugleich durch die Blume, letztendlich wäre sie gar nicht so wichtig für das Weltgeschehen. Und warum erstellen Sie sie trotzdem?“

„Weil ich sie für mich wichtig erachte und glaube, dass es Leser gibt, die für sich auch etwas Positives herausziehen können. Mir geht es weniger um irgendwelche missionarischen Tätigkeiten, sondern lediglich um die Tatsache, dass wir Menschen in der Einfachheit die größten Erkenntnisse gewinnen können“, konstatierte ich. „Außerdem gibt mir diese Studie vermehrt die Gewissheit, dass gewisse Vorkommnisse in unserer Welt sehr gezielt auf Einwirkungen aus den lichten Engelbereichen hinweisen. Licht und Schatten wirken in den letzten Jahren etwas häufiger und die Tendenz, dass sich das Lichte vermehrt, gibt mir Anlass zum Dank, gerade in so einer interessanten Zeit leben zu dürfen.“

„Das Leben ist ein Abenteuer“, nickte sie. „Und trotzdem begreifen wir wahrscheinlich 90% aller Geschehnisse nicht.“

„Das kann nur jemand sagen, der 100% versteht und deshalb weiß, dass die Menschenmasse tatsächlich nur 10% Einsichten hat – ich frage Sie, wer könnte denn das sein!“

Sie lachte glockenhell auf und meinte dann zum Abschluss: „Sie scheinen für alles eine Antwort zu haben.“

\* \* \*

Es ist nicht so, auf alles eine Antwort finden zu müssen – wir können es uns jederzeit leisten, eine Antwort zu formulieren, selbst wenn sie sich hinterher als nicht so ganz logisch herausstellt. Vorrangig dabei ist nur, sich selbst dabei nicht allzu wichtig zu erachten – wenngleich wir allerdings für uns selber schon ganz wichtig sind, gelle!?

*Alfons Jasinski*



## Spirituelles & Heilendes

### Alternative Heilweisen - Reiki

Nachdem wir in der Vergangenheit begannen, komplementäre bzw. alternative Heiltechniken vorzustellen, möchten wir heute mit der Reiki-Methode nach Mikao Usui fortsetzen.



*Die japanischen Schriftzeichen für Rei und für Ki*

Reiki (gespr.: Ree-Kii) ist eine von vielen spirituellen und energetischen Techniken, jedoch stellt es gleichzeitig das weltweit am weitesten verbreitete und praktizierte System dar. Wahrscheinlich ist die Energieübertragung von Mensch zu Mensch zum Zwecke der Heilung und spirituellen Weiterentwicklung so alt wie die Menschheit selbst. Die Reiki-Methode fußt also auf einer schon immer vorhandenen Energie im Universum, die zu handhaben dem Auszubildenden über mehrere Initiationen in Form eines Systems vermittelt wird. Initiationen kennen wir z.B. bereits aus dem alten Ägypten, von Priesterweihen, schamanischen Einweihungen etc.. Ihnen gemeinsam ist eine energetische Veränderung des Eingeweihten durch einen „Lehrer“ und die Erlangung zuvor zwar potentiell angelegter, aber nicht in einer bestimmten Qualität ausgeübter Kenntnisse und Fähigkeiten. Dies macht den wesentlichen Unterschied zu allen Arten von Selbsteinweihung aus. Grundlage ist die Fähigkeit des Menschen, auch als Energiekanal zu fungieren und dabei relativ neutral diese Energie – im Falle von Reiki – zum Wohle anderer Lebewesen (Stärkung der Selbstheilungskräfte, Auflösung seelischer, energetischer und körperlich manifestierter Blockaden) oder zur Energetisierung von Gegenständen, Räumlichkeiten etc. zu nutzen. Es steht die Frage, wieso wir Einweihungen brauchen, da ja alles bereits in uns angelegt ist? Im Prinzip stimmt das schon, jedoch ist für eine qualitative Einweihung notwendig, eine bestimmte Energie eine Zeit lang zu halten und das können die wenigsten Menschen von alleine. Lesen und Schreiben z.B. lernt sich ja auch mit Hilfe eines kundigen Lehrers viel einfacher, wird sicher jeder zustimmen. Genauso ist es beim Reiki. Wer Reiki gibt, arbeitet somit im Unterschied zu manchen anderen Heiltechniken nicht mit der eigenen Energie, sondern mit „universeller Lebensenergie“, wie die Übersetzung des Begriffes Reiki lautet. Dabei steht die Silbe Rei für „universell“ und das

Ki für „Lebensenergie“. Es ist mit dem aus dem Chinesischen stammenden Chi oder Qui identisch, wie wir es von Tai Chi oder Qui Gong kennen. Andere Begriffe dafür sind Od, Orgon (Wilhelm Reich), Prana (im Hinduismus), Äther, das Baraka (im Sufismus) oder der Heilige Geist (im Christentum), um nur einige zu nennen. Nach einer Reiki-Gabe ist der Geber in der Regel frisch und nicht erschöpft, wie man es bei anderen geistigen Heilern oft beobachten kann. Es geht hier nicht darum, eine Methode gegen eine andere aufzurechnen, sondern für ein besseres Verständnis auf die Besonderheiten hinzuweisen. Öfter werde ich von Klienten gefragt, ob es denn nicht anstrengend sei, Ihnen Energie zu geben, was ich nur zu gern verneinen kann.

Das Besondere an Reiki als System ist auf seinen Ursprung auf den Japaner Mikao Usui zurückzuführen, welcher dieses System nach längerer Suche und innerer Reinigung von der geistigen Welt Anfang des 20. Jahrhunderts „geschenkt“ bekam. Man kann auch sagen, dass er diese sicherlich uralte Heilweise wiederentdeckt hat. Er praktizierte sie sehr erfolgreich und gab sie an eine Anzahl Schüler weiter, über welche sie sich in verschiedenen Varianten weiterentwickelte und über die ganze Welt verbreitete.

Bei diesem System wird großer Wert auf Selbstheilung, Selbstentwicklung und Selbsterkenntnis gelegt, um ein reiner Kanal für die heilerische Tätigkeit zu sein. Dieser Aspekt wird auch in Form von den fünf von Usui überlieferten einfachen Reiki-Regeln dargestellt, die mir persönlich sehr gefallen und welche so über der Eingangstür jeder Schule stehen könnten:

*„Gerade heute sei nicht ärgerlich!*

\*

*Gerade heute Sorge Dich nicht!*

\*

*Ehre Deine Eltern, Lehrer und die Älteren!*

\*

*Verdiene Dein Brot ehrlich!*

\*

*Empfinde Dankbarkeit für alles Lebendige!“*

Die Ausbildung nach Mikao Usui erfolgt in der Regel über 4 Grade. Eine gute Ausbildung sollte neben genauen Erklärungen und Übungen, einer niveaувollen Einweihung auch ein ebenso niveaувolles Arbeitshandbuch für jeden Grad enthalten (praktische Anleitungen, hilfreiche Texte für die spirituelle Reifung, Erklärung der Geschichte und Methode etc.).

Im **1. Grad** lernt der Auszubildende sich selbst und andere im direkten Kontakt durch Handauflegen Reiki-Energie zu geben.



Der **2. Grad** erweitert das energetische Niveau und erlaubt die Fern- und Mentalheilung. Es werden einige wenige Symbole erläutert und gelehrt, welche dafür nützlich sind. Ihre Verwendung ist bei weiterer Praxis nicht zwingend notwendig, aber sie werden als gute Unterstützung und „Verstärker“ angesehen. Eventuelle Vorbehalte von Einigen, mittels ihnen nicht bekannten Symbolen behandelt zu werden, kann ich zwar verstehen aber versichern, dass nichts Negatives von diesen ausgeht. Sie haben nur ihre Bedeutung in Verbindung mit der vom Reiki-Geber geäußerten (guten) Absicht, und sollte die nicht rein sein, war man eh das letzte Mal bei ihr oder ihm.

Der **3. oder Meistergrad** vermittelt ein letztes Symbol und schließt die energetischen Einweihungen ab. Alle für die Energieübertragung wichtigen Chakren des Eingeweihten sind jetzt voll für seine Arbeit geöffnet.

Der **4. Grad** ist der **Lehrergrad** und befähigt den Meister nunmehr selbst Schüler in das System einzuweihen und auszubilden.

Es gibt grundlegend eine östliche und eine westliche Linie, die noch stark in der ursprünglichen Tradition stehen. Wen Details über erweiterte Systeme dazu interessieren, der sei auf die reichlich vorhandene Fachliteratur hingewiesen. Ich persönlich bevorzuge das oben beschriebene System. Dabei lege ich mehr Wert auf eine Vertiefung weniger Heilmethoden als auf ein Sammeln von Titeln im Ausbildungsdschungel. Gott sei Dank ist dem auch durch finanzielle Grenzen ein „gesunder“ Riegel vorgeschoben. Viel hilft auf diesem Gebiet eben nicht viel.

Die Wirkung der Reiki-Energie ist, wie gesagt universell, sanft, bestimmt und intelligent, da sie im Körper in der Regel da ankommt/verwendet wird, wo sie am meisten gebraucht wird. Dabei kann es zu Heilreaktionen kommen, wie wir sie auch aus der Homöopathie oder anderen Naturheilverfahren kennen. Sie ist frei von negativen Nebenwirkungen, wenn der Gebende eine korrekte Einweihung bekommen hat und frei von Manipulationsabsichten ist. An dieser Stelle sei auch auf die hohe seelische Reife des Reiki-Gebenden hingewiesen, die es durch ständige spirituelle Arbeit zu erlangen gilt. Es geht darum, sich selbst völlig zurückzunehmen und die „göttlichen“ Kräfte wirken zu lassen. Dazu gehört ein hohes Maß an Selbstvertrauen ebenso wie Gottvertrauen/Urvertrauen. Schließlich ist der Reiki-Gebende nur der Vermittler (Kanal) für diese Energie und sollte sich für das höchste körperliche, geistige und seelische Wohl des zu Behandelnden vor jeder Behandlung einstimmen.

Obwohl Reiki eine „Energiemedizin“ ist, unterscheidet sie sich doch von technischen und anderen Methoden durch diesen besonderen spirituellen Aspekt. Man könnte es auch als Heilmeditation bezeichnen, was während

einer Sitzung abläuft. Sie basiert auf dem Urvertrauen und erinnert ein wenig an den Aspekt: „*Wenn zwei in meinem Namen zusammenkommen...*“.

Es gibt sicher einige verwandte Methoden. Vielleicht kann sie ein praktizierender Leser einmal im GartenWeden innerhalb dieser Serie vorstellen. Noch ein letzter aber wesentlicher Aspekt: Zur großen Verbreitung von Reiki hat auch die Verwendung als Wellnessbehandlung zur Entspannung beigetragen, wie sie bereits heute z.B. von gehobenen Hotels weltweit angeboten wird. Die heilende Wirkung ist dabei ein willkommener Nebeneffekt. Die tiefe Entspannung, die oft erreicht wird, macht diese Methode sehr angenehm und wie geschaffen, andere Heilmethoden und Behandlungsformen sinnvoll zu ergänzen. Reiki-Geber sehen sich nicht als Konkurrenz sondern als eine zusätzliche Alternative.

In unserer heutigen hochenergetischen Zeit funktionieren die spirituellen Heiltechniken, die in bester Absicht gegeben werden, sowieso immer besser und schneller. Wir Menschen werden wieder die energetischen Schöpfer, die wir einst waren, wenn wir unser Bewusstsein dahingehend öffnen. Dafür kann auch das „gute alte“ Reiki als weithin bekannte und sanfte Methode noch einen wichtigen Beitrag leisten.

**Anm.:** Wir würden uns freuen, wenn wir diese Artikelserie mit den Erfahrungen unserer Leser über andere alternative Heilmethoden – nicht nur spirituelle – fortsetzen könnten. Vorschläge dazu bitte an die im Impressum genannte Mailadresse senden.

*Michael Marschhauser*

Wer nähere Informationen zu dem Reiki-System haben möchte, dem seien die beiden folgenden Bücher empfohlen:

*Ute Wehrend-Segers*

**Das große Buch der Reiki-Heilmethode**

Von den Anfängen in Japan bis in die heutige Zeit  
Arche-Noah-Verlag, ISBN 978-3-86733-002-2

*Oliver Klatt*

**Schnelleinstieg Reiki**

Windpferd-Verlag, ISBN 978-3-89385-539-1



## Spirituelles/Vergleichendes

### Exoterik und Esoterik

In der alchymischen Mystik gibt es einen Passus, der da heißt: „Um das dreidimensionale Geschehen überblicken zu können, muss der Mensch geistig aus der fünften in die vierte Dimension einfließen, woraus er verstandesgemäß die dritte Dimension definieren kann.“ Das impliziert zugleich: Der Mensch ist ein fünfdimensional fassbares (heißt selbstverständiges) Wesen, das daraus alle „niederer“ Dimensionen definieren kann – und zwar in einer Schau feinstofflicher wie auch grobstofflicher Zusammenhänge, die wir Menschen sowohl abstrakt (mathematisch) als auch ersichtlich (sinnlich) wahrnehmen können.

Wir drehen in unserer Galaxie um eine riesige schwarze Sonne, die jedoch alles andere denn schwarz ist. Sie ist pure Energie, die sich unseren Sinnen als schwarz „entzieht“, weil sie den Übergang in eine andere Galaxie darstellt, wo sie wiederum pures Licht ist. In der Quantenphysik spricht man hierbei vom „Phasenverschiebungseffekt“, das in der Mystik mit dem „Fluss der Gezeiten“ konstelliert wird.

Die höheren Ebenen sind Einflüsse quantenphysikalischer Effekte, die wir heute als „paranormal“ oder „unerforschte Feldebene“ bezeichnen, weil uns hierfür noch die Definition fehlt. Doch wir können es wahrlich definieren, wenn wir uns wagen, uns aus einer höheren Sicht die Autorisation dafür zu nehmen. So sind dunkle Energie und dunkle Materie nur eine Bezeichnung für unerforschte physikalische sowie spirituelle Zusammenhänge, die man uns seit Jahrhunderten als okkulte oder schwarzmagische Praktiken verschleiert, um uns Menschen innerhalb eines Glaubens zu halten, den Durchbruch zum freien Denken als teuflisch aufzuhalsen. Gingen wir nun zu einem neuen Denken über, indem wir Schulwissenschaft mit Geisteswissenschaft verknüpfen, fänden wir einen ersten und großen Zusammenhang, viele „Geheimnisse“ entschlüsseln zu können. Hierbei spielen aber gewisse Faktoren eine tragende Rolle, denn Esoterik und Exoterik sind sich bis dato spinnefeind! Beide „Seiten“ müssen entmystifiziert werden – das heißt, sie müssen sich ihrer Verkrustungen entledigen, um einen Konsens zu finden.

Natürlich mangelt es uns vielfach an einem Fachterminus, um diese beiden Faktoren einer Synthese zuführen zu können. Dennoch sollten wir uns bewusst werden, wir können sehr bald nicht mehr anders agieren, ansonsten trennen sich die Weltanschauungen dermaßen, dass eine Apokalypse unumgänglich ansteht. Nichts anderes sagte der Christus, als er anführte, die Menschheit wird sich spalten – Vater und Sohn, Mutter und Tochter würden sich trennen; jeder Zweite würde vom Feld genommen werden.

Ich versuche seit Jahren einen Konsens zwischen Esoterik und Exoterik herzustellen, wobei ich immer wieder erfahren muss, dass man mich dafür fast kreuzigen möchte – es gehört sich eben nicht, zwischen diesen beiden „Kontrahenten“ endlich Frieden zu schaffen!

Natürlich sind dunkle Materie (Energie) und lichte Materie (Energie) erfahrbar, und das ist gar nicht mal so schwer zu fassen. Es steht nur zwischen diesen beiden Aspekten eine „Norm“, die besagt, das sei nicht vereinbar, weil es zwei unterschiedliche Extreme sind. Hierbei handelt es sich um die Versöhnung mit dem eigenen Selbst. In Wirklichkeit sind es lediglich die zwei Seiten einer Medaille – duale Verhältnisse, innerhalb deren Kriterien wir alltäglich agieren. Man benötigt zur Übersicht dieser Verhältnisse lediglich den Mut, sich den konstruierten okkulten Verblendungen zu entziehen, um sich eine völlig freie Sichtweise des kosmischen Denkens anzutrainieren. Dabei spielen Phantasie und Selbsterkenntnis die tragende Rolle – aber auch die eigene, persönliche Abfrage, wie weit man in die eigenen Tiefen und „satanischen“ Gründe gehen möchte.

Die hierarchischen Betrachtungsweisen von Erforschungen sind deshalb wichtig, weil wir Menschen uns Anhaltspunkte schaffen müssen, stufenweise die Erkenntnisse archivieren zu können, deshalb auch die Klassifizierung in Berufssparten.

Wenn wir Esoterik und Exoterik miteinander versöhnen wollen – was gerade heute so wichtig wird, dann sollten wir uns in einem Konsens austauschen, der für alle Beteiligten eine befriedigende Antwort bieten kann, ohne diese nun persönlich zu bewerten. Dazu gehört auch eine große Portion Kompromisslosigkeit, sein Wissen darlegen zu dürfen, um es mit Wissen anderer Menschen verknüpfen zu können.

Albert Einstein meinte einmal: „Wer nicht kompromisslos seinen Ideen folgt und sie verfolgt, wird niemals in dieser Welt etwas zum Allgemeinverstehen beitragen können.“ So „verfolge“ ich meine Ideen, verbunden mit den Ideen anderer Menschen, um einen Anhaltspunkt zu finden, gemeinsame Lösungen für die menschliche Zukunft zu erarbeiten.

*Alfons 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...*

Jetzt hat uns die Winterkälte voll erwischt – und wir glauben schon, der Frühling steht vor der Tür. Aber, wie das so ist mit dem Glauben, er ist wankelmütig und unzuverlässig.

In der Europapolitik glaubt man ja noch an das Eurorettungswunder. Man muss nur ein bisschen nachhelfen, indem man insolventen Staaten genug Kohle in den Allerwertesten steckt, um den Schein zu wahren, nicht wahr. Naja, in der Branche heißt es, einen Eurorettungsschirm aufstellen. Der wiederum wird von einem Notgerüst aus Steuerzahlern gestützt, denen man bereits schon klarmacht, dass sie mehr arbeiten und den Gürtel enger schnallen müssen. Derweil frisst der oben genannte Schein bereits schon an den Mehreinnahmen der deutschen Steuern, so dass der Schäuble letztens sagte: „In einem gemeinsamen Kraftakt wollen die Euroländer und die EZB die europäischen Rettungsschirme auf höhere Schlagkraft trimmen und dafür sind eben auch höhere Opfer der Steuerzahler erforderlich.“ Vielleicht sollte man in Deutschland nicht mehr Finanzamt sagen, sondern „Deutsche Opferstockverwaltung“. Wäre ja mal so eine Idee für das Unwort des Jahres 2012, gelle.

Viele Menschen stellen Europa mit der Eurorettung gleich und bemerken gar nicht mehr, was sie da für einen Stuss erzählen. Letztens sagte mir ein Mitbürger doch glatt, seit es den Euro gibt, gäbe es in den Euroländern keinen Krieg mehr; der Euro sei eine Friedenswährung... Das hieße ja auch, der Euro ist eine Friedenswährung und darf auch nicht für Kriegsgeräte und anderen Schmarren im Sinne einer Staatenerpressung verwendet werden. Man kann ja auch bereits erkennen, wie friedlich die Griechen und Spanier auf den Rettungsschirm reagieren! Und natürlich will England den Euro nur deshalb nicht, weil es das Pfund zum Kriegsführen braucht – ist doch logisch, gelle...

Ich glaube, die jetzt aufziehende Kältefront ist auch ein Omen für die Zukunft des Euroscheins äh, des Schein-Europa – ach

Menno, ich meine, für die unterkühlten Verhaltensweisen der Europolitiker, über deren Äußerungen einen das kalte Grausen überkommt. Und natürlich bin ich als Normalbürger gar nicht in der Lage, die gesamte Sachlage zu überblicken oder gar im Ansatz zu verstehen – wie mir kürzlich ein Regionalpolitiker in einer Diskussion bescheinigte. Wie war das noch gleich?... Ach ja: „Der Bürger soll sich raushalten von den ganzen Bemühungen der Eurorettung und lieber arbeiten gehen – alleine die Bundesregierung wird es schon richten.“ Klare Worte, was soviel bedeutet: Bürger, Schnauze halten, arbeiten gehen bis zum Umfallen, Geld abdrücken und nicht die Politik kritisieren – sonst richtet die das alsbald auch noch...

Erstaunlich, dass sich die Politiker aller Couleur noch immer fragen, warum die Bürger sie nicht verstehen – dass die Wähler so unzugänglich und unzuverlässig sind, wobei sie doch so bürgernah seien. Sie sind längst nicht mehr bürgernah – die meisten sind gar nicht mehr in der Lage zu begreifen, dass die derzeitige demokratische Systematik unrettbar den Bach runtergeht. Das ist wie mit dem Glauben – ach, das hatten wir schon.

Letztens sah ich eine TV-Sendung, worin Öko-Claudia Roth zum Eurorettungsschirm gefragt wurde. Ihre Antwort: „Da habe ich keine Meinung zu“. Und der Hans-Olaf Henkel meinte doch glatt: „Wir brauchen als Industrieland eine sichere Stromversorgung“. Er hats nicht verstanden, weil er professioneller Parteiensucher geworden ist und weiter nichts mehr kann als in seinen Funktionen als „Ehemaliger“ aufzutreten. Warum macht er dann nicht endlich mal auf „endgültig Ehemaliger“!?

Also ich glaube, seit der Euro europäische Leitwährung geworden ist, sind in den meisten Politiköpfen die Leitbahnen durchgeschmort und seither knallen sie sich gegenseitig an die Leitplanken, dass er nur so knistert!

Naja, wir haben 2012 und die Maya haben ja auch so etwas Ähnliches gesagt, wie, dass die Menschen dem Untergang entgegen driften – die Zeichen würden wir selber erkennen. Und ich habe erkannt, dass die Verdummung der Menschen aus der Hochpolitik und den Medien ausströmt. Falls die aufsteigen sollten, dann bitte auf 15 Kilometer und dann freier Fall an ihrem geistigen Gummiband...

Euer Willi





„Eismalerei I“  
Foto: *Michael Marschhauser*, 2012



„Eismalerei II“  
Foto: *Michael Marschhauser*, 2012



**Das wedische Magazin / 37. Ausgabe / Februar 2012**

Wir freuen uns schon auf die 38. Ausgabe des GartenWeden im März 2012.



Die Druckausgabe des Garten Weden wird realisiert  
mit freundlicher Unterstützung von

**gerd.krautmacher**  
Druckvorstufe & Digitaldruck

☎ 08281.3047 ✉ [gerd@krautmac.de](mailto:gerd@krautmac.de)