GartenWEden

Das wedische Magazin · November 2010

Wedisches/Jahreszeitliches: Tag der Ahnen • **Wedisches/Garten:** Wie ich eine Adoptivmutter bekam, Teil 5
Spirituelles/Wedisches: Die Menschheit ist eigenverantwortlich • **Mythologisches:** Die Hirten von Arkadien
Kleidsames: Womit wir uns umhüllen • **Gedichtetes:** Herbstwind • **Garten:** Der Garten im November
Wildkräuter/Wildpflanzen: Der Wacholder • **Gemüse der Jahreszeit/Rezepte:** Der Rotkohl
Kulinarisch-Botanisches: Pilze zu jeder Jahreszeit, Teil 4
Gesundheitliches: Geistiges und energetisches Heilen, Teil 1 • **Interview:** mit Christa Jasinski
Satire: Willis wahre Weisheiten

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

Inhaltsverzeichnis

Editorial 3
Wedisches/Jahreszeitliches:
Tag der Ahnen 4
Wedisches/Garten:
Wie ich eine Adoptivmutter bekam, Teil 5 6
Spirituelles/Wedisches:
Die Menschheit ist eigenverantwortlich 10
Mythologisches:
Die Hirten von Arkadien 12
Kleidsames:
Womit wir uns umhüllen 15
Gedichtetes:
Herbstwind 18
Garten:
Der Garten im November 19
Wildkräuter/Wildpflanzen:
Der Wacholder 21
Gemüse der Jahreszeit/Rezepte:
Der Rotkohl 24
Kulinarisch-Botanisches:
Pilze zu jeder Jahreszeit, Teil 4 27
Gesundheitliches:
Geistiges und energetisches Heilen, Teil 1 29
Interview:
mit Christa Jasinski 33
Satirisches:
Willis wahre Weisheiten 37
Leserbriefe 39

Impressum

Herausgeber und Redaktion:
Christa Jasinski
christajasinski@web.de

Layout und Umsetzung:
Michael Marschhauser
marschhauser@t-online.de
Erscheinungsweise: monatlich
Lektorat: Marie-Luise Stettler
www.lebensharmonie.ch

Foto-/Bildrechte:
Marie-Luise Stettler:
S. 16, 17, 21, 22 , 23,
Michael Marschhauser: Titel, S. 4, 5, 12, 19 (re.u.), 24, 26, 27, 28, 37, Rückseite
Sigrid Marschhauser: 29, 31
Katharina Monesi: S. 3
Heike Seifert: S. 6, 7, 8, 18
Galleria Nazionale d' Arte Antica, Rom: S. 13
Alfons Jasinski: S. 15, 25, 33, 34, 35
Andreas Hinz: S. 19 (li.o.), 20

Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion vom Herausgeber nicht übernommen werden.
Das Magazin und alle in ihm enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar.

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

www.gartenweden.de

Editorial

Die Verwaltung der Abonnenten der ausgedruckten Ausgabe des GartenWEden gibt Christa Knörnschild zum Ende dieses Jahres ab. Wir danken Dir noch einmal ganz herzlich, liebe Christa, für die viele Arbeit, die Du Dir gemacht hast, seit es die gedruckte Ausgabe gibt. Ohne Dich hätte es sie zuerst einmal nicht gegeben.

Wer ab Januar das Abonnement erneuern will, der kann dies ab sofort über die Adresse: gartenweden@gmx.de tun.
Die Kontodaten ändern sich dadurch natürlich auch. Das Geld für die Abos ab Januar können Sie ab sofort auf das Konto bei der Sparkasse Günzburg-Krumbach, Konto-Nr. 8193450, BLZ 720 518 40 überweisen. Kontoinhaber ist Christa Jasinski. Für die Abos aus Österreich oder der Schweiz: IBAN: DE91 7205 1840 0008 1934 50, SWIFT-BIC: BYLADEM1GZK
Wir machen noch einmal darauf aufmerksam, dass wir die Abos nur noch bedienen können, wenn sie im Voraus bezahlt sind. Deshalb denken Sie bitte daran, wenn Sie im nächsten Jahr die gedruckte Ausgabe weiterhin beziehen möchten.

Die Garten-Reihe führt Andreas Hinz nur noch bis zur Dezemberausgabe fort. Wer es ab Januar weiter führt, wissen wir noch nicht. Vielleicht finden wir ja auch unter unseren Lesern Jemanden mit Gartenerfahrung, der Freude daran hat, seine Erfahrungen an andere Menschen weiter zu geben. Wer befürchtet, dass seine Rechtschreibkenntnisse nicht ausreichen könnten, dem helfen wir gerne dabei. Die Erfahrungen sind es doch, worauf es ankommt und nicht der Stil oder die Rechtschreibung.

Mit Beginn des Novembers beginnt nach den Vorstellungen unserer Vorfahren auch die Jahres-Nacht. Dabei geht nicht nur die Natur zur Ruhe, auch viele Tiere halten Winterschlaf oder lassen sich weniger draußen sehen. Für uns Menschen ist das ebenfalls eine Zeit, in der wir uns die Muße nehmen sollten, mehr in uns zu gehen, vermehrt auf das zu achten, was oder wer wir wirklich sind und unsere mentalen Fähigkeiten wieder zu schärfen.
So wie das Wachstum in der Natur sich vom Außen ins Innere verlagert hat – sie bereitet sich ja nun darauf vor, im Frühling erneut aufzuleben – so sollten wir es ebenfalls halten. Es ist die ideale Zeit, in sich hinein zu horchen, zu planen, Gedankenbilder zu malen und zu träumen, um diese Träume dann im Frühling zu verwirklichen. Wir wünschen Ihnen einen wunderbaren und traumhaften November.

Die GartenWEden-Gestalter

Wedisches / Jahreszeitliches

Der Tag der Ahnen

Für die wedischen Menschen war das Ableben des Körpers etwas ganz Natürliches. Da sie den Übergang aus der Materie in ein feinstoffliches Sein bewusst begingen, waren sie in der Lage, sich vorher schon auf ihr nächstes Leben vorzubereiten. Häufig inkarnierten sie später wieder auf ihrem eigenen Land, was in der Zwischenzeit ihre Enkel und Urenkel weiter gestaltet hatten. Die gestorbenen Körper wurden auf den Landsitzen begraben, ohne dass die Stelle auch nur irgendwie gezeichnet wurde. Der Körper diente somit noch dazu, die Erde wieder zu düngen. Was jedoch den Nachkommen weiterhin vorhanden blieb, war die Energetik des Menschen. Jeder Baum, den der verstorbene Mensch gepflanzt hat, jede Blume, die er säte und die sich nun von alleine aussät, erinnert nun an die Seele des Verstorbenen. Sein ganzer Landsitz ist voll von seiner Energie – ein schöneres Geschenk konnte der verstorbene Mensch seinen Nachkommen nicht hinterlassen. Es war seine Schöpfung, die nun zurück blieb. Die Weden hatten einen starken Bezug zu den Erfahrungen ihrer Ahnen, auf die sie in jedem weiteren Leben wieder aufbauten. Sie hielten die Seele des Verstorbenen auch nicht mit ihren Gedanken zurück, weil sie diese ja damit behindern würden. Die Weden pflanzten auf jedem Grundstück einen Ahnenbaum und in seinem Umkreis wurden die Körper beerdigt.
Unsere heutigen Bestattungsrituale sind danach ausgerichtet, die Seele auf der Erde zurückzuhalten. Es sind Rituale der Dunkelkollektiven und diese halten die Seele im Kreislauf der unbewussten Inkarnationen gefangen. Ein Grabstein ist ein Denkmal des Todes und nicht des Lebens. Es ehrt den vergangenen Körper.

Einmal im Jahr feierten die Weden den **Tag der Ahnen**. An diesem Tag gedachten sie all jener, die an dem Aufbau des Paradieses Erde mitgewirkt haben, egal, wo und wann sie wirkten. Zu diesem Fest schmückten sie den Ahnenbaum auf ihrem Landsitz mit schönen, handgewebten Bändern, die dann im Winde zur Begrüßung flatterten. Auch Kerzen wurden unter ihm aufgestellt, um den Ahnen einen Lichtgruß zukommen zu lassen. Es war ein Fest, an dem sich alle Nachkommen bei ihren Ahnen bedankten für das schöne Stück Schöpfung, das diese hinterlassen hatten.

Im Gegensatz zu unseren „Hinterbliebenenfesten“ war das Fest der Ahnen ein sehr fröhliches Fest. Man feierte doch Schöpfer und freute sich darüber, dass sie hier auf der Erde gewirkt haben. Dieses Fest wurde innerhalb der Familie begangen. Man erzählte sich Ge-

schichten über Werke und Taten der Ahnen, die so von Generation zu Generation überliefert wurden. Dieses Fest wurde, soweit ich es feststellen konnte, am zweiten Vollmond nach der Herbst-Tages- und Nachtgleiche gefeiert.

Die Kelten begingen mit **Samhain** das Ende des Sommers und bereiteten sich auf den Winter vor. Die Kelten kannten nur zwei Jahreszeiten und der Sommer entsprach dem Tag, wie der Winter die Nacht verkörperte. Schon der Name Samhain macht eine Aussage darüber. Es leitet sich von *sam* = Sommer und *huin* = Ende ab. Bis Beltane, das gegenüber von Samhain liegt, war nun bei den Kelten Winter. Man stellte sich darauf ein, dass das Leben wieder im Haus stattfand.

Die Kelten glaubten an die Wiedergeburt und so stellte der Tod die Notwendigkeit für neues Leben dar. An Samhain war die Anderswelt offen und Vergangenheit und Gegenwart konnten sich begegnen. Dieser Brauch knüpft an den wedischen Tag der Ahnen an.
Man legte ein zusätzliches Gedeck auf für die Lieben, die im vergangenen Jahr gestorben waren. Speisen und Getränke wurden aufgetischt und Kerzen aufgestellt, um den Seelen den Weg zu weisen. Man feierte ein üppiges Fest der Freude und des Überflusses. Im Verlauf dieses Festes stand die Zeit still.

Die Natur begibt sich zur Ruhe, die dunkelste Zeit des Jahres bricht an. Bis Imbolc zieht sich der Mensch zurück und beschäftigt sich mit sich selbst.
Der Kirche war dieses heidnische Fest ein Dorn im Auge. Auf die Verfügung von Papst Gregor IV. wurde im 9. Jahrhundert das Fest in Allerheiligen umgewandelt. So blieb den Gläubigen ein Ritual erhalten, es wurde aber der christliche Gedanke darübergestülpt.
Die Iren ließen nicht von ihrem Fest ab, und so wurde im 16. Jahrhundert in Irland *Halloweed Evening* eingeführt. Der Kürbis blieb jedoch als heidnisches Symbol erhalten.
Irische Auswanderer brachten Halloween in die Vereinigten Staaten mit und dort etablierte sich das Fest als ein Ersatz für ein Kostümfest. Man verkleidete sich, war ausgelassen und konnte sich ungezwungen benehmen.
In den letzten Jahren ist nun dieses ausgelassene Fest leider wieder nach Europa zurückgeschwappt, und es wird hier als Kopie begangen, ungeachtet der Tatsache, dass dies Ritual ursprünglich komplett andere Ursachen und Beweggründe hatte.

Christa Jasinski & Marie Luise Stettler

Wedisches/Garten

Wie ich eine Adoptivmutter bekam

Teil 5

Hallo und winke-winke, all ihr lieben Leser meines Lebenslaufes! Ich bin auch noch da, und es geht mir gut, da ich meiner kleinen Dame richtig viel Überfluss bieten kann. Wie oft hatte sie an sich selbst gezweifelt, ob sie mich überhaupt zum Grünen, Blühen und Früchte-Tragen bringen könnte. Aber sie hatte dabei mich vergessen. Wen ich von Herzen liebe, dem schenke ich alles, was mir möglich ist. Ich glaube, dabei sind mein Feenkind und ich uns sehr gleich. Es ziehen sich also nicht immer nur Gegensätze an, wie ihr schlauen Doppelfüßer immer so von euch gebt.

Was den Überfluss betrifft, so habe ich ganz vergessen, dass mein Frauchen, bevor überhaupt das braune Rehlein mit von ihrem Tischlein-deck-dich naschte, andere braune Wesen versucht hatte, davon abzuhalten, zu viel Süßes zu naschen, denn sie wusste ja, dass Süßes nicht gut für die Zähne ist... Hahaha! Als sie sah, dass ihre wunderbaren rot gewordenen Erdbeeren, die wenigen, die die kindlichen Pflänzchen bereits hervorbrachten, von gefräßigen braunen Schleimlingen oder aber auch von allerliebsten geflügelten Piepmatzen angeknabbert, ausgehöhlt oder was auch immer worden waren, da griff sie zu einer einmaligen List. Eben weiblich, ne? Merkt ihr übrigens den Unterschied? Ihr wundert euch, dass ich so unterschiedlich über gefräßige oder aber allerliebste Tierlein spreche? Nicht wundern bitte. Das ist nicht mein Karton – oder – äh, na wie heißt das doch gleich bei euch, ihr Schlaumeier? Wartet, gleich hab ich's – ja, Jargon! Jargon heißt das, wenn ihr ganz gescheit daherreden wollt.

Na da haben wir es wieder, mein Kopf aber auch. Ich wollte ja was ganz anderes erzählen. Ja, ich sprach von einer weiblichen List. Mein Mausele wickelte die unreifen Erdbeeren in kleine weiße Tüchlein, die sie unten zuband. Das war aber schon die verfeinerte Methode. Zuerst verschnürte sie die kompletten Erdbeerpflanzen in größere Tücher und merkte dann aber beizeiten, dass das nicht funktionierte, weil ihre lieben Pflänzlein sich das nicht gefallen ließen. Sie schoben überall, wo es nur möglich war, ihre jungen Blättlein am Verschnürten vorbei oder sie wuchsen gleich verkrüppelt. So lernte meine Fee am schnellsten, was sie am besten lassen sollte.

Die kleinen weißen Tüchlein waren übrigens aus feinstem Gardinenstoff, den sie extra in Reststückchen im Gardinenfabrikverkauf – mei, was für ein Zungenbrecher, nur gut, dass ich keine Zunge habe – 20 km mit ihrem Stinkeauto dahergeschleppt hatte.

Und wie es manchmal der Zufall so will, erntete sie wieder einmal einen knuffigen Kommentar von dieser kleinen frechen Schweizerin aus dem Forum, als sie ein Foto von ihren vom Rehlein abgefressenen Erdbeerpflanzen präsentierte und darauf natürlich das weiß eingepackte Erdbeerpäckchen mit zu sehen war. Prompt kam die Antwort: „Wie fürsorglich, dass du ihm die Serviette auch schon bereitgelegt hast..." Hihihi, wie originell! Und ich dachte, nur ich sei ein Originell – oder so...

Aber, es gibt noch mehr solche Originelle auf mir. Der Siegi ist auch so einer. Meinte er doch kürzlich, als ihm, nach dem Nachzählen der Fundamentsteine für die Häusle-Terrasse, die Haut unter seinem Hosenbein plötzlich brannte, das sei wohl eine extrascharfe Brennnessel gewesen. Die normalscharfen würden nicht durch die Hose durchbrennen... Hihihi, mit euch Zweibeinern erlebe ich schon oft meine eigene kleine Kabarett-Vorstellung. Zum Teil lasst ihr euch sogar wie an Fäden rauf- und runter, hin- und herziehen. Ihr nennt das wohl Puppentheater. Aber lustig finde ich es, wenn ihr dann endlich mal selber anfangen müsst zu denken und zu handeln. Wenn dann mal irgend einer so einen Faden durchschneidet und ihr an einer Seite plötzlich runterhängt wie ein abgefallenes Blatt, dann fangt ihr Kasperle an zu strampeln wie die Verrückten und sucht den Boden unter den Füßen, weil ihr ihn euch vorher habt wegnehmen lassen. Vielleicht solltet ihr dann mal nicht unter euch nach dem Boden suchen, sondern eher etwas höher? Vielleicht müsst ihr euch hochziehen anstatt hinunterzuspringen? Denn weit genug unten seid ihr ja schon, wo auch immer oben und unten ist. Ich weiß es auch nicht so genau, denn ich kugele mich durch mein Leben, aber nicht wie ihr oder wie ein Ball, der gespielt wird, sondern der seine Bahn selbst bestimmt. Aber mir ist es eigentlich egal, wo oben oder unten ist, Hauptsache, ich kann weiterkugeln. Hihihi!

Na egal, jetzt haben wir Sommer und ich freue mich wieder mal unendlich, was ich alles für meine kleine Fee so hervorzubringen imstande bin. An allen Ecken wächst und blüht es, egal, ob ich mir auf meinem Bauch die schönen Hügelbeete oder die naturbelassene Wiese betrachte. Ach, meine Wiese. Da gibt es doch tatsächlich einen, den die lange Behaarung darauf stört. Der Siegi stachelt immer meine Süße an, ob er nicht endlich mal die Wiese rasieren darf. So nennt ihr das doch wohl, wenn ihr bei euch etwas abschneidet, ihr kleinen Gernegroße? Er würde am liebsten anrücken und alles wegsensen, was sich da so lieblich im Winde wiegt. Mein schönes Fell! Er kann nicht verstehen, dass meiner Fee eine nackige Wiese niemals gefallen würde. Er kann gerne seine eigene Wiese, die arme, nackig machen, aber nicht mich. Es leben da auf und in mir so viele kleine und winzige Wesen, die dann ihren Aufenthaltsort verlieren würden und sehr traurig wären, dass ich es nicht ertragen könnte. Mal abgesehen von den lieblichen Gräsern und Blütchen, die dann einfach umfallen und wegtrocknen würden. Der Siegi argumentiert immer damit, dass mein Bauch endlich wieder schön grün nachwachsen müsste anstatt so braun und trocken auszusehen. Ach lieber Siegi, wir werden dir schon sagen, wenn du endlich loslegen kannst. Jetzt jedenfalls noch nicht.

Im Moment hatte meine Herzallerliebste aber auch andere Sorgen, denn das, was sie gehofft hatte, dass es nicht mehr eintreffen würde, wenn sie nur daran glauben würde, traf doch wieder ein. Mein Rehlein-Gast erschien wie selbstverständlich wieder am Tischlein-deck-dich und schnapperte die letzten frisch gesprießten Erdbeerblättlein auch noch in sich rein. Und zum Entsetzen meiner Fee noch so Manches mehr. Da fehlten ganz plötzlich halbe Kohlrabiblätter, da war wie von Geisterhand eine halbe Seite der Zuckererbsen wie leergefegt – natürlich, was sonst. Mein kleines vierbeiniges Braunköpfchen ist nicht umsonst ein Feinschmeckerli. Und da der Tisch so gar reichlich gedeckt war, griff es natürlich, ohne lange zu überlegen, zu. Hätte es gewusst, wie traurig inzwischen meine Liebste darüber war, hätte es sich das vielleicht noch mal anders überlegt. Meine Fee dachte jetzt so langsam an ihr eigenes Tischlein-deck-dich und befürchtete, gar nix mehr von den süßen leckeren Sachen abzubekommen. Und da wurde eine vorher eher verabscheute Maßnahme ins Auge gefasst, die der Siegi schon länger mal vorgeschlagen hatte, die aber mein Feenkind empört abgelehnt hatte, weil sie meinte, jeder dürfe zu ihr und zu mir hereinkommen.

Der Siegi fuhr mit seinem Stinkewitz zum Baumarkt und holte Maschendrahtzaun, um meine offene Seite zu verschließen. Die Beiden mussten erst mal ein großes Stück vom Totholzhaufen, der an meiner einen Seite zum Teil schon seit Jahren lagerte, wegräumen und etwas weiter zu meiner Nachbarin, der Futterwiese befördern, ehe der Zaun gezogen werden konnte. Aber die zwei trauten dem Erfolg ihrer Idee nicht so ganz über den Weg. Vielleicht war das ja ein Fehler, dachte ich mir in meiner in Jahrtausenden gesammelten Weisheit so im Stillen. Mein Mädchen besah sich des öfteren den anderen alten Holzzaun gegenüber dem Drahtzaun und befürchtete, dass das Braunköpfchen, wenn es schlau wäre, darüber springen würde, wenn es nur genug Appetit hätte und von der anderen Seite nicht mehr hereinkommen könnte. Dieser alte Zaun ist nämlich etwas niedriger als der Drahtzaun.

Und als mein Weiblein am nächsten Tag wieder zu mir kam – potztausend – da fehlte doch tatsächlich wieder etwas vom leckeren Grünzeug. So ging das ein paar Tage weiter, bis der schlaue Siegi sich die Sache einmal ganz genau von der Nähe betrachtete, und zwar von außen. Und da stellte er fest, dass zwischen Komposter und Drahtzaun eine schmale Lücke war, die dem Rehlein wohl zum Hindurchschlüpfen genügt haben musste. Es musste gar nicht springen, sondern sich einfach nur hindurchquetschen, rank und schlank, wie es war.

Na aber klar, das hätte ich ihm gleich sagen können, aber die Beiden waren so eifrig beim Zaunbau, dass sie auf mich altes Weib gar nicht achteten. Da hätte ich mich ver-

geblich rütteln und schütteln können, sie hätten es nicht gemerkt. Also ließ ich sie machen, weil ich wusste, aus Fehlern lernt das Menschenkind am schnellsten.
So, nun endlich war das Tischlein-deck-dich meiner Fee gerettet – dachte sie jedenfalls. Und sie drehte dem Rehlein eine lange Nase. Aber natürlich – wie immer – hatte sie die Rechnung ohne den Wirt gemacht. So heißt doch so eine oberschlaue Redensart von euch, gell? Mann, was ich schon alles weiß. Ich werde von Jahrtausend zu Jahrtausend gescheiter... Hihihi!
Was jetzt im Anmarsch war, damit hatte keiner der Zweibeiner hier in meiner Nähe gerechnet.
Da fiel es doch tatsächlich so einem Geist da oben am Himmel ein, dass er die letzten Wochen zu wenig gegossen hatte. Ja ja, erst nachlässig sein und dann übereifrig. Wenn ich das auch so machen würde...
Alles begann damit, dass es dunkler und dunkler wurde und ich fast die eigene Hand nicht mehr vor Augen sah, wenn ich denn eine gehabt hätte, sage ich immer... Ja ja, lacht ihr nur über den unbeholfenen Humor einer Jahrmillionen alten Dame. Wenn ihr mal so alt seid wie ich, fällt euch auch nicht immer gleich das Passende ein, wenn ihr etwas erzählen wollt. Bei euch Doppelfüßern geht das ja schon nach 40 bis 60 Jahren los, dass ihr euch verdrückt auskehrt – oder nein, ich meine verkehrt ausdrückt. Seht ihr, so geht es mir. Aber ich kann damit ganz gut leben, denn derjenige Zweibeiner, der innig mit mir verbunden ist und mich liebt, der versteht mich trotz meiner Seltenheit äh - Seltsamkeit.
So, und wo bin ich jetzt schon wieder? Von der Dunkelheit zur Seltsamkeit – na so was aber auch.
Ja, jedenfalls wurde es immer dunkler und dann krabbelte mir plötzlich mein schöner Bauch. Da oben im Himmel musste es doch tatsächlich eine ganze Kompanie Petrusse geben, die plötzlich alle zur gleichen Zeit den Gedanken hatten, eine Gießkanne zu kaufen, um die alte Mutter Erde zu beglücken. Wie wird bei denen wohl so ein Baumarkt aussehen, wo es bei euch Menschen Gießkannen gibt? Wenn ich nur da oben mal Mäuschen sein könnte so wie bei Siegi und meiner lieben Fee. Mal sehen, ob ich im nächsten Jahrhundert mal mit so einem – na wie heißt das doch gleich bei euch, womit ihr für eure Zweibeinerbegriffe meint blitzschnell in die Höhe zu fahren – ach ja, Aufzug heißt das, mit so einem Aufzug da hinauf fahren kann, um zu sehen, wie es da ausschaut. Alles habe ich eben auch noch nicht gesehen in meinem langen Leben. Es bleibt also spannend.
Ist sowieso lustig. Wenn die mich von da oben aus gießen wollen, müssen sie das Wasser erst von mir hier unten aus meinen Meeren, Flüssen, Seen, Teichen und Wasserhähnen abholen. Ohne mich geht eben nix. Das finde ich so genial! Ich habe dafür extra einen Lieferservice eingerichtet – lauter kleine Raufschicker, die mein gesammeltes Wasser an die Wolkenlastwagenfima schicken. Ist sogar portofrei. Wo gibt's das bei euch nie genug kriegenden Doppelfüßern schon noch? Alles, was ihr tut, sagt, ja sogar denkt, wollt ihr bezahlt haben. Wie soll da bei euch etwas besser werden? Manche von euch sind so böse und lassen es sich sogar bezahlen, wenn sie anderen Menschen bewusst Schaden zufügen. Was seid ihr nur für Wesen? Und sowas muss ich auf mir herumtragen? Wartet nur mal ab, wie lange ich mir das noch gefallen lasse. Ich bin ja äußerst friedlich und liebevoll, aber ihr wisst ja, wenn ich es satt habe, dann raucht es auch bei mir... Groll!

Na du meine Güte, bin ich wieder weit abseits gelandet mit meiner ewigen Erzählerei. Ich wollte doch da was ganz anderes... ja was wollte ich denn eigentlich? Ach, na klar, meine Gedanken waren vorhin beim Vater Himmel, der plötzlich anfing zu weinen und nicht mehr aufhören konnte. Er weinte – und weinte – und weinte... Aber warum nur? Mir geht da gerade so ein kleines Liedlein von Zweibeinerkindern im Sinn herum, wo es am Schluss heißt: „Und wenn's genug geregnet hat, dann hörts auch wieder auf." Ich dachte ja immer, was Kinder so sagen, das sei die Wahrheit. Ihr sagt doch immer: „Kindermund tut Wahrheit kund." Wenigstens, solange sie noch klein und unverdorben sind. Ja, warum denn das? Wisst ihr Menschenherzen eigentlich, dass ihr eure eigenen Kinder verderbt? Ihr erhebt eure Hände und Stimmen, die euch vom Göttlichen genau so wie eure Kinder geschenkt sind, gegen die, die ihr unter eurem Herzen getragen habt, um sie für das zu strafen, das ihr ihnen selbst erst beigebracht habt. Wie macht mich das als alte millionenfache Mutter traurig. Ich könnte gleich mit dem Vater Himmel weinen. Vielleicht weint er ja auch deswegen so sehr.
Anstatt ihr alle miteinander eure süßen kleinen Wesen ins Leben und durch das Sein führt, arbeitet ihr gegenein-

ander und entfernt und entfremdet euch gegenseitig die Seelchen, die zu euch gekommen sind. Stellt euch vor, ihr Dummen, wenn ich das auch so machen würde, ich als liebende und erhaltende Mutter Erde. Wisst ihr, wie ich da längst aussehen würde? Kahl, leer, trostlos, einsam und verlassen. Und da wundert ihr euch auch noch, dass zu Vielen von euch keine Kinder mehr kommen wollen? Da versucht ihr sie mit allen Mitteln der sogenannten ärztlichen Kunst zu zwingen, weiterhin bei euch einzuziehen? Es ist unfassbar!
Eins tröstet mich, die lebensspendende und lebenserhaltende alte Erde, dass die selbe Natur, die in mir wohnt, auch in euch wohnt und euch beizeiten solche Flausen noch aus dem Hirn treiben wird. Mutter Natur lässt sich nicht auf der Nase herumtanzen, wenn sie denn eine hätte. Sie wird euch zeigen, wo es lang geht. Den Lieben wie den Bösen von euch. Das ist göttliche und natürliche Gerechtigkeit.
Jo mei, bin ich nicht schon wieder abgeschweift von meinem Gedankenweg? Aber bei mir ist das eben so. In meinem Herzen ist alles, aber auch wirklich alles miteinander verknüpft. Ihr hocheingewickelten – oder nein, hochentwickelten Menschen heißt das bei euch, ihr nennt das „miteinander vernetzt“. Genau, das ist wie ein Netz mit vielen kleinen Knoten und von jedem Knoten führt wieder ein Gedanke zu einem anderen Knoten und Gedanken. Genauso sieht das bei mir aus und deswegen biege ich immer mal bei so einem Knoten in eine Richtung ab, in die ich ursprünglich gar nicht wollte. So, jetzt habe euch das auch mal erklärt, damit ihr wisst, dass das keine Vergesslichkeit bei mir ist, sondern einfach Vielfältigkeit. Im Gegensatz zu euch. Ihr seid manchmal einfältig. Hahaha!
Und nun zurück zum alten Knoten. Also der Vater Himmel weinte nun wochenlang über all die Zustände, die er da unter sich sehen musste. Er konnte gar nicht mehr aufhören, so dass meine arme Fee mit Stiefeln aus Gummi zu mir kam und einfach nur noch traurig war. Sie war so traurig, dass es mir im Herzen weh tat, sie so zu sehen. Sie stand vor ihrem schönen Tomatenzelt und betrachtete die grünen Früchte, die nicht reifen wollten. Sie stand vor den Erdbeeren, die eigentlich süß werden wollten, aber vor Gram braun und faul wurden, weil auch ihnen so sehr die Sonne fehlte. Sie stand vor ihren Sellerieknollen und konnte in sie hineinschauen, da die braunen Schleimlinge es sich inzwischen da innen drin gemütlich gemacht hatten, weil es sogar ihnen da draußen zu nass geworden war. Sie betrauerte ihre leckeren Radieschen, weil sie ohne ihre geliebte Sonne einfach nicht weiterwachsen wollten. Auch stand sie immer wieder vor ihrem Kartoffel-Strohbeet und bat die kleinen Knollen darin, doch wenigstens noch ein wenig weiterzuwachsen, denn sie ließen die Stängelein auch traurig hängen. Sie stand mit hängenden Schultern vor ihrem Häusel und musste zusehen, wie es einfach stand und nicht fertig wurde. Die einzigen, die dick und fett wurden waren die gigantischen Kohlrabi. Na wenigstens etwas in dieser trostlosen Zeit.
Wie oft blickte sie bittend und flehend zum Vater Himmel hoch und sehnte sich genau wie ich nach unserer Mutter Sonne. Am meisten bedrückte sie die ewige Dunkelheit am Tag, wenn es eigentlich hell und freundlich sein sollte. Meine kleine Königin hatte zu nichts mehr Lust und an nichts mehr richtig Freude. Sie dachte beinahe Tag und Nacht an mich, ihr kleines Königinnenreich und konnte mir nicht helfen. Und der Siegi auch nicht. Jetzt merkte ich erstmal, wie lieb auch er mich inzwischen hatte, denn er stand so manches Mal an meinem Korsett zwischen seinem Stück Mutter Erde und mir und hätte auch gerne mit seiner Liebsten ein Stündchen auf mir und in der Sonne verbracht.
Aber jetzt hab ich genug geplaudert, ihr Lieben alle. Jetzt möchte ich auch wieder mal in mich gehen, um den Dingen, die da auf mir und um mich geschehen, auf den Grund zu gehen, damit ich euch im nächsten Monat weiterhin aus meinem Mutter-Erde-Erlebnis- und -Gedächtnis-Jahr berichten kann.
Also – auf wiederlesen und bis bald!

Heike Seifert

Fortsetzung folgt

Spirituelles / Wedisches

Die Menschheit ist eigenverantwortlich

Viele Aussagen von Channelern und nichtirdischen Wesenheiten (!) haben unterschiedliche Intentionen zum Inhalt, dennoch ist ihnen fast allen eines gemeinsam: Einmischung in irdische Belange. Wir sollten deshalb darauf achten, unter welchen Aspekten „man“ uns helfen will und ob wir diese Hilfen überhaupt benötigen in unserem irdischen Werdegang.

Viele Autoren schreiben Geschichten und Erfahrungsberichte über Kontakte zu nichtirdischen Wesenheiten und fast immer finden sich Rechtfertigungen außerirdischer Wesenheiten, warum und weshalb sie uns manipulieren, untersuchen und oftmals sogar recht aggressiv belehren, mitunter auch bedrohen. Solche Geschichten kursieren rund um den Planeten und sind bereits zu Selbstläufern geworden, wodurch unser morphogenetisches Feld damit infiziert ist. Immer heißt es, man sei uns technisch überlegen, man würde uns im Kampf gegen Eindringlinge verteidigen und uns beschützen. All diese Aussagen sind entweder Phantasieprodukte oder gezielt gesteuerte Propaganda, um uns die Eigenverantwortung abzuerziehen.
Wovor will „man“ uns beschützen? Vor uns selber? Vor dem eigenen Erwachen?

Neben all diesen Aussagen finden sich jedoch andere, leisere und vielfach missachtete Aussagen von Mahnern, eingeweihten Mitmenschen und auch von sogenannten nichtirdischen Beobachtern, die schlicht erklären, dass wir Erdenmenschen selber in der Lage sind, sämtliche Anforderungen von Außen und Innen zu meistern. Ihre Worte klingen klar und ihre Aussagen sind ohne Belehrungen oder Gerassel mit einer eventuellen technischen Überlegenheit.
Natürlich besitzen sie „Techniken“, aber anders wie wir sie uns im physikalischen Sinne vorstellen und wie sie uns von manchen Manipulateuren vorgegaukelt werden. Damit gehen sie weder hausieren noch bieten sie uns bei „Befolgen“ ihrer „Order“ Derartiges an!

In meinem Leben habe ich mannigfaltige Menschen und auch „Wesenheiten“ (soll sich jeder Leser seine eigenen Gedanken dazu machen) kennen gelernt, die völlig aus dem Rahmen der üblichen außerirdischen „Systematiken“ fallen, die man uns ansonsten so gerne vorführt. Dafür, dass sie sich weder einmischen noch uns ständig gute Ratschläge erteilen und nur auf Fragen völlig klar und unverfänglich antworten, regen sich Menschen über Bekanntwerden dieses Fakts enorm auf. Wenn es dann auch noch heißt, dass seit undenklichen Zeiten eingeweihte Menschen und Wesenheiten unter uns weilen, ticken viele Zeitgeister förmlich aus. Besonders jene, die es gerne hören und auch möchten, dass Außerirdische für uns Kriege gegen das Böse führen oder sogar in den Ligen „Gut“ und „Böse“ eine gewichtige Rolle spielen, drehen dann gerne am Rad namens „Daskannnichtsein“!

Da gibt es dann auch jene Verfechter, die behaupten, wir Erdenmenschen seien alleine gar nicht in der Lage, unser Schicksal selber zu meistern – man müsse uns zwangsläufig helfen, um den irdischen Menschheitsbestand zu retten; diese sind oftmals ganz besonders zornig, wenn man ihnen widerspricht. Sogar hochrangige Wissenschaftler, wie Stephen Hawking warnen vor „bösen“ Außerirdischen und sagen nichts über die bereits hier agierenden friedlichen. Ich frage mich, was die wirklich bewegt...

Mich hat eine Begebenheit dazu motiviert, nach langem Schweigen mal wieder ein paar Worte nach Außen zu bringen. Und es erscheint mir als äußerst wichtig, klarzustellen, dass nicht im Zwangshelfen, Manipulieren und Kämpfen die Rettung der Menschheit stattfindet, sondern in der Wiederentdeckung und Anwendung uralter wedischer Kräfte, die in uns allen schlummern. Und diese Anwendung findet bereits seit einigen Jahren (wenn nicht schon seit einigen Jahrzehnten) verstärkt statt. Innerhalb dieser „Anwendungskräfte“ reagieren aber auch manipulierende Wesenheiten und „außerirdische Möchtegernunterdrücker“ heftig bis fast völlig unüberlegt. Manche offenbaren sich recht ausfällig und/oder bedrohlich – andere wiederum reagieren weinerlich bis ungehalten, weil wir nicht an ihre Botschaften glauben wollen, da sie einfach unlogisch und seit Jahrzehnten sich im Kreise drehen, ohne dass etwas tatsächlich eintrifft. Wie soll auch etwas eintreffen, das in Wirklichkeit nur Schaumschlägerei ist? Oder darauf bedacht ist, uns Menschen nur ja nicht eigenständig werden zu lassen!

Alleine, was wir Menschen bewirken, trifft auch ein. Ob nun positiv oder negativ. Kein herkömmlich bekannter „Außerirdischer“ oder die allgemein bekannten Channelingwesenheiten kamen jemals auf den Gedanken, unsere Felder zu bestellen, uns das drückende Geldsystem aus dem Kreuz zu nehmen, Kriege überflüssig zu machen, uns Grundstücke zur Selbstversorgung zu geben und unsere Kinder und Schwachen dann zu beschützen, wenn sie massiv bedroht werden. Aber immer neuere Systematiken, Techniken, Regierungsformen und Strategien haben sie ständig parat...

Es gibt allerdings irdische sowie nichtirdische Menschen, die Tipps für eine wedische Reformation geben, die wir eigenständig angehen können, wenn wir dazu bereit sind. Diese Aussagen und Begebenheiten werden verschwiegen, verleugnet und als Blödsinn abgetan. Warum wohl – weil dadurch das System des globalen Kollektivismus in Gefahr gelangt. Wie lange letztlich eine wedische Reformation zugange sein wird, hängt wiederum ganz alleine von uns selber ab. Und wir erhalten Unterstützung ohne Kriegsgerassel!

Unsere Regierungen benehmen sich adäquat zu den Channelingdurchsagen und „außerirdischen Zwangshelfern", so dass man schlicht erkennen kann, dass die von ihnen auch so gewollt sind. Man gebe den Menschen Brot und Spiele, hieß es früher, dann spuren sie sklavisch. Heute gibt man ihnen Ufos, Channelingmeister, Dauernachrichtenberieselung und ein paar sich stets im Kreise drehende Außerirdische Commander, und das Sklaventum geht seinen Weg weiter. Gewürzt wird alles mit einer Prise Verschwörungstheorien und neuerdings sorgt sich WikiLeaks, eine Internet-Plattform, auf der anonym Dokumente veröffentlicht werden können, bei denen ein öffentliches Interesse besteht, wie es so schön heißt. Stets werden wir Erdenmenschen unter einer Fuchtel der Furcht gehalten, deren Krönung sich im Willen einer Globalisierung findet, der alle Menschen gleichschaltet und trotzdem zu einem System, wie ein Ameisenhaufen, führt. Die Eigenverantwortung und freie Entwicklung der Menschen wird systematisch und mit aller Macht verhindert – so meinen es wenigstens die „Herren" der Welt, die niemand kennt und wovon doch fast alle wissen. Das Schlimmste, was denen passieren kann ist, dass sich der wedische Gedanke durchsetzt und zu völlig neuen Taten führt, der die Menschen von der Sklaverei befreit.

Ich hatte mal eine Diskussion mit ein paar Menschen, die sich im Verlauf immer mehr erregten über den wedischen Gedanken und zuletzt meinten sie enorm erbost, wenn jeder auf diesem Planeten seinen Landsitz einfordere, wo bliebe dann die Stadtbevölkerung. Sie haben es weder begriffen noch wollen sie begreifen, dass es ein langsamer Prozess über Jahrhunderte sein wird – eben deshalb, weil die meisten Menschen nicht mehr über ihre eigene Lebensspanne hinausblicken wollen!

Im wedischen Dasein bestimmen Menschen beiderlei Geschlechts gleichsam ihr Leben und nicht in einer weiblichen und männlichen Aufteilung. Wir leben heute in einem menschenverachtenden System, das das Weibliche und Männliche voneinander trennt und oftmals sogar gegeneinander in Konkurrenz manipuliert. Neben einem einmal gewesenen Matriarchat folgte das Patriarchat und heute sehen wir auf der ganzen Linie, dass eine neue Form von Matriarchat Einzug halten will, indem das männliche Prinzip als Schuldiger im Patriarchat stilisiert wird. „Man" will nicht zulassen, dass Frau und Mann sich wiederentdecken, um festzustellen, dass nur sie gemeinsam stark sind, alle Fremdeinflüsse zu parieren.
Derzeit erkranken viele Männer und Frauen am Herzen, erkennen jedoch noch nicht die Ursache – also gehen sie zu Frauen- und Männerärzten, die wiederum nur geschlechtsspezifisch handeln, weil sie es nicht besser wissen.

Eine wedische Reformation kann nur einhergehen mit der Wiedervereinigung von weiblichen und männlichen Energien, was voraussetzt, dass sich Frauen und Männer endlich wieder Auge in Auge und ganz ehrlich begegnen. Und, wenn endlich begriffen wird, dass wir nicht um uns kämpfen müssen oder andere Spezies benötigen, die für uns kämpfen, sondern wir ganz alleine eigenverantwortlich alles meistern können, wird auch das ständige Streiten ums Rechthaben einschlafen.

Also, lasst euch nicht unterkriegen – und wenn ihr mal einem Außerirdischen begegnet, dann fragt ihn schlicht danach, was er hier macht und welcher Mentalität er angehört. Vielleicht habt ihr sogar gehöriges Glück und er sagt: „Ich bin hier in wedischer Mission." Trefft ihr auf keinen Außerirdischen, dann nehmt weiterhin vorlieb mit euren Mitmenschen, die allemal wacher werden als das den „Weltherren" noch genehm ist. Und nehmt es mit Humor, denn den werden wir alsbald noch gebrauchen!

Alfons Jasinski

nach Nicolas Poussin : „Die Hirten in Arcadien“*, um 1640-1645, Paris, Louvre*
Zeichnung: Michael Marschhauser

Mythologisches

Die Hirten von Arkadien

In vielen alten Schriften taucht immer wieder die Bezeichnung „Arkadien“ auf und es gibt eine Reihe von Bildern von großen Künstlern wie Poussin, die ebenfalls das Thema Arkadien gerne aufnahmen. Die Arkadier wurden meist als Hirten dargestellt. Auch in Unterlagen über die geheimnisvolle „Prieure de Sion“ taucht der Begriff Arkadien des Öfteren auf.
Schaut man einmal nach, wo Arkadien ist, dann findet man einen Landstrich in Griechenland, der so bezeichnet wird. Wenn man sich in die Thematik „Arkadien“ jedoch einmal einarbeitet, dann taucht dieser Name in viel zu vielen Gedichten, Situationen, Bildern und Beschreibungen auf, als dass es sich in Wirklichkeit um solch einen kleinen Landstrich handeln könnte, der auch nicht durch eine herausragende Naturschönheit hervorsticht. Ein kleiner, eigentlich unbedeutender Landstrich mag für einen, zwei oder drei Künstler und Erzähler ein Kleinod gewesen sein, aber für so viele? Und dann durch die Jahrtausende immer wieder auftauchend? Das klingt eher unglaubwürdig. „Arkadien“ muss also wesentlich mehr sein, als ein kleiner Landstrich der Erde.

In einem Buch mit Sagen des klassischen Altertums fand ich ebenfalls den Begriff „Arkadien“. Hier las ich: *Als noch das eherne Menschengeschlecht auf Erden hauste, kam Zeus, dem Weltbeherrscher, schlimme Kunde von den Frevlern zu Ohren. Er beschloss deshalb selber die Erde zu durchstreifen. Aber allenthalben fand er die Wahrheit noch ärger als das Gerücht. Eines Abends trat er unter das Dach des Arkadierkönigs Lyakon und ließ durch ein Wunderzeichen merken, dass ein Gott gekommen sei. Lyakon jedoch spottete über fromme Gebete. „Lasst uns sehen“, sprach er, „ob der Fremde ein Gott oder ein Sterblicher ist.“ Zeus hatte Angst, dass man ihn töten wolle und sandte eine rächende Flamme über die Stätte der Gottlosen.*

Spannend, oder? Da tritt jemand als Gott auf vor dem **ehernen** Menschengeschlecht – ehern bedeutet so viel wie unbeugsam, unerschütterlich – und die verspotten ihn und sie beugen sich nicht vor ihm. Da bekommt so ein „Gott“ doch Angst, dass man ihn töten will und muss natürlich auch zürnen und alles in Flammen setzen. Aber,

was hat diese Geschichte mit den Arkadiern zu tun? Es war Lyakon, der König – also der Anführer – der Arkadier, der da kam und spottete.

Bei Wikipedia heißt es zum Thema Arkadien:
Schon in der Zeit des Hellenismus wurde Arkadien verklärt zum Ort des Goldenen Zeitalters, wo die Menschen unbelastet von mühsamer Arbeit und gesellschaftlichem Anpassungsdruck in einer idyllischen Natur als zufriedene und glückliche Hirten lebten.
Oder: ***Aus dem Mythos Arkadien wurde in der frühen Neuzeit die Vorstellung gewonnen, es sei Leben jenseits gesellschaftlicher Zwänge möglich.***
Woanders finde ich:
So kam es, dass die Dichter Arkadien als das Land der Unschuld und des stillen Friedens priesen.

Alles, was ich zum Thema „Arkadien" gefunden habe, deutet auf eins hin: „Arkadien" könnte ein Synonym für die wedische Kultur der Urmenschen sein.

Arkadien – der Traum vom irdischen Paradies.
Es gibt darüber eine Sage die der römische Dichter Vergil 42 v. Chr. schrieb. Vergil beschreibt in dieser Sage Arkadien als das Paradies auf Erden. Sagen haben stets einen Ursprung – es sind keine erfundenen Geschichten. Es gibt viele Geschichten und Gedichte über Hirten. Die Hirten, die Vergil in seiner Sage beschreibt, waren jedoch von anderer Natur. Sie führten ein himmlisch-irdisches Dasein in einer wunderschönen Landschaft und in einer friedvollen, heiteren Welt.

Dass viele Künstler sich mit Arkadien beschäftigt haben, fällt natürlich auf, und es wird von vielen Menschen darüber spekuliert, warum ausgerechnet über Arkadien so viel geschrieben wurde. So schreibt der Kritiker der Arkadiensage Udo Leuschner:
Der Name Arkadien leitet sich von der griechischen Landschaft gleichen Namens ab, ein von Bergen umschlossenes Hochland in der Mitte des Peloponnes. Das reale Arkadien kann allerdings nicht als besonders idyllisch gelten. Das Hirtenvolk, das hier lebte, führte auch in der Antike ein eher beschwerliches Dasein. Es musste deshalb wohl einen anderen Grund haben, dass ausgerechnet dieser karge Landstrich zum Inbegriff bukolischer Poesie und friedvoller Idylle werden konnte.

Woher weiß er, dass die Menschen zu der von Vergil beschriebenen Zeit ein „beschwerliches Leben" lebten? Irgendwoher muss die Sage kommen – solch ein Mythos ist, wenn er beschrieben wird, zumindest im Morphofeld vorhanden und wird niemals aus der Luft gegriffen, denn alles, was wir denken und beschreiben ist oder war existent.
In Meyers Konversationslexikon von 1902 findet man:
Aber die alte unverdorbene Sitte und mit ihr Kraft, Wohlsein und Frohsinn erhielten sich und herrschten noch in Arkadien, als das üppige Griechenland bereits moralisch untergegangen war. Viele Dichter beschrieben später Arkadien stets als das Land der Unschuld und des stillen Friedens.

„Et in arcadia ego" - auch ich war in Arkadien - schrieb zu Anfang des 17. Jahrhunderts der italienische Maler Giovanni Francesco Guercino auf eine Grabplatte, auf den er einen Totenschädel malte. Dieser wurde von zwei jungen Hirten ergriffen betrachtet.

Um etwa die gleiche Zeit übernimmt diese Inschrift der französische Maler Poussin auf einem Gemälde, auf dem drei Hirten und eine Schäferin ein Grab betrachten, auf dem ein Totenkopf liegt. Auf dem Grab steht ebenfalls „Et in arcadia ego". Fast dieselbe Szene malte Poussin dann später noch einmal. Auch hier sind es wieder drei Hirten und eine Schäferin, die er vor einem größeren Grabmal zeigt und auch hier findet man wieder die gleiche Inschrift. Die Szene ist jedoch wesentlich heiterer, hoffnungsvoller und der Totenkopf fehlt. Ir-

Giovanni Francesco Barbieri, gen. Il Guercino: „Et in arcadia ego"*, 1618-1622, Galleria Nazionale d' Arte Antica, Rom*

gendetwas muss passiert sein, dass aus dem vorher etwas traurig anmutenden Bild nun ein heiteres geworden ist – die Hoffnung, dass Arkadien wieder aufersteht?
Alle drei dieser Bilder zeigen also „Grabstätten“ in denen Arkadien begraben ist und es stehen darum Hirten, die Arkadien beweinen. Arkadien ist also demnach tot.

Friedrich Schiller beginnt sein Gedicht „Resignation“ (1786) mit den Worten: *Auch ich war in Arkadien geboren.* In der sogenannten „Sturm und Drangzeit“ der Dichter war Arkadien ein weit verbreiteter Gesprächsstoff. Herder sagte dazu: *„Auch ich war in Arkadien“ ist die Grabschrift aller Lebendigen, in der sich immer verwandelnden, wiedergebärenden Schöpfung*. Er schrieb weiter über die „Schäfer“: *Sie arbeiten nicht, sondern singen und küssen; trinken und pflanzen Gärten*.

„Auch ich war in Arkadien“ – ein Hinweis auf das Paradies auf Erden, in dem viele schon einmal lebten? Auffällig ist jedenfalls, dass viele Künstler sagen: „Auch ich **war** in Arkadien.“

Dass mit Arkadien nicht unbedingt das griechische Bergland gemeint ist, zeigt die Tatsache, dass Goethe in seiner „Italienreise“ schreibt: *„Auch ich in Arkadien“* und er verlegte das Traumland nach Italien.
Ebenso interessierte sich Schiller nicht für den tatsächlichen geographischen Ort Arkadien. Für ihn ist es das Sehnsuchtsland der Seele: *„Auch ich war in Arkadien geboren, auch mir hat die Natur an meiner Wiege Freude zugeschworen...“*
Da in Bezug auf Arkadien immer wieder Hirten auftauchen, habe ich mich zum Thema Hirten einmal kundig gemacht.In Wikipedia steht dazu: *Die Bibel verwendet die Gestalt des Hirten als eine Metapher für Gott oder den König, z.B. im 23. Psalm oder im Gleichnis vom guten Hirten. Bereits Abel war ein Hirte.*
Oft wird der Hirte auch als Symbol für die Wächterrolle verwendet. So finden sich in der Bibel zahlreiche Vergleiche, in denen ein Prophet mit einem Hirten und seine Schützlinge mit Schafen verglichen werden. Auch in der Weihnachtsgeschichte sind es Hirten, die am Heiligabend die Nachricht von der Geburt Jesu Christi zuerst empfangen, zum Stall in Bethlehem eilen und das Christkind dort anbeten.

Der Hirte ist also demnach der Hüter. Der „Hüter der Erde“ ist ebenfalls der Hirte und wenn wir alle Kinder Gottes sind, die auf die Erde kamen, um hier zu schöpfen, dann entspricht das dem, was in früheren Zeiten unter dem Hirten verstanden wurde - nämlich eine Metapher für Gott oder den König – für den göttlichen Menschen, die Kinder Gottes.
Novalis schrieb ein Gedicht mit dem Titel „Arkadien“:

Arkadien

Auch ich bin in Arkadien geboren;
auch mir hat ja ein heißes volles Herz
die Mutter an der Wiege zugeschworen
und Maß und Zahl in Freude und in Schmerz.

Sie gab mir immer freundlich himmelwärts
zu schaun, wenn selbst die Hoffnung sich verloren;
und stählte mich mit Frohsinn und mit Scherz;
auch ich bin in Arkadien geboren!

Komm, reiche mir die brüderliche Hand!
Zu Brüdern hat uns die Natur erkoren,
und uns gebar ein mütterliches Land.

Ich habe dir längst Liebe zugeschworen.
gern folgsam meinen bessern Genius.
Gib mir die Hand, und einen Bruderkuß!

Auch ich bin in Arkadien geboren,
auch mir hat mancher gute Genius
am Mutterbusen Liebe zugeschworen
und manchem freundlichen Genuß,

auch ich empfand in Ahndungen verloren
das leise Wehn von manchem Geisteskuß,
und fühlte oft im heiligen Erguß
mich zu der Sonne reinem Dienst erkoren.

Verzeih, wenn mich mein eignes Herz nicht trügt,
und mich auf Flügeln stolzer Träume wiegt,
daß ich so kühn in eure Reihen trete;

und fassest du mich auch so rein und warm,
wie ich dich liebe, mit dir Arm in Arm,
um Ewigkeit für unser Bündnis bete.

Novalis [an A. W. Schlegel]

Christa Jasinski

Kleidsames

Womit wir uns umhüllen

Da ich lange Zeit davon lebte, dass ich für Menschen schöne Gewänder nähte, interessierte ich mich von Anfang an auch für die Stoffe, die ich dafür benutzte. Und wenn ich über die Stoffe mit den Menschen sprach, die ein Gewand von mir wollten, stellte ich immer wieder fest, wie wenig die meisten Menschen über die Stoffe wissen, die täglich ihren Körper umhüllen und schützen. Alles, womit wir uns umgeben und womit wir unseren Körper umhüllen, hat Auswirkungen auf unser Wohlbefinden. Deshalb halte ich es für wichtig zu wissen, womit man seine Haut in Berührung bringt.

Paulus Johannes Lehmann, der das Buch „Die Kleidung – unsere zweite Haut“ schrieb, sagt in der Einführung seines Buches: *„Sage mir, womit Du Dich umgibst – und ich sage Dir, wie Du Dich fühlst!“*
Der Environtologe Dr. Werner Kaufmann schreibt in dem Vorwort des Buches: *Der Mensch hatte in der freien Natur mit seinen nackten Füße den besten Kontakt zu dieser Erde, aus der unser physischer Körper stammt. In unsrer modernen Zivilisation unterbrechen wir diesen unmittelbaren Kontakt zwar unbeabsichtigt, sehr oft gedankenlos und in Unkenntnis der ursächlichen Zusammenhänge. Naturfremd, das heißt mehr oder weniger künstliche Stoffe – wie Kunststoff-Boden, Kunststoff-Schuhe, Kunststoff-Strümpfe, Kunststoff-Matratzen usw. - unterbinden die ursächliche und wesentliche Erd-Verbundenheit mehr und mehr.*

Dass der Mensch nicht nur über die Lunge atmet, sondern auch über die Haut, ist allgemein bekannt. Dass bei der Verdunstung durch die Haut jedoch wesentlich mehr passiert, darüber denken die wenigsten Menschen nach. Die Sauerstoff-Aufnahme durch die Haut ist ein Ladungsvorgang, der einen Elektronen-Austausch bewirkt. Dieser wird davon beeinflusst, ob der Mensch einen galvanischen – das heißt natürlich abfließenden - Kontakt zum Boden hat, und ob ihn seine Kleidung statisch unnatürlich zusätzlich auflädt oder nicht.

Auch dazu schreibt der Environtologe Dr. Werner Kaufmann in dem erwähnten Buch:
Der Sauerstoff ist übrigens das einzige bisher bekannte paramagnetische Gas, welches sich im erdmagnetischen Feld einerseits und im biomagnetischen Körperfeld des Warmblüters gezielt orientieren kann. Fachleute erklären das so, dass beim Sauerstoff beide Elektronen im gleichen Spin (ihre Eigendrehung) laufen.
Wird der Sauerstoff nun durch fremdstoffliche Materialien und Energiestau – beispielsweise durch sich statisch aufladende Kunststoffbekleidung – in seiner automatisch richtigen und natürlichen Orientierung gestört, tritt sehr schnell eine Desorientierung und Fehlladung, letztlich aber eine Funktionsstörung im Körper ein. Das ist sogar seit Langem messbar durch die Reaktionsgeschwindigkeit des Menschen. Bereits zehn Prozent Kunststoffanteil im Gewebe ergaben messbare Reaktionsverzögerungen.....
Ein anderes Beispiel: Schutzhelme aus Kunststoff wirken sowohl durch das Material und ihre Form, aber auch durch ihre Farbe auf den Träger. Manche Träger klagen über Kopfschmerzen. Schutzhelme werden aber aus „Sicherheitsgründen“ heute in vielen Berufen verlangt, ohne dass anscheinend jemals geprüft wurde, welche wahrscheinlichen Reaktionsverzögerungen dadurch unbewusst ausgelöst werden. Wenn kunststoffverstärkte Socken schon eine messbare fünfprozentige Verzögerung bewirken, ist bei Vollkunststoffhelmen über dem besonders reaktionsempfindlichen Kopf mit viel größeren Abweichungen zu rechnen. Ähnliches gilt sinngemäß für Vollkunststoffkleidung bei Autobahnarbeitern, Kindern und für Regenschutzkleidung überhaupt.

Die meisten Menschen tragen Kunststoffkleidung oder kunststoffhaltige Kleidung, ohne sich über die Folgen Gedanken zu machen und ertragen dadurch – wenn auch noch ihre Nachtwäsche Kunststoffe enthält oder ihre Matratze, ihr Bettzeug und die Bettwäsche aus Kunststoffen ist – praktisch 24 Stunden, Tag und Nacht – ein sie behinderndes Mikroklima. Modisches Aussehen und der Preis und angebliche Pflegeleichtigkeit bestimmen, mit was wir uns einhüllen und wie wir schlafen.

Hinzu kommt, dass all die künstlich hergestellten Stoffe mit vielen Zusatzstoffen noch behandelt werden, damit sie eine „gute Griffigkeit“ bekommen, oder sich nicht allzu sehr elektrostatisch aufladen. Auch die Stoffe, die als Ausgangsmaterial natürliche Stoffe haben, wie zum Beispiel die Viskose, müssen massiv mit chemischen Stoffen bearbeitet werden, um überhaupt zum brauchbaren Stoff zu werden. Ein Mensch, dem seine Gesundheit etwas wert ist, sollte auf Kleidungstücke aus diesen Materialien verzichten. Hinzu kommt noch, dass wir mit jedem synthetischen Stoff, den wir kaufen, egal ob es ein reiner synthetischer Stoff ist oder ein Mischgewebe aus einem natürlichen und einem synthetischen Stoff, die Erdölproduktion ankurbeln, denn daraus werden diese Stoffe ja hergestellt. Zu dem, was im Golf von Mexiko geschah, haben wir indirekt mit jedem Teil aus Kunststoff, das wir kaufen, beigetragen.
Es gibt ausreichend natürliche Materialien, in die wir uns kleiden können. Wir brauchen all die Synthetiks nicht.

Stoffe, die die Natur uns bietet
Wir können diese Stoffe in zwei Kategorien einteilen: Die eiweißhaltigen Stoffe, die von Tieren stammen und die Pflanzenstoffe. Die eiweißhaltigen Stoffe haben vom Aufbau her die größte Ähnlichkeit mit unserer Haut. Zu diesen Stoffen zählen Wolle und Seide. Sie sind die Stoffe, die die Menschen am längsten benutzen. Das Besondere an den Eiweißfasern ist, dass sie sowohl wärmen, als auch kühlen können. Der Unterschied, ob die Faser wärmt oder kühlt, liegt nur an der Dichte der Fasern und an der Dichte der Webart.
Viele Menschen haben Bedenken in Bezug auf die Pflege von Wolle und auch von Seide. Eine gute Wollfaser oder Seidenfaser kann nicht einfach in die Waschmaschine geschmissen werden mit irgendeinem billigen Waschmittel. Das würde die Fasern zerstören. Und doch gibt es für mich keine pflegeleichteren Fasern als Wolle oder Seide. Obwohl beide Fasern ein Vielfaches ihres Eigengewichtes an Wasser – also auch an Schweiß – aufnehmen können, geben sie dies beim Lüften genauso gut wieder ab. Beide Fasern nehmen auch nicht schnell Schmutz auf. Sie haben einen natürlichen Schutz davor. Ich trage im Winter fast ausschließlich hochwertige Wollkleidung. Nach dem Tragen hänge ich sie für einige Zeit nach draußen in die Luft, und wenn ich sie dann herein hole, ist sie wieder ganz frisch. Meine Winterkleidung muss ich so nur sehr selten waschen. Das funktioniert weder mit den Pflanzenfasern, noch mit Synthetiks. Beim Waschen der Wolle sollte man beachten, dass sie nur dann filzt, wenn die Temperatur des Waschwassers zu hoch ist (ich wasche deshalb Wolle fast kalt, was sehr gut geht, weil sie kaum Schmutzstoffe annimmt) oder, wenn sie zu stark aneinander gerieben wird und wenn das Waschmittel zu stark alkalisch ist. Beim Filzen der Wolle nutzt man das aus, indem man sie bei relativ hoher Wassertemperatur mit Seife, die stark alkalisch ist, auf einem Waschbrett reibt.
Seide ist etwas robuster, was das Waschen anbetrifft, aber auch ihr bekommt keine allzu hohe Temperatur und kein stark alkalisches Waschmittel. Wichtig bei beiden Stoffen ist es auch, dass man das Waschmittel völlig heraus spült und am Besten noch ins letzte Spülwasser einen Schuss Essig gibt, damit neutralisiert man einerseits alkalische Waschmittelreste und man macht das letzte Spülwasser weich. Für die Seide gilt das Gleiche wie für die Wolle: Meist reicht ein intensives Lüften völlig aus.

Wolle
Wollfilze gab es schon lange, bevor man die Pflanzenfasern für die Kleidung entdeckte. Um einen Wollfilz herzustellen benötigt man weder Spinnrad noch Webstuhl.
Nicht nur die Kleidung der Urmenschen bestand aus Wolle, auch die Zelte der Beduinen bestanden in früheren Zeiten aus Wollfilzen und sie werden teilweise bis heute noch aus gewebter Wolle hergestellt. Wolle ist ja nichts anderes als Haare, und der Aufbau eines Schafhaares unterscheidet sich nicht sehr vom Aufbau eines Menschenhaares. Deshalb ist die Wolle auch die natürlichste Faser, mit der wir uns bedecken können.

Es gibt so viele unterschiedliche Wollfasern, wie es Tiere gibt, die uns ihr dichtes Haar im Sommer schenken. Die meiste Wolle erhalten wir von den Schafen. Das feinste Schafhaar ist das gekräuselte **Merino**-Haar, das von den Merino-Schafen kommt. Wieviel Wolle wir von einem Schaf erhalten, hängt von der Rasse ab, von der Temperatur der Umgebung und der Häufigkeit der Schur. So erhält ein Farmer im warmen Australien etwa 4,7 kg Wolle pro Schaf und Jahr, während ein russischer Schafzüchter im Schnitt nur 2,7 kg Wolle dem Schaf entnimmt.

Von den Ziegen erhalten wir ebenfalls Wolle, obwohl sich nach unseren Bestimmungen nur Wolle nennen darf, was vom Schaf stammt. **Kaschmir** zum Beispiel ist danach keine Wolle, weil es von der Kaschmirziege her stammt. Das Haarkleid der Kaschmirziege, die als Haustier in Kaschmir, aber auch in Kleinasien, Kirgisien und im südlichen Bengalen gehalten wird, besteht aus gröberen Grannen und sehr feinen Unterhaaren. Diese Unterhaare sind es, die so begehrt sind. Diese Flaumwolle ist noch erheblich feiner als die Wolle der Merinoschafe, und sie wird nicht durch Schur gewonnen – die Ziegen würden in der rauen Landschaft, in der sie leben, frieren – sondern durch Auskämmen. Durch das Auskämmen der Tiere erhält man pro Tier nur etwa 300 bis 400 Gramm Haar pro Jahr. Das macht Kaschmir so teuer. Und es ist, obwohl es sich ja um ein extrem dünnes Haar handelt, ungewöhnlich warm. Die Ziegen leben ja in großen Höhen, wo sie ein derart warmes Fell brauchen.

Auch **Mohair** erhalten wir von den Ziegen – den Mohair-Ziegen. Mohair-Ziegen leben im anatolischen Hochland, in Kleinasien und Mittelasien, werden heute jedoch auch in Amerika und in Südeuropa gehalten. Eine Mohairziege liefert dem Züchter etwa 1,5 kg Wolle im Jahr. Das Haar der Mohairziege ist glatter und steifer als das Schafhaar, deshalb stehen bei der Verarbeitung von Mohair die Haare teilweise ab.

Angora erhalten wir vom Angora-Kaninchen, aber auch seltener von Angora-Katzen. Die Angora-Kaninchen werden in fast allen europäischen Ländern, in Nordamerika und in Asien gezüchtet. Die Wolle wird wie bei der Kaschmirziege ausschließlich durch Auskämmen gewonnen. Pro Tier erhält man dabei etwa 500 Gramm im Jahr. Das Angora-Haar ist deshalb so leicht und warm, weil es Hohlfasern sind. Ihr Wärmerückhaltevermögen ist durch den Lufteinschluss in den Fasern sehr hoch. Aus diesem Grunde wird diese Faser auch für Rheumawäsche genommen.

Weiterhin kennen wir noch das **Kamelhaar**.
Die „richtigen“ Kamele kommen aus Asien. Das einhöckerige Dromedar ist mehr im flachen Land, in Vorderasien und Afrika, vor allem im arabischen Kulturraum ansässig. Das zweihöckerige Kamel wird richtig als Trampeltier bezeichnet. Seine Wolle ist wertvoller, da es mehr Kälte verträgt und es meist in höheren Regionen gehalten wird. Ein Kamel liefert etwa drei bis vier Kilogramm Wolle pro Jahr. Kamelhaar hat eine typisch gelblichbraune Färbung, Die dickeren Grannenhaare der Tiere werden meist zu Wolldecken verarbeitet, während das feine Unterhaar zu Kammgarn verarbeitet wird, woraus wir zum Beispiel Mäntel fertigen können.

Zur Familie der Kamele gehören auch die höcker- und hornlosen „Schafkamele“, die wir auch als Lamas kennen. Hier unterscheiden wir drei verschiedene Rassen. Das **Vikunja** ist das zierlichste unter diesen Tieren – es wird nur etwa 80cm hoch. Dafür liefert es die feinste Wolle unter den Lamas, allerdings nur 300 Gramm im Jahr. Man findet es ausschließlich in den Anden, und der Bestand dieser Tiere ist gefährdet.

Das, was wir klassischerweise als Lama bezeichnen ist das **Lama** paco. Es liefert die gröbste Wolle in den verschiedensten Farben und bis zu drei Kilo im Jahr. Lamahaar wird meist zu Decken verarbeitet aber auch zu handgewebten Kleiderstoffen. Seine Heimat sind die Höhen zwischen 2000 und 4000 Metern, vor allem in Bolivien und Peru.
Die Wolle des Lama gama, das wir auch als **Alpaka** bezeichnen, ist überwiegend weiß. Das Alpaka hat ebenfalls ein sehr feines Unterhaar, das hauptsächlich für die Kleidung genommen wird. Da die Alpakas ebenfalls in sehr großer Höhe – meist um 4000 Meter hoch - und in einer kalten Umgebung leben, ist ihr Haar sehr warm und glänzt seidig.

Aber auch das Haar von Pferden können wir benutzen. Früher – und heute auch wieder verstärkt, galt eine Rosshaarmatratze als das beste, was man sich gönnen kann. Als **Rosshaar** bezeichnen wir die Mähne und den Schweif der Pferde. Meist wurde es den gestorbenen Tieren entnommen. Da es nicht in Massen anfällt, ist es recht teuer. Rosshaar gilt als besonders stark und drahtig.

Christa Jasinski

Fortsetzung folgt

Gedicht

Herbstwind

Tosend wiegt sich der mächtige Wald
in starker Wetter Gezeiten,
macht sichtbar des Windes hehre Gestalt
in unendlichen rauschenden Weiten.

Es ächzet und stöhnet das starke Geäst
und singet von Kraft und von Macht,
doch stehen die Föhren, die mächtigen, fest,
Gott hat ihren Grund wohl bedacht.

Sturmwind, du brausender ruhloser Geist,
durchstreifst mir mein schwarzbraunes Haar.
Sag mir, woher und wohin du gereist
durch das endlose himmlische Jahr.

Wie liebe ich dich, meines Vaters Musik,
deinen Atem in schnellen Triolen.
Du schenkest mir Freiheit, unbändiges Glück
und seist mir dem Himmel befohlen.

Heike Seifert

Garten

Der Garten im November

Es ist der Herbstmonat der kurzen Tage und der tiefstehenden Sonne. Oft scheint die Sonne im November gar nicht, weil es entweder wolkig oder neblig ist. Wenn beides zusammen trifft, dann geht das vielen Leuten aufs Gemüt. Ich selbst habe das bei mir noch nie beobachtet.

Mangold wächst bei frostfreiem Wetter noch bis in den Winter

November ist für mich der Monat, in dem ich alle Facetten des Herbstes genieße, sind es nun die Herbststürme, die mir um das Gesicht wehen, oder auch die Stille der Natur, wenn sich die meisten Tiere in den Winterquartieren wärmen, oder auch die Zeit, am warmen Ofen Dinge aufzuarbeiten, zu denen ich bis jetzt noch nicht gekommen war und die warme Drinnenzeit z.B. mit einem guten Buch zu genießen.
Mit der passenden Kleidung kann man aber noch Vieles im Garten erledigen. Im November sind die Fröste noch nicht so stark, so dass man noch Gehölze und Stauden pflanzen kann, die, wenn auch langsam, schon mal Wurzeln bilden und im Frühling dann angewachsen sind. Bei frostfreiem Wetter kann man jetzt auch sehr gut sommergrüne Hecken beschneiden und Kernobstbäume, soweit sie schon abgeerntet sind.
Bei frostempfindlichen Pflanzen, wie Edelrosen und Rosmarin wird jetzt mit einer lockeren Schicht aus Laub oder/ und Reisig der Wurzelbereich zugedeckt. Wer Hagebutten ernten will, sollte das spätestens jetzt im November tun. Das Gleiche gilt für Quitten und Scheinquitten, die erst nach dem ersten Frost richtig schmecken. Aus letzteren mache ich im November eine aromatische süßsaure Marmelade. Wer den Sommer über die jungen Nachtkerzen stehen gelassen hat, kann ab jetzt bis zum Frühling dieses alte indianische Wintergemüse ernten. Auch sie schmecken nach dem ersten Frost richtig gut. Man isst sie roh als Salat, und zwar die ganze Pflanze, und die verzweigte abgewaschene Wurzel gekocht bzw. gebraten. Ich bevorzuge Letzteres, sie schmeckt dann fast wie Pilzpfanne. Roh erinnern die Wurzeln an etwas zwischen Radieschen und Meerrettich, nur milder. An Wildgemüse wächst schon seit Oktober wieder die Vogelmiere gut, die man den ganzen Winter als Salat ernten und essen kann.
Wer ihn im August gesät hat, kann ab jetzt Feldsalat ernten. Ich konnte in den letzten Wochen erneut beobachten, dass er in Gesellschaft mit anderen Pflanzen besser wächst als alleine.
Die Zimmerpflanzen werden jetzt nur noch nach Bedarf gegossen. Sie brauchen in diesen Wochen jedes Licht, was sie bekommen können und sollten nur kühl bis mäßig warm stehen. Kakteen werden im November das letzte Mal gegossen. Ab Dezember gehen sie in die Ruheperiode. Eine Ausnahme bilden die Weihnachtskakteen, die zur Blütezeit das meiste Wasser brauchen.
Soweit noch nicht geschehen, kann man im November noch für die wilden Gartentiere wie Igel Winterquartiere anlegen. Das können Reisighaufen sein, und auch Reisig mit Kompost kombiniert. Wer wenig Platz im Garten hat, kann diese Reisighaufen über frostempfindliche unterirdisch ausdauernde Stauden anlegen, die im Winter keine grünen Blätter haben und die sowieso Frostschutz benötigen. Die Igel werden im nächsten Jahr dankbar helfen, das Gleichgewicht zwischen Schnecken und Nutzpflanzen zu halten.
Auch wenn die Winterfütterung von Vögeln speziell unter Naturschützern umstritten ist, kann man im Novem-

Zeit zum Baumschnitt (links beschnittene Weide, vorn Lindenschnitt). Beide können als Kopfbäume beschnitten werden, da sie, im Gegensatz zu Nadelbäumen, einen radikalen Rückschnitt (auch optisch) vertragen.

ber damit anfangen. Man sollte dabei bedenken, dass die Vögel sich daran gewöhnen und man den Winter über konsequent weiter füttern muss. Es ist für die Vögel schlimmer, mit der Fütterung bei Kälte auszusetzen als gar nicht erst anzufangen, da die Vögel oft nicht schnell genug Ersatz finden. Es hilft auch schon viel, die ganzen Samenstände der Stauden und Wildkräuter stehen zu lassen. Auch wenn ich im Frühling weniger Zeit habe, diese vertrockneten Reste alle zu entfernen, mache ich das erst dann. Zum Einen reicht dieses natürliche Futter auch bei hohem Schnee (was man bei uns im Berliner Flachland so als hoch bezeichnet) noch bis Ende Januar. Oder anders gesagt, haben die Vögel nach dem ersten Schnee noch Futter in Form von Sämereien, die noch eine Zeit lang aus dem Schnee hervor schauen. Außerdem bieten die trockenen Pflanzenreste bei Kahlfrösten einen guten Frostschutz. Die letzte Wiesen- und Rasenmahd erfolgt deshalb auch Anfang Oktober. Das erste Mähen im Frühjahr ist dann zwar aufwändig, aber der Rasen dankt einem das mit einem gesunden Wuchs.

Andreas Hinz

Im Gewächshaus können die Zimmerpflanzen (hier Kakteen, Agave und Setzlinge) noch geschützt einige Zeit vor der Kälte gehalten werden. Der Rosenkohl (unten) schmeckt gerade nach dem ersten Frost besonders gut.

Der November ist die Zeit, diese Werkzeuge einzusetzen, da in Folge der Ruhephase der Gehölze ein Rückschnitt problemlos gelingt.

Wildkräuter & Wildpflanzen

Der Wacholder

(Juniperus communis)

Ganz in meiner Nähe befindet sich eine Wacholderheide, wo ich meine Beeren immer hole. Es braucht ja nicht allzu viele für die Mahlzeiten. Zwei, drei Beeren auf ein Gericht genügen vollauf, um das Aroma zu verbessern. Die Wacholderheide ist ein Naturschutzgebiet, nicht sehr umfangreich, aber groß genug, um die Seele baumeln zu lassen. Ich habe immer das Gefühl, ich trete in eine andere Welt ein, wenn ich dort bin.
Nach dem Ernten der Beeren habe ich auch immer ein bleibendes Andenken an die Sträucher, sind sie doch mit spitzen Nadeln ausgestattet, die mir noch Tage nach dem „Beutezug“ die Finger schmerzen lassen.

Wacholder gehört für mich zu Sauerkraut, wie das Salz in die Suppe. Es ist unverzichtbar und ich liebe den Geschmack, wenn ich draufbeiße. Er ist aber auch eine alte und hilfreiche Heilpflanze. Die antiseptische Wirkung machte man sich zu Zeiten der Pest zunutze, wo auf Dorfplätzen das Holz des Wacholder verbrannt wurde, um eine Epidemie zu verhindern. Auch zum Räuchern von Krankenzimmern wurde das Machandelholz, wie der Wacholder noch heißt, verwendet. In neuerer Zeit wird wieder vermehrt mit dem Holz und den Beeren des Strauches geräuchert. Auch Schreinerarbeiten werden aus dem Holz gefertigt, wie Spazierstöcke oder außergewöhnliche Möbelstücke.

Mit dem Rückgang der Schafwirtschaft, die dafür sorgte, dass die Heiden vom Unterbewuchs befreit wurden, war der Bestand einer Gefahr ausgesetzt. Heute wird wieder von den Forstämtern gewährleistet, dass die Heiden gemäht werden. So wird ein Zuwachsen vermieden. Trotzdem ist der Wacholder in einigen Bundesländern gefährdet. Er steht seit 1936 unter Naturschutz und im Jahr 2002 war er der Baum des Jahres. Lediglich die Beeren dürfen heutzutage geerntet werden.
Der Wacholder ist ein Zypressengewächs. Die immergrüne Pflanze kommt auf Magerwiesen vor. Da sie sehr langsam wächst, ist es wichtig, dass der Unterbewuchs kurz gehalten wird, denn der Wacholder benötigt viel Licht, sonst gedeiht er nicht. Seine Standorte sind sowohl kalkhaltiger Boden, saure und trockene Böden als auch Moore. Er kann bis in die Hochgebirge vorkommen.

Es handelt sich um Sträucher, die bis zu 150 cm hoch werden, es gibt aber auch säulenförmige Bäume mit bis zu 12 m Höhe. Die Rinde ist rissig und schält sich im Alter ab. Das Holz hat eine gelbliche bis rötliche Färbung und, bedingt durch das langsame Wachstum, enge Jahresringe. Es enthält kein Harz und ist elastisch und weich. Die Blätter sind nadelförmig und spitz und stehen in Quirlen zu dritt oder viert. Sie haben eine Länge von zirka 1cm und sind in der Mitte mit einem weißlichen Streifen versehen, der schmale grüne Ränder hat. Die Blüten sind unscheinbar und haben eine grünlich-gelbe Färbung. Bei den Beeren handelt es sich eigentlich um Scheinfrüchte, die Beerenzapfen. Sie haben eine Reifezeit von 3 Jahren. Im ersten Jahr findet die Blüte und die Befruchtung statt, im zweiten Jahr reifen die grünen Scheinfrüchte heran und im dritten Jahr färben sie sich blauschwarz.
Der Wacholder ist getrennt geschlechtlich, das heißt weibliche und männliche Blüten kommen auf unterschiedlichen Pflanzen vor. Er blüht sehr unauffällig zwischen Ende April bis in den Juni hinein, je nach Höhenlage.

Die Heilwirkung des Wacholder ist vielfältig. Er wird hauptsächlich angewandt bei Harnverhaltung, durch seine Wirkung auf das Nierengewebe. Wacholder gehört zu den Blutreinigungsmitteln und wird auch bei Gicht und rheumatischen Erkrankungen eingesetzt. Seine Wirkung ist darauf zurückzuführen, dass eine vermehrte Ausscheidung über den Urin stattfindet. So wirkt er auch entwässernd und entlastet dadurch das Herz.
Seine schleimlösende Wirkung kann man sich in den Erkältungsphasen zunutze machen. Hilfreich ist dafür auch seine wärmende Eigenschaft.

Pfarrer Künzle mischte den Wacholder in fast alle Kräutermischungen, außer in Rezepturen für hitzige Krankheiten, wie Fieber. Er schätzte ihn in jeder Form, als Tee, Mus oder auch äußerlich als Badezusatz.
Seine verdauungsstärkende und appetitanregende Wirkung wird ausgenutzt, wenn man ihn blähenden Speisen, wie dem Sauerkraut zugibt.
Innerlich sollte der Wacholder nicht länger als 4 Wochen angewandt werden. Auch schwangere Frauen sollten auf die Verwendung von Wacholder verzichten.
Pfarrer Kneipp empfahl eine **Kur** mit Wacholderbeeren, die blut- und magenreinigend, schweißtreibend und nervenstärkend sowie hilfreich gegen Migräne und Mattigkeit ist: Man beginnt mit 2 Beeren täglich und steigert bis 12 (tägl. 1 Beere mehr). Dann wird die Dosis täglich um eine verringert bis auf 2 Beeren.
Auf eine Einnahme von Wacholderbeeren, speziell der Kneipp'schen Kur, sollte unbedingt verzichtet werden bei Nierenerkrankungen. In der Schwangerschaft ist Wacholder generell zu meiden.

Der Name Wacholder leitet sich aus dem Althochdeutschen *wehhal* ab, das so viel bedeutet wie frisch, kräftig. Aus ihm wurde in der mittelhochdeutschen Sprache *wechalter* und schliesslich der Wacholder bei uns. Die botanische Bezeichnung Juniperus bezieht sich möglicherweise auf die römische Göttin Juno, es ist jedoch auch möglich, dass sie sich auf die keltische Bezeichnung *jeneprus* = rau, dornig bezieht.
Der Wacholder hat zahlreiche Volksnamen, was auch ein Hinweis dafür ist, wie vielfältig er in den verschiedenen Landstrichen und Bevölkerungsschichten Verwendung fand. So heißt er Kranewitt, Reckholder, Machandelbaum, Krammetsbeerenbaum, Weihrauchbaum, Knirk, es gibt sicher an die 100 Bezeichnungen für die Pflanze.
In Dichtung und Opern stand er Pate, so wird Gretel z.B. in Engelbert Humperdincks Oper *Hänsel und Gretel* von der Hexe mit einem Wacholderzweig und den Worten: „Hokus pokus Holderbusch! Schwinde Gliederstarre, husch!" entzaubert. Auch die Gebrüder Grimm erzählten ein Märchen mit dem Titel „Von dem Machandelbaum" aus dem Plattdeutschen nach.

In der Mythologie hat der Machandelbaum eine feste Stellung. Er war schon immer eine heilige Pflanze und wurde zum Austreiben von Geistern und Dämonen verwendet. Um Haus und Hof gepflanzt diente er als Schutz vor Hexen und bösen Geistern.
Als Schutz band man an die erste Garbe im Jahr einen Wacholderzweig.
Er ist der Baum des Lebens, was auch dadurch zum Ausdruck gebracht wird, dass er immergrün ist. So wurde er als Symbol des ewigen Lebens und der Fruchtbarkeit verehrt. Ein Sprichwort zeigt, die Achtung, die man dem Baum entgegenbrachte:
„Vor dem Holunder zieh' den Hut herunter, vor dem Wacholder geh' in die Knie..."
Widersprüchlich erscheint, dass vorwiegend im Mittelalter der Strauch als Totenpflanze verehrt wurde. So ist auch heute noch der Wacholder auf Friedhöfen anzutreffen. Dies liegt wohl nicht zuletzt daran, dass er das ganze Jahr über grüne Blätter (Nadeln sind im botanischen Sinne auch Blätter!) trägt. Man sieht ihn häufig im Verbund mit den Eiben und dem Buchsbaum auf Friedhöfen.
Seine reinigende Wirkung wurde innerlich wie äußerlich genutzt. So verwendete man seine Zweige und Nadeln zum Räuchern, um böse Geister und Krankheiten abzuwehren. Zu Zeiten der Pest wurde mit Wacholder geräuchert, denn auch der Rauch entwickelt eine antiseptische Wirkung. So sollen die Vögel zu Zeiten der Pest von den Dächern den Menschen zugepfiffen haben:
„Esst Kranewitt und Bibernell, dann sterbst nit so schnell!"

Für die Astrologen: Der Wacholder ist mehreren Planeten zugeordnet.

- **Saturn**, wegen des Bezugs zu den Toten und, weil er auch im Winter grün ist

- **Mars**, wegen der spitzen Nadeln

Durch die Gegensätzlichkeit des Duftes und des Geschmackes und der filigranen Blätter als auch der stabilen harten Stängel ergibt sich die Signatur der Differenzierung und der Vereinigung von Gegensätzen.

Das Wesen der Pflanze ist: Unterscheidungsvermögen, Polarität.

Zum Schluss möchte ich noch auf die Verwendung des Wacholder in der Schnapsherstellung und beim Räuchern eingehen:
Eine sehr bekannte Verwendung der Beeren ist die zur Herstellung des Gin oder Genever, wie er ursprünglich genannt wurde. Auch hier findet man den botanischen Namen des Wacholder wieder. Beim Genever handelt es sich um eine Spirituose, die, zuerst in den Niederlanden, aus Gerste oder Melasse gebrannt und mit Wacholderbeeren aromatisiert wurde. Von englischen Soldaten wurde dieser Schnaps auf die Britischen Inseln gebracht und dort in Gin umbenannt.
In der Küche findet das Holz des Strauches Anwendung zum Räuchern von Fisch und Wurstwaren. Mit dem Wacholderholz geräucherte Speisen besitzen ein spezielles und unvergleichliches Aroma, wie eben der Wacholder ohnehin unvergleichlich ist.

Marie-Luise Stettler

Gemüse der Jahreszeit / Rezepte

Der Rotkohl

Jetzt, wo es draußen wieder kälter und dunkler ist, kommen unsere herzhaften Gemüse wieder verstärkt auf den Tisch. Dazu gehört natürlich auch der Rotkohl. Als ich vor Jahren, während meiner Tätigkeit als Gesundheits- und Ernährungsberaterin, auch Kochkurse anbot, musste ich feststellen, dass die wenigsten jüngeren Menschen noch ein einfaches Rotkohlgericht herstellen können. Sie kannten den Rotkohl ausschließlich aus dem Glas oder aus der Tiefkühltruhe, und dass man Rotkohl auch roh als Salat verzehren kann, konnten sie sich nicht einmal vorstellen.
Leider ist es so, dass viele Menschen auf die vorgefertigten Nahrungsmittel zurück greifen, allerdings wissen sie nicht, was sie sich selber damit versagen und vor allem ihrem Körper damit antun. Dabei ist es gar nicht so viel Aufwand ein Rotkohlgericht aus dem frischen Gemüse zu machen, vom Geschmack ganz zu schweigen – an den Geschmack eines frischen, gut gewürzten Rotkohls kommt kein Tiefkühlrotkohl und auch kein Rotkohl aus dem Glas heran.

Der Rotkohl – in manchen Gegenden auch Rotkraut oder Blaukraut, roter Kabis oder roter Kappes genannt – ist eng verwandt mit dem Weißkohl. Vom Weißkohl unterscheidet sich der Rotkohl einmal durch seinen Farbstoff – ein Stoffwechselprodukt des Rotkohls – der zu den Anthocyanen gehört. Anthocyane sind Säure-Basen-Indikatoren, die anzeigen wie sauer oder alkalisch ein Stoff ist. Deshalb verändert der Rotkohl seine Farbe, wenn man zum Beispiel Essig dazu gibt: Er schlägt um vom Blau zum Rot. Die Anthrocyane sind übrigens auch in vielen lilafarbenen Blüten enthalten.
Was den Rotkohl weiterhin vom Weißkohl unterscheidet, sind sein etwas höherer Vitamin C- und Selen-Gehalt. Dafür hat der Weißkohl höhere Vitamin A-Werte als der Rotkohl.

Rotkohl ist von Natur aus süßlich. Deshalb passen zu ihm auch alle süßlichen Gewürze sehr gut - Gewürze, die wir sonst eher den Süßspeisen zuordnen, wie Nelken, Zimt, Piment, abgeriebene Orangenschale, aber auch Äpfel und Birnen harmonieren mit dem Rotkohl. Klassische Rotkohlgewürze sind auch Zwiebeln, Lorbeer, Pfeffer und Essig – ich nehme für Rotkohl bevorzugt Rotweinessig. Wer es mag, der kann den Rotkohl auch sehr gut mit Rotwein aromatisieren. Zum Süßen des Rotkohls nehme ich niemals Zucker. Ich gebe meist recht viel Äpfel in das Gemüse hinein und koche ihn auch noch in Apfelsaft

oder einem anderen guten Saft – probieren Sie hier ruhig mal verschiedene aus. Reicht das nicht, so bevorzuge ich zum Süßen so leckere Sachen wie Preiselbeermus oder Johannisbeergelee, das ich mit Honig gesüßt habe. Die Fruchtmuse oder -gelees geben dem Rotkohl dann noch zusätzlichen Geschmack.
Die meisten Menschen kochen den Rotkohl viel zu lange. Dabei gehen viel zu viel der wertvollen Inhaltsstoffe verloren. Mein Rotkohl kocht meist nicht länger als 30 Minuten. Dann ist der Rotkohl bissfest und ein Großteil der Vitalstoffe ist noch vorhanden. Das beste ist es jedoch, ihn roh als Salat zu verzehren.

Jeder Kohl enthält mehr Vitamin C als die Südfrüchte, die wir im Winter essen, angeblich, um unseren Vitamin-Bedarf zu decken. Wir könnten völlig darauf verzichten, wenn wir im Winter auf unseren heimischen Kohl zurückgreifen und ihn als Salat verzehren würden. Mit jeder Südfrucht, die ich verzehre, fördere ich all die LKWs, die unsere Straßen und die Umwelt belasten und einen erhöhten Flugverkehr, der die Südfrüchte in unser Land bringt. Im Winter gehören Kohlgerichte zu den gesündesten Gerichten, die wir essen können.

Manche Menschen verzichten auf Kohl, weil sie Angst vor den Blähungen haben, die der Kohl hervorrufen kann. Die Blähungen kommen jedoch nicht vom Kohl alleine – es ist die Kombination vom gekochten Kohl und Zucker, den wir zusätzlich verzehren, die im Darm beginnt zu blähen. Wer rohen Kohl verzehrt, ohne etwas Zuckerhaltiges vorher oder nachher zu essen, der wird von ihm keine Blähungen bekommen. Dann wird ein Rotkohl- oder Weißkohlsalat etwas sehr Harmloses. Probieren Sie es einmal aus, es wird Sie erstaunen.

ROTKOHLREZEPTE

Rotkohlgemüse

Zutaten:
1 kg Rotkohl
4 Äpfel
1 Zwiebel
1 Lorbeerblatt
Nelken, Koriander, Kardamom, Piment – alles gemahlen (Ich gebe von allem etwas in einen Mörser und zerkleinere alles damit frisch.)
½ Liter Apfelsaft oder anderen Saft (Wer mag kann auch gut ein Rotwein/Saftgemisch nehmen.)
50 g Zwiebelschmalz
1 EL Rotweinessig
Salz, Pfeffer

Zubereitung:
Den Rotkohl fein hobeln, die Äpfel und die Zwiebel klein schneiden. Die Gewürze zugeben und mit dem Saft und dem Rotwein etwa 30 Minuten kochen. Anschließend das Zwiebelschmalz hinzu geben, salzen, pfeffern und mit dem Essig nach Geschmack würzen. Wer es etwas süßer mag, kann noch ein wenig Johannisbeergelee oder Preiselbeermus zugeben.

Rotkohlcremesuppe

Zutaten:
600 g Rotkohl
1 großer Apfel
1 große Zwiebel
½ Liter Gemüsebrühe
½ Liter Apfelsaft oder Rotwein-Apfelsaftgemisch

Nelken, Koriander, Kardamom, Piment – frisch gemahlen
50 ml Sahne
Salz, Pfeffer
1 EL Balsamico-Essig
1 Messerspitze Zimt

Zubereitung:
Den Rotkohl fein hobeln, die Zwiebel und den Apfel würfeln, den Saft und die Gemüsebrühe zugeben und mit den Gewürzen etwa 30 Minuten kochen. Die Sahne zugeben und alles mit dem Pürierstab gut pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Essig und dem Zimt abschmecken. Auch hier kann man, wenn man es süßer mag, etwas Gelee aus Brombeeren oder Johannisbeeren hinzu geben.

Rotkohlrohkostsalat

Zutaten:
700 g Rotkohl
1 Apfel
1 mittelgroße Zwiebel
6 EL Öl
3 EL Essig (Apfelessig, Apfelbalsamico oder Rotweinessig schmecken mir hierzu am Besten)
wer mag: etwas Sahne
1 EL Apfelsaft oder Orangensaft
1 Teel Senf
Salz, Pfeffer
1 Handvoll gehackte Walnüsse

Zubereitung:
Den Rotkohl ganz fein hobeln. Den Apfel in ganz kleine Stückchen schneiden. Die Zwiebel würfeln. Aus den restlichen Zutaten eine Salatsoße bereiten und über den Rotkohl geben und alles zusammen mischen. Wer den Salat gerne etwas mürber mag, der kann ihn noch mit der Hand etwas durchkneten. Der Salat kann auch ruhig etwas stehen um gut durchzuziehen, man kann ihn auch am nächsten Tag noch verzehren.

Christa Jasinski

Noch ein spezieller Tipp:

Rot- und Weißkohlsalate „asiatisch“ kann man herstellen (Grundrezept), indem man den *feingeschnittenen Kohl vorher kurz andünstet, danach mit einer Marinade aus ein wenig Sojasauce, etwas Sesamöl, etwas Reiswein, einer Spur Chilli und Ingwer zubereitet vermischt und auskühlen läßt.*
Rotkohl lässt sich – ebenso wie Weißkohl – hervorragend zu **Smoothies** oder **Presssäften** verarbeiten. Da er zu über 80% aus Wasser besteht, ergibt er auch bei geeignetem guten Mixer bzw. Saftpresse genügend Saft. Durch das Aufreißen der Pflanzenzellen erspart sich unsere Organismus eine Menge Verdauungsarbeit, die sonst nötig ist, und er kann sofort alle Inhaltsstoffe ohne Mühe erschließen. Wir benötigen dann auch weniger geschmackliche „Hilfsstoffe“ wie z.B. Salz, Essig oder Öl, da der Saft bereits pur sehr gut schmeckt. Darum sind Presssäfte und Smoothies auch für eine Entgiftung und Entschlackung unseres Körpers so wunderbar geeignet. Wir werden demnächst in einem Artikel speziell darauf eingehen.

Michael Marschhauser

Kulinarisch-Botanisches

Pilze zu jeder Jahreszeit

Teil 4 - Zubereitung

Im vorerst letzten Teil möchte ich mich mit den vier Hauptzubereitungs- bzw. Konservierungsarten von Pilzen beschäftigen. Zuerst einmal das klassische Schmoren oder Braten. Eine Sonderform davon ist das Sautieren (braten in relativ viel Butter. Wegen des hohen Fettanteils empfiehlt sich Letzteres nur für geringe Portionen und wird meist in der Gourmetküche angewandt.(Hervorragend eignen sich Champignon und Pfifferling dazu.)

Vorbereitung für alle Zubereitungsarten:
Pilze putzen und kleinschneiden. Zum Einfrieren und bei empfohlenen Pilzsorten (z.B. Hallimasch) kurz in kochendem Wasser blanchieren. Blanchieren spart beim Einfrieren Platz. Es geht aber auch ohne, außerdem bleibt das Aroma besser erhalten.

1. Beim klassischen **Schmoren** gibt man die geputzten und kleingeschnittenen Pilze zusammen mit etwas Öl oder Butter & Zwiebeln in die Pfanne. Gewürzt wird meist mit Pfeffer, Majoran, evtl. etwas Kümmel und alles bei geschlossenem und zum Schluss offenem Deckel geschmort. Größere Mengen können auch offen geschmort werden, da meist genügend Flüssigkeit austritt. Bei Bedarf wird mit etwas Sahne oder Schmand abgeschmeckt. Öfter umrühren.

2. Zum **Einfrieren** eignen sich ebenso, wie zum Konservieren, nur einwandfreie, feste Exemplare. Die Pilze werden in nicht zu großen Portionen in festschließende lebensmittelechte Kunststoffbehälter (Tupper o.ä.) oder in feste Gefrierbeutel abgefüllt und im *** Gefrierfach (mind. -18°C) eingefroren. Vorher 5 min. kurz in 2%iger Salzlösung vorkochen und dann abtropfen und abkühlen lassen. Damit keine Lufteinschlüsse entstehen wird dicht eingeschichtet bzw. aus den Beuteln die Luft herausgepresst. Am Besten nach und nach einfrieren, da die Pilze sehr schnell runterkühlen müssen. Ansonsten bilden sich große Eiskristalle, welche die Konsistenz der Pilze nach dem Auftauen verschlechtern würden.

3. Ich bevorzuge das **Sterilisieren**, um außerhalb der Saison eine Delikatesse zu genießen. Nach der Standardvorbereitung werden die Pilze blanchiert und in Gläser abgefüllt, in welche ein würziger Aufguss (siehe Rezept) eingefüllt wird, der noch heiß sein sollte. Danach kann man sie ca. 40 min. lang einkochen oder im Backofen bei ca. 120°-130°C, auf das Rost gestellt, sterilisieren. Man kann den Herd ausschalten und danach weiterhin geschlossen halten, wenn im Glas kleine Bläschen aufsteigen. Langsam abkühlen lassen. Gut geeignete Pilze sind z.B. Reizker, Täublinge, Rötelritterlinge, Trichterlinge. Stockschwämmchen und Austernseitlinge.

4. Als letzte von mir bevorzugte Methode möchte ich das **Trocknen** erwähnen. Ich bevorzuge das Trocknen mit einem Dörrgerät bei ca. 40° C. Man kann die in feine

Scheiben geschnittenen Pilze auch bis zu 70°C trocknen, z.B. im Backherd bei leicht geöffneter Klappe, auf oder über dem Ofen (auf Strippe gefädelt) oder einer Heizung. Für Pilze, welche später in Suppen und als Würze bzw. Zugabe für Kochgerichte verwendet werden, kann eine Trockentemperatur bis 70° C gewählt werden. Dies mache ich auch, wenn ich die Pilze zu Pilzpulver weiterverarbeite. Ein Teil der getrockneten Pilze wird dazu in einem Schlagwerk oder einer Kaffeemühle pulverisiert. Das reduziert das Volumen erheblich und dieses Pulver ist eine hervorragende Ausgangsbasis für Pilzcremesuppen auf Basis einer Bechamelsauce, denen man im Winter nur noch ein paar Champignons o.a. Frischpilze zugeben muss.
Der Vorteil beim Dörrgerät ist, dass es relativ schnell geht. Außerdem werden die Pilze schön kross und können, wenn sie nur bis 40° C getrocknet wurden, in Rohkostqualität geknabbert werden.
Aufbewahren kann man sie dann in dichtschließenden Dosen oder Gläsern, damit sie schön trocken bleiben.

Sterilisierte Reizker, Nebelkappen und Rötelritterlinge und im Vordergrund Trockenpilze

Ein Dörrgerät leistet gute Dienste

REZEPTE

Süßsaurer Würzaufguss *(1 Liter)*
(für Reizker und Täublinge geeignet)

Zutaten:
450 ml 5%iger Essig (z.B. Bio-Apfelessig)
550 ml Wasser
1 Zwiebel, geviertelt
1 geschnittene Karotte
2 EL Zucker oder entspr. Menge Fruchtdicksaft
3-5 Körner Piment
je 1 Prise Ingwer und Thymian
2-3 Lorbeerblätter
3-5 Wacholderkörner
1 Nelke
1-2 Schötchen grüner Kardamom, eingeritzt/zerdrückt
1 TL Salz

Alles 5 min. kochen und, wie oben unter „Sterilisieren“ beschrieben, zusammen mit den heißen Pilzen in die Gläser einfüllen und einwecken / sterilisieren. Bei Salz und Zucker entscheidet der Geschmack (vorher probieren).

Pilzcremesuppe mit Champignons

Zutaten:
1 gehäufter EL pulverisierte Trockenpilze
½ l Gemüsebrühe mit etwas Milch vermischt
25 g Butter - oder Butter / Öl jeweils die Hälfte
1 EL helles Mehl
Salz, weißer Pfeffer, Msp. Muskat
½ Zwiebel, kleingeschnitten
½ kleine Kartoffel, gewürfelt
1 Handvoll frische Champignons, geschnitten
Petersilie und / oder Kresse zum Garnieren

Zwiebeln in der Butter kurz andünsten, mit dem Mehl und dem Pilzpulver bestäuben, mit Schneebesen verrühren und mit der Hälfte der Milch-/Gemüsebrühe zu einer Bechamelsauce aufkochen. Kartoffel hineingeben, mit dem Rest der Brühe auffüllen, salzen, pfeffern und ca. 10 min. köcheln. Danach alles pürieren, die geschnittenen Champignons dazugeben und ca. weitere 10 min. ziehen lassen. Zum Schluß mit Petersilie, Kresse und etwas Rahm o. Joghurt verfeinern.

Michael Marschhauser

Gesundheitliches

Geistiges und energetisches Heilen

Teil 1

In früheren Ausgaben des GartenWEden haben wir uns mit einigen alternativen Heilmethoden und -ansätzen sowie Erfahrungsberichten darüber befasst. Diese Betrachtungen möchte ich mit diesem Beitrag fortsetzen. Die interessanteste Fragestellung ist wahrscheinlich die, was es denn ist, was uns wirklich heilt. Vom Standpunkt einer ganzheitlichen Herangehensweise an dieses Thema ist natürlich die Antwort ebenso vielschichtig, wie es der Prozess ist. Glaubt man zumindest.

Es ist vielleicht hilfreich eine gewisse Gliederung und Systematik vorzunehmen, um uns etwas Klarheit in den Prozess von Heilwerden und -sein zu verschaffen. Vereinfacht kann man sagen, dass wir Symptome an drei verschiedenen Bereichen unseres Selbst feststellen können. Ich spreche hier von den drei Bereichen Körper, Geist und Seele, die in Wechselwirkung zueinander stehen.

Als mit Bewusstsein ausgestattete Wesen „besitzen“ wir mehrere Körper – grobstofflicher und feinstofflicher Natur, deren jeder mit anderen Bereichen des Seins in Wechselwirkung tritt – folglich in Resonanz steht. Angefangen beim physischen Körper, den jeder wahrnehmen kann, über die Aura, ein Energiefeld, was förmlich den Zustand unseres grobstofflichen physikalischen Körpers, aber auch unseres emotionalen und mentalen Körpers anzeigt, bis hin zu unserem Bewusstseinskörper, umgangssprachlich auch als Seele bezeichnet. Im eigentlichen Sinne ist letzterer kein Körper, sondern reines Bewusstsein. Ähnlich wie zu unserem Unterbewusstsein bzw. dem Unbewussten besteht manchmal zu ihm nur eine sehr geringe oder gar keine bewusste Verbindung. Dies ist abhängig vom Entwicklungsstand unserer Bewusstwerdung, unseres im wahrsten Sinne des Wortes „göttlichen“ Selbst. Als letztes möchte ich noch unser höheres Selbst erwähnen. Ein etwas umständlicher Name, aber ich verstehe darunter den Teil von uns, der den wirklich direkten Draht zur Schöpfungsquelle hat. Leider sind sich die meisten Menschen dessen kaum oder gar nicht bewusst. Im bewusstem Ausleben dieser gewissermaßen „göttlichen“ Verbindung lauert für uns Menschen als spirituelle Wesen das höchste Heilpotential überhaupt.

Was haben diese verschiedenen Körper alles mit Heilung zu tun? Nun ich möchte es einmal so erklären, dass die Kenntnis dieser Schichtungen, genauso wie die der Schichtungen in der Gesellschaft (als Pendant auf einer größeren Ebene) wichtig ist, wenn man erkennen will, wie und vor allem wodurch Krankheiten, Disharmonien und Konflikte entstehen. Weiterhin wie sie durch verschiedene Ebenen hindurch wirken und wie man durch ein richtiges Herangehen an die Lösung eine Heilung – zuerst an sich selbst, dann im Umfeld und schließlich – bei einer genügend großen Anzahl heiler Menschen und Umstände auch das Gesamtwesen Gesellschaft und somit unsere Erde heilen kann. Warum mir dieser große Bogen so dringlich erscheint? Ganz einfach: Weil es an der Zeit ist, diesen Prozess zu beschleunigen.

Vereinfacht gesagt und um es auf den Punkt zu bringen: Disharmonien entstehen ganz einfach 1. durch ein Über- oder 2. durch ein Unterangebot von Energien, welche Lebensprozesse steuern und regeln bzw. ein Stocken des harmonischen Energieflusses, wodurch erst Staus (1.) oder Mangel (2.) entstehen können.

Energieüberflüsse führen in der Regel zu entzündlichen, sich veräußernden und wuchernden Prozessen, Energieblockaden und –mangel zu degenerativen (abbauenden) Prozessen. Dies gilt übrigens im Großen sowie im Kleinen. Auch Gesellschaften verkümmern förmlich, wenn in ihnen die Energien nicht mehr frei fließen können. Ein gutes Beispiel dafür sind totalitäre Diktaturen. Überbordende und ausufernde Gesellschaften in der Geschichte, wo jeg-

liches mitmenschliche Maß überschritten wurde, kennen wir auch. Ein Beispiel dafür ist das Römische Reich, was u.a. an seiner „Sättigung“ zugrunde ging. Für jedes System gibt es auch Heilung und diese liegt nicht in der Auflösung bzw. im Gegenteil des Vorhandenen, sondern in der Fortführung der intelligenten Anteile des Grundbauplans. Dies gilt ebenso für unseren Körper und dessen Bausteine – die Zellen. Auch hier gibt es seit Anbeginn unserer Existenz einen intelligenten „Grundbauplan“.
Wenn wir über energetisches Heilen sprechen, sprechen wir von einer Methode, welche weit über eine reine Symptombehandlung hinausgeht. Ich behaupte, dass mit dieser Methode an die Wurzeln, die Ursachen gegangen wird. Lebensprozesse lassen sich auf energetische und davor auf Bewusstseinsprozesse zurückführen. Unser biologischer Körper, jede Zelle, braucht im Grunde genommen nur die richtigen Informationen und Energien. Auf welche Art und Weise ihm diese zugeführt werden, ist, vereinfacht gesagt, unerheblich. Wir ernähren uns von einem breiten Energiespektrum. Dies beinhaltet am Bekanntesten wohl unsere Nahrung, welche Stoffe zur Verfügung stellt. Außerdem enthalten Wasser und Nahrung auch die vielfältigsten Informationen. Auf die kommt es schließlich an, damit dieser hochkomplexe Lebensprozess, das Zusammenspiel aller Zellen, funktionieren kann und auch unsere nichtphysischen Körper leben können. Dazu benötigen wir jedoch noch weitere Energien, wie z.B. Wärme, kosmische Strahlungen, deren bekannteste wahrscheinlich das Prana ist, auch als Od, Odem, Orgon, Ki, Chi bekannt. Diese machen sogar den Hauptanteil (ca. 75%) unserer Energieaufnahme aus, und wir können sie nicht sehen, nur fühlen. Ich vermute, die wenigsten Menschen sind sich darüber im Klaren.
Nicht unerwähnt bleiben soll, dass wir, d.h. jeder einzelne Mensch, ein Energie- und Bewusstseinsfeld aussenden und wir uns damit gegenseitig beeinflussen, faktisch uns gegenseitig Energie geben oder nehmen bzw. Energien an bestimmte Gegebenheiten oder Personen „anhaften“ (z.B. Parteien, Politiker, Ideologien, Religionen, sogen. Prominente, Stars, die Liebsten, Verwandte, Freunde etc.).
Laut den Überlieferungen der meisten Urvölker, den Indianern z.B., kommt alles Lebensspendende erst einmal vom Großen Geist. Sie erkannten, dass ohne eine „große geistige Grundlage“ nichts existieren kann und nichts vergehen kann. Verschiedene Kulturen haben für diesen Großen Geist, welcher in unserem Kulturkreis als Gott bezeichnet wird, verschiedene Bezeichnungen. Darum haben sie sich mit den verschiedenen Methoden der geistigen Heilung auch nie so schwer getan, wie wir in Europa in der Zeit während und nach der Inquisition und besonders nach der Aufklärung und des Einzugs der modernen Medizin als vorrangiger Behandlungsmethode. Mit der Inquisition wurde viel altes Wissen bekämpft und versucht, es auszurotten. Was an kläglichen Resten übrig blieb, war oft dem Aberglauben näher als ernsthaften Lösungsansätzen. Den Rest hat dann die Aufklärung erledigt, um geistheilerische Arbeit zu diskreditieren und vollends in den Hintergrund zu drängen. Erst die Psychologie hat, vom öffentlichen Bewusstsein bemerkt, vor über 100 Jahren wieder begonnen, die Problematik geistiger Ursachen salonfähig zu machen, wenn auch allerdings auf einem sehr einseitigen und abgegrenzten Gebiet, jedoch an Gründlichkeit unübertroffen. Ihr fehlte dabei leider die beseelte Komponente, die Verbindung zu den spirituellen Wurzeln des Menschen, mit der erst wirkliche, dauerhafte Heilung und Gesundheit einhergehen können.

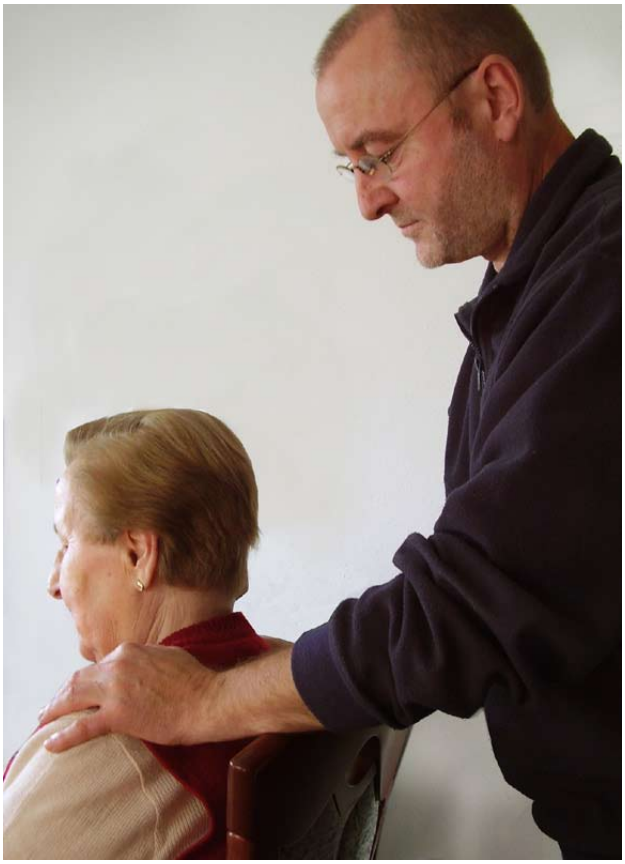
Die entscheidenden Fortschritte werden in unserer Gegenwart und nahen Zukunft vor aller Augen passieren, unterstützt von einer vorurteilsfreien Wissenschaft. Der Schlüssel für die Entwicklung ist die Wiederanerkennung, dass wir Menschen *spirituelle* Wesen MIT einem Körper sind und dass unser Ursprung göttlicher Natur und unsere eigentliche Ursache ein Bewusstseinsimpuls ist. Dies steht der darwinistischen und materiellen Auffassung gegenüber, der Mensch sei nichts weiter, als ein evolviertes Tier, was gründlichem Nachdenken und –forschen sowieso nicht standhält.
Mit diesem Wissen ausgestattet, werden wir immer mehr und besser erkennen, dass wir mittels Bewusstseinsimpulsen, mittels bewusst gelenkter Energien körperliche, geistige und seelische Gesundheit erreichen und uns entfalten können aus den Nebeln der Vergangenheit und den Einschränkungen, welche wir uns von anderen haben auferlegen lassen. Da dies über viele Jahrtausende hinweg aus manipulativen Gründen geschah, ist es höchste Zeit für uns, aus diesen Manipulationen – dieser für uns negativen Matrix – auszuscheren und mit unser aller Heilung diesen Teil der Matrix außer Kraft zu setzen.

Wieso ich darauf komme, dass eine bewusstseinsmäßige, spirituelle Heilung eine derartige Bedeutung hat? Dies möchte ich wiederum durch eine einfache Gliederung in 5 Schritte von Heilung als einen gedanklichen Hilfsrahmen anschaulich machen. Schon Paracelsus wusste davon. Für jeden dieser Schritte gibt es die entsprechenden Therapieformen, welche in unserem Alltag jedoch eine völlig unterschiedlich gesellschaftlich anerkannte Wichtung und Wirkung haben. Dies allein zeigt schon, wie vermessen es wäre, eine Methode – sei es die schulmedizinische, eine homöopathische, eine geistheilerische oder eine rein energetische – als das Absolute zu empfehlen. Im Folgenden möchte ich diese 5 Schritte kurz vorstellen. Sie sind keinesfalls als starre Gliederung aufzufassen, sondern die Bereiche durchdringen sich und greifen ineinander, so dass sie keinesfalls als Dogmen zu begreifen sind.

Erstens:
Geht es darum, unseren **physischen Körper** zu heilen und seine Reaktion mit der Mitwelt (physikalisch/chemisch, quasi biologisch).
Ihm zugeordnet sind entsprechende „handfeste" Therapien: orthomolekulare (Schul-) Medizin, Pflanzenheilkunde, Atlaskorrektur, chraniosakrale Therapie, Osteopathie, Physiotherapie, klassische Homöopathie in niedrigen Potenzen…alles noch sehr grifflich und vor Allem stofflich. Ein Bindeglied von dieser Ebene, welches auch z.T. in die weiteren hineinreicht, ist die Radionik, welche auf der Ebene feinstofflicher Schwingungen wirkt.

Zweitens:
Die **Lebensweise als krank- oder heilmachend** (d.h. Ernährung betreffend, womit beschäftigt sich mein Verstand, Umwelteinflüsse....den energetischen, elektrischen Körper Betreffendes sozusagen).
Entsprechende Therapieansätze reichen von einer Ernährungsanpassung, TCM, der Akupunktur über Yoga, Qui Gong, Reiki, Entgiftungen bis zum energetischen Ausgleich mittels Neuer Homöopathie.

Drittens:
Hier geht es um Ursachen auf den Ebenen von **Emotionen und Gedanken** (die Entsprechung dazu findet im oben beschriebenen Emotional- und Mentalkörper statt). Das schließt „falsche" Programmierungen von Gefühlen und Gedanken ein.
Hier können wir u.a. mit psychotherapeutischen Behandlungsformen, Traumarbeit, Rückführungstherapie, Mental-Reiki, Auflösung von Glaubenssätzen, Traumaarbeit, Klopfarbeit (EFT), NLP und Hochpotenz-Homöopathie bzw. Bachblüten erfolgreiche Therapieansätze erzielen.



Viertens:
Hier geht es um Blockaden, welche sich auf **Ebenen manifestieren, welche unserem Verstand und unseren Sinnen nicht mehr zugänglich sind.** Hier hinein spielen schon (schwarze) Magie, Besetzungen, aus früheren Inkarnationen mitgebrachte Traumata, allgemein gesagt: Blockaden auf „mystischer" Ebene. Hier können Geistheilungen, Schamanismus, Heilrituale, Chakren- und Auraarbeit, aber ebenso geistige Wirbelsäulenaufrichtung erfolgreiche Therapieansätze sein.

Fünftens:
Diese Ebene bezeichne ich als die höchste Ebene, denn es ist die **Ebene der Selbstheilung**. Hier geht es um unsere Beziehung und Verbindung zum Göttlichen – zur Quelle unseres Seins gewissermaßen. Behandlungen auf dieser Ebene durchdringen alle anderen Ebenen automatisch und hier ist der *höchste und dramatischste Heilerfolg* zu verzeichnen. Ich vermute nach Allem, was ich über die Beeinflussung unserer Zellen und Genetik von außen weiß, dass auf dieser Ebene die Heilerfolge der Zukunft liegen werden. Diese Ebene enthebt sich erstaunlicherweise noch nicht einmal der Physik, auch wenn sie viele metaphysische Züge zeigt *(sh. B. Lipton, Literatur im Anhang*).*
Körperliche, seelische und geistige Therapien erzeugen dabei Wechselwirkungen. Die moderne Quantenphysik, die Zell- und Gehirnforschung liefern bereits heute vielfältigste Beweise, dass wir als Bewusstseinswesen in einem Bewusstseinsfeld (der sogen. „göttlichen" Matrix) leben, uns permanent gegenseitig beeinflussen, und dass hier viele Schlüssel für unser Verhalten und folglich unsere körperliche, geistige und seelische Gesundheit liegen.
Therapien auf dieser Bewusstseinsebene reichen vom Gebet (Bitten) über geistiges Heilen (im Unterschied zur Geistheilung!), sich mit Engelsenergien verbinden, wiederum der geistigen Wirbelsäulenaufrichtung als einem der Schlüsselthemen zur „Befreiung" unserer ursprünglichen Energetik, spirituellem Rei-

ki (ich bezeichne es als Heilmeditation) bis zu noch vielen anderen Therapieformen, die sich manchmal nur im Namen oder in Nuancen, aber seltener im geistigen Hintergrund und der – wir unterstellen dies hier einmal – guten Grundabsicht unterscheiden. In dieser Ebene sind übrigens auch die Rituale und die Arbeit guter und verantwortungsvoller Geistlicher angesiedelt. In den wedischen Gesellschaften, aber auch in den frühchristlichen Urkirchen, spielte diese Arbeit noch eine herausragende Rolle, wurde aber leider durch den stärker werdenden Glaubensdogmatismus immer mehr in den Hintergrund der spirituellen Arbeit gedrängt. In der Bibel kann man es nachlesen (z.B. in den Apostelgeschichten), dass die ersten Missionare nicht mit Waffengewalt ins Land zogen, sondern, oftmals unter sehr erschwerenden Bedingungen, die Menschen überzeugt haben, indem sie heilten. Die Bibel ist voller solcher Stellen, wo Hände aufgelegt und Vorträge gehalten wurden über Gottvertrauen, und immer wieder zieht sich ein roter Faden durch: Heilung, Heilung, Heilung. Man hat also nicht mit **Behauptungen** die Menschen überzeugt, sondern, indem man sie **Erfahrungen** machen ließ! In den asiatisch-stämmigen Religionen sind noch viele dieser Elemente bewahrt worden, die wir im Abendland wieder entdecken müssen. Hier, bei uns im westlichen Kulturkreis, hat die Zwangschristianisierung dahingehend wirklich ganze Arbeit geleistet.

Für die Stufen eins bis fünf halte ich übergreifend die Therapie mit dem bewussten Atmen (Pranaatmen) als hervorragend geeignet, welche fast bei Jedem ohne Nebenwirkungen durchführbar ist. Diese Lebensenergie-Übung ist genauso universell, wie sie wirksam ist und führt wahrscheinlich auch bei den Wenigsten zu Kontroversen, welche alle anderen Therapieformen leider immer wieder begleiten. Die Ursache mag darin liegen, dass wir alle seit unserer Geburt atmen, es also etwas Universelles, von jedem Menschen, seit Anbeginn seiner Existenz, permanent Erlebtes und Akzeptiertes ist, dessen Benutzung zu Therapiezwecken keiner groß in Zweifel ziehen mag. Ebenso ist die geistheilerische Arbeit mit Musik, Klängen, der eigenen Stimme, Farben, Düften, Symbolen und Kristallen bzw. deren Schwingungsmustern nicht von mir zu den fünf Gruppen zugeordnet worden, da ich diese insgesamt für sehr universell halte und von Anbeginn der Zeit als für uns alle ohne erwähnenswerte negative Nebenwirkungen angemessen.
Alles ist Schwingung und durchschwingt bzw. durchdringt sich folglich gegenseitig. Nur mittels des grundlegenden Verständnisses dieser Erkenntnis sind Prozesse des geistigen Heilens für unseren Verstand überhaupt nachvollziehbar, obwohl gerade er dafür auch manchmal eine Grenze darstellt.
Im Dezemberheft möchte ich besonders auf die fünfte Stufe der Heilung eingehen.
Bleiben Sie bis dahin schön gesund!

Michael Marschhauser

Fortsetzung folgt

* *ANHANG*

Empfehlenswerte Links zu diesem Thema:
http://www.alpenparlament.tv/playlist/272-harmonie-der-schoepfung-neues-wissen-fuer-die-neue-zeit
http://www.svet-centre.eu
http://www.thailandproject.asia
http://www.petrovfond.de

Empfehlenswerte Filme, Vorträge und Bücher von:
Gregg Braden (z.B. „Im Einklang mit der göttlichen Matrix)
Bruce Lipton (z.B. Vortrag zur Epigenetik der Zellen: „Der Geist ist stärker als die Gene“;
z.B. Buch: „Intelligente Zellen“ – wie Erfahrungen unsere Gene steuern)

Interview

mit Christa Jasinski

Christa, Anfang 2009 hast Du die erste Ausgabe von GartenWEden im Internet veröffentlicht. Was waren Deine Beweggründe, dieses Projekt ins Leben zu rufen?

Vor Jahren wollte ich zusammen mit einer Gruppe Menschen in Berlin ein größeres wedisches Projekt mit den vielfältigsten Aktivitäten ins Leben rufen. Ein Standbein davon sollte ein gedrucktes Magazin sein, was mir schon lange im Kopf herum geisterte und mit dem ich dieses Projekt unterstützen wollte. Meine Vorstellung zu dem Magazin war, dass möglichst viele Menschen von den wedischen Ideen berührt und dazu animiert werden, vieles davon in ihrem eigenen Leben umzusetzen.

Alles, was wir als Gruppe machen wollten, war sehr kreativ und gut durchdacht. Wie es jedoch so oft bei Gruppenaktivitäten ist, begannen die Probleme, als es an die Umsetzung ging. Die Vorstellungen gingen hier einfach viel zu weit auseinander. Die Idee, ein Magazin mit wedischen Inhalten herauszugeben, blieb jedoch in meinem Herzen erhalten. Und so reifte in mir der Entschluss, Menschen zu suchen, die mit mir zusammen ein solches Magazin heraus geben. Die einfachste Form dafür ist natürlich das Internet. Hier sind die Kosten sehr gering, weil man sich das Magazin ja selber ausdrucken kann. Ich fand über verschiedene Foren sehr schnell Menschen, die mich dabei unterstützten.

Du hast in Deinem Leben schon sehr viel gemacht. Ich weiß von einer Galerie und von einem Nähatelier. Heute lebst Du sehr bewusst und versorgst Dich zum großen Teil selbst. Wie bist Du zur Galerie gekommen und was war die Ursache, dass Du selbst Kleider entworfen und genäht hast?

Meine Interessen waren immer schon breit gefächert. Ich liebte in der Schule die naturwissenschaftlichen Fächer, aber auch Musik, Kunst und Werken und ich konnte mich nur sehr schwer auf einen einzigen Beruf festlegen, was in unserer Gesellschaft jedoch unabdingbar ist. So habe ich mich zuerst für einen naturwissenschaftlichen Beruf entschieden, es hätte jedoch genauso gut ein handwerklicher Beruf sein können, oder ein Werdegang als Opernsängerin, denn Singen war schon immer etwas, was mir wichtig war. In unserer Familie wurde viel gesungen. Manches Mal war es sogar so, dass meine Mutter, wenn sie uns etwas sagen wollte, dies in ein kleines Liedchen verpackte.

Als meine Kinder kamen und ich dadurch keiner bezahlten Berufstätigkeit mehr nachging, habe ich begonnen, die gesamte Kleidung meiner Kinder selber zu nähen und zu stricken. Eine gute Bekannte zeigte mir anfangs, wie ich es machen muss und ich brauchte nicht lange, bis ich im Nähen sogar ziemlich perfekt war. Aber es ging bei mir weit über das technische Können hinaus. Schöne Naturstoffe faszinierten mich schon immer – sie haben für mich etwas Sinnliches – und aus diesen Stoffen etwas Einmaliges zu nähen und zu gestalten, reizte mich enorm. Ich habe sehr schnell heraus gefunden, wie ich meine Schnitte selber entwerfen und umsetzen kann und ich begann auch, meine eigene Kleidung zu entwerfen, zu nähen, und künstlerisch zu gestalten. Ich bin also, was das Nähen – und vieles Andere – anbetrifft, eine Autodidaktin. Allerdings weiß ich, dass ich damit auf Wissen und Können aus früheren Leben aufbaue, ich kann mich an ein Leben erinnern, wo mein Vater ein Tuchhändler an der Seidenstraße in Persien war – daraus ergab sich wohl mein heute noch anhaltender Bezug zu Stoffen.

Immer mehr Mütter sprachen mich auf die schönen und ausgefallenen Kleidungsstücke meiner Kinder an, so dass ich begann, hin und wieder auch mal für andere Kinder etwas zu nähen. Später weitete sich das auch auf Kleidungsstücke für Erwachsene aus – ich machte mich als Kunsthandwerkerin selbständig.

Zu der Galerie kam ich, weil mein Mann ebenfalls als freischaffender Künstler und Metallgestalter tätig war. Wir stellten unsere Werke auf großen Messen, wie der Ambiente in Frankfurt aus, aber auch auf Kunsthandwerkermärkten. Dort bekamen wir zu vielen anderen Künstlern und Kunsthandwerkern Kontakte. Zur gleichen Zeit suchten wir uns ein Haus mit großem Garten, aus dem wir uns selbst mit Obst und Gemüse versorgen wollten. Wir fanden einen alten Winzerhof an der Nahe, den wir renovierten und für unsere Zwecke umgestalteten. Im Hof dieses Hauses war neben einer Schmiede, die mein Mann benötigte, auch ein riesiges Scheunengebäude, in das ein ehemaliger Stall integriert war, der ein wunderschönes Kreuzgewölbe enthielt. Als ich diesen schönen Raum betrat, sah ich sofort eine

Galerie vor mir, in der wir nicht nur unsere Werkstücke, sondern auch die von anderen Künstlern ausstellen können. Und so entstand dort unsere Galerie. Hier haben wir über viele Jahre hinweg etliche Ausstellungen mit den unterschiedlichsten – auch internationalen – Künstlern gemacht und ebenso viele Hoffeste, wozu wir all unsere Kunden und Künstler in regelmäßigen Abständen einluden.

Wie gestaltet sich Dein Leben heute? Was ist Dir wichtig in Deinem Leben?

Als ich auf die Sechzig zuging, entschloss ich mich, mit sechzig die vorgezogene Rente zu beantragen, auch wenn das bedeutete, dass mir von meiner Rente ein gehöriger Batzen abgezogen wird. Ich wollte frei sein von dem Zwang, Geld verdienen zu müssen. Denn solange hinter all dem, was wir machen, der Zwang zum Geldverdienen steht, können wir nicht all unsere kreativen Fähigkeiten ausleben. Ich wollte einfach nur noch machen, wozu ich mich wirklich berufen fühle. Und das ist niemals nur eine Sache. Der Mensch ist ein kreatives Wesen und nicht nur zu einer Tätigkeit berufen. Heute mache ich nur noch das, was ich wirklich machen möchte.

Wenn von mir Jemand ein individuelles Kleidungsstück möchte, nähe ich dies. Ich schreibe gerne und viel, singe gerne und viel und experimentiere in allen Bereichen, die mir zusagen.

Wichtig sind mir meine fünf Enkel und natürlich meine Kinder. Von meinen Enkeln lerne ich nun sehr intensiv diese Welt aus den Augen von Kindern zu sehen.

Ganz wichtig ist mir der Garten, mein kleines Paradies. Ich habe mich ja schon sehr früh dazu entschlossen, mich möglichst aus dem eigenen Garten zu ernähren und dabei ist es bis heute geblieben. Der Garten ist für mich ein heimeliger Raum, in dem ich mich geborgen fühle. Es gibt viele Tage, da gehe ich ganz langsam immer wieder durch den Garten – es ist mehr ein Wandeln. Ich betrachte die Pflanzen, was nun gerade herauskommt, was neu in einer Ecke wächst, was gerade blüht und wo nun Früchte erscheinen. Und dabei wandert Vieles einfach so vom Beet in meinen Mund. An anderen Tagen setze ich mich auf die Wiese und lasse meine Gedanken schweifen und dabei kommen dann die interessantesten Ideen heraus.

Du hast ein sehr umfassendes Wissen. Ich staune manchmal, worüber Du alles Bescheid weißt und wie breit gefächert Deine Interessen sind. War das immer schon so? Wie hat sich Dein Wissen entwickelt?

Denken gehörte schon zu meinen Lieblingsbeschäftigungen, als ich noch ein kleines Mädchen war. Und ich hatte Eltern, die mich in jeder Hinsicht unterstützten. Wenn ich mit Fragen kam, dann gingen sie auf diese ein, sprachen mit mir darüber und wir suchten, wenn sie die Fragen nicht beantworten konnten, gemeinsam nach Lösungen. Die Tatsache, dass meine Eltern auch eine recht große Büchersammlung hatten, kam meinem Wissensdurst als Kind sehr entgegen. Meine Eltern standen dem staatlichen System, in dem wir leben, sehr kritisch gegenüber. Sie hinterfragten alles und wir Kinder bekamen das natürlich mit. Diskussionen über weltanschauliche Dinge waren in meinem Elternhaus üblich. Meine Eltern waren überzeugte Kommunisten – was im Westen Deutschlands nicht ganz einfach war – und sie hatten einen großen Bekanntenkreis. So kamen häufig die unterschiedlichsten Menschen zu uns, die mit meinen Eltern über interessante Themen sprachen. Ich saß oft dabei und hörte zu, weil ich das sehr spannend fand. Als ich älter war und meine Sicht begann, sich von der meiner Eltern zu unterscheiden, stellte ich fest, wie tolerant sie auch meinen Ideen gegenüber standen: Ich sprach von Gott, während sie Atheisten waren, und es gab trotzdem keine trennenden Gespräche.

Meine Lieblingsorte als Jugendliche waren Büchereien. Hier las ich, was mir unter die Finger kam. Schnell entdeckte ich, dass ich ein intuitives Gespür für Dinge habe, die mir als wahr erschienen und Dinge, die meiner Ansicht nach nicht sein konnten, und ich forschte dann weiter. Und fast immer bestätigte sich mein Gefühl, das ich von Anfang an gehabt hatte. Auf diese Weise lernte ich, meinem intuitiven Wissen zu vertrauen.

Später begann ich mich für die Rosenkreuzer zu interessieren und trat einem Rosenkreuzerorden bei. Dort kam ich an viele mystische, nicht frei verkäufliche Schriften heran. Aber ich merkte auch schnell die Grenzen, die dieser Orden setzte, und so trat ich wieder aus. Ein paar Jahre später kam ich erneut in Kontakt mit Mitgliedern eines anderen Rosenkreuzerordens, wo ich wesentlich mehr Toleranz

entdeckte, und ich schloss mich diesem Orden an, weil ich über die Rosenkreuzer an viel altes Wissen heran kam. Hier blieb ich einige Jahre Mitglied und habe enorm viel gelernt, vor allem auch aus den Gesprächen, die wir dort führten. Auch meine intuitiven Fähigkeiten konnte ich dadurch stark ausweiten. Als ich das Gefühl bekam, dass mir die Rosenkreuzermitgliedschaft nicht mehr viel bringt, trat ich wieder aus, obwohl einige private Beziehungen daraus bestehen blieben.

Vieles von dem, was ich „weiß“, ist mir einfach so gekommen – beim Denken. Ich kann mich sehr gut in Themen eindenken. Es sind Eingaben aus dem Feld, das Mystiker als Akashachronik bezeichnen – der Chronik des Universums. Das ist eigentlich nichts Besonderes. Jeder Mensch, der seine intuitiven Fähigkeiten stärkt, kann das ebenfalls. Da jedoch unser gesamtes System einseitig auf den Intellekt setzt, wird leider schon von klein an unsere linke Hirnhälfte einseitig gefördert. Unsere rechte Hirnhälfte wird von den meisten Menschen nur recht wenig aktiv benutzt. Die rechte, intuitive Hirnhälfte vermehrt zu nutzen und dann beide Hälften zu verbinden, so dass wir mit beiden Hälften gleichzeitig denken lernen, wäre ein sehr gutes Ziel, damit alle Menschen wieder aus der Chronik des Universums „lesen“ lernen.
Mein größtes Glück war jedoch mein Mann. Unsere Interessen waren die gleichen und von ihm bekam ich mehr Impulse, als von all den Büchern, die ich vorher gelesen hatte.
Wenn sich zwei Menschen „trauen“ (man beachte die Doppelbedeutung dieses Wortes!), halten sie „Hoch-zeit“. Was für eine Macht doch in unseren Worten steht!! Das göttliche Wesen existiert nicht im „Du und ich“, es existiert im „wir“. Die geistseelische Verschmelzung zweier Menschen bedeutet spirituelles Wachstum. Ich genieße jedes Gespräch mit meinem Mann, und es ist wunderbar zu sehen und zu spüren, wie wir beide von jedem einzelnen dieser Gespräche profitieren. Wie wir unsere Einzigartigkeit zum Ausdruck bringen können und dabei zum Gemeinsamen werden, wie sich durch die Sichtweise des Anderen „Aha-Erlebnisse“ zeigen, und wie jeder von uns gestärkt und mit neuen Ein-sichten aus diesen Gesprächen hervorgeht. Wir wandern viel in der Natur, und hier haben wir auch die intensivsten Gespräche, wobei wir alles um uns herum vergessen können. Dabei kann es passieren, dass wir unsere Umgebung nicht mehr aufnehmen, sondern wir nur wir selbst sind. Nichts Anderes existiert in diesen Zeiten für uns, so intensiv gehen wir in ein Thema hinein und oft sind wir erstaunt, wenn wir den größten Teil des Weges gar nicht wahrgenommen haben und uns plötzlich wieder vor unserer Haustür befinden.
Dabei fällt mir ein Erlebnis ein, das wir vor einiger Zeit während eines dieser intensiven Gespräche hatten. Wir saßen in einem Café und sprachen über einen Lebensabschnitt, den wir in der Nähe von Murnau am Staffelsee verbracht hatten. In dieser Gegend entwickelten wir beide ein besonders starkes Heimatgefühl. Leider brachten es die beruflichen Umstände mit sich, dass wir von dort weg ziehen mussten. Während unseres Gespräches sahen wir uns plötzlich ganz intensiv nach Murnau versetzt. Wir gingen gemeinsam dort eine Straße entlang und sprachen dabei weiter über unser Thema. Wir nahmen nun nicht mehr unsere Café-Umgebung wahr, sondern die Umgebung der Straße, die wir entlang gingen, die Geräusche, die dort herrschten, die Gerüche und die Menschen, die „an uns vorbei gingen“. Kurz: Wir waren irgendwie dort während wir sprachen, obwohl unser Körper noch im Café saß. Irgendwann kamen wir wieder zu uns, und wir saßen immer noch in dem Café in der Kleinstadt, in deren Nähe wir jetzt leben. Als wir uns umschauten, merkten wir, dass uns die Menschen an den Nachbartischen anstarrten. Wir wissen nicht, was genau passiert ist, wir hatten das Gefühl, dass sich unsere Seelen vom Körper getrennt hatten und an den Ort, der der Mittelpunkt unseres Gespräches war, gegangen waren. Wir sahen, fühlten, rochen und empfanden beide zur gleichen Zeit das Gleiche.

Ich habe immer wieder von Dir gehört, dass Du Dich sehr gut mit Astrologie auskennst. Wie bist Du dazu gekommen und wie hast Du Dir Dein Wissen erworben? Kann man auch ein Horoskop bei Dir bestellen, und wie sieht es dann aus?

Ich habe mich während meiner Rosenkreuzerzeiten intensiv mit der Alchymie beschäftigt und dabei gelernt, dass alles Energie ist. Ich lernte, Energien wahrzunehmen und Entsprechungen zu entdecken. So merkte ich ganz schnell, dass die Energie, die einem Planeten zugeschrieben wird, Entsprechungen in allen Bereichen der Natur hat, weil es

sich hier um gleiche Schwingungen handelt. Zur gleichen Zeit las ich das Buch „Das Glasperlenspiel“ von Hermann Hesse und entdeckte, dass alles im Universum diesem „Glasperlenspiel“ entspricht. Das faszinierte mich sehr. Ich begann für mich eine Tabelle zu erstellen, wo ich gemeinsame Schwingungen untereinander stellte. Monatelang beschäftigte ich mich damit und lernte dabei sehr viel – unter Anderem auch die Schwingungen zu begreifen, die all dem unterliegen, was wir als Astrologie bezeichnen. Nun las ich dazu viele Bücher. Es waren sehr gute Lehrbücher dabei, aber das wirkliche Erfassen kann man nur intuitiv, das kann kein Lehrbuch vermitteln. Ich begann zuerst einmal für mich selber ein Geburtshoroskop zu erstellen und merkte recht schnell, dass ich die Zusammenhänge ganz einfach begreifen konnte. Nun weitete ich das aus auf Geburtshoroskope meines Mannes, meiner Kinder und meiner Enkelkinder und ich war sehr erstaunt, was mir das alles eröffnete und mit jedem Geburtshoroskop, das ich machte, lernte ich dazu. Irgendwann baten mich Freunde darum, doch für sie so etwas zu erstellen und ich begann mich daran zu wagen. Inzwischen habe ich eine sehr große Sicherheit dabei. Ich mache jedoch ausschließlich Geburtshoroskope.
Aus der scheinbar willkürlichen Anordnung der Planeten im Geburtshoroskop ergibt sich ein Bild, das man auch als „astrologischen Fingerabdruck“ bezeichnen kann. In keinem Fall ist die Verteilung der Planeten über den 360° messenden Tierkreis bei zwei Menschen identisch. So entsteht aus den Positionen, die die Planeten zum Zeitpunkt und Ort der Geburt am Himmel einnahmen, ein einmaliges, höchst individuelles Bild der Persönlichkeit des Menschen. Jeder Planet im Geburtshoroskop steht in einer Wechselbeziehung zu den anderen Planeten. Und aus dem Bild, was sich daraus ergibt, kann man all die Stärken des Menschen entnehmen, aber auch die Herausforderungen, die ihm aufzeigen, wie er seine Schwächen bearbeiten und worauf er sich dabei stützen kann. Mir und auch meinem Mann hat es sehr dabei geholfen, weiter in unsere Mitte zu kommen. Ich sehe es als eine Unterstützung an, sich selbst zu finden. Irgendwelche Zukunftsvoraussagen oder Ähnliches lehne ich ab, weil alleine die Aussage dazu, den Menschen in diese Richtung schieben kann.
Wenn ich ein Geburtshoroskop erstelle, ist das ganz individuell, weil ich kein Computerprogramm dazu benutze, sondern mich in die Energien der einzelnen Planetenstellungen eindenke. Und dann schreibe ich alles selber auf. Das dauert natürlich wesentlich länger, als wenn ich nur im Computer die Daten eingeben muss und der Computer dann alles ausdruckt, was irgendjemand mal programmiert hat. Ich mache das gerne – auch auf Bestellung, aber nicht unter Zeitdruck – ich möchte daran gehen, wenn ich es mit Lust und Liebe machen kann.

Gibt es Dinge, die Du Dir wünschen würdest oder die Du noch gerne in Deinem Leben umsetzen würdest? Was sind heute Deine Ziele?

Ein eigener Landsitz wäre ein großer Wunsch von mir. Auch wenn ich mir ein kleines Paradies geschaffen habe und ich auch das Haus mit Garten langfristig mieten konnte, ist es doch recht klein. Ich hätte gerne einen ganzen Hektar, so wie Anastasia ihn beschreibt.

Weiterhin muss ich noch lernen, mit dem Thema Geld gelassener umzugehen. In meinen Vorstellungen und Träumen existiert eine Welt, in der es kein Tauschmittel geben muss, in der die Menschen überhaupt nicht mehr aufrechnen. Und diese Träume stehen im Gegensatz zu unserer Gesellschaft, wo alles aufgerechnet wird. Ich würde am liebsten alles, ohne es durch ein Tauschmittel aufzurechnen, abgeben, was ich mache, denn ich mache ja inzwischen alles nur noch aus Lust und Liebe. Unsere Gesellschaft lässt das jedoch noch nicht zu. Für mich ist das ein echtes Problem, das ich noch nicht gelöst habe. Ich habe zwar eine geringe Rente, die mir ein bescheidenes Grundeinkommen beschert, doch manchmal würde ich mir auch gerne etwas Schönes leisten, wie einen Opern- oder Konzertbesuch, was ich nicht kann, ohne selber Geld für die Dinge, die ich anbiete zu nehmen. Ein Wunsch von mir wäre deshalb, dass die Menschen beginnen, ohne, dass ein festgesetzter Preis für etwas besteht, den Wert der Leistungen von sich aus zu sehen und die Leistung entsprechend zu honorieren. Da das jedoch überhaupt nicht zu unserer Gesellschaft passt, sind meine Vorstellungen dazu wohl zu utopisch. Das scheint in diesem Leben noch ein Lernfaktor für mich zu sein.

Ein weiteres Ziel ist es, noch gelassener zu werden. Daran arbeite ich – wirkliche Gelassenheit fällt mir oft schwer. Ansonsten lebe ich mein Leben so, wie es für mich richtig ist und ich lasse alles auf mich zukommen.

Wie kann man Dich erreichen, wenn man an Deinem Wissen teilhaben möchte?

Meine E-Mail-Adresse und Telefonnummer stehen im Impressum des GartenWEden.

Vielen Dank liebe Christa, für dieses Gespräch.

Das Interview führte Marie-Luise Stettler

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...

Der Herbst beginnt bereits gegen den nahenden Winter anzukämpfen, aber wie jedes Jahr, ist dieses Unterfangen schlicht mit einem Verlieren verbunden. Und wie jedes Jahr, beginnt bei uns im Gemüsegarten wieder das Abernten, bevor noch alles erfriert und das große Aufräumen, gegen das ich immer verliere.

Meine Nachbarin meint ja, das sei doch das Normalste von der Welt, im Herbst den Garten für das kommende Frühjahr vorzubereiten, aber ich sehe das nicht als normal an. Von mir aus könnte alles über den Winter verrotten und im Frühjahr einfach umgegraben werden für eine Neusaat. Aber, wie das aussieht – na ja, eben ökologisch ökonomisch (faulheitsunterstützende Effizienz) und für mich sehr einfach knochen- und muskelschonender! Und im Winter sieht doch kein Mensch, was da unter dem Schnee so vor sich hin friert und verrottet, nicht wahr. Die Schneedecke deckt alles lieblich zu, mein Gewissen hat Winterschlaf und der Frühling ist noch in weiter Ferne – also warum sich jetzt sorgen, was in einem halben Jahr erst ansteht?

Bei einem längeren und ernsthaften Gespräch mit meiner besseren Hälfte versuchte ich ihr anhand von Beispielen zu erklären, dass es ja auch nicht sinnvoll sei, das Haus zu putzen und zu wienern, bevor die Enkelkinder kommen – das mache man dann doch lieber hinterher, dann rentiert es sich auch so richtig. Oder, wer hackt schon sein Brennholz im Hochsommer (wo man sich einen ab-

schwitzt), wenn man es erst im Winter braucht und einem das Hacken zudem noch Körperwärme beschert, wo sie sinnvoll ist, gelle. Doch bei meiner Frau zählen solche strategischen Erwägungen nicht viel – sie wischt sie mit weiblichen Argumenten beiseite. Das Weib ist halt die schmückende und zierende Beigabe des Lebens, ohne die wir Männer wahrscheinlich noch in Höhlen hausen würden – ist eins ihrer Argumente. Ein zweites, nicht weniger schlagkräftiges ist: Man macht die Wohnung des Saubermachen willens sauber und nicht erst wenn ein lieber Besuch wieder weg ist.

Hm – ich sehe das anders, aber mir fallen keine Argumente mehr ein, um mich herauswinden zu können. Verstehen Sie mich bitte nicht falsch – ich bin ja für Ordnung, aber dann bitte mit Effizienz und taktischer Planung im Zusammenhang ergebnisorientierter Betätigung zum Sinne eines relevant harmonischen Lebens – oder so!
Die meisten Geschlechtsgenossen werden mich jetzt schon richtig verstehen, nicht wahr. Es geht schließlich auch um unser männliches Überleben, unsere Reformation zurück zum Hausherrn mit wehenden Fahnen, Pauken und Trompeten. Freiheit für die männliche Hausherrenstrategie und nieder mit – ach was, jetzt habe ichs wieder vergessen, weil meine Frau gerade nach mir ruft...
Aber das letzte Wort ist noch nicht gesprochen, darauf können Sie sich verlassen. Ich bleibe am Ball.

Soeben erhielt ich neue Order. Da wieder neue Heizperiode ist, darf ich als Hausherr Holz hacken und ganz nebenbei die Öfen im Haus bedienen – und das alles ohne weibliche Einmischung. Tja, Leute, was klare Worte bewirken, gelle!

Allerdings – wenn ich jetzt mal so richtig eingehend darüber nachdenke, habe ich mir wohl mal wieder selber ins Knie geschossen. Eigentlich – ich mag das Wort ja nicht besonders, aber es hat den Nutzen, ganze Sätze so richtig umzuschichten, um nicht sonderlich ins Fettnäpfchen zu treten – gehört Heizen ja zur Frauenarbeit... Wenn ich es mir recht überlege, fällen wir Männer im Wald das Holz, zersägen und hacken es zu Brennholz. Und dabei haben wir stets in Gemeinschaften männlicher Gewohnheitsrechte ein paar Flaschen Gersten- oder Weizensaft dabei, um die Kräfte nicht schwinden zu lassen. Schließlich braucht der arbeitende männliche Körper Flüssigkeiten. Meine Nachbarn und ich hacken innerhalb dieser Gewohnheitsrechte auch unser Holz und sind der traditionellen Meinung, dies auch dorthin ausweiten zu können, wo es am Schluss endet – also in die Heizbetätigung. Einen Ofen schüren, einen „Saft“ und so weiter. Jedes Nachfüllen mindestens einen Schluck, um die langsam trockener werdende Raumluft zu kompensieren, nicht wahr.

Ich denke, das gibt eine erneute Grundsatzdiskussion zur häuslichen Emanzipation von uns Männern, die wir erst einmal bei ein paar Sitzungsnachmittagen untereinander besprechen werden müssen. Da muss jetzt der Garten echt warten bis zum Frühjahr – jetzt ist Heizen mit allen Konsequenzen völlig kompromisslos durchzuziehen, nicht wahr! Das muss taktisch geplant sein und strategisch durchgeführt werden, denn ein Heizen ohne Planung ist wie Gartenarbeit im Herbst; völlig sinnentleert.

Mal schauen, wie die erste Sitzung heute Nachmittag ausgeht...

Euer Willi

Leserbriefe

Liebe Garten Weden Gestalter,

ich bin eine eifrige Leserin Eures Magazins und möchte mich zuerst einmal für Eure Arbeit bedanken. Ich finde das ganze Heft inspirierend und ermutigend. Ich habe nun eine Idee die Ihr vielleicht den anderen Lesern vorstellen möchtet.
Bei uns wurde vor kurzem (ohne das irgendjemand wußte, was da gebaut wird, nicht einmal die Gemeinde) ein Digitalfunkmast für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst von 53 Meter Höhe in die Landschaft gesetzt.
Das hat natürlich viele verärgert und es gab auch Proteste, aber was einmal steht, das steht.
Da ich nun jeden Tag daran vorbeifahre und er auch von überall gut zu sehen ist kam mir die Idee:
Wenn ich nun jedesmal, statt mich zu ärgern, den Gedanken "Sende Liebe in die Welt" zum Mast schicke und ich mir vorstelle der Mast tut das, habe ich gleich ein gutes Gefühl.

Vlele liebe Grüße Christel Zeidler

Liebe Frau Zeidler,

vielen Dank für Ihren Brief, Ihr Lob und vor Allem die konstruktive Idee. In der Tat sind es unsere Aufmerksamkeit und unsere Haltung zu den Dingen, die uns umgeben, welche zum großen Teil bestimmen, wie es uns geht und wie wir uns fühlen. Insofern finden wir Ihren Lösungsansatz einfach klasse.

Herzliche Grüße
Michael Marschhauser

Liebe Redaktion!
Sehr geehrte Frau Jasinski,

In der Jännerausgabe 2009 ist der „Klimator“ beschrieben. und weiter Hinten in der Ausgabe unter „Willis wahre Weisheiten“ steht ein Bericht von Klaus, der den Klimator als ein Heizgerät nutzen will. Meine Frage: Hat man von Klaus schon etwas gehört ob ihm dies gelungen ist, oder welche Erfahrungen er damit gemacht hat? Bitte schreiben Sie mir zurück!!!

Mit freundlichen Grüßen!
Füreder Josef

Lieber Herr Füreder,

ich kann Ihnen Ihre Frage im Augenblick nicht beantworten. Ich werde jedoch bei Klaus, sobald ich dazu komme, einmal nachfragen und dann die Antwort mit Ihrer Frage vorweg in den GartenWEden setzen, wenn es Ihnen Recht ist. Ich denke, dass es noch mehr Leser interessiert.

Danke für die Nachfrage. Wir freuen uns, wenn solche Anregungen von unseren Lesern kommen.

Herzliche Grüße
Christa Jasinski

Sehr geehrte Frau Jasinski,

Danke für die rasche Antwort und ich freue mich schon auf das nächste GartenWeden.

Liebe Grüße
Hildegard Füreder

GartenWeden

Das wedische Magazin / 22. Ausgabe / November 2010

Wir verabschieden uns mit einer typischen Novemberstimmung und freuen uns schon auf die 23. Ausgabe des GartenWeden im Dezember

Die Druckausgabe des Garten Weden wird realisiert
mit freundlicher Unterstützung von

gerd.krautmacher
Druckvorstufe & Digitaldruck
08281.3047 gerd@krautmac.de