

Herzgefühl

für die neue Erde

Der Weg vom Kopf ins Herz

Jahrgang 04 · Heft 15 · September 2014 · € 6,30

Smoothies
Kraftpakete aus dem
Mixer

Der Traum von der
Rettung der Welt

L-Arginin
Eine wunderbare
Erfahrung

Lomi Lomi Nui
Die Königin unter den
Massagen



Urteilchen Ozon-Generator

Ozon tötet Pilze, Bakterien und Viren, entgiftet und fängt freie Radikale

- erzeugt 600 mg/Std. Ozon
- einfache Bedienung mit dem 3-Tasten-System
- automatische Abschaltung
- Herstellung auf ganz natürliche Weise, komplett ohne Chemie
- 2 Jahre Garantie

Weitere Infos unter
www.wu-wei.de



Editorial

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

Ein Beitrag in diesem Heft heißt: „Die Rettung der Welt“. Es geht um ein kleines Büchlein, das ich hier in der Herzgefühl abdrucken darf. Es wird in drei Teilen nach und nach in den nächsten Ausgaben erscheinen.

Als ich das Buch das erste Mal gelesen habe, war ich voller Widerstand. Das ist zu einfach, der Autor ist ein Traumtänzer, das wird niemals klappen und noch weitere, ähnliche Gedanken kamen mir dabei in den Sinn.

Obwohl mein Kopf Sturm gegen den Inhalt des Büchleins lief, öffnete sich nach und nach mein Herz. Es flüsterte leise: „Ja, so will ich gerne, dass es wird“. Darüber war mein Erstaunen so groß, dass ich diesem Flüstern mehr Raum geben musste, um wieder ins Gleichgewicht zu kommen.

Als ich zu diesem Gefühl hin spürte, fiel mir auch gleich eine wissenschaftliche Studie ein, bei der die elektromagnetischen Felder der verschiedenen Körperorgane gemessen wurden. Dabei kam etwas sehr Bemerkenswertes heraus: Am Herzen kann man eine 5.000 Mal stärkere elektromagnetische Kraft messen als am Gehirn.

Dieses elektromagnetische Feld ist es aber, das die Wirklichkeit, die wir erleben, manifestiert. Setzt man nun diese Kraft vom Herzen zu der des Kopfes ins Verhältnis, so stehen einer Sekunde Herzgefühl 90 Minuten Kopfarbeit gegenüber.

Lassen Sie sich das bitte auf der Zunge zergehen! Eine Sekunde Herzfühlen ist genau so kraftvoll wie 90 Minuten Nachdenken. Beim Lesen des Büchleins hat sich mein Herz von ganz alleine aktiviert. Diese Herzenergie ist es, die das Beschriebene möglich machen wird.

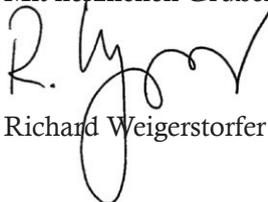
Sicherlich wird es Ihnen ebenso ergehen. Sagen Sie dann einfach zu Ihrem Kopf: „Ich verstehe, dass du so denken musst“, und konzentrieren Sie sich auf Ihr Herz.

Natürlich wird sich der Verlauf der Zukunft nicht so wie in der Geschichte ergeben. Darum geht es nicht. Es geht darum, dass wir in unserem Herzen das Ziel bewegen können, dann werden sich Wege und Gelegenheiten finden, dass dieses sich manifestieren kann.

Jede Sekunde Herzgefühl von jedem Menschen ist wichtig. Darum spricht auch gar nichts dagegen, dass Sie die Geschichte gleich mehrmals lesen.

Doch nun erst einmal viel Freude mit der neuen Ausgabe von Herzgefühl.

Mit herzlichen Grüßen aus Hainsacker



Richard Weigerstorfer



Richard Weigerstorfer
Geschäftsführer RiWei-Verlag GmbH

Inhalt





46

Der Kastanienbaum	6	Zeit	34
Mystiker des Monats	8	Der Alte an der Brücke	37
Dante Alighieri		Lomi Lomi Nui	38
Der Reiseführer	10	Die Königin unter den Massagen	
Smoothies	12	Erfahrungsbericht	40
Kraftpakete aus dem Mixer		Ein Tanz mit meiner Seele	
Leckere Mandelmilch selbst gemacht	20	Die Rettung der Welt	44
Der Kistendeckel	24	Vorwort	
Kurzgeschichte eines Kunden	26	Der Traum von der Rettung der Welt	46
Nichts Richtiges gelernt		Der Himmel in Dir	54
L-Arginin	28	Buchvorstellung	
Eine wunderbare Erfahrung		Impressum	58





Der Kastanienbaum

Lena Lieblich

Der Alte des Dorfes wurde zum Thema „Fülle“ von einem Mann gefragt. Dieser Mann war ein ernsthaft Gläubiger in einer großen traditionellen christlichen Kirche. Von deren Würdenträger wurde er auf seine Frage hin ermahnt, in Armut und Enthaltbarkeit zu leben. Da er ein guter Kaufmann war, verdiente er sehr viel Geld und kam damit in Konflikt mit seinem Glauben. Das war auch der Grund, warum er zum Alten kam.

„Nur ein großer Geist
wagt es, einfach im
Stil zu sein.“

Stendhal

Der Alte schweig einen Augenblick, dann wies er mit einer Geste auf den Kastanienbaum, der ihnen Schatten spendete und sprach dabei: „Schau dir diesen Kastanienbaum an. Um die Arterhaltung zu sichern, würde alle 10 Jahre eine Blütenkerze genügen. Trotzdem verschwendet er sich in einem Meer von Blüten und im Herbst von Kastanien, um von seiner Fülle uns Menschen und vielen Tieren eine Freude zu bereiten. Das ist das Leben: Fülle im Übermaß, um sich zu verschenken. Gehe bei diesem Kastanienbaum in die Lehre und du wirst viel über Gott und dich selbst bei ihm lernen.“

Der Alte schweig dann wie immer, stand auf und ging seiner Beschäftigung nach. Nie diskutierte er über seine Aussagen, er wartete lieber, bis sich die Angesprochenen wirklich mit seinem Gesagten in die Praxis begaben. Voll Freude stellte er fest, dass der Kaufmann sehr oft kam und sich unter den Kastanienbaum setzte.



Dante Alighieri

(1265 – 1321) Mystiker im Dichtergewand

Anita Radi-Pentz

Durante – abgekürzt Dante – Alighieri lebte in Italien. Über sein Leben sind wenige Fakten überliefert. Geblieben von ihm ist seine Dichtkunst. Die hat er für das normale Volk auf Italienisch verfasst. Nicht auf Latein, womit die Gelehrten kommunizierten. Als politisch aktiver Bürger von Florenz sollte er mit dem Papst verhandeln. Das führte 1302 zur Verbannung und dazu, dass er sein Vermögen verlor. 1307 begann er im Exil mit dem epischen Werk, für das er noch heute bekannt ist: „Die Göttliche Komödie“, die er erst 19 Jahre später, im Jahr seines Todes vollendete.

Darin beschreibt er den Weg einer Seele durch die drei jenseitigen Welten: Hölle, Fegefeuer und Paradies.

„Komödie?“, werden Sie nun fragen. Was hat der schmerzvolle Läuterungsweg der Seele mit unserem Verständnis von Komödie zu tun? Dante würde Ihnen darauf antworten: „Es geht gut aus!“ Am Ende erreicht die Seele einen wünschenswerten Zustand. Was immer sie vorher erlitten hat.

Die Drei spielt eine große Rolle!

„Die Göttliche Komödie“ beinhaltet eine Vielzahl von Dreier-Zahlensymbolik:

- Das Werk umfasst drei Bände, in jedem wiederum 33 Gesänge, in Dreier-Versen gereimt.
- Am Anfang trifft der Held auf drei wilde Tiere.
- Der Held der Göttlichen Komödie macht sich auf eine Wanderung durch die drei jenseitigen Reiche.

Was Dante mit der Zahlen-Symbolik ausdrücken will, darüber wüssten Kabbalisten sicher einiges zu sagen. Auf jeden Fall zeigt der Dichter damit, dass Grundlage aller Schöpfung ein Prinzip der Ordnung ist.

Die äußere Welt?

Sind Sie Historiker oder romantisch begabt, so werden Sie in „Die Göttliche Komödie“ entdecken,

dass Dante seine Lebensgeschichte darin verarbeitet hat:

- Im Lebensalltag wurde Dante alle (politische) Macht genommen. In seinem literarischen Werk, lässt er seine irdischen Widersacher in die Rolle des „Bösen“ schlüpfen. Damit zeichnet er ein Abbild des moralischen Zustandes seines Vaterlandes und der Menschheit.
- Mit diesem Epos wollte er seiner großen, unerfüllten Liebe zu Beatrice ein Denkmal setzen. Schon mit 9 Jahren verliebte er sich in die gleichaltrige Nachbarin. Dante würde nie mit ihr zusammenkommen und war von ihrem frühen Tod mit Mitte 20 erschüttert. Anlass für ihn, den inneren Weg zu beschreiten?

Ein innerer Weg – auch für Sie!

Schon in der Jugendzeit war von Dante bekannt, dass er „Gesichte“ hatte. Deshalb können wir davon ausgehen, dass er mit dem Weg der Seele durch die jenseitigen Reiche einen inneren Weg beschreibt: ein Weg der Reue, der Reinigung bis zum Erreichen des höchsten Himmels. Ein Weg, der von Menschen schon zu Lebzeiten beschritten werden kann.

Denn vergessen Sie nicht: ein Teil Ihres Wesens ist Teil der geistigen Welt – ob Traum, Gedanke oder Gefühl. Nichts davon hat feste Heimat in Ihrem Körper aus Fleisch und Blut.

Ebenso wirken die geistigen Welten in unser Diesseits. Stellen Sie sich vor: ein Teil von Ihnen kennt diese andere Welt – unbewusst noch. Ein Mystiker wandert bewusst zwischen den Welten hin und her. Gehen auch Sie einen bewussten Schritt Richtung Himmel – mit einem Gebet, einer Meditation.

„Wir sind nur Würmer, doch dazu geboren, ein himmlischer Schmetterling zu werden.“

Dante Alighieri



Der Reiseführer

Lena Lieblich

Der Alte des Dorfes bekam von einer Frau Besuch. Sie erzählte ihm von ihrer großen Freude, in spirituellen Büchern zu lesen. Immer wenn sie gute Texte las, fühlte sie sich erhoben und glücklich. In letzter Zeit aber hatte sie kein Interesse mehr am Lesen und sie machte sich Sorgen, dass an ihrer spirituellen Entwicklung etwas nicht stimmen könnte.

Der Alte schaute sie aus seinen braunen, warmen Augen mit einem sehr liebevollen Blick an und begann zu erzählen: „Als ich jung war, hatte ich mir den Reiseführer für ein für mich sehr interessantes Land gekauft. Ich las in diesem Reiseführer oft die ganze Nacht und konnte nicht genug davon bekommen, die Schilderungen immer wieder zu lesen. Nach einigen Jahren hatte ich das Interesse am Lesen des Reiseführers verloren, das machte mich schon ein wenig traurig. Aber ich kannte das Buch ja schon fast auswendig. Als ich an einem Reisebüro vorüberging, sah ich in der Auslage ein Plakat, das eine Reise in mein geliebtes Land anbot. Ich betrat das Reisebüro und buchte eine Reise in das Land. Einige Monate bereiste ich das Land kreuz und quer und war berauscht von der Schönheit dieses Landes. Ich sog jedes Bild, jeden Duft und alle Eindrücke tief in mich auf, bis ich vollkommen davon erfüllt war. Ich besuchte das Land noch viele Male und mein

Blick wurde immer klarer für das Schöne, mein Gespür feiner für die Schwingungen in diesem Land und eines Tages wusste ich: das Land ist in mir. Ich konnte es jeden Augenblick in mir zum Leben erwecken.

Als ich wieder hier im Dorf war, nahm ich immer wieder mal den alten Reiseführer in die Hand und las darin. Es war schön, wieder darin zu lesen, kannte ich doch jeden der beschriebenen Orte und Gebräuche der Bewohner. Es war nun ein anderes Lesen als zu Beginn, als ich den Reiseführer neu kaufte. Nun brauche ich ihn nur an einer beliebigen Stelle aufschlagen und ein wenig zu lesen und schon blühen meine Erinnerungen an das Land wieder auf – schöner und lebendiger als es der Reiseführer beschreiben konnte.

Was aber ganz besonders war: All die berührenden Dinge, die mich an meinem Land so bewegt haben, konnte ich auch hier im Dorf wieder finden, zwar in einem anderen Gewand aber sie waren da.

Ich brauchte erst das fremde Land, um es in mir zu entdecken. Dann sah ich es überall.

Wenn dich also deine Bücher nicht mehr interessieren, ist es ein gutes Zeichen, eine schöne Botschaft.“ Die Frau fragte: „Welche Botschaft soll darin liegen?“

„Mache dich auf die Reise!“, erwiderte der Alte und schaute sie wieder liebevoll und auffordernd an.





Smoothies

Kraftpakete aus dem Mixer





Foto: © www.shutterstock.de



Petra Teufl

Smoothies – fein, cremig gleichmäßig – so füllt die pürierte Rohkost den Mund aus. Ob Früchte, Gemüse oder grüne Blätter ihren Hauptbestandteil bilden – Smoothies sind in jedem Fall eine Bereicherung für eine ausgewogene Ernährung. Und, sie erfüllen alle Ansprüche einer modernen Küche. Sie sind nährstoffreich, schnell und leicht zubereitet, lassen sich „to go“ verzehren und schmecken jeden Tag anders.

Smoothies sind inzwischen überall zu finden: in den Kühlregalen der Supermärkte, Saftbars in Einkaufszentren, Rezeptbüchern in Buchläden. Sind sie ein Modegetränk? Vielleicht, aber dann ist es eine Mode, die gern bleiben darf. Denn Smoothies sind eine wertvolle Ergänzung für einen ausgewogenen Speiseplan. Neu ist dieses Getränk nicht. Bereits Ende des Ersten Weltkrieges wurde in Amerika vor allem mit Orangen püriert und gemixt. Der Standmixer zog langsam in die Haushalte ein und die zunehmende Aufmerksamkeit gegenüber gesunder, ausgewogener Ernährung half ebenfalls bei seiner Verbreitung.

Mangel trotz Überangebot

Unser Lebensumfeld bietet unglaublich viele, leicht zugängliche Möglichkeiten, uns mit den notwendigen Nähr- und Energiestoffen zu versorgen. Das Angebot an Lebensmitteln dürfte bei uns noch nie so vielseitig gewesen sein wie heute. Das ist ein wirklicher Luxus! Die Kehrseite unseres modernen Lebens ist allerdings, dass wir uns Einflüssen aussetzen oder von ihnen eingeholt werden, die belastend für unseren Körper sind. Beispiele hierfür sind sogenannter Zeitmangel, Stress, zu viel oder zu wenig Sonne, (trotz allem) unausgewogene Ernährung, zu wenig Bewegung, Krankheit. Diese Bedingungen führen zu einem erhöhten Bedarf an Vitalstoffen oder zu einer Nachlässigkeit in Bezug auf unsere Ernährung. Ein schneller, nährstoffreicher und leckerer Trunk ist eine Hilfe unseren Vitalstoff-Haushalt auszugleichen.





Foto: © www.shutterstock.de

Reine Geschmackssache

Nehmen Sie also frische Rohkost, etwas Flüssigkeit, nach Geschmack Gewürze oder Kräuter und stapeln diese in einen Hochleistungs-Mixer. Nach ca. 30 bis 60 Sekunden ist der Smoothie fertig. So einfach ist das. Inzwischen haben sich drei Sorten etabliert – der Fruchtsmoothie, der Gemüsesmoothie und der Grüne Smoothie. Gehen Sie in Ihre Küche, nehmen Sie, was gerade da ist (ca. 200 g. verschiedene Früchte oder Gemüse, 200 ml Flüssigkeit) und legen Sie los. Sie haben keinen Hochleistungs-Mixer? Kein Problem! Fangen Sie mit dem an, was da ist. Beginnen Sie mit einfachen Kombinationen, um Ihren Geschmack kennenzulernen. Sie werden mit der Zeit herausfinden ob Sie eine Avocado mit Gurke schätzen oder doch lieber Ananas und Äpfel vermischen wollen. Es bleibt auf jeden Fall spannend. Achten Sie bei Ihrem nächsten Einkauf auf ausgereifte, saisonale Früchte und Gemüse aus der Region und am besten in Bioqualität. Nehmen Sie Feldsalat mit. Denn pürierte grüne Blätter bergen noch einen besonderen Schatz in sich.

Was macht Smoothies so gesund?

Wir sind keine Wiederkäuer. Wir besitzen keine drei Mägen, um die widerstandsfähige Zellulose aufspalten zu können. Der Hochleistungs-Mixer ist ein Werkzeug, das uns hilft, die Zellwände aufzubrechen. Der Reichtum primärer und sekundärer Vitalstoffe von Früchten und Blättern steht uns damit zur Verfügung. Im Besonderen gilt dies für die vielen unterschiedlichen Antioxidantien. Vereinfacht dargestellt wirken diese der Oxidation, dem natürlichen Verlust von Nährstoffen, entgegen. Ein ähnlicher Prozess läuft auf natürliche Weise in unserem Körper ab. Der Stoffwechsel produziert Moleküle, die unvollständig sind. Diese werden Freie Radikale genannt. Sie suchen nach dem fehlenden Teil, welches sie entweder durch ein Antioxidans erhalten oder sie nehmen es sich aus Molekülen unserer Organe. Wenn die Anzahl der Freien Radikalen längere Zeit in der Überzahl ist, kann dies zu Krankheiten führen. Smoothies bieten die Möglichkeit unseren Bedarf an Helfern schmackhaft, günstig und leicht aufzufüllen.

Der Grüne Smoothie

Wussten Sie, dass das Blatt einer Roten Beete ein Vielfaches mehr an Kalzium, Eisen, Magnesium und Vitamin C, Vitamin A und Vitamin K in sich birgt als seine Knolle? Ein wahres Kraftpaket in einem Blatt! Dasselbe gilt auch für Blätter anderer Gemüsesorten. Dazu kommt noch das Blattgrün.



Chlorophyll ist in der Lage, mit Hilfe von Sonnenlicht und Wasser aus Kohlendioxid, Kohlehydrate in Form von Stärke herzustellen. Durch seine chemische Zusammensetzung ist Chlorophyll fähig Sonnenlicht aufzunehmen und zu speichern – und wir sind in der Lage durch einen Hochleistungs-Mixer die Zellen aufzubrechen und uns dieses Sonnenlicht zunutze zu machen.

Blattgrün und Blutrot

Chlorophyll und Hämoglobin sind chemisch gesehen Geschwister, die sich lediglich in einem Molekül unterscheiden. Blattgrün hat Magnesium als Kern und die roten Eiweißkügelchen in unserem Blut haben ein Eisen-Teilchen im Mittelpunkt. Das Zusammenspiel beider Stoffe ist ein Geben und Nehmen in Form von Produktion und Verteilung von Sauerstoff. Dies lässt erahnen, wie hilfreich Chlorophyll für unsere Gesundheit ist.

Smoothies selber herzustellen, hat Vorteile: Sie wissen, welche Zutaten sie enthalten, es gibt keine Zusatzstoffe und garantierte Frische. Vor allem aber fördern sie die Fantasie und die Lust am Experimentieren. Oder haben Sie schon einmal Erdbeeren und Spinatblätter zusammen püriert?

Früchte:

Alle Früchte sind geeignet.

Gemüse:

Als Rohkost verträgliche Sorten; NICHT: Kartoffel, Aubergine, Hülsenfrüchte und andere stärkehaltige Sorten.

Blätter:

Alles, was grün ist, Kräuter und Wildpflanzen als Gewürze verwenden, besonders reich sind Blätter von Karotten, Rote Beete, anderen Gemüsesorten.

Flüssigkeit:

Wasser, Pflanzentrink (Mandeltrunk), Fruchtsäfte.

Gewürze:

Nussmuse, Datteln, Agavendicksaft, Ingwer, Sprossen.

Blattgrün = Chlorophyll wirkt antibakteriell, antikarzinogen, desodorierend, antioxidativ.

Antioxidantien:

Vitamine C, E, A, Selen, Zink, Polyphenol, Sulfide, Phytoöstrogene ...







Leckere Mandelmilch selbst gemacht

Wie einfach es geht, erfahren Sie hier:

Richard Weigerstorfer

Man darf nicht mehr Mandelmilch sagen. Das hat die Milchindustrie per Gerichtsurteil erwirkt. Darum bleiben wir auch brav beim Mandeltrunk, wie die Mandelmilch nun genannt werden muss.

Sie werden staunen, wie leicht man selbst einen Mandeltrunk herstellen kann.

Entdeckt habe ich dieses Geheimnis mehr durch Zufall. Als ich das Etikett von einem Mandeltrunk studiert habe, wunderte ich mich. Nur 2 % Mandeln sind in dem Trunk enthalten. Als ich es auf einen Liter umrechnete, waren es gerade mal 20 g, abgewogen ca. 40 kleine Kerne.

Noch mehr erstaunte mich, was noch alles an Zutaten auf der Packung stand. Stabilisatoren, Dickungsmittel, Emulgatoren, Säuerungsmittel, Salz und jede Menge Zucker.

Der erste Versuch:

Ich warf 20 g „ungeschälte“ Mandelkerne in meinen Urteilchen-Mixer, schüttete ca. 200 ml Osmosewasser dazu und mixte bei 35.000 Umdrehungen etwa 30 Sekunden. Das weiße Ergebnis verdünnte ich mit Wasser auf einen Liter. Die Kostprobe: Ich füllte ein Glas und nippte vorsichtig daran. Ein kleines Schlückchen kostete ich auf der Zunge. „LECKER! Der schmeckt ja noch besser, als der gekaufte Trunk!“, war ein erster Gedanke. Der feine Mandelgeschmack ist einfach großartig. Wir bereiten unseren Pudding auch mit Mandeltrunk zu. Der Mandelgeschmack ist beim Schokopudding ein absolutes Highlight. Bei Vanille- und Mandelgeschmack geradezu ein Muss.

Warum so kompliziert?

Erst als ich schon länger meinen Mandeltrunk selbst hergestellt hatte, kam ich auf die Idee, im Internet zu schauen, wie man das „richtig“ macht. „O Graus!“, dachte ich. Bei dem gefundenen Wissen um die Herstellung eines Mandeltrunks hätte ich nicht begonnen, mir selbst einen zu machen. Diese Rezepte sind umständlich. Wenn man fertig ist, muss man den Trunk auch noch durch ein Tuch filtern.

Es ist schon klar: Diese Rezepte sind in der Zeit der Neuformbewegung entstanden. Man hatte damals keine leistungsstarken Mix-Geräte, wie den Urteilchen-Mixer. Er erlaubt mit 35.000 Umdrehungen und 1.800 Watt ein vollkommen neues, einfaches Herstellungsverfahren.

Aus 100 g Mandeln und 200 ml Wasser ein Mus mixen - portionsweise einfrieren - bei Bedarf auftauen!



Mit Gewürzen verfeinert

Es gibt noch einige Geheimtipps für einen guten Mandeltrunk, die ich Ihnen verraten möchte.

Die Mandelkerne mit etwas Rohrzucker in der Pfanne anrösten, ergibt gebrannten Mandeltrunk. Sehr lecker.

Etwas Honig, Zimt oder Lebkuchen-Gewürz mit einmischen.

Der Hit ist natürlich auch der Ur-Genuss Trunk, ein Esslöffel auf einen Liter.

Erhöhter Kalziumbedarf kann mit einem Teelöffel Korallenpulver gedeckt werden.



Gleich 100 Gramm Mandeln mit 200 ml Wasser zu einem Mus vermahlen und portionsweise einfrieren und bei Bedarf auftauen und verdünnen.

Mandeltrunk, als Basis für grüne Smoothies verwenden, statt Wasser.

Da der Mandeltrunk nicht wie Kuhmilch gerinnt, können auch Zitrusfrüchte verwendet werden.

Spielen Sie mit Gewürzen wie Muskatnuss, Zimt, Salz und Pfeffer. Auch frische Kräuter wie Melisse und Pfefferminze sollten Sie probieren. Sie erhalten ein überraschendes Geschmackserlebnis.

Natürlich lässt sich auch leckeres Obst, wie z. B. Erdbeeren einmischen.

Foto: © www.shutterstock.de



Der Kistendeckel

Lena Lieblich

Es kam ein sehr kranker Besucher ins Dorf des Alten. Der Besucher bat den Alten gleich um ein Mittel, das ihn wieder gesunden lässt. Der Alte schaute sich den Besucher an und sprach: „Dein Mittel ist Veränderung. Verändere deine Essgewohnheiten, deine Schlafgewohnheiten und deine Art zu denken.“

Der Besucher schaute erst einmal verwirrt, denn er hatte etwas zum Einnehmen erwartet und so stellte er die Frage an den Alten: „Hast du nicht ein paar Tabletten, die mir helfen könnten?“

Dem Alten war klar, dass sein Besucher eine besondere Erklärung brauchte und so begann er mit Fragen: „Wenn du dir mit einem Kistendeckel den Finger einklemmst und er etwas blutet, was unternimmst du dann?“ – „Nichts, das heilt von alleine wieder“, gab der Besucher zur Antwort.

„Wenn du dir aber am nächsten Tag wieder den Finger einklemmst und am übernächsten Tag wieder und so fort?“, erweiterte nun der Alte seine Frage. „Dann wird sich der Finger mit der Zeit entzünden und anschwellen und sehr weh tun.“

Der Alte schmunzelte etwas, denn er wusste, dass ihn sein Besucher nun verstehen wird und so sagte er zu ihm: „Siehst du, so wie dein Finger von ganz alleine wieder gesund wird, wenn du aufhörst, ihn in den Kistendeckel zu klemmen. So wirst auch du wieder gesunden, wenn du deine Essgewohnheiten,

deine Schlafgewohnheiten und deine Art zu denken veränderst.“ Der Besucher schwieg und schaute sehr nachdenklich vor sich auf den Boden. Er hatte begriffen, dass Heilung schon immer in ihm wohnte, er aber in der Vergangenheit keine Gelegenheit dafür geschaffen hatte, dass sie wirken konnte.

„Der Geldbeutel des Kranken verlängert seine Heilung.“



Foto: © Juanita Michaela Machazi



Foto: © Pia Homolka

Nichts Richtiges gelernt

Peter Wänke

„So, auf der Wanderschaft seid ihr und habt Hunger und Durst“, sprach der Gutsbesitzer, als sich Timofey, der arme Wandergeselle bekannt gemacht hatte. „Arbeit gibt es ja genug. Was hat er denn gelernt?“

„Ich erfreue die Menschen mit Kunst und erwärme ihre Herzen“, antwortete Timofey etwas zaghaft und schüchtern.

„So, du erwärmst also Herzen. Gut, dann hacke jetzt den Stapel Holz dort drüben. Wenn du fertig bist, gibt es Essen und Unterkunft in der Scheune.“

Timofey war nicht der Stärkste und mit einer scharfen Axt konnte er schon gar nicht umgehen. So bat er denn um ein Messer und packte sich einen schönen, geraden Weidenast. „Was will er denn mit dem Messer?“, fragte ihn der Gutsherr kopfschüttelnd und begab sich aber, ohne die Antwort abzuwarten, mit einem spöttischen Blick zu seinem Haus.

„In einer Stunde solltest du den Holzstapel schon kleingemacht haben. Aber nicht mit dem Messerchen das Holz in Scheibchen schneiden!“, spottete er, bevor er schließlich brüllend vor Lachen die Tür hinter sich schloss.

Pünktlich nach einer Stunde ging die Haustür wieder auf. Der Gutsherr, mit seiner Frau und seinem Gesinde kamen sichtbar erheitert und spöttelnd heraus, um sich den seltsamen Vogel und Messerschnitz-Holzhacker näher anzuschauen. Doch was war das? Ist es die Möglichkeit? Der ganze Holzstapel war noch genau so groß und unberührt wie vorher. „Wie? Du hast wohl deine ganze Zeit verschwendet und hoffst nun auch noch auf Brot und Bett? Zeige augenblicklich deiner Hände Arbeit oder

verlasse sofort den Hof!“, herrschte der Gutsbesitzer, der sich auf den Arm genommen fühlte, Timofey an. Da zog Timofey hinter seinem Rücken eine kleine Weidenröhre hervor. „Dieses Rohr habe ich gehöhlt und geschnitzt. Es ist nun kein Brennholz mehr, sondern eine liebliche Weidenpfeife“.

Der hungrige Wandergeselle wartete gar nicht das zweifellos gleich einsetzende Grölen und Spotten der Leute ab, sondern begann sogleich auf der Flöte zu spielen. Obwohl durch den Tumult der Leute erst nur einige zarte Töne zu vernehmen waren, wurde es auf einmal ganz ruhig und immer noch ruhiger. Timofey spielte wunderschön. Erst ging Einem, dann Mehreren und schließlich Allen das Herz dabei auf. So etwas Schönes hatten die Leute noch nie gehört. Versteckt wischten sich einige ihre Tränen ab, dann schämten sie sich ihrer nicht mehr. Sie umarmten sich vor Glück. „Spiel weiter! Hör nicht auf! Wir bitten dich!“, riefen sie. Aber keines dieser Worte drang an Timofeys Ohr. Er war tief in sein Flötenspiel versunken. Als er schließlich doch geendet hatte, bedankten sich Alle bei ihm. In hilflosen, aber ehrlichen Worten drückten sie ihre Ergriffenheit und Rührung aus. Nun war es ihnen eine Ehre, Timofey zu bewirten und ihm ein schönes Nachtlager zu bereiten.

Am anderen Morgen ließen sie ihn nur wehmütig und mit einem großen Sack Reiseproviand wieder ziehen. Es war ihnen immer noch ganz warm ums Herz. Und, obwohl die Stube ungeheizt blieb, hatte niemand das fehlende Brennholz und den warmen Ofen vermisst.

Diese Rubrik „Kurzgeschichten unserer Kunden“ erscheint in jeder Herzgefühl. Gerne drucken wir auch Ihre Geschichte. Schicken Sie diese an: RiWei-Verlag GmbH Redaktion Herzgefühl
Baierner Weg 4
93138 Hainsacker





L-Arginin

Eine wunderbare
Erfahrung

Mein Vater ist im Juli 80 Jahre alt geworden. Seit einigen Jahren ist sein Herz nicht mehr so leistungsfähig, wie es eigentlich sein sollte. Darum hat er sich einer Herzoperation unterzogen und drei Bypässe bekommen. Das liegt nun schon drei Jahre zurück. Später kamen noch zwei Stents hinzu und er musste blutverdünnende Medikamente einnehmen.

Bei einer regelmäßigen Kontrolluntersuchung wurde festgestellt, dass eine Halsschlagader zu mehr als 90% verstopft war. Eine sofortige OP wurde anberaumt. Bei dem Vorgespräch kam zur Sprache, dass mein Vater diese neuen, speziellen Blutverdünner einnimmt.

„Die müssen einige Zeit vor der OP abgesetzt werden“, forderte der Arzt. Ein anderer Arzt vom UNI-Klinikum legte dagegen sein Veto ein. Er untersagte meinem Vater das Medikament abzusetzen, bevor ein Jahr vorbei sei. Mein Vater befand sich in einem Dilemma: Setzte er das Medikament ab, bestand die Gefahr eines Herzinfarktes. Nahm er es weiter, konnte nicht operiert werden. Seine Halsschlagader machte vielleicht ganz zu, was zu einem Schlaganfall führen konnte.

Plaque-Abbau durch L-Arginin

An dieser Stelle fing ich an, mich um eine Lösung zu kümmern. Ich besorgte mir so ziemlich alles, was es über den Plaque-Abbau in den Arterien zu lesen gab. Immer wieder bin ich dabei auf L-Arginin gestoßen. Laut wissenschaftlicher Studien schafft es diese Aminosäure, die Arterien wieder durchgängig zu machen. Ich fing an, der Fährte des L-Arginins weiter zu folgen und habe sehr viel darüber gelernt.

Studentenfutter und Medizin

L-Arginin ist eine semi-essentielle Aminosäure und kommt zum Beispiel in sehr hoher Konzentration in Nüssen vor. Da L-Arginin nicht nur die Plaque abbaut, sondern auch die Gefäße erweitert, kommt es zu einer besseren Durchblutung des Körpers. Natürlich wird auch das Gehirn besser durchblutet und man kann leistungsfähiger lernen und klarer denken. Darum heißen die Nuss-Mischungen auch Studentenfutter, weil das in den Nüssen enthaltene L-Arginin so

positiv wirkt.

Eine Bekannte stellte sich gleich als Versuchskaninchen zur Verfügung. Sie machte gerade eine Umschulung und musste viel lernen. Besonders die Schulaufgaben belasteten sie. Meine Bekannte trank vor einer Schulaufgabe L-Arginin und war frei im Kopf. Sie fühlte den Stress, ihr könnte etwas nicht einfallen, nicht mehr. Die Folge waren beste Noten. Auch ich nahm L-Arginin. Sowohl bei meiner Schreibtischarbeit als auch im Sport konnte ich eine enorme Leistungssteigerung feststellen. Ich schaffte eine wesentlich höhere Leistungsstufe auf dem Crosstrainer und empfand diese sogar leichter, als die niedrigere Stufe ohne L-Arginin.

Als ich mich weiter um dieses Phänomen kümmerte, fand ich sehr schnell heraus, dass Sportler ebenfalls L-Arginin einnehmen. Eine bessere Blutversorgung des Körpers führt zu einem schnelleren Muskelaufbau. Die Muckimänner, die L-Arginin verwenden, bekommen bei einer Überdosis Pickel.

5 g am Tag für den Plaque-Abbau

Bei der Studie über Plaque-Abbau in den Arterien wird von einer Menge von 5000 mg pro Tag gesprochen. Das entspricht einem gehäuften Teelöffel. Auf der Briefwaage sind es 5 g. Die Sportler haben zum Teil 40 g und mehr eingenommen. Da es mir um die Gesundheit meines Vaters ging, habe ich erst einmal einen Selbstversuch mit großen Mengen durchgeführt. Ich wollte schauen, ob bei einer solchen Menge außer Pickel etwas zu bemerken sei. Ja, es ist sehr



Das L-Arginin ist ein weißes Pulver, das beim Trinken von jedem anders empfunden wird, wie faulig, fischig, erdig oder bitter.

erstaunlich, was eine gute Durchblutung und weite Gefäße alles auslösen können. L-Arginin ist eine Stickstoffverbindung. Ist viel Stickstoff im Körper, sind die Gefäße entspannt und weit. Die Durchblutung ist gut. Potenzmittel wirken auch nach diesem Prinzip. Allerdings führen sie dem Körper den Stickstoff nicht zu, sondern hemmen den Stickstoffabbau. Auf diese Weise erreichen sie einen höheren Stickstoffanteil im Körper. L-Arginin halte ich für besser, weil es natürlicher ist.

Ursprung und Form der Angebote

Als ich bei meinen Recherchen alle Angebote miteinander verglichen habe, wurde ich sehr traurig, denn die meisten füllen das L-Arginin in Kapseln ab. Dazu braucht man Rieselhilfen, Stabilisatoren und Wirkstoff-Verzögerer und natürlich eine große Menge an Gelatine, die man dabei mit serviert bekommt. Für den guten Plaque-Abbau in den Arterien ist es sinnvoll, nicht die ganze Tagesmenge auf einmal zu nehmen, sondern gleichmäßig über den Tag zu verteilen. Bei manchen Präparaten geschieht das über die Abgabehemmer.

Noch mehr erstaunte mich eine weitere Tatsache, die ich bei meinen Recherchen herausfand.

L-Arginin kommt auch in Haaren, Borsten, Hörnern, Klauen und Knorpeln vor und wird in der billigen Qualitätsstufe aus „Schlachthausabfällen“ preisgünstig gewonnen. Für mich kommt nur die Qualität infrage, die aus Zuckerrohr gewonnen wird. Natürlich kostet diese Qualität ein Vielfaches mehr. Da die meisten Anbieter ihr Ausgangsmaterial für die L-Arginin-Herstellung nicht angeben, muss man davon ausgehen, dass die günstige Qualität Verwendung findet.

Es gibt allerdings auch Anbieter von pflanzlichem L-Arginin. Für diese ist die Herkunft ihres Produktes eine wichtige Aussage, die sie auch klar in ihrer Werbung vermitteln.

In Wasser aufgelöst trinken.

Ich persönlich habe für meinen Vater und mich eine sehr gute Lösung gefunden. Ich löse das pflanzliche L-Arginin in einer Glasflasche auf und trinke meine Dosis über den Tag verteilt in kleinen Schlucken. So brauche ich kein Kapselmateriale zu schlucken und erspare mir die Zusatzstoffe, die für das maschinelle Kapselfüllen verwendet werden. Auch die Abgabehemmer benötige ich nicht, weil ich das



Foto: © www.shutterstock.de

Ein Teelöffel L-Arginin entspricht einer Tagesdosis (ca. 5 g). In einem Glas mit Wasser auflösen und über den Tag verteilt trinken.

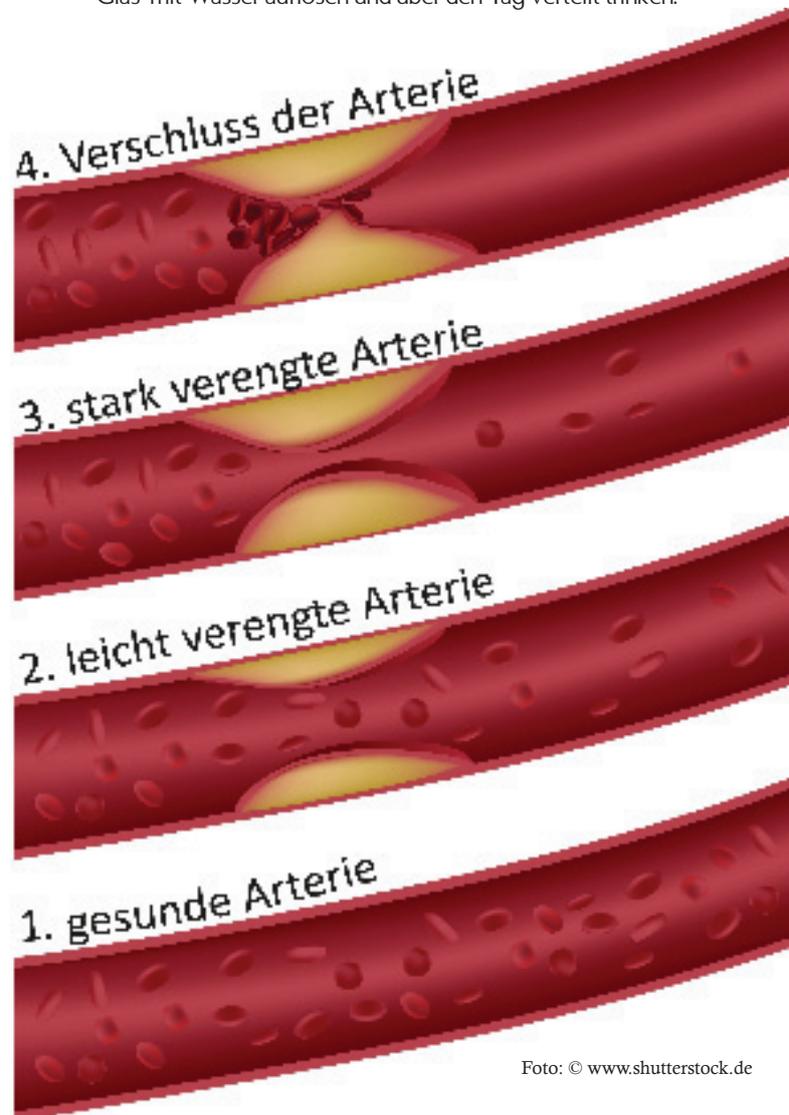


Foto: © www.shutterstock.de

L-Arginin-Wasser über den Tag verteilt trinke. So bestimme ich die Menge, die meinem Körper zugeführt wird.

Wie geht es meinem Vater?

Sicherlich fragen Sie sich, wie es meinem Vater nun geht. Sie werden es nicht glauben, aber bei der nächsten Untersuchung war die Halsschlagader nur mehr zu 60 % verlegt und es bestand kein dringender Grund mehr, die OP durchzuführen. Die erste Messung wurde als fehlerhaft bezeichnet. Mein Vater ist ein sehr witziger Typ und hat nur geschmunzelt, als er das hörte. Erst wollte man ihn operieren und nun war es nur eine „fehlerhafte Messung“.

Was ist die Plaque in den Arterien?

Das sind Gefäßablagerungen. Blutplättchen verkleben an der Arterienwand und verhaften mit der Zeit dauerhaft zu einem Belag, der Plaque genannt wird. Genaugenommen kommt es zu einer Kettenreaktion: das Zusammenspiel von Blut und Arterienwand wird gestört.

Die Folge ist die Kalkablagerung, die die Arterie verengt und z. B. Herzinfarkt, Schlaganfall, Angina Pectoris oder Schaufensterkrankheit mit verursacht.

L-Arginin kommt in vielen Pflanzen vor:

Lebensmittel je 100 g	Gesamtproteine	L-Arginin in mg	Anteil in % vom Lebensmittel
Buchweizenkörner	13,25 g	982 mg	0,982 %
Erbsen, getrocknet	24,55 g	2188 mg	2,188 %
Erdnuss, getrocknet	23,68 g	2832 mg	2,832 %
Kuhmilch, 3,7 % Fett	3,28 g	119 mg	0,119 %
Kürbiskerne	30,23 g	5353 mg	5,353 %
Lachs, roh	20,42 g	1221 mg	1,221 %
Mais-Vollkornmehl	6,93 g	345 mg	0,345 %
Pinienkerne	13,69 g	2413 mg	2,413 %
Reis, ungeschält	7,94 g	602 mg	0,602 %
Schweinefleisch, roh	20,95 g	1394 mg	1,394 %
Walnüsse	15,23 g	2278 mg	2,278 %
Weizen-Vollkornmehl	13,70 g	642 mg	0,642 %

Tabellenauszug von Wikipedia

Stets auf dem neuesten Stand
mit dem Internet-Sender

RiWei.TV

Spannende Talks mit Autoren,
Informationen zu Produkten
und zu aktuellen Themen und
vieles mehr ...

Besuchen Sie uns mal auf
www.riwei.tv

Keine
Anmeldung
erforderlich

Kostenloser
Sender



RiWei
TV



Zeit

Jeder Mensch hat gerechterweise 24 Stunden Zeit. Trotzdem glauben wir immer, zu wenig Zeit zu haben. Kleine Kinder klagen noch „mir ist sooo langweilig“. Die Kunst, Zeit zu dehnen habe ich im „Vertraulichen Video 6“ schon vor über 10 Jahren gezeigt.

Richard Weigerstorfer

Ich denke aber, dass heute auch noch der richtige Umgang mit der Zeit geübt werden muss, um wirklich Zeit für das Wesentliche zu bekommen. Bei den Griechen gab es gleich zwei Götter für die Zeit:

Gott Chronos

ist verantwortlich für die Zeit, so wie sie auf der Uhr abläuft. Also Stunden, Minuten und Sekunden.

Gott Kairos

ist derjenige, der für die günstigen Gelegenheiten sorgt. Eine gute Zeitqualität ist aber nicht immer vorhanden. Man muss dafür hellwach und schnell sein. Bei uns gibt es das Sprichwort: „eine Gelegenheit

beim Schopf packen“, das geht auf Gott Kairos zurück: Er wird dargestellt mit einem Schopf am Vorderkopf. Es gilt ihn also schnell zu packen, denn am glatten Hinterkopf rutschen wir ab und schon ist die gute Gelegenheit weg.

Jeder Autobesitzer weiß: permanent Vollgas zu fahren, ruiniert den Motor. Die ganze Schöpfung pulsiert. Es ist überall ein Rhythmus zu finden. Wir müssen also auch für die ruhigen Zeiten vorsorgen, sonst handeln wir, wie der unkluge Autofahrer, der immerzu Vollgas fährt.

Es gilt auch, die schönen und ruhigen Zeiten zu planen und zwar mit der selben Gewissenhaftigkeit wie die Berufstermine.

Frage an Sie:

Können Sie bewusst entspannen?

Wenn nicht, empfehle ich Ihnen die CD-Meditation mit dem Wildrosenstrauch. Hier lernen Sie die drei Stufen der Meditation:

Konzentration Kontemplation Meditation

CD einlegen und mitmachen, so einfach geht das.

Mein Tipp:

Tragen Sie Ihre Freizeittermine in Ihren Terminkalender ein. Machen Sie das nicht, besteht die Gefahr, dass Sie nicht dazu kommen. Am besten verwenden Sie dazu eine andere Farbe, als für die Geschäftstermine. Schauen Sie in den Kalender, sehen Sie auch die Freizeitaktivitäten. Ihr Unterbewusstsein schüttet da schon Glückshormone aus.



Foto: © shutterstock.de



Foto: © shutterstock.de



Foto: © shutterstock.de

Zum Schmunzeln

Kurt wurde gefragt: „Was machst du heute?“
 „Nichts“, war die Antwort.
 „Aber das hast du ja schon gestern gemacht!“
 „Stimmt, aber da bin ich nicht fertig geworden.“

Der Alte des Dorfes

Der Alte des Dorfes war oft auch verspielt. Einmal kam ein Bogenschütze zu ihm und sah, wie er mit einem kleinen Hund scherzte.

Der Bogenschütze fragte den Alten, ob er denn nicht seine Besucher belehren sollte, anstatt mit dem kleinen Hund zu spielen. Der Alte des Dorfes schaute den Bogenschützen an und stellte ihm dann die Frage: „Ist dein Bogen immer gespannt?“

„Natürlich nicht, denn dann würde die Spannkraft verloren gehen und mein Pfeil könnte sein Ziel nicht mehr wirkungsvoll erreichen“, erwiderte der Bogenschütze. Da meinte der Alte lächelnd: „Siehst du, bei mir ist es genau so. Wenn ich mir nicht immer wieder Ruhe und Entspannung erlaube, erreichen meine Worte ihr Ziel auch nicht mehr.“

Lena Lieblich



Foto: © Henry Kessler / pixelio.de

Der Alte an der Brücke

Lena Lieblich

Der alte Mann an der Brücke sieht den Wanderer schon von Weitem kommen. Gebeugt von der Last, die auf seinen Schultern ruht, steht er bald vor ihm.

„Wenn du mit deiner schweren Last über diese schwache Brücke gehst, wird sie einbrechen und du stürzt in die Tiefe.“

Traurig geht der Gebeugte nachsinnend hin und her. Nach einer langen Zeit sagt er: „Meine Last ist meine Vergangenheit. Die kann ich nicht ablegen. Ich will auf die schöne blühende Insel auf der anderen Seite der Brücke. Aber wie kann ich ohne Vergangenheit leben?“

Der Alte schaut ihn aufmerksam an, schweigt und wartet.

Nach einiger Zeit fragt der Wanderer verhalten: „Willst du mir meine Last abnehmen und aufbewahren?“

„Nein, das hilft dir nicht weiter, schwer ist nicht deine Vergangenheit, sondern wie du damit umgehst.“ Fragend blickt der Wanderer dem Alten in die Augen: „Wie soll ich das verstehen?“

„Verzeihen! Verzeihe allen, die dir Unrecht zugefügt haben und vor allen Dingen dir selbst. Dann ist deine Last nur noch halb so schwer.“

Der Gebeugte setzt sich und denkt an all die Schmerzen, das Unrecht, die Schmähungen und Schläge. Er spürt, dass sich durch die Anwesenheit des Alten tiefes Verzeihen einstellt. Lange sitzt er so. Hin und wieder läuft eine Träne über seine Wangen. Fast wie von Zauberhand richtet sich sein Körper mehr und mehr auf. Er sitzt nun schon fast aufrecht, sein Blick sucht den Alten: „Wie kann ich die zweite Hälfte meiner Last auflösen?“

„Nun musst du alle um Verzeihung bitten, denen du unrecht getan hast. Das Geheimnis ist, dass du weißt, dass auch sie dir alles verzeihen werden, so wie du verzeihen hast.“

Es dauert dieses Mal nur eine kurze Zeit, dann blitzt in den Augen des Wanderers Freude auf.

Er springt auf und geht leichtfüßig, voll Vertrauen über die Brücke.





Lomi Lomi Nui

Die Königin unter den Massagen

Die aus Hawaii stammende Technik ist eine der ältesten Methoden, um Körper Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Karin Gassner

Unser Körper ist ein wundervolles Wesen. Er dient uns dazu, Erfahrungen zu machen. Wir haben zum Teil verlernt, die Zeichen, die uns unser Körperwesen schenkt, zu deuten. Die Lomi Lomi Nui dient dazu, mit unserem Körper wieder eine Kommunikation und liebevolle Verbindung aufzubauen und zu pflegen. Alle Verspannungen, Schmerzen sind hilfreiche Zeichen um uns darauf aufmerksam zu machen, was gerade schief läuft. Was wir uns zu viel aufladen. Was wir loslassen, verändern sollen. Wir nehmen es als selbstverständlich an, dass unser Körper optimal funktioniert – bis Unstimmigkeiten auftreten. Leider bekämpfen viele diese Zeichen, nutzen Medikamente, um die Schmerzen nicht zu fühlen. Deckeln diese ab, statt hinzuhören, zu kommunizieren. Auf Dauer ganzheitlich gesund und glücklich zu sein, ist unser aller Wunsch. Deshalb ist es wichtig, diese Kommunikation wieder herzustellen – unseren Körper zu lieben und zu achten. Die Lomi Lomi Nui dient dazu, Altes loszulassen, um Neuem Platz zu schaffen. Es ist eine wundervolle Reise zu uns selbst. Jedes Thema, das uns gerade beschäftigt, jeder Stillstand, jede Verspannung kann über den Körper heilsam ins

Fließen, in eine neue Ordnung gebracht werden.

Lebensabschnitte körperlich unterstützen

In Hawaii wird die Lomi Lomi Nui als unterstützende Körperbehandlung genutzt, um Lebensabschnitte in allen Bereichen zu unterstützen. Sie wird als liebevolles Ritual vor Hochzeiten, in der Schwangerschaft als Begleitung, oder als Unterstützung beim Lösen von Verspannungen genutzt. Auch für Paare ist es ein wundervolles Ritual, um die Beziehung zueinander zu stärken. Die Lomi ist eine ganzheitliche, wunderschöne Körperbehandlung, die man nicht erklären kann, weil man Sie einfach fühlen muss. Ich arbeite schon seit 14 Jahren mit dieser einzigartigen Methode und freue mich immer wieder über die schönen, heilsamen Momente, die ich dadurch schenken kann. Inzwischen gebe ich mein Wissen darüber auch in Ausbildungen weiter.

Lomi Lomi Nui empfehle ich als Unterstützung für: Trennungen, neue Lebensabschnitte, Schwangerschaft, vor Hochzeiten, bei körperlichen Beschwerden oder einfach zum Entspannen



Karin Gassner



Als Autorin hat Karin Gassner das Buch „Die Schatzkarte des Herzens“ geschrieben. Es erschien im Riwei-Verlag und wird bereits in der zweiten Auflage verkauft.

Karin Gassner arbeitet in Regensburg in eigener Praxis und bildet Lomi Lomi Nui Masseur aus.

Kontakt:

Karin Gassner Tel.: 0941/6307493
Arzbergerstr. 8 Web: www.harmonie-elements.de
93057 Regensburg E-Mail: harmonie-elements@o2online.de





Ein Tanz mit meiner Seele

Magdalena Neuroth

Geburtstag! Ich bekomme eine Lomi Lomi Nui Massage bei Karin Gassner geschenkt. Da hüpfert mein Herz vor Freude. Eine Massage gönne ich mir immer einmal gerne. Diese Form der Massage kenne ich noch nicht. Bereits bei der Terminvereinbarung mit Karin Gassner spüre ich, dass die Lomi Lomi Nui viel mehr ist, als „nur“ eine Massage. Karin erzählt: „Die Lomi ist für jeden anders. Meistens arbeitet sie auch schon im Vorfeld mit einem. Für manche ist es ein Loslassen, für andere ein Bearbeiten eines bestimmten Themas. Es kann aber auch ein Abschnitt beendet und ein neuer begonnen werden. Für einige ist es auch nur eine tiefe Entspannung.“

Ich bin gespannt! Arbeitet die Lomi auch mit mir bereits im Vorfeld?

Der Alltag holt mich ein. Es gibt viel zu tun. Die Lomi gerät in den Hintergrund, kommt aber immer einmal wieder in mein Bewusstsein, in meine Gedanken. „Wird die Lomi Lomi Nui Massage auch etwas mit mir machen? Oder bin ich eine Derjenigen, die einfach nur genießen dürfen?“

Zum vereinbarten Termin komme ich vom Alltag gestresst und erschöpft bei Karin Gassner an. Als sie mir die Tür öffnet und mich diese funkelnden, herzlichen, vor Lebensfreude strahlenden Augen anblicken, ist es, als ob die Anspannung von mir abfällt. Karin führt mich in ihre Behandlungsräume. Ich fühle mich sofort wohl. Wir setzen uns und Karin erzählt mir von dem Ablauf der „Lomi“. Sie fragt mich, was gerade im Moment in mir arbeite. Ohne zu überlegen sprudeln Sätze über meine Lippen und ich bin von mir selbst erstaunt, was ich da sage. Es ist stimmig! Karin erfasst sofort, um was es geht: „Die Kontrolle loslassen und meinem Körper mit Liebe



Foto: © www.shutterstock.de

annehmen und umarmen.“ – „Ja, genau!“, ruft eine Stimme in mir.

Karin führt mich in einen mit weichem, warmen Licht durchfluteten Raum. Ein angenehmer Duft streichelt meine Nase. Sie bittet mich, eine Karte aus einem Kartendeck zu ziehen. „Die Energie der Karte wird dich durch die Massage begleiten“, meint Karin und legt die Karte unter die Liege. „Wie schön! Passender könnte die Karte nicht sein“, geht es mir durch den Kopf. Ich mache es mir auf der Liege bequem, die bereits wohlig warm ist. Sanfte Töne hawaiianischer Musik ertönen. Warmes Öl fließt über meine Haut, weiche Berührungen streicheln meinen Körper und lassen mich ganz im Hier und Jetzt ankommen. Anfangs kommen noch Gedanken aber nach wenigen Minuten tauche ich immer mehr in die Entspannung. Die Berührungen sind mal sanfter, mal kräftiger aber immer mit großer Aufmerksamkeit. Es fühlt sich an, als würde eine tiefe Liebe und ein tiefer Frieden den Raum einhüllen. Die Musik ist wundervoll – ganz anders, als ich sie von Massagen kenne. Sie erinnert mich sofort an Urlaub – an Sonne, an Strand, an Meer. Sehr berührende und ruhige Lieder wechseln sich mit lebendigen und rhythmischen hawaiianischen Klängen ab. Bilder tauchen vor meinem inneren Auge auf: Blüten über Blüten – verschiedenster Art, ein Einhorn und noch eines, Meer, Sonne, Strand, Menschen, die fröhlich miteinander tanzen und feiern. Karin bewegt meine Beine, später auch meine Arme. Sie massiert nicht nur mit den Händen, sondern mit den Armen und ich vermute auch mit ihrem ganzen Körper. Es ist ein wundervolles Gefühl.

Es fühlt sich an wie ein Tanz – mal gemeinsam – mal ganz mit mir. Ein Tanz mit meiner Seele – mit meinen inneren Bildern – mit meinem Körper – mit meinem Herzen. Mal sehr kraftvoll erdend, mal sehr

sanft und berührend. Eine kindliche Freude erfüllt mich. Es kullern Tränen der Freude und Tränen der Rührung. An einem Punkt der Massage spüre ich auch einen alten tiefen Schmerz. Ich möchte schreien, ich möchte weinen. Das Gefühl lässt nach und hüllt sich ein in die Liebe, die diesen Raum durchströmt. Ich fühle mich weich werden, meine Gesichtszüge entspannen, mein Körper lässt ganz los. Einen Moment habe ich das Gefühl, jeglichen Bezug zu Raum und Zeit zu verlieren und ganz tief im Kontakt mit mir zu sein. Eine tiefe Dankbarkeit durchströmt mich.

Karins Arme fahren unter meinem Körper hindurch und ich fühle mich getragen, wie ein kleines Kind von seiner Mutter. Ich genieße die Geborgenheit, das Sein im Moment. Ich spüre, dass Heilung geschehen darf, jetzt in diesem Moment.

Am Ende legt Karin ihre Hände auf verschiedene Körperstellen. Es ist, als ob mich ein warmer Strahl durchdringt und noch weicher werden lässt. Abermals tauchen Bilder auf und ich bin ganz weit weg, bis mich Karin wieder zurückholt ins Hier und Jetzt. Ich kann nicht sagen, wie viel Zeit vergangen ist. Danke, danke, danke! Ich bin mir ganz nah. In mir ruhend. Ich spüre die Freude und Lebenslust in meinem Herzen und bin erfüllt von einem tiefen Frieden.

Es fühlt sich an, als hätte ich etwas „Altes“ losgelassen – eine gewisse Ernsthaftigkeit und ein Gefühl von „Perfekt sein“ zu müssen. Stattdessen habe ich etwas wieder gewonnen – eine kindliche Leichtigkeit, die mich tanzend durchs Leben gehen lässt.

Während der kompletten Behandlung wurde kein Wort gesprochen. Es war wie ein heiliger Raum. Und dennoch habe ich das Gefühl, dass über den Körper ein großes Thema gehen durfte. Wie ein kleines Wunder.



Foto: © www.shutterstock.de



Die Rettung der Welt Für eine Welt ohne Geld!

Michael Wenzel Passer liebt Ideen und Visionen. Eine dieser Visionen lässt ihn seit Jahren nicht los: die radikale Veränderung der Welt! Was braucht es, um die Welt von Grund auf zu verbessern? Wie sähe eine Welt ohne Geld aus? Sein Text „Die Rettung der Welt“ ist die Antwort auf die Frage des Autors, ob die Welt in fünf einfachen Schritten verändert werden könne. Wir veröffentlichen den gesamten Text in drei Teilen. Teil 1 können Sie hier lesen. Die Teile 2 und 3 erscheinen in den kommenden Ausgaben von Herzgefühl.

Der kleine Wurm war gar nicht fad,
er stahl und fraß den Kopfsalat,
er stopfte ihn als ganzes rein,
und platzte und wird nicht mehr sein ...



Karikatur: © www.shutterstock.de

Einführung

Ich nehme mich nicht zu ernst und würde mir das für viele Menschen dieser Erde ebenfalls wünschen. Was bleibt, ist die Freude am eigenen Fehler. Daran, über sich selbst herzhaft lachen zu können und sich zu fragen, ob es die Aufregung wirklich wert ist. Ist das Business wirklich so wichtig, dass man dafür menschlich versagen muss? Ist das Auto wirklich so wunderbar, dass man dafür auf der Straße zur Furie werden muss? Ist der eigene, innere Frust wirklich so präsent, dass man diesen an anderen auslassen muss?

Diese Fragen gab es zuhauf in den letzten Jahren. Es wird sie auch immer weiter geben, wenn die Menschheit nicht einfache Lösungen zur Aufhebung der dualen Erfahrungswelt findet.

Jeder will sich in verschiedenen Situationen erfahren, die allesamt einen Haken haben: Sie bergen

etwas in sich, das die Schönheit der Sache zerstört. Man fragt sich: „Wieso passiert das ausgerechnet mir?“ Und doch ist da der Trost, dass dieser Zusammenhang dem Menschen eigen ist.

Vielleicht sieht man diese Haken nicht immer. Man schaltet seinen Lügenschutz an, setzt die rosarote Brille auf oder lebt das Leben mit der Betäubung durch Stoffe wie Essen, Trinken, Rauchen oder Drogen.

Auf jeden Fall ist das Leben jener Ort, der einen perfekten Raum für die Erfahrung des „Alles geht schief“ bietet.

In diesem Erfahrungsspiel stellt sich folgende Frage: „Ist es möglich, die Menschen dazu zu bewegen, gemeinsam eine neue, warme und blühend schöne Erfahrung zu machen?“

Wiederum mit einem Haken – dieses Mal im Vorfeld: Alle müssen diese Änderung wollen und zeitgleich umsetzen! Dann ist es in fünf einfachen Schritten möglich, im Paradies auf Erden zu leben.



Der Traum von der Rettung der Welt

Michael Wenzel Passer

Mal ehrlich - die Welt, wie sie ist, ist dem Untergang geweiht! Der Mensch hat versagt. Er konnte sich keine schöne, liebevolle und warmzarte Welt erschaffen. Stattdessen geht es um Geld, Macht und Ego. Es scheint, als ob unsere Kinder dies spüren würden und dieser Welt entfliehen wollten. Doch wohin? Welcher Platz ist noch lebenswert? Welche Ecke der Welt ist nicht schon ruiniert und dem lieben Geld zum Opfer gefallen?

Die Politik weiß sich nicht mehr zu helfen. Sie übergibt kleinlaut das Zepter den Mächtigen, die das Geld besitzen, und wahrscheinlich immer schon die Menschheit als Marionetten regierten. Ein paar neue Konzepte keimen kurz auf und werden schnell wieder zu Grabe getragen. Es wird mit dem Ausverkauf der Gesellschaft begonnen. Milliarden werden verliehen und Privatkonten werden verstaatlicht. Jeder Mensch glaubt, dass es allen anderen besser, größer und breiter ergehe und alle glücklich seien, nur er selbst nicht. In Wahrheit macht jeder Mensch seine eigene und persönliche Erfahrung darüber, was das Haar in der Suppe sein könnte. Somit geht es jedem auf seine eigene und persönliche Weise schlecht und jeder Einzelne spielt sein ganz persönliches „Mensch ärgere Dich nicht!“-Spiel.

Wohin soll das noch führen?

Wird die Menschheit erst mit einem provozierten Fire-Sale, wie in dem Film „Stirb Langsam 4.0“ (also dem Lahmlegen des Verkehrs, der Finanzen, der Kommunikationskanäle und der Energieversorgung), zur Vernunft kommen? Oder wird es eher ein Szenario geben, wie in dem Film Matrix, in dem die Menschheit einfach den Kampf gegen die Maschinen verliert und zukünftig ihr Dasein als

Batteriespender fristen muss?

Vielleicht gibt es eine Alternative. Eine neue, mutige und doch so wunderbar einfache Alternative, die das Blut in Wallung geraten lässt!

Hast Du Lust, mit mir meinen Traum von der Rettung der Welt zu teilen?

Na gut, dann atme einmal tief durch, strecke Dich lange und laut und lies weiter, wenn Du wissen willst, wie unsere gemeinsame Zukunft aussehen könnte ...

Nehmen wir an, ich hätte kürzlich geträumt, wie es möglich wäre, die Welt innerhalb eines Tages zu verändern.

Nehmen wir ebenso an, dass das Leben auf dieser noch existierenden Welt ein Spiel sei. Ein unendlich großes und wunderbar holografisches Spiel – das projizierte Spielfeld des Lebens.

Nehmen wir im weiteren an, dass Du dieses Spiel so spielen könntest, wie Du es willst. Was wären Deine Spielregeln? Wie und vor allem was würdest Du gerne spielen? Wie sähe Dein perfektes Leben aus?

Nehmen wir dann auch noch die aktuelle Tendenz der Gesellschaft an, bei der sich das Leben so schnell wie noch nie zuvor ändert. In unserem Hologramm wird alles immer rasanter und schneller. Ist der Mensch als altes Gewohnheitstier imstande diese Geschwindigkeit mitzugehen? Jener Mensch, der lieber 30 Jahre bei einem einzigen Unternehmen verharret, nur um sich in Sicherheit zu wiegen? Ich sage dazu ja, auf jeden Fall und definitiv! Doch dafür sind ein paar Veränderungen notwendig. Der Mensch muss dazu die Schnellebigkeit als neues Grundmuster seiner Existenz etablieren. Er muss zur personifizierten Flexibilität werden.



Der erste Schritt:

Jeder Mensch sollte sich von seinem tragbaren Hab und Gut trennen – also von den Kleidungsstücken und Besitztümern, die bei ihm im Keller und in seiner Wohnung verstauben. Dadurch kann der Übergang zum freien und mobilen Menschen erfolgen. Einem Menschen, der nur noch einen mobilen Lebensbegleiter (Handy, Laptop, o.ä) und seine wichtigsten Kleidungsstücke in einem handlichen Koffer mit sich tragen wird. Frei, unabhängig und gleichzeitig leicht wie eine Feder – gefühlt innerlich, wie wahrlich äußerlich.



Der zweite Schritt:

Jeder Mensch sollte sich auch von seinem unbeweglichen Hab und Gut trennen – also von seiner Eigentumswohnung und seinen sonstigen Grundstücken, die mit Häusern bepflanzt sind. Ebenso entledigt er sich vom Besitz seines Autos, Fahrrades, Jacht. Es wird somit der Übergang zur Besitzlosigkeit fortgeführt. Es erfolgt damit der Übergang zu einem: „Jedem gehört Alles!“ Ein Urzustand, dessen Akzeptanz dem Menschen wesentlich eigener ist, als Macht, Gier und Geld.



Der dritte Schritt:

Jeder Mensch sollte sich von seinem permanenten Heim trennen – also jenem Platz, an dem er wieder und wieder aufschlägt, um sich von den Strapazen des Tages vor dem Fernseher zu erholen, um am nächsten Tag aufs Neue im Hamsterrad des Lebens zu dienen. Die Idee vom Übergang zu ausschließlich temporären Unterkünften ist geboren. Der Mensch wird von Wohnung zu Wohnung, von Haus zu Haus, von Stadt zu Stadt und von Land zu Kontinent ziehen. Er wird miteinander vereinbaren, wo er den nächsten Monat leben wird. Jedes Quartal ein neues Ziel. Zum Glück der Menschheit. Raus aus den Ketten der Zwänge hin zur Leichtigkeit des Lebensflusses.



Der vierte Schritt:

Jeder Mensch darf sich endlich von seinen Schätzen trennen – also allem Geld, Gold, Diamanten, Aktien und Wertgegenständen, die das Spiel der Macht so perfekt aufrecht erhalten haben. Alles Geld wird zusammengeworfen und gemeinsam verbrannt. Der Mensch wird für sein nicht existentes Hab und Gut keinen Cent mehr benötigen. Alles ist im Überfluss vorhanden. Jeder nützliche, wie unnütze Gegenstand kann benutzt und alles Vorhandene verwendet werden.

Diese Worte wird es nicht mehr geben: Banken, Geld, Schulden, Finanzämter, Aktien, Wall-Street und Wertpapiere. Die Worte Gemeinschaft und Individualität nehmen mehr Raum ein. Der Mensch ist frei. Jeder ist dem anderen ebenbürtig. Niemand wird bevorzugt und niemand ist besser als der andere, nur weil er besser mit Geld umgehen kann oder einfach ein Talent für visionäre und finanzträchtige Zukunftsszenarien besitzt.



Foto: © Loy Vasilka



Der fünfte Schritt:

Jeder Mensch darf sich von seinen täglichen Aufgaben trennen – also von den permanenten Tätigkeiten, einer Arbeit für Geld nach zu gehen und seine Kinder in aller Herrgottsfrühe in die Schule zu schicken. Der Mensch wird dort mit-helfen, wo er gebraucht wird. Es wird keine Konkurrenz mehr geben und so kann jeder genau das machen, worauf er gerade Lust hat. Die Welt wird dadurch ein Quell an neuen Ideen, Innovationen und Verbesserungen. Das alles auf Basis von Spaß, Freude und dem Willen, der Gesellschaft zu dienen und Mehrwert zu bringen.

Das Ergebnis wäre:

Die Menschen behandeln sich gegenseitig als erwachsene Wesen und kann somit auch erwachsen agieren! Kinder können miteinander das Leben lernen, werden von Älteren geschult und erhalten jene Ausbildung, die sie zu den zukünftigen, würdigen Vordenkern unserer Gesellschaft machen wird. Alle Probleme der Menschheit sind über Nacht gelöst.

Doch halt! Mich überkommt Traurigkeit. Warum? Weil ich deutlich spüre, wie ich mir im Innersten genau diese Welt wünsche. Ich will diesen Wandel und ich weiß, dass der Mensch sich auch diese Veränderung herbeisehnt.

Ist es wirklich möglich, die Welt innerhalb eines Tages komplett zu erneuern? Nur, wenn der Mensch sich traut, wird eine neue Welt getraut. Nur, wenn der Mensch sich aufbaut, wird der Alltag entgraut. Und nur, wenn der Mensch erwacht, kann die Welt in neuem Glanz erstrahlen.

Auch wenn der Mensch in dieser Welt eine perfekte Umgebung hat, sich in allen möglichen Erfahrungen und in der Dualität zu erleben, stelle ich mir folgende Frage: „Ist es nicht an der Zeit, dass die gesamte Menschheit gemeinsam eine neue und blühend strahlende Erfahrung machen möchte?“

Ich schwelge weiter in den Überlegungen dessen, was dieser so einfache und doch so gewaltige Schritt

in den verschiedenen Bereichen bedeuten würde. Dabei sehe ich schon die Schweißperlen auf den Stirnen der Menschen, die Angst vor dem Neuen haben und deren Zweifel ein prägnantes: „Aber, aber...!“, stammeln lässt.

Antworten auf das „Aber, aber...!“ , sowie auf den Vorbehalt: „Das ist so sicherlich nicht möglich!“ – beschreibe ich in Teil 2 meiner Ausführungen über die Rettung der Welt.

In der nächsten Ausgabe der Herzgefühl beschreibt Michael Wenzel Passer, wo die Welt, wie und mit welchen Mitteln gerettet werden könnte.

Wer mehr über den Autor wissen möchte, kann sich auf der Homepage von Michael Wenzel Passer informieren
www.passer.de

Übung von Richard Weigerstorfer:

Damit ich in eine „Welt ohne Geld“ hineinwachsen kann, habe ich für mich eine Übung ausgedacht. Ich verschenke einfach Geld. Nicht an große Institutionen in einer Summe, sondern an Menschen, die ich treffe. Einen Teil von meinem Einkommen gebe ich dafür aus. Ich nutze jede Gelegenheit das Loslassen vom Geld zu üben. So bezahle ich einfach die Rechnung vom Nachbartisch in einem Lokal und freue mich dann darüber, dass die Gäste wahrscheinlich sehr erstaunt sind, dass ihre Rechnung schon bezahlt ist und sie sich nicht mehr an mich, dem Gast vom Nebentisch erinnern können. Manchmal übernehme ich im Bioladen an der Kasse die Rechnung meines Vorgängers. Da musste ich mir aber schon eine Antwort ausdenken, denn man wird gefragt: „Warum machen Sie das“. Ich sage inzwischen einfach: „Weil ich ein Engel bin!“ Meist verwirrt das etwas und ich kann gehen, ohne weitere Erklärungen abgeben zu müssen. Auch kaufe ich Blumen oder eine Brotzeit und verschenke sie an Bettler oder Passanten.

Ich lerne durch dieses Verschenken, dass ich selbst am meisten beschenkt werde. Es ist die Freude, die in mir Platz nimmt, die mich erfüllt und nährt. Ich lerne dabei, dass Geld nicht alles ist und ich es ruhig loslassen kann.

Und ich bekomme ein Gefühl, wie es sein könnte, wenn wir uns gegenseitig all das geben, was wir brauchen. Keiner hätte Not oder Mangel – alle wären wir getragen.

Vielleicht ist es ja auch für Sie ein Weg, das Loslassen zu üben? Gerne erhalten wir auch Ihren persönlichen Erfahrungsbericht über das Verschenken. Diesen können wir hier im Herzgefühl abdrucken und so noch mehr Menschen einladen, auch das Verschenken zu üben.

Könnte das der praktische Weg sein, „die Welt zu retten“? Machen Sie einen Versuch!



Auszug aus dem Buch

Der Himmel in Dir

Kapitel:

DIE AFFEN UND DRACHEN

Später in diesem zweiten Jahr bekam ich eine Lungenentzündung. Zwei Wochen lang schleppte ich mich auf meine Arbeitsstelle und wieder nach Hause und dann brach ich zusammen. Ich hustete so stark, dass ich mir auf meiner linken Seite zwei Rippen brach, was es mir noch schwerer machte zu atmen. Eines Nachts stolperte ich aus meinem Bett und wankte ins Wohnzimmer. Ich fühlte diese mir mittlerweile sehr vertraute Präsenz, die mich diese Nacht antrieb und ich fiel auf meine Knie. Ich fühlte einen starken Geist von Hingabe, der über mich kam, sodass ich meine Arme hob und ein Lied zu singen begann, das ich während eines Gottesdienstes gelernt hatte. Gerade als ich anfing und sich meine gebrochenen Rippen wieder in ihre natürliche Position ausrichteten, fühlte und hörte ich einen lauten Knacks. Ein Schmerz durchfuhr mich und ich brach über der Couch zusammen. Ich schlief ein und hatte einen Traum.

In meinem Traum stand ich auf einem goldenen Pfad auf der Spitze eines Berges inmitten einer Bergkette wie den Alpen. Ich sah, wie sich dieser Pfad zu beiden Seiten den Berg hinauf wand und wie er über der Bergspitze verschwand, um auf einem anderen Berg in der Entfernung wieder aufzutauchen. Ich dachte: „Oh, ich muss noch so weit gehen.“ Ich bemerkte viele Affen zu beiden Seiten des Weges, direkt an meinen Füßen. Sie machten so viel Lärm, dass ich es kaum aushalten konnte. Sie bissen mich auch in die Füße und Beine und ich fing zu bluten an.

Ich sprang und tanzte um sie herum, um sie los zu werden, bis ich hörte: „Schau nicht auf sie. Schau geradeaus auf den Weg.“ Ich erinnere mich, wie schmerzhaft schwierig es für mich war, von diesen beängstigenden, schikanierenden Affen wegzuschauen. Ich war mir sicher, dass sie mich bei lebendigem

Leibe fressen würden, wenn ich wegschaute! Aber je länger ich hinschaute, umso schlimmer wurde es. Letztendlich nahm ich all meinen Mut zusammen und schaute weg in Richtung des Weges.

In dem Moment, als ich das tat, wurden die Affen plötzlich bewegungslos und still. Sie waren wie eingefroren in der Bewegung, die sie gerade ausführten. Die Neugier trieb mich dazu, sie wieder anzuschauen und sofort begannen sie wieder zu lärmern, zu kneifen und zu beißen. Schnell schaute ich wieder weg und sie waren abermals bewegungslos. Das machte ich mehrmals und jedes Mal mit demselben Resultat. Dann ging ich den Weg weiter, sorgsam darauf bedacht, auf den Weg zu schauen. Die Affen blieben weiterhin bewegungslos neben dem Weg. Plötzlich, als ich der Spitze des ersten Berges näher kam, tauchten zwei Feuer speiende Drachen auf. Sie zerstampften und zertraten die Erde, als sie mir auf beiden Seiten näher kamen. Sie waren Angst einflößend und grimmig. Jetzt war ich bewegungslos! Sie kamen näher und näher und ich war sicher, dass sie mich verschlingen würden. Plötzlich wusste ich, dass ich wegschauen und weitergehen musste, egal, wie schwierig das auch sein würde – dies war genau das, was ich tun sollte. Obwohl ich unbeschreibliche Angst verspürte, eine Angst, die mein Herz auf noch nie zuvor empfundene Art und Weise umklammerte, zwang ich mich, wegzuschauen und mich auf den Weg zu konzentrieren, der vor mir lag. Sofort wurden auch die Drachen bewegungslos. Ich schaute sie nicht mehr an. Während ich direkt geradeaus blickte und meine Augen auf den Weg vor mir fixierte, wurde ich immer sicherer. Als ich aus meinem Traum erwachte, waren plötzlich alle Symptome der Krankheit, wie Fieber und Schmerzen, verschwunden! Ich war stark und erfrischt, so als wäre ich nie krank gewesen.

„Der Himmel in Dir Von Affen und Drachen

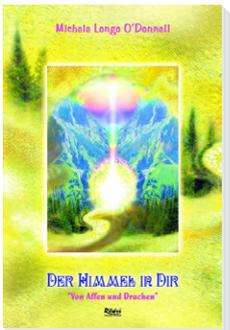
Autorin des Buches: Michelle Longo O'Donnell

Wir sind, was wir denken – Sieben Prinzipien unser Denken auf Heilung auszurichten.

Petra Teufl



Michelle Longo
O'Donnell



Der Himmel in Dir

Die berufliche Tätigkeit als Krankenschwester und intensives spirituelles Leben begleitet von Bibelstudium sind die zwei Wege, die O'Donnell zu ihrer Einstellung zu Krankheit und Heilung geführt haben. In ihrem ersten Buch legt sie ihre Erkenntnisse dar. Sie formuliert sieben Prinzipien, deren Inhalte sie anhand von Ereignissen und Erlebnissen aus ihrem eigenen Leben oder von Beispielen ihrer Patienten anschaulich begründet.

„Wir sind vollkommen, so wie wir hier stehen – uns fehlt absolut nichts.“ Auch wenn der Mensch durch Krankheit scheinbar geschwächt oder beschädigt erscheint, geht die Autorin von einem zu jeder Zeit vollständigen und vollkommenen Inneren aus. Dieses Innere nennt sie „Christuswesen“. Ihre Suche nach einer allen Krankheiten gemeinsamen Ursache führte sie zu der Erkenntnis, dass Heilung durch die Wahrnehmung und Ansprache des Christuswesens in dem Patienten möglich ist. Ihre sieben Prinzipien zeigen auf, dass der Erkrankte nicht im Äußeren nach Heilern, Medizinern oder Gurus suchen muss, um zu gesunden. Er wird in die Lage versetzt, sich seinem eigenen vollkommenen Inneren zu nähern und es zu aktivieren.

„Spontanheilung“ als regenerative Kraft Gottes

Heilungen, die scheinbar aus dem Nichts erfolgen, werden in der wissenschaftlichen Medizin in das Fach „Spontanheilung“ gesteckt. O'Donnell gab sich damit

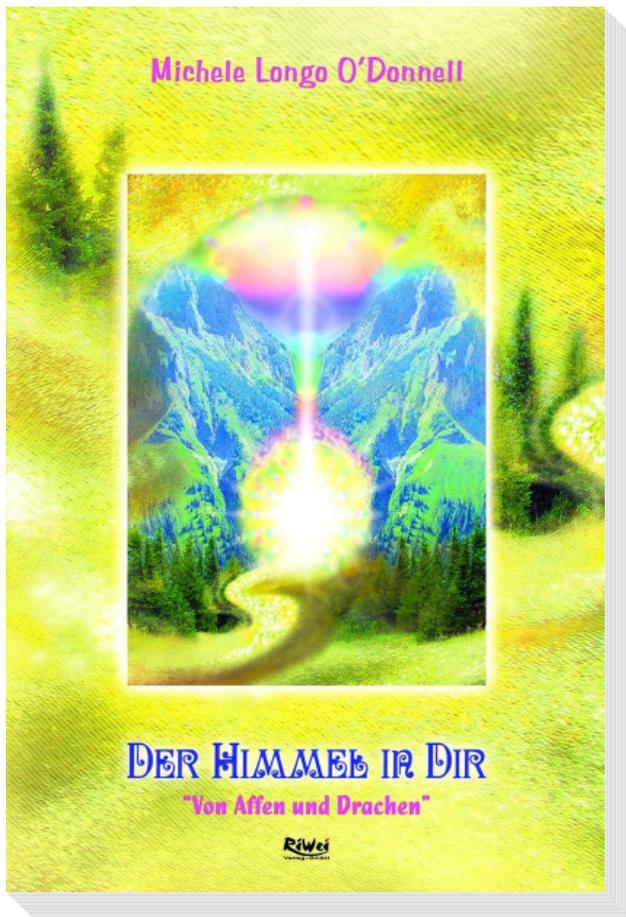
nicht zufrieden. Sie kam zu der Überzeugung, dass diese wunderbaren Vorgänge ein Ausdruck göttlicher Kraft sind. Ihre eigene Tochter kam mit schweren Schäden zur Welt. Instinktiv fand O'Donnell zu der Einstellung, dass die Einschränkungen ihres Kindes nicht Teil ihres Lebens seien. Sie identifizierte weder sich selber noch ihr pflegebedürftiges Kind über die körperliche Einschränkung. „Es war etwas, worum ich mich kümmern musste, aber nicht unsere Identität“, beschreibt O'Donnell ihre Erfahrung. Sie lebte damals innerhalb einer christlichen Gemeinschaft. Die spirituelle Übung, Gebete und Bibelstudium, ihre Kinder sowie ihre Arbeit als Krankenschwester bestimmten ihr Leben. In diesem Klima ereignete sich der Beginn der Heilung des Kleinkindes.

Die Autorin erzählt in diesem Buch von ihrem Weg, und wie sich die sieben Prinzipien in ihr verdichteten. Die anschaulich geschilderten Fallbeispiele lassen den Leser die Schlussfolgerungen der Autorin leicht nachvollziehen.

Leseprobe: Auf Seite 55 haben Sie die Gelegenheit das Buch und seine Autorin kennenzulernen. Abgedruckt ist das Kapitel: „Von Affen und Drachen“.

Michele Longo O'Donnell unterhält seit 15 Jahren eine eigene Klinik. Das „Holistic Health Care Center“ befindet sich in Texas.

Weitere Informationen unter:
www.micheleodonnell.com



Michelle Longo O'Donnell

Der Himmel in Dir

Von Affen und Drachen

200 Seiten, Softcover
ISBN 978-3-89758-308-5
Preis: € 19,80

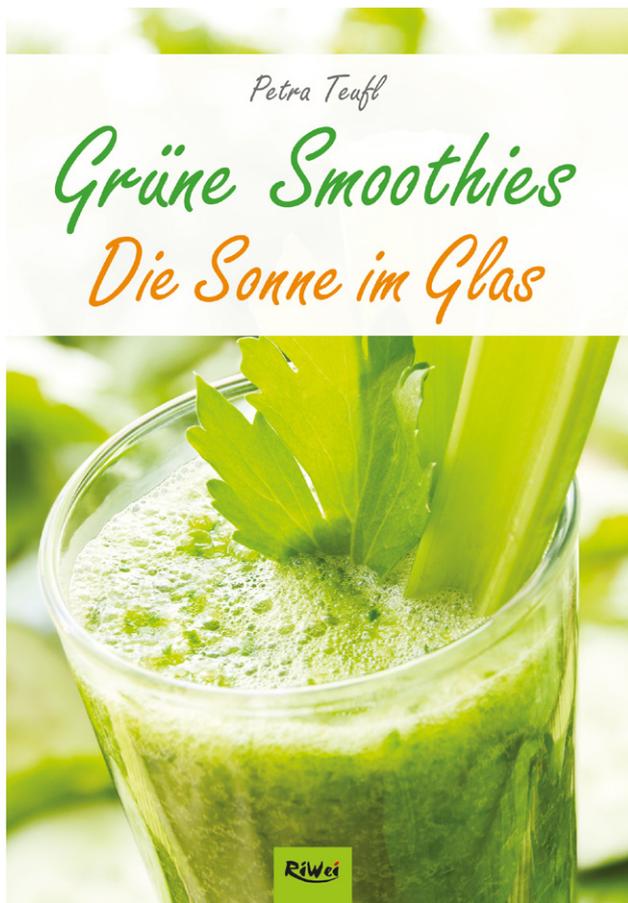


Michelle Longo O'Donnell

Der Gott, den wir geschaffen haben

Die Grundursache aller Krankheiten und ihr
Ansatz zur Heilung

280 Seiten, Softcover
ISBN 978-3-89758-318-4
Preis: € 24,80



Petra Teufl

Lenas 's Seelennahrung
Die Sonne im Glas

80 Seiten, Softcover,
durchgehend 4-farbig
Format: 19,5 x 13,5 cm
ISBN 978-89758-330-6
Bestellnummer: SA-330
Preis: € 5,90

In diesem Buch erläutert die Autorin die wesentlichen Zusammenhänge, die erklären, warum die pürierten grünen Blätter eine unschätzbare Bereicherung für eine ausgewogene gesunde Ernährung sind und warum Sie Sonne in Ihr Glas gießen, wenn Sie es mit dem Grünen Smoothie füllen.

Liste der geeigneten Zutaten, Rezepte für Einsteiger, Tipps für das Mixen und die Einführung in den Haushalt machen das Buch zu einem Handbuch für Neugierige auf "mehr Grün in Ihrem Glas".

Impressum

Zeitschrift 15 / September 2014
04. Jahrgang ISSN 2190-104X

Herausgeber und Verleger
RiWei-Verlag GmbH

Chefredakteur
Richard Weigerstorfer

Redaktion
Peter Walla
Petra Teufl

Autoren
Anita Radi-Pentz
Karin Gassner
Lena Lieblich
Magdalena Neuroth
Michael Wenzel Passer
Peter Wänke
Petra Teufl
Richard Weigerstorfer

Satz & Gestaltung
Peter Walla

Titelseite
Peter Walla
Foto: © shutterstock.de

Redaktionsanschrift
RiWei-Verlag GmbH
Baierner Weg 4
93138 Hainsacker

Tel.: 0941 7994570 E-Mail: redaktion@riwei.de
Fax: 0941 7994572 Web: www.herzgefuehl.com

Jahresbezug:
Die Zeitschrift „Herzgefühl“ erscheint 4-mal im Jahr. Ein 1-Jahres-Bezug kostet € 19,80 (inkl. Versand). Jahresbezug nach Österreich € 29,80 (inkl. Versand). Die Zeitschrift können Sie schriftlich abonnieren (siehe Adresse oben). Sie können auch im Internet unter www.riwei-verlag.de abonnieren.

Der Verlag übernimmt keine Haftung für verlorengegangene Zusendungen (Fotos, Auszüge und dergleichen). Der Verlag ist nicht verpflichtet, zugesandte Artikel zu veröffentlichen. Bei Abdruck eines Artikels, behält sich der Verlag Kürzungen vor. Der Verlag geht vom Wahrheitsgehalt der zugesandten Geschichten aus und übernimmt keinerlei Haftung, wenn Namen von dritten Personen und deren Erlebnisse veröffentlicht werden. Unverlangt zugesandte Artikel werden nicht zurückgesendet. Für unverlangte Manuskripte, Bilder u.ä. übernehmen Redaktion und Verlag keine Haftung. Ein Nachdruck oder Kopie (auch auszugsweise) ist nur mit Genehmigung des Verlags erlaubt.



100 %
pflanzlich

Garantiert
tierfrei

Fördert die Konzentration,
weitet die Gefäße und
sorgt für eine bessere
Durchblutung.

Erhältlich bei Wu-Wei GmbH
www.wu-wei.de





Urteilchen

Smoothie Mixer

Für noch mehr Sonne im Glas

- Hochleistungs-Mixer mit drei Geschwindigkeitsstufen
- bis zu 35.000 U/min.
- kraftvolle 1.800 Watt
- 2,5 Liter Behältervolumen
- sechs wartungsfreie Schneidklingen aus hochwertigem Edelstahl
- uvm.

Weitere Infos unter
www.wu-wei.de

