

Herzgefühl

für die neue Erde
Der Weg vom Kopf ins Herz

Aloe Vera
Der Arzt im
Blumentopf

Partnerschaften
im Wandel

Kosmische Kugelchen
Vom Vollmond und dem
Blaumond

Stabilisierter
Sauerstoff





Kostenloser
Sender

Keine
Anmeldung
erforderlich

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

Editorial

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

der Weg vom Kopf ins Herz könnte auch vom Bauch ins Herz umgetauft werden. Wissenschaftler wissen schon lange, dass unser Verdauungstrakt über 100 Mio. Nervenzellen besitzt, dass unser Bauch denkt und damit das Gehirn und seine Gedanken beeinflusst. So werden 95 % des selbst produzierten Serotonins (ein Glückshormon) im Verdauungstrakt hergestellt und wirkt auf unser Wohlbefinden sehr stark ein.

Das Bauchhirn arbeitet alleine, es denkt alleine und es trifft Entscheidungen, die sich unserem Intellekt entziehen. Manchmal bekommen wir sie als Bauchgefühl mit. Wenn wir zum Beispiel die berühmten Schmetterlinge im Bauch haben, dann läuft etwas gut. Wir setzen die rosarote Brille auf und fühlen uns in unserer Haut sehr wohl.

Ganz anders ist es, wenn uns ein Stein im Bauch liegt. Haben Sie schon einmal einen unangenehmen Brief bekommen und mussten dann ganz schnell zum Örtchen? Wahrscheinlich haben Sie den Brief noch gar nicht gelesen, aber unser Bauch kennt den Brief und reagiert darauf. Da kann unser Kopf denken was er will, der Bauch ist stärker.

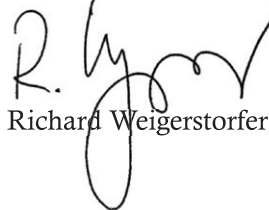
Wenn der Bauch nur sein Ding machen würde, wären wir arm dran, denn er kann sich nur aufgrund seiner Erfahrungen verhalten und denken. Es gibt aber einen Ausweg und zwar unser Herz. Unser Herz ist in der Lage, mit unserem Bauch zu kommunizieren.

Sie werden Sie sich nun fragen, wie? Ganz einfach, der Kopf denkt „alles ist gut“ und lässt diesen Gedanken in sein Herz sinken. Das Herz wandelt diesen Gedanken in das korrespondierende Gefühl um und gibt es weiter an den Bauch. Schon kann sich der Bauch entspannen und normal weiterarbeiten. Und dabei entsteht besonders viel Serotonin, das uns glücklich macht.

Noch kürzer geht es, wenn Sie sich immer wieder sagen: **Mein liebes Herz, übernimm du die Führung.**

Mussten Sie nun einen tiefen Atemzug machen? So, als wenn Ihnen ein Stein vom Herzen fällt? Das war die freudige Antwort Ihres Herzens.

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



Richard Weigerstorfer

PS.: Gerne senden wir auch an Ihre interessierten Freunde eine Ausgabe der neuen Herzgefühl.
Einfach anrufen und Anschrift durchgeben. Sie können aber auch mehrere Hefte zum Verteilen anfordern.



Richard Weigerstorfer
Geschäftsführer RiWei-Verlag GmbH

Inhalt



22



10



18



26



38

Kurzgeschichte

Die 9-Kuh Frau

Herzlicht-Kerzen

Es geht um Kerzengießen

Flüssige Kristalle

Mystiker

Blaise Pascal

Der Herz-Transmitter

Ein kleiner Begleiter, der alle drei Ebenen abdeckt

Kurzgeschichte

Der optimistische Königsberater

Partnerschaften im Wandel

Aloe Vera

Der Arzt im Blumentopf

6 Stabilisierter Sauerstoff 26
Zusätzliche Versorgung des Körpers mit O²

8 Sabine Morgner 30
Entdecke dein Inneres Bild

10 Trennkost vegetarisch 34
Die neue Art des Essens

12 Kosmische Kügelchen 38
Vom Vollmond und dem Blaumond

14 Kurzgeschichte 43
Der Mann und die Dunkelheit

17 Die Rettung der Welt 44
Für eine Welt ohne Geld – Teil 3

18 Leserbrief 48
Ein großes Dankeschön

22 Impressum 50



Die 9-Kuh Frau

Geschichte von Patricia McGerr, nacherzählt aus dem Englischen von Regina Swoboda

Es waren einmal zwei Freunde, die sich einen Traum erfüllten. Sie wollten mit einer kleinen Segelyacht die Erde umrunden. Sie starteten guten Mutes und alles lief sehr gut. Von Zeit zu Zeit liefen sie Häfen oder kleinere Inseln an, um Wasser und Lebensmittel aufzunehmen. Als sie bereits viele Wochen unterwegs waren, kamen sie zu einem Eingeborenenstamm. Ihr Empfang und die Gastfreundlichkeit waren so großartig, dass die Segler entschieden, hier ein paar Tage Pause einzulegen.

Einer der beiden Freunde wurde auf eine Frau aufmerksam und konnte seine Augen nicht von ihr abwenden. Schnell war klar, dass die Sympathie beidseitig war. Der Mann hatte nur noch die Frau im Kopf und schwärmte seinem Freund vor, wie attraktiv und strahlend sie sei, und dass er nie eine schönere Frau gesehen hätte – er war völlig verrückt vor Liebe. Sein Freund versuchte ihn auch auf andere, noch schönere und strahlendere Frauen aufmerksam zu machen. Aber nichts funktionierte. Schließlich beschloss der Verliebte dieser Frau einen Heiratsantrag zu machen.

Nun war es bei dem Eingeborenenstamm üblich, den Häuptling um die Hand einer Frau aus dem Stamm zu bitten und den Brautpreis festzulegen. Je nach den Qualitäten der Frau (Aussehen, Kochkünste, Wissen im Bereich Heilung, Fähigkeiten bei der Jagd, gebärfreudiges Becken, etc ...) bewegte sich der Brautpreis zwischen 1 Kuh für eine Frau mit wenig Qualitäten und 9 Kühen für eine Frau mit maximalen Qualitäten – der perfekten Frau schlechthin. In der Stammesgeschichte wurde dieser Brautpreis noch für keine Frau ausgesprochen.

Obwohl noch kein Fremder in den Stamm eingeheiratet hatte, willigte der Häuptling in die Hochzeit ein und legte den Brautpreis auf drei Kühe fest. Da sagte der Bräutigam: „Wie? Nur drei Kühe? Schau dir diese Frau doch an! Sie ist auf jeden Fall 9 Kühe wert. Ich zahle 9 Kühe!“ Der Häuptling war irritiert

und er erklärte, weshalb die Frau nur 3 Kühe wert sei. „Sie gehört nicht zu den Schönsten im Dorf. Ihr Jagdgeschick lässt sehr zu wünschen übrig und sie kann weder gut kochen noch ist sie sehr ordentlich.“ Doch der Werber blieb stur und sagte: „Ich zahle 9 Kühe!“ Der Häuptling war noch nie mit einer derartigen Situation konfrontiert gewesen und berief den Ältestenrat ein. Nach langen Diskussionen beschloss der Ältestenrat, dass der Mann die 9 Kühe bezahlen darf. Die Hochzeit war ein rauschendes Fest und am Tag danach segelte der Freund weiter. Er versprach, nach ein paar Jahren wieder zu Besuch zu kommen.

Fünf Jahre später legte eine Yacht am Steg des kleinen Dorfes an. Der Freund ging von Bord. Er war aufgeregt, seinen ehemaligen Segelpartner wiederzutreffen. Die erste Frau, der er begegnete war umwerfend schön. Sie trug ein Kind auf dem Arm und strahlte mehr als jede andere Frau, die er je zuvor gesehen hatte. Vor lauter Ehrfurcht traute sich der Segler gar nicht, diese anzusprechen. Er fand seinen Freund, der ihn unter Jubel willkommen hieß und ihm ein köstliches Essen vorsetzte. So gut hatte der Weltreisende noch nie gegessen. Das Fleisch war zart. Die Hütte war wohnlich eingerichtet, stilvoll und versprühte eine heimelige Atmosphäre. Der Freund erzählte, dass seine Frau die Königin der Jägerinnen sei und bald sein zweites Kind gebären würde. „Du hast sie ja schon gesehen“, sagte der Freund „unten am Steg.“ „Das war nicht deine Frau“, erwiderte der Segler. „Die Frau dort unten war die schönste Frau, die ich je gesehen habe.“ Und während er das sagte, kam sie zur Hütte und er erkannte sie voller Staunen. „Was um alles in der Welt ist der Grund, dass du dich so radikal verändert hast?“, fragte er sie. Sie lächelte ihr liebezendes Lächeln und antwortete: „Mein Mann hat 9 Kühe für mich bezahlt und behandelte mich jeden Tag unseres gemeinsamen Lebens so, wie es nur eine 9-Kuh-Frau verdient. Also konnte ich gar nicht anders, als mich in eine 9-Kuh-Frau zu verwandeln. Genau in die Frau, die er immer in mir gesehen hatte.“



Ich bin einfach
glücklich

Einfach glücklich sein, das wünschen wir uns wohl alle. Doch wie soll das gehen, werden Sie sich nun fragen. Ganz einfach! Sie lassen sich von mir anstecken und machen das Gleiche wie ich. Dass glücklich werden so einfach sein soll, wollen Sie mir nicht glauben?

Ich kann Ihnen Versprechen: Es klappt! Denn das, was ich gemacht habe, spricht das Gefühl ganz tief in uns an und macht zufrieden und glücklich.

Was meine Seele berührt

Bei dieser Tätigkeit habe ich immer das gleiche innere Bild. Ich bin ein Steinzeitmensch und sitze in meiner Höhle. Draußen ist es sehr kalt und dunkel. Aber ich habe ein Licht, das mich wärmt und die Dunkelheit vertreibt. Ich weiß auch, dass ich noch viele Lichter habe, die über die kalte, dunkle Zeit hinweghelfen, Sicherheit für mich und meine Sippe geben. Dieses Wissen um die Lichter erfreut und erfüllt mich.

In meiner Küche fülle ich mit einem Milchkännchen eine Flüssigkeit in kleine und große Gläser. Vorsichtig stelle ich einen Docht, der ein kleines Metallfüßchen hat, in die flüssige Masse. Wie lang wird diese Kerze brennen? Das Glas hat sechs Zentimeter Durchmesser und ist dreizehn Zentimeter hoch. Es ist also mit etwas mehr als einem viertel Liter Wachs gefüllt. Bei einem Docht, der aus 35 miteinander verwobenen Baumwollfäden besteht, wird diese Kerze ungefähr 60 Stunden brennen.

Ich muss schmunzeln und das schöne Gefühl durchdringt mich wieder. Viele lange Nächte wird mir diese eine Kerze Licht schenken. Ich erinnere mich an den Höhlenmenschen. Ja, es ist etwas ganz Elementares jederzeit auf Feuer zurückgreifen zu können. Kommt das schöne Gefühl daher, dass dieser Zusammenhang Schichten meiner Seele berührt, die von den ersten Menschen noch einen Abdruck tragen?

Kerzen selber gießen

Ich mache einen Test und schenke ein Kerzengieß-Set einem Freund. Das Set besteht aus einem kleinen Eimer mit 100% pflanzlichen Stearin-Flocken, einer Hand voll Dochte, einige Alunäpfchen und Farbkügelchen, damit er zuhause auch Kerzengießen kann. Ich bin neugierig, was er empfindet und rufe ein paar Tage später an. Fehlanzeige. „Ich bin noch nicht dazu gekommen, am Wochenende will

ich es versuchen“, antwortet mein Freund. Gut, weiter warten. Ich brauche aber kein zweites Mal anzurufen, er ruft mich von sich aus an. Er erzählt ganz aufgeregt und freudig, was er für schöne Kerzen gegossen hat. Und dass er nun so glücklich ist. Diese Tätigkeit hat in ihm eine Lawine von Freude und Zufriedenheit losgetreten, dass er mich am liebsten durch das Telefon umarmen würde.

Geht es anderen auch so?

Ich will noch mehr Testpersonen beobachten. Eine ist besonders feinfühlig und auch hellichtig. Sie arbeitet mit dem Urteilchen-Strahler und hat eine ganz besondere Entdeckung bzw. Beobachtung machen können. Sie erzählte mir, dass sie das flüssige Wachs während des Abkühlvorganges mit dem Urteilchen-Strahler und einem Transmitter „Tiefer innerer Frieden“ bestrahlt hat. „Die Stearinkristalle speichern diese Information und Energie in wunderbarer Weise“, schwärmte sie. „Immer wenn ich die Kerze anzünde, breitet sich diese wunderbare Schwingung für alle deutlich spürbar aus. Es kehrt wirklich tiefer innerer Frieden in mir ein und auch der Raum wird von tiefen Frieden erfüllt. Und, damit ich es nicht vergesse, auch ich wurde beim Gießen der Kerzen immer glücklicher.“

Ich kann es immer noch nicht ganz glauben. Kann man mit einer so einfachen Tätigkeit so tiefe Freude auslösen? Ich denke mir: vielleicht ist es ja nur Einbildung. Ich hebe mein Milchkännchen, das mit flüssigem Wachs gefüllt ist und fülle langsam das nächste Glas. Dabei komme ich nicht umhin, richtig breit zu grinsen.



Auch wunderschöne farbige Teelichter habe ich mit meinem Kännchen gefertigt.



Flüssige Kristalle

Lena Lieblich

Es gibt für mich kein faszinierenderes Material als Stearin. Stearin ist weiß. Schmilzt man es, so wird es glasklar. Es ist vollkommen geruchsfrei und wird nicht ranzig.

Das Beste am Stearin ist aber die Eigenschaft, beim Erkalten Kristalle zu bilden. Als kleiner Junge habe ich immer die Eisblumen am Fenster bewundert, die ganz langsam gewachsen sind. Meist vom Rande her

zur Mitte und dann in die Dicke.

Fülle ich heute Stearin in ein Glas, so kann man beim Abkühlen des Waxes das Wachsen der Kristalle im Zeitraffer beobachten. Wie hauchzarte Girlanden wachsen sie von unten nach oben, drehen und winden sich dabei und die Struktur, die dabei entsteht, gleicht einem wunderschönen Gemälde. Ab einem gewissen Punkt ist auch die Oberfläche so

abgekühlt, dass erst nur vereinzelt Kristalle darauf schwimmen. Bläst man leicht auf die Oberfläche, wachsen sehr schnell weitere Kristalle nach, bis die ganze Fläche „zugefroren“ ist.

Löscht man eine Stearinkerze, so kann man dieses Schauspiel jedes Mal beobachten, wenn das Wachs wieder fest wird.

Stearin wird aus den Kernen der Palmöl-Palme gewonnen. Einige Kunden haben uns auf die Waldrodungen hingewiesen, die noch immer stattfinden sollen, damit Palmöl-Plantagen errichtet werden können. Dazu muss ich sagen, dass die Berichterstattung manchmal etwas schwer nachzuverfolgen ist. Ein Lieferant von Stearin erzählte mir, dass Nachbarinseln von Singapur die Plantagen niederbrannten und monatelang die Rauchfahnen zu sehen waren, weil der Markt keinen vernünftigen Preis bezahlte.

Stearin wird in großen Mengen seit über 100 Jahren für alles Mögliche verwendet. So gibt es fast keine Creme, die nicht Palmöl enthält. Im Bereich der Ernährung wird Palmöl aufgrund seiner ausgezeichneten Hitze- und Oxidationsstabilität eingesetzt. Außerdem wird es international verwendet für die Herstellung von Backwaren, Margarine, Süßwaren und auch für Kakaoglasuren, Eiskonfekt, Cremeüberzüge und schnell schmelzende Schokoladenfüllungen, Toffees und Karamell. Durch verschiedene Veränderungen kann es auch zu hochwertigen Spezialfetten für die Süßwarenindustrie umgewandelt werden.

Das ölhaltige Fruchtfleisch ist das begehrte Produkt der Palmplantagen-Betreiber. Die harten Steinkerne sind es aber, die das Wachs für unsere Kerzen liefern. Die Kerne mit dem daraus gepressten Kern-Öl sind mehr ein Nebenprodukt, das in den Anfängen der Ölplantagen einfach kompostiert wurde.

Ich habe mich lange und kritisch mit dem Stearin als Kerzenmaterial auseinandergesetzt und bin zu dem Schluss gekommen, dass wir das Stearin aus den Kernen mit gutem Gewissen verwenden können. Der Großteil der weltweiten Palmölproduktion wird mit etwa 71,5 % für Nahrungsmittel (Margarine, Küchenfett) verwendet. Etwa 21,5 % werden für die industrielle Produktion von Reinigungsmitteln und Kosmetika verwendet und etwa 5 % fließen in die energetische Nutzung (Quelle: Wikipedia) ein. Dabei ist das Öl aus den Kernen nicht mit eingerechnet. Es würde keine einzige Palme wegen der Kerne angebaut, sondern nur wegen des sehr öligen Fruchtfleisches.

Und noch was: Sammeln Sie die anfallenden Wachsreste in Ihrem Haushalt. In der nächsten Aus-

gabe der Herzgefühl werde ich Ihnen einige Dinge verraten, die sich mit Wachsresten machen lassen.



Schon nach wenigen Minuten Abkühlen, bildet das Stearin eine kristalline Haut.



Bei den Herzlicht-Kerzen sieht die kristalline Struktur wunderschön aus. Das reine Anschauen der Kerze erfüllt mich mit Freude.



Bild: © shutterstock.de

Blaise Pascal

(1623 - 1662)

Verbindung von Herz und Verstand

Anita Radi-Pentz

„Schreib doch mal einen Artikel über den Mystiker Pascal!“, ermunterte mich Richard Weigerstorfer in einer Redaktionssitzung. „Einen Mystiker namens Pascal? Den kenne ich nicht!“, antwortete ich. „Natürlich kennst du ihn: Blaise Pascal!“ – „Den aus dem Physikunterricht? Was hat der denn mit Mystik zu tun?“

*Menschliche Dinge
muß man kennen, um
sie zu lieben. Göttliche
muß man lieben, um
sie zu kennen.
Blaise Pascal*

Ich vermute, Ihnen geht es ebenso wie mir. Blaise Pascal ist aus dem Schulunterricht als Genie der Mathematik und Physik bekannt. Doch ebenso hat er als christlicher Philosoph seine Zeit geprägt und vielfältige Diskussionen angestoßen. Geboren wird Pascal in Frankreich am 19. Juni 1623. Als er drei Jahre alt ist,

stirbt seine Mutter. Er wächst mit dem Vater und 2 Schwestern auf. Der Vater unterrichtet den kränklichen Jungen selber. Er erkennt dessen naturwissenschaftliche Hochbegabung und zieht mit der Familie 1631 nach Paris, um den Kindern ein anregendes Umfeld zu schaffen. Schon mit 12 Jahren entwickelt Blaise Pascal mathematische Regeln über Kegelschnitte. Später konzipiert er eine Rechenmaschine, die seinem Vater bei seiner Aufgabe als Steuerbeamter hilft. Ganz sicher haben Sie den Namen Pascals schon im Alltag verwendet: Ihr Barometer zeigt den Luftdruck in Hektopascal an. Diese Maßeinheit ist nach Blaise Pascal benannt. Mit Religion und Glaube hat die Familie

keine Berührungspunkte. Bis der Vater sich 1646 nach einem Unfall erholt. Dabei lernt die Familie die Lehren eines holländischen Reformbischofs kennen. Vater und Kinder werden regelrecht fromm, so dass eine Schwester beschließt, ins Kloster einzutreten. Weder seine schwächelnde Gesundheit noch die Hinwendung zum Glauben halten Blaise Pascal davon ab, sich am gesellschaftlichen Leben von Paris zu beteiligen. Doch nach einem Erweckungserlebnis mit 31 Jahren bricht Pascal schließlich mit seinem bisherigen Leben. Er zieht sich von der Welt zurück. Diese Wende wäre rätselhaft geblieben, hätte nicht ein Diener nach seinem Tod im Futter seiner Jacke ein Stück Pergament gefunden. Darauf hatte Blaise Pascal in seinem „Memorial“ für sich selbst aufgeschrieben, wie er zum kosmischen Bewusstsein erwachte. Dass ihn die äußeren Ereignisse des Lebens nach dieser spirituellen Erfahrung nicht mehr sehr „bewegten“, beschreibt der Naturwissenschaftler Pascal an einem physikalischen Beispiel:

„Die Kleinen und die Großen erleiden die gleichen Zufälle, den gleichen Ärger und die gleichen Leidenschaften; aber der eine befindet sich am Rande des Rades und der andere in der Nähe der Nabe, des Mittelpunkts und so wird er von den gleichen Bewegungen weniger erschüttert.“

Herz und Hirn

Was mich am Anfang überraschte, war, dass Pascal als Naturwissenschaftler und Mystiker bekannt war, was für die damalige Zeit tatsächlich eine Besonderheit war. Gerade hatte die Gesellschaft begonnen, Glaube und Wissen zu trennen. Das Zeitalter der Aufklärung stand vor der Tür. Unter Einsatz des Verstandes sollten alte Strukturen verändert werden. Für Pascal ging das Eine nicht ohne das Andere. Das wissen Sie als Herzgefühl-Leser besonders gut: Der Kopf ist ohne das Herz arm dran. Um den Alltag zu bewältigen brauchen wir auch den Ver-

stand. Die Lösung: Benutzen Sie beides.

Nicht nur für kühle Rechner

Kennen Sie das Pascalsche Dreieck? Nach diesem Prinzip lernen schon Grundschüler das Addieren. Im Dreieck, das sie auf der Abbildung sehen, wird von oben nach unten gerechnet. Immer zwei Zahlen, die nebeneinander stehen, ergeben zusammengezählt, die Zahl darunter.

Ich sehe dazu etwas anderes im Zahlendreieck: alles erwächst aus dem einen Höchsten, dem Einen und wird von ihm beschirmt. Ob Blaise Pascal eine solche Symbolik beabsichtigt hat, weiß ich nicht. Fragen Sie Ihr Herz und Ihren Verstand.

			1					
			1		1			
			1	2	1			
			1	3	3	1		
			1	4	6	4	1	
			1	5	10	10	5	1



Blaise Pascal
(1623 - 1662)

Pascalsches Dreieck

Die Natur hat Vollkommenheiten, um zu zeigen, dass die das Abbild Gottes ist, und Mängel, um zu zeigen, dass sie nur das Abbild ist.

*Gott begreift man nur mit dem Herzen,
nicht mit dem Verstand.*

Wie wohl fühlt sich der Mensch, wenn er vom vergeblichen Suchen des Heils im weltlichen Leben erschöpft, ermattet, seine Hände zu Gott ausstreckt.

Blaise Pascal





Bild: © shutterstock.de

Der Herz Transmitter

Dieser kleine Begleiter deckt alle drei Ebenen ab. Das körperliche Herz, das emotionale Herz und das mentale Herz ...

Richard Weigerstorfer

Unser Herz ist ein einmaliges Organ. Tag und Nacht schlägt es. Während alle anderen Organe Ruhezeiten haben, in denen sie nichts tun, muss unser Herz ununterbrochen für die Aufrechterhaltung des Lebens sorgen.

Unser physisches Herz

Umweltgifte, falsche Ernährung, zu wenig Bewegung uvm ... machen es unserem Herzen schwer, die Arbeit gut zu machen. Die Menge an Herzkrankheiten und Herztoten macht deutlich, wie groß das Problem wirklich ist. Was braucht unser physisches Herz, um gesund zu bleiben?

Wir haben in diesen Transmitter alles an Informationen eingespeist, was uns wichtig und bekannt ist. Dazu gehören auch die umgebenden Faktoren wie Blutdruck, gesunde Adern und richtiges Basen-/ Säureverhältnis. Ebenso Bereiche wie: Lust auf Bewegung in frischer Luft und Appetit auf gesundes Gemüse und Obst sind bei der Auswahl der Informationen bedacht worden.

Unser emotionales Herz

Sorgen und Ängste werden über die Medien verbreitet wie noch nie. Noch vor 100 Jahren haben wir es

nicht einmal erfahren, wenn sich Menschen irgendwo auf der Erde die Köpfe eingeschlagen haben. Heute bekommen wir alles brühwarm und gleich mehrmals hintereinander serviert, noch dazu so stark emotional aufbereitet, dass es uns wirklich zu Herzen geht. Auch unsere persönlichen Baustellen der Liebe und des Zusammenlebens haben sich beschleunigt. Früher brauchte ein Brief Tage und oft hat man erst einmal darüber geschlafen, bevor man ihn abgeschickt hat. Heute belasten uns so viele verschiedene Dinge, die uns oftmals gar nichts angehen. Der größte Heiler für emotionale Verletzungen ist die Liebe, deren Sitz auch im Herzen zu finden ist. Können wir etwas oder jemanden liebevoll verstehen, so belastet es uns nicht mehr, sondern wir finden aus diesem liebevollen Verstehen heraus eine Lösung, wie es künftig besser gehen kann. So verwundert es auch nicht, dass „Liebesfähigkeit und Verstehen“ die beiden wichtigsten Informationen sind, die auf der emotionalen Ebene helfen können. Wertfreies Beobachten und liebevolles Annehmen gehören zu den Informationen.

Unser mentales Herz

Es sind die Gedanken, die Gefühle erzeugen. Es sind Gefühle, die Gedankenketten auslösen.

Wir kennen die Endlosschleife, in die wir oft geraten, wenn wir uns in einem Herzensproblem befinden, wie z. B. bei Liebeskummer. Wir denken klar bis zu einem bestimmten Punkt, an dem uns die Emotion einholt und springen dann wie bei einer Schallplatte eine Rille zurück und beginnen erneut von vorne. Stärken wir unser mentales Herz, so wird unser Denken nicht mehr problembezogen ablaufen, sondern lösungsorientiert. Das ist eine ganz andere innere Ausrichtung, die unser Herz nährt und lebendig erfrischt.

Nebenwirkungen des Transmitters:

Es kann sein, dass Sie beginnen, Ihr Leben neu auszurichten. Das hat natürlich mit einigen Übergangserscheinungen zu tun. Ihre Umwelt versteht Sie vielleicht nicht mehr und bekommt erst einmal Probleme, weil sie auf Schuldzuweisungen nicht mehr mit einem schlechten Gewissen reagieren, sondern selbstbewusst neue Lösungen des Zusammenlebens vorschlagen.

Sie werden sich mit der Zeit anders ernähren und Zugang zur Natur finden. Sie werden das Herz öfters stark in Ihrem Körper klopfen hören, aber vor lauter Freude und nicht vor Angst wie früher.

Wie wird der Transmitter angewandt?



Den Transmitter können Sie unter www.wu-wei.de bestellen



Bild: © shutterstock.de

Der optimistische Königsberater

Lena Lieblich

Es war einmal ein König. Dieser König hatte einen Berater, der ihm manchmal durch seinen extremen Optimismus ganz schön auf die Nerven ging.

Eines Tages zerkleinerte der König gerade mit einem riesigen Messer eine Kokosnuss, als neben ihm unerwartet ein Vogel aufflog. Der König erschrak und hackte sich dabei mit dem Messer einen Zeh ab.

Der König schrie vor Schmerz und Wut auf und humpelte zu seinem Berater, um ihm das Unglück zu zeigen.

„Das ist wunderbar!“, rief der Berater.

„Wie bitte?“, fragte der König verdutzt.

„Na, ich sage, dass dieses Unglück ein Segen ist. Verlasst Euch auf mich, denn es wird sich zeigen, dass dieser Unfall sein Gutes hatte.“

Dem König reichte es nun. Er ließ den Berater in einen trockenen Brunnen werfen und entschied, zurück zum Schloss zu gehen.

Auf dem Weg dorthin überfiel ihn aber eine Ban-

de von Kopfjägern, die auf der Suche nach einem Menschenopfer für ihren Gott waren. Der König schien ihnen da genau richtig.

Als jedoch der Schamane der Kopfjäger sah, dass dem König ein Zeh fehlte, sprach er: „Nein, dich können wir als Opfer nicht gebrauchen. Der Gott akzeptiert nur vollständig unversehrte Körper.“ Man ließ den König laufen.

Der König war überglücklich. Da fiel ihm plötzlich ein, dass er ja seinem Berater bitter Unrecht getan hatte. Er lief zurück und ließ den Berater aus dem Brunnen holen.

„Bitte entschuldige, dass ich dich in den Brunnen werfen ließ“, sagte er und erzählte ihm, was vorgefallen war.

„Kein Grund, sich zu entschuldigen Euer Hoheit. Es war ein Segen, dass Ihr mich in diesen Brunnen geworfen habt!“

„Aber wie kannst du denn auch darin wieder etwas Gutes sehen?“, fragte der König.

„Na, wäre ich hier nicht im Brunnen gesessen, hätten die Kopfjäger doch mich als Opfer genommen!“

Kommentar von Richard Weigerstorfer:

Bezeichnenderweise hatte ich die Geschichte schon vor meinem Unfall ausgewählt. Nun, 14 Tage danach, kann ich nur sagen, mein Handgelenkbruch war ein Geschenk. Obwohl schmerzhaft, möchte ich ihn nicht mehr missen. In tausend kleinen Situationen kann ich lernen, was ich mir schon lange vorgenommen habe. Bei mir sind es: „Ruhiger tun, weniger neue Projekte, Wesentliches zuerst erledigen, Delegieren usw.“ Hätte ich mich schon beizeiten bemüht, so hätte der Unfall nicht sein müssen, das sagt mir nun meine innere Stimme.



Partnerschaften im Wandel

Willst du mit deinem Partner in Liebe verbunden bleiben? Dann Lass ihn los! Eine liebevolle Partnerschaft gelingt durch Loslassen.

Karin Gassner

Meine hier beschriebenen Erkenntnisse und Sichtweisen basieren auf Erfahrungen in meinen eigenen Partnerschaften sowie aus meiner Arbeit, als Lomi Lomi Nui Masseurin. Die Gespräche mit meinen Kunden waren hierbei Inspiration. Ich freue mich über jede Partnerschaft, in der ein

glückliches, freies, spannendes Miteinander die Basis bildet. In der Wachstum und Wandel für beide in Liebe und Freude gelebt werden. Denn, wie wir wissen, ist das Leben einem ständigen Wandel unterworfen. Die einzige Sicherheit, die es in Wahrheit gibt, ist der Wandel selber. Gerade in Partnerschaften können wir große Veränderungen feststellen.



Foto: © shutterstock.de

Es gibt keine beständige Sicherheit. Wir möchten gerne an schönen Situationen festhalten, sie dauerhaft erleben. Gleichfalls möchten wir Streitigkeiten, Meinungsverschiedenheiten und negative Gefühle, ausschließen, auf Dauer von uns fern halten. Es ist als solches aber das Wesen jeder Beziehung, alle Gefühle in uns aufzuzeigen. Es liegt in der Eigenschaft der Rolle des Partners, Gefühle im Gegenüber aufzuwühlen, die noch nicht im Einklang sind, damit sie sich wandeln können.

Der Partner löst Gefühle aus, die wir bereit halten

Im Alltag machen wir Schuldzuweisungen, geben dem Partner die Schuld, wenn uns etwas verletzt und unglücklich macht. Dazu möchte ich sagen, dass alle Gefühle hausgemacht sind. Niemand kann ein Gefühl in uns erzeugen, außer wir selbst. Der Partner zeigt uns nur all unsere Gefühle auf, negative wie positive. Er ist der Auslöser, der unseren Gefühlen Raum gibt.



Foto: © shutterstock.de

Dabei spielen unsere Gedanken eine wesentliche Rolle. Unsere Gedanken erschaffen unsere Erfahrungen. Gedanken spiegeln im Grunde nur das, was wir über uns selbst, über Partnerschaft an sich oder über das Verhalten anderer denken, glauben. In Liebesbeziehungen sind wir eng miteinander verbunden. Deshalb drückt der Partner viel intensiver auf unsere ungelösten, nicht verarbeiteten, oder überholten Schmerzpunkte. Er erinnert uns an das, was in uns gewandelt werden möchte. Der Partner spiegelt unsere inneren Einstellungen.

Jeder Schmerz den wir fühlen, trägt seine Ursache in uns selbst. Solange wir an ihm festhalten, kann keine Heilung geschehen. Heilung geschieht durch Loslassen. Loslassen bedeutet nicht den Partner zu verlassen. Das wäre keine Lösung. In der nächsten Partnerschaft würden uns wieder genau dieselben Schmerzpunkte begegnen. Dies geschieht solange, bis wir in der Lage sind, diese zu wandeln.

Loslassen bedeutet: sich dem Wandel hingeben. Es ist notwendig das anzusehen, was da in uns ist, dann kann es in Liebe gewandelt werden.

Jede Abhängigkeitsstruktur innerhalb einer Partnerschaft ist aus Angst entstanden. Sie ist niemals Liebe. Liebe ist immer frei! Abhängigkeit bedeutet, sein Glück in die Hände eines anderen zu legen.

Was passiert dadurch? Wenn der Andere nicht so handelt, wie wir uns das wünschen, empfinden wir

Schmerz, Wut, Trauer. Wir machen unser Glück abhängig vom Verhalten des Anderen. Wir machen unsere Liebe abhängig vom Verhalten des Anderen. Was geschieht dadurch? Wir setzen den Partner unter Druck. Druck erzeugt immer Gegendruck. Es entsteht ein Machtkampf. Wenn Du das tust, Dich so verhältst dann ... Drohungen! Auf diese Weise aufgezeigte Grenzen spiegeln immer einen Mangel an Liebe und Verständnis. Alles was wir dadurch erreichen, ist ein immer größer werdender Abstand voneinander.

Gelernte Verhaltensmuster

Wir haben diese veralteten Richtlinien zur Partnerschaft zum größten Teil von unseren Eltern und Großeltern übernommen. Würden diese Richtlinien Sinn machen, wären all die Partnerschaften vollkommen glücklich.

Die Wahrheit sieht aber oft ganz anders aus. Im Grunde leben viele in einem selbst erschaffenen Gefängnis, in dem nur wenig Raum zur Entfaltung der eigenen Person enthalten ist. Mancher zieht sich immer mehr zurück und findet sich irgendwann damit ab. Andere trennen sich, andere gehen fremd oder lügen um sich Freiheit zu verschaffen. So sieht es leider bei vielen aus.

Im Außen erscheinen diese Partnerschaften vielleicht glücklich, aber sind die Partner es wirklich?

Glücklich bedeutet für mich freie Entfaltung, ein liebevolles Miteinander, erfüllte Sexualität, bereichernde Gespräche.

Was kann verändert werden?

Wie erschaffen wir nun glückliche Partnerschaften? Indem wir beginnen den Partner als Geschenk zu betrachten. Er ist kein Eigentum, das verpflichtet ist, nach unseren Richtlinien zu handeln.

Eine einfache Frage: Wann sind wir gerne mit einem Menschen zusammen? Wenn wir das Gefühl haben, wir selbst sein zu können. Wenn wir die Freiheit fühlen, das zu tun, was unser Herz uns sagt. Ich denke, es ist das Wichtigste, auf unser Herz zu hören, uns zu verwirklichen. Ein wirklich liebender Partner wünscht sich, dass wir glücklich sind und den Weg unseres Herzens gehen. Das hat aber immer mit Loslassen zu tun. Es ist schön, wenn der Partner die gleichen Wünsche hat wie wir. Aber es ist möglich, dass er andere hat. Wenn der eine Partner z. B. gerne Ski fährt, der andere aber nicht, was ist dann die Lösung? Soll der eine aus Rücksicht das Skifahren lassen? Nein! Ich denke nicht, dass Liebe damit zu tun hat etwas aufzugeben. Die Partner könnten gemeinsam fahren: der eine fährt Ski der andere macht das, was ihm gut tut. Spazieren gehen, Wellness, schwimmen, lesen. Oder der eine fährt alleine Ski

und der andere bleibt zuhause. Schon kommt es zu Unstimmigkeiten. Es tauchen Gefühle und Gedanken auf wie Eifersucht. Der eine will nicht alleine sein oder will dem anderen sein glücklich sein nicht gönnen. Es gibt viele Beispiele dafür. Das wichtige sind die Gefühle, die auftauchen, wenn der Partner seine Freiheit in Anspruch nimmt.

Nähe entsteht durch Loslassen

Diese Gefühle dürfen wir alle wandeln und heilen. Wir können loslassen und dem anderen sein Glück gönnen! Wir können ihm seine freie Entwicklung ermöglichen. Je mehr wir loslassen, desto näher führt das Leben uns zusammen. Dies geschieht nicht durch krampfhaftes Festhalten aus Angst, sondern durch die freie Liebe, die zu fließen beginnt. Die Partnerschaft bleibt auf diese Weise spannend. Die Partner haben sich wieder etwas Neues zu erzählen. Sie freuen sich wieder aufeinander, wenn jeder seinen Raum der Entwicklung auslebt. Eine lange wirklich glückliche Beziehung entsteht durch Loslassen und sich immer wieder neu zu vereinen. Es ist dann ein freies, glückliches Zusammensein. Hier dürfen alle Gefühle des Mangels beider Partner heilen. Ein Transformationsprozess, der, wenn wir es zulassen in einer glücklichen Partnerschaft auf Dauer endet.



Foto: © shutterstock.de

Partnerschafts Ritual bei Lomi Lomi Nui

In Hawaii wird die Lomi Lomi Nui Massage als wundervolle Segnung in einem Partnerschafts Ritual praktiziert. Dabei werden beide Partner in einem Raum nebeneinander massiert, um die Beziehung zueinander zu stärken und gemeinsam zu genießen. Gerne berate ich Sie über verschiedene Anwendungen in meiner Praxis.

Karin Gassner
Praxis für hawaiianische Körperarbeit, Coaching & Hypnose
Arzbergerstr. 8
93057 Regensburg
www.harmonie-elements.de
harmonie.elements@gmx.de
Telefon 0941/6307493

Ein Gespräch mit Richard Weigerstorfer und Karin Gassner können Sie sich unter www.riwei.tv kostenlos anschauen.



Aloe Vera

Der Arzt im Blumentopf

Corinna Herbst

Eine Aloe ist keine Agave

Es gibt viele Aloe-Arten, von denen nur die eine die „wahre“ – die Aloe-Vera genannt wird. Sie sieht aus, wie eine Agave, gehört aber zu den Sukkulente n aus der Familie der Liliengewächse. Botaniker nennen sie Babados-Aloe-Linné oder Babados-Aloe-Miller. Beide Varianten bezeichnen dieselbe Pflanze. Der Namensunterschied kam durch die beiden europäischen Forschungsreisenden L.Linné, der die Pflanze 1753 „entdeckte“ und M.Miller, der ebenso für sich in Anspruch nahm, diese einige Jahre später neu entdeckt zu haben. Dabei ist die Aloe-Vera eine der ältesten, bekannten Heilpflanzen auf verschiedenen Kontinenten dieser Erde. Sie gedeiht nämlich überall dort, wo die Sommer heiß und trocken sind und die Winter mild. Dieses Klima findet man sowohl in Südamerika und in den Südstaaten der USA, im Nahen Osten, Mittelmeerraum und in Asien. Erste schriftliche Zeugnisse über den Gebrauch der Pflanze im Gesundheitsbereich hinterließen die Sumerer in der Stadt Nippur um 2200 v.Chr. Spätere Aufzeichnungen aus dem alten Ägypten listen zwölf Rezepte für

Mittelkombinationen mit der Aloe-Vera zur Behandlung innerer und äußerer Symptome auf. Sie nutzten die Pflanze auch für den Prozess der Mumifizierung. Neben dem physischen Nutzen, den die alten Kulturen des Mittelmeerraumes und Nordafrikas aus der Pflanze zogen, beinhaltete sie für viele auch religiöse Symbolik. Sie stand für die Erneuerung des Lebens und half den Toten bei ihrer Wanderung durch das Totenreich.

Inhaltsstoffe: Mehr geht nicht!

Eine junge Pflanze braucht 3 - 4 Jahre, bis sie ausgereift und für uns erntereif ist. Die Zeit des Wartens lohnt sich! Das durchsichtige Gel aus dem Blatinneren besteht neben einem Wasseranteil aus ca. 160 bioaktiven Verbindungen. Zahlreiche Enzyme, Mineralstoffe, essentielle Fettsäuren, Aminosäuren, Vitamine und andere Vitalstoffe, bilden einen Reichtum, den keine andere Pflanze in sich birgt. Den Hauptbestandteil bilden Mucopolysaccharide. Dies ist der Stoff, mit dem der Raum zwischen den menschlichen Zellen ausgefüllt ist. Aloe-Vera stärkt damit insbesondere die Zellwände.



Bild: © shutterstock.de

Aloin - Gebrauch ist gesetzlich geregelt

Aus der Faserschicht eines Blattes lässt sich ein gelber, bitterer Saft gewinnen, der Aloin enthält. Dieser Wirkstoff gilt nicht nur gesetzlich als Arzneimittel. Aloin, das auch aus anderen Aloe-Arten gewonnen wird, findet sich als Bestandteil in jedem gängigen Abführmittel. Der Aloinanteil eines Produktes ist gesetzlich auf 1ppm (part per Million) begrenzt. Aloe-Vera Produkte in ihren verschiedensten Formen, die im freien Handel erworben werden können, sind deshalb ohne Aloin-Anteile.

Aloe Vera wirkt innen und außen

Aloe-Vera wird als Getränk angeboten, mal pur oder mit Obst- und Gemüsesäften. Sie ist als Pulver in Räuchermischungen zu finden, in Kosmetikartikeln und als Hautbalsam. Natürlich kann die Aloe auch als Topfpflanze gedeihen. Wenn Sie eine kleine Brandwunde haben, einen Insektenstich oder eine Schürfwunde

„zapfen“ sie ein Blatt an und träufeln den Saft auf die Hautstelle. Scheuen Sie sich nicht ein Blatt anzuschneiden. Die Aloe kann diese Stelle innerhalb kurzer Zeit selber wieder schließen.

Insgesamt wirkt die Aloe Abwehr stärkend, regenerativ, reinigend und sie wirft den Motor der körpereigenen Selbstheilungskräfte an. Es ist kein Wunder, dass die Pflanze als Heilmittel in der alternativen Medizin ihren Platz gefunden hat. Das Besondere, das die Aloe für uns Menschen bietet, ist die Vielfalt der Inhaltsstoffe. Da die Pflanze inzwischen auf Farmen angebaut wird, ist man nicht auf den Wildbestand angewiesen, um den großen Bedarf zu decken.

Columbus brachte die Pflanze mit nach Europa und nannte sie „Arzt im Blumentopf“

Rezepte

Das herbe Aroma der Aloe lässt sich besonders mit leicht bitteren Obst- und Gemüsesorten kaschieren: Grapefruit, Bittersalate, Bitter Kas (ohne Alkohol), Campari (mit Alkohol)

25 ml Aloe-Vera-Saft, 75 ml Gemüsesaft, Salz, Pfeffer, Tabasco nach Geschmack: Tomate, Sellerie, Paprika, Karotte ...

25 ml Aloe-Vera-Saft, 75 ml Mineralwasser mit Kohlensäure, ein kräftiger Spritzer Zitrone. Mit einem Eiswürfel schmeckt diese Mischung wie Tonic-Water.

Quelle: Ulla Rahn-Huber: Natürlich heilen und pflegen mit Aloe Vera



Ulla Rahn-Huber

Ulla Rahn-Huber

Natürlich heilen und pflegen mit

Aloe Vera



RiWei

Ulla Rahn-Huber

Natürlich heilen und pflegen mit

Aloe Vera

128 Seiten, Softcover

Format: 19,5 x 13,5 cm

ISBN 978-3-89758-345-0


Bestellnummer: SA-345

Preis: € 7,90

Aloe Vera, das Liliengewächs aus der Wüste gedeiht selbst unter härtesten Bedingungen. Ihre Blätter enthalten ein Gel, das besonders die Immunabwehr stärkt. Daneben bietet sie wertvolle Substanzen für die Haut – Aloe Vera ist ein echtes Schönheitselixier.

Dieser Ratgeber zeigt, welche Produkte auf dem Markt erhältlich sind, wie Aloe Vera auch als **Zimmerpflanze** wächst und gedeiht und wie man ihre Wirkung für Gesundheit, Ernährung und Schönheitspflege am besten einsetzt.



 **aerobic**
stabilized
oxygen

E. D. Goodloe's
Stabilisierter Sauerstoff
Die authentische Formel
seit 1971

Wuwei
9300
Tel:
E-Mail:

aerob
beson
an r

70
Min

Stabilisierter Sauerstoff

Zusätzliche Versorgung des Körpers mit O^2 – dem lebensnotwendigen Gas

Corinna Herbst

Tief durchatmen

Jetzt holen Sie mal tief Luft! Das tut gut und ist unersetzlich, auch wenn Sie Sauerstoff inzwischen aus der Flasche trinken können. Mit einem Atemzug nehmen Sie ja nicht nur das lebenswichtige Gas auf, sie geben auch das durch die Arbeit in den Zellen entstandene Kohlendioxid an die Luft wieder ab. Sie fordern und fördern ihre Lungen und sorgen bei Bedarf für psychische Entspannung. Ihre Atmung funktioniert unwillkürlich. Das hat seinen guten Grund, wenn Sie bedenken, dass sie nur wenige Minuten ohne Sauerstoff überleben können. Am Tag sollten Sie ca. 3-4 kg Sauerstoff aufnehmen. Würden Sie willkürlich atmen müssen, müssten Sie jeden Atemzug zählen und ständig rechnen, wie viel Luft sie schon durch ihre Lungen geatmet haben. Dabei könnten Sie davon ausgehen, dass die Luft ca. 21 % (Volumenprozent) Sauerstoff in sich trägt. Zusätzlich nehmen Sie dieses Gas auch mit der Ernährung zu sich. Sollten Sie den Überblick über Ihre Sauerstoffaufnahme erreichen, müssen Sie von Ihrem Ergebnis leider abziehen, dass wir durch Lebensführung, Ernährungsgewohnheiten und Umweltverschmutzung nur noch ca. die Hälfte des Sauerstoffs zu uns nehmen, wie unsere Vorfahren vor 50 – 100 Jahren. Das ist ernüchternd.

Sauerstoffräuber

Stehen wir unter Stress, so absorbieren das Adrenalin und andere Stresshormone viel Sauerstoff. Raffinierter Zucker, weißes Mehl, Alkohol, koffeinhaltige Getränke und alle kalorienreichen Nahrungsmittel sind Sauerstoffräuber. Deren Verdauung und Verwertung in unserem Körper benötigt mehr Sauerstoff, als Obst und leichte Kost. Gleichzeitig nehmen wir durch diese Nahrung auch zu wenig Antioxidantien auf, die die freien Radikale neutralisieren. Kommt noch ein permanenter Sauerstoffmangel dazu, ist die Immunabwehr geschwächt und es entsteht ein körperliches Klima in dem Erreger wie Pilze, Bakterien, Kokken, Protozoen usw. gedeihen. Denn diese Parasiten leben wunderbar ohne Sauerstoff.

Sauerstoffmangel und seine Folgen

Hat sich ein dauernder Sauerstoffmangel im Blut einmal ausgeweitet, zeigt sich dies bei den Menschen durch Leistungseinbrüche, Erschöpfung, Kurzatmigkeit. Das Herz und das Hirn sind die Organe, die den meisten Sauerstoff benötigen. Sie arbeiten mit halber Kraft, wenn sie nicht auf Dauer gut versorgt werden. Alarmsignale von Zellen, die



Foto: © shutterstock.de

permanent unterversorgt sind, werden oft anderen Ursachen zugeordnet. Dass Müdigkeit, oder unbestimmte flauere Gefühle Sauerstoffmangel als Ursache haben könnten, daran denken wir in der Regel nicht. Sauerstoff-Therapie ist in der Medizin alltäglich. Zahlreiche wissenschaftliche Arbeiten berichten von erfolgreichen Anwendungen verschiedener Formen der Sauerstoff-Therapie. Doch hier muss sich der Therapeut auch um die negative Wirkung des Umgangs mit Sauerstoffs bewusst sein. Denn ein Zuviel kann Sauerstoffteilchen selber zu freien Radikalen werden lassen. Um dies auszuschließen wird der Spiegel der Antioxidantien des Patienten beobachtet. Dieser Zusammenhang soll hier lediglich darauf hinweisen, warum es noch gar nicht so lange her ist, dass wir Sauerstoff gefahrlos kaufen können und als Nahrungsergänzungsmittel nutzen können.

Erfolgreiche Bindung des Sauerstoffes

Die Schwierigkeit vor denen die Forscher standen, war die Suche nach einer Verbindung, mit der Menschen zusätzlich Sauerstoff aufnehmen

konnten, ohne die Nebenwirkungen durch instabile Werte und einer Überdosierung ausgesetzt zu sein. 1971 entdeckte E.D. Goodloe, Forscher aus den USA, die Formel, mit der er molekularen Sauerstoff an Salz (Natriumchlorid) bindet. Seine Bindung des Sauerstoffatoms an einen sicheren Trägerstoff wurde weiterentwickelt und gelangte als „Aerobic stabilized oxygen“ auf den Markt. Auch heute ist in den USA die einzige Firma, die dieses Produkt herstellt und durch ein Siegel für garantierte Qualität bürgt. Denn der Herstellungsprozess verläuft über 14 Stufen und ist entsprechend aufwändig. Produkte von Nachahmern haben weder die Qualität, noch die hohe Konzentration des Sauerstoffs und basieren meist auf Chlordioxid. Die im Handel üblichen mit Sauerstoff angereicherten Mineralwasser haben den Nachteil, dass ein Teil des Sauerstoffs mit dem Öffnen der Fläche, ähnlich der Kohlensäure verfliegt. Bei der Bindung an Salz bleibt die hohe Konzentration bestehen. Bei den Sauerstoffgetränken wird der Sauerstoff durch niedrige Temperatur und unter hohem Druck mit dem Wasser verbunden. Ist das

Wasser mit Sauerstoffatomen gesättigt, dann kann es nicht weiter angereichert werden. Die Dichte des Sauerstoffes reicht allerdings zu einer eindeutigen Wirkung auf die Gesundheit nicht aus.

Aerobic stabilized oxygen

Dass Sauerstoff über Flüssigkeit in den Blutkreislauf und damit in die Organe gelangen kann, ist wissenschaftlich erwiesen. Um eine nachweisbare positive Wirkung zu erreichen ist eine Sauerstoffmenge von mindestens 80 mg/ppm je Liter notwendig. Diese Anreicherung ist nur mit dem stabilisierten Sauerstoff zu erreichen.

Die Anwendung ist einfach. Bei Erwachsenen werden 20 Tropfen in ein Glas Wasser oder naturreinem Saft gegeben, in das Müsli, einen Joghurt oder über den Salat geträufelt. Auch den Zimmerpflanzen und dem Kleintier kann man einige Tropfen geben. Sie werden regelrecht aufblühen. Genauso wie Ihre Gesundheit. Eine Überdosierung und damit negative Nebenwirkungen sind nicht möglich. Es werden vom Blut nur so viel Sauerstoffatome aufgenommen, wie es benötigt. Dies liegt an der chemischen Bindung mit dem Salz.

Was die Medizin schon lange nutzt und im Sport bereits Standard ist, können Sie Ihrem Körper ebenfalls unterstützend zuführen. Immunabwehr, Konzentration, Vitalität sind nur die im Alltag zu beobachtenden positiven Auswirkungen der optimalen Sauerstoffversorgung. Wer mit ernsthaften Krankheiten zu tun hat, könnte nach einer ausreichenden Information Sauerstoff als zusätzliche Stärkung zu sich nehmen.

Jetzt noch einmal tief durchatmen und die befreiende Wirkung genießen!



Dr. Bettina Roccor

Stabilisierter Sauerstoff

Das elementare Gesundheitsmittel der Zukunft?

72 Seiten, Hardcover
 ISBN 3-936397-03-1
 Bestellnummer: V-192
 Preis: € 9,95

Erschienen im Seh-Sam Verlag

Sauerstoff im Wasser

Leitungswasser	4 ppm
Sauerstoffwasser	60 ppm
aerobic stabilized oxygen	80.000 ppm

20 Tropfen pro Glas = 320 ppm
 ppm = parts per million / Teile pro Million

1972 war der molekulare Sauerstoffgehalt in Karotten noch 3,2 ppm. Im Jahre 1998 betrug dieser selbst in Bio-Karotten nur noch 0,7 ppm. Quellwasser hatte bis zu 13 ppm. Leitungswasser nur noch knapp über 3 ppm.

Quelle: www.seh-sam.de



Entdecke dein Inneres Bild

Sabine Morgner lädt zum Gestalten ein – einfach und wirkungsvoll

"WAS ICH AUSSTELLE, IST DAS,
WAS AUS MEINEN HÄNDEN GEFLOSSEN IST."

Dekorateurin, Künstlerin, transpersonale Kunsttherapeutin – Formen, Farben, unterschiedliche Materialien und der kreative Umgang mit ihnen, lagen Sabine Morgner schon immer im Blut. Große Entwicklungen in ihrem Leben gingen immer mit dem Malen einher, erklärt sie. Denn, wie von selber fließen ihre inneren Bilder durch ihre Hände in äußere Bilder. Was sich in ihr bewegt, zeigt sich in Farben und verschiedenen Materialien auf den Leinwänden. „Man meint immer, Malen und Gestalten sei mit großer Anstrengung verbunden“, erklärt Morgner. „Dabei gelingt es mit Leichtigkeit.“ Sie schulte ihre Intuition bei Marianne Bittmann und lernte Methoden, ihre Erfahrungen in Seminaren für die Teilnehmer erlebbar zu machen.

Seminare

„Diese drei Stunden an einem Nachmittag sind mir sehr wichtig.“ Die Themennachmittage unterscheiden sich wesentlich von therapeutischen Treffen. Sie sind offen in jede Richtung, wertfrei gegenüber dem Bild, und absichtslos. „Bei der Arbeit als Therapeutin sehe ich meine Aufgabe darin, den Klienten in seiner Entwicklung zu unterstützen, mit ihm Lösungen oder einen nächsten Schritt zu erarbeiten. Diese Absicht fällt bei den Maltreffen weg.“ Morgner beschreibt ihr Angebot als eine geschützte Zeit und Raum, in dem der Teilnehmer sich ganz auf sich und seine inneren Bilder konzentrieren kann. „Am Anfang mache ich eine kleine meditative Einführung, damit die Teilnehmer an und zu sich kommen können.“ Es wird nicht viel geredet. Schon gar nicht warum jeder hier ist, wie es ihm geht und was sonst zu Beginn eines Seminars üblich ist. „Es wird nichts zerredet, weil es auch gleichgültig ist, was jemanden veranlasste sich anzumelden oder was ihn kurzfristig zu dem Termin geführt hat.“ Morgner vertraut ganz auf das, was konzentriertes Malen und Gestalten mit sich bringt: Ruhe, Konzentration und Besinnung.

Von der Stille in die Aktion

„In jedem Seminar kommt der Moment, an dem die Teilnehmer aus der Meditation ins Gestalten gehen. Das empfinde ich fast als heilige Stimmung – im ganz einfachen Sinn.“ Die Einfachheit ist ihr wichtig. Darin sieht sie ein Geheimnis, warum ihre Teilnehmer so zufrieden den Raum wieder



Ein Seminar ohne vieler Worte.



Heilbild



Sabine Morgner präsentiert ihr Bild „Gelebte Weiblichkeit“

verlassen. „Es sind oft unsere Ansprüche, die müde machen“, weiß sie. Unsere Ansprüche an die Bilder, die wir malen zum Beispiel, hemmen den freien Fluss, der das Innere nach außen bringt. „Wenn wir nicht meinen, wir müssten jetzt ein Bild malen, das als Kunst oder ähnliches bezeichnet werden könnte, dann ist es einfach, frei und leicht.“

Nach ca. 40 Minuten tauchen die meisten Menschen aus ihrer Versenkung wieder auf. Was dann auf der Leinwand gemalt, gespachtelt, gekratzt, geklebt und wieder entfernt wurde, überrascht viele, belebt und macht einfach Freude. „Während des Gestaltens macht jeder einen Prozess durch. Er erkennt, erinnert, schließt ab oder beginnt etwas Neues. Je nachdem, was gerade sich zeigt.“

Am Ende kann jeder von seinem Bild erzählen. Er muss nicht. Auch was hinter dem Bild steht und woher es kommt, muss keiner erzählen. Manchmal seien die Teilnehmer regelrecht erleichtert, dass keine Analysen gemacht werden, meint Morgner. An

erster Stelle stehe bei den Treffen der Prozess, das Malen selber, und nicht das Produkt, die gestaltete Leinwand.

Erfahrungen

Morgner erzählt von Momenten dieser Treffen. Zum Beispiel von einer Mutter, die nach der ersten Erfahrung wiederkam und ihre beiden Töchter mitbrachte. Oder von der jungen Frau, an der ein Liebeskummer nagte. „Die hat auf die Leinwand ganz dick mit Lippenstift den Namen des Mannes geschrieben, um den es ging. Dann hat sie darüber gemalt – Schicht für Schicht.“ erzählt sie. Welcher Name unter der Schicht steht weiß nur die junge Frau selber. Aber er steht dort und vielleicht hängt sie ihr Bild in ihre Wohnung. Dann geht sie öfter daran vorbei und erinnert sich. Morgner erzählt auch von einem Teilnehmer, der seine ganze Wut mit allen gestalterischen Mitteln auf eine Leinwand brachte. Eine zweite Leinwand zerschnitt er in

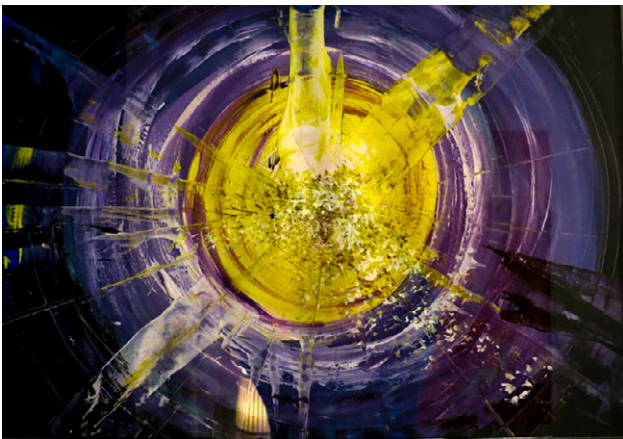


Weihnachten

kleinste Teile. Dann betrachtete er die Ergebnisse und klebte Stücke des zerschnittenen Bildes auf das Erste. Morgner staunt während des Erzählens über die Magie, die im freien Gestalten liegt. „Manchmal macht die Gruppe in der Arbeit den Eindruck von einer Kindergartengruppe, in der die Kinder ganz versunken basteln, malen oder spielen. Die Energie scheint hier sehr ähnlich zu sein.“

Der unbewusste Bestseller

Morgner selbst malt grundsätzlich nach ihren inneren Bildern. Die meisten Bilder verkauft sie von einer ganz bestimmten Art. Auf einer weißen Leinwand entfaltet sich mit kräftigen Strichen ein Flügel. Der Prototyp sei als Abfallprodukt entstanden, erzählt Morgner. „Bei einem Seminar wollte ich mein Lieblingsthema Licht wieder einmal ausdrücken. Ich malte verschiedene Schichten und wollten die



Edelsteinherz

oberste wegkratzen, um Strahlen darzustellen. Die Farbe, die ich mit der Spachtel abschabte, wischte ich auf einem Blatt ab, ohne hinzusehen. Irgendwann fragte eine Kollegin, was ich denn da Tolles gemacht hätte und deutet auf mein Abfallblatt.“ Dass aus diesem unwillkürlichen Handeln ein Bild entsteht, das viele Kunden anspricht, ist ein treffendes Beispiel für das, was Morgner den Teilnehmern ihrer Maltreffen ermöglichen möchte. Ausdrucksstarke Leinwände die durch das intuitive Gestalten entstehen. So wird diese Leinwand zum Träger des inneren Bildes des Künstlers.

Sabine Morgner: Dekorateurin, Künstlerin, Transpersonale Kunsttherapeutin bietet die Maltreffen unter anderem in den Thermen Bad Abbach an.
Weitere Informationen unter:
www.sabine-morgner.de

Sieg des Lichtes über die Dunkelheit



Trennkost vegetarisch

Die neue Art des Essens

von Peter Larisch

Der Autor versteht es, dem skeptischen Leser die Angst vor der schweren Kost namens „vegetarische Trennkost“ zu nehmen. Er erklärt mit Humor und einfachen Worten, warum es bei dieser Ernährungsform geht.

Die übersichtliche Gliederung hilft dabei, sich nach Lust und Interesse durch die einzelnen Themen zu lesen. So erfährt man Wissenswertes über Zucker, Weizen und andere Lebensmittel, was eine Küche wirklich braucht und Nützliches über die gängigen Zutaten. Über 40 Rezepte laden dazu ein, sofort Neues oder alt Bekanntes auf neue Weise kennenzulernen.

Das Buch eignet sich für alle Einsteiger in eine neue Art des Essens sowie für Geübte, die auf der Suche nach neuen, alltagstauglichen Rezepten sind.

Polenta-Titten

Eine Art, Polenta zu präsentieren, die Männerherzen höher schlagen lässt, die unsere tiefsten Sehnsüchte hervorlocken kann.

Diese Titten lassen sich mit Gemüsen aller Art kombinieren. Wichtig ist, dass man sie mit einer schmackhaften Soße kombiniert.



Zutaten für 12 Personen:

1 kg Polenta (Maisgries)
 $\frac{3}{4}$ l Wasser
 $\frac{1}{4}$ l Joghurt oder Molke
1 EL Salz
1 TL Pfeffer
12 Cocktailtomaten
100 g Butter

Anleitung:

Wasser, Joghurt und Salz in einem großen Topf erwärmen. Den Maisgries einrühren und das Ganze zum Kochen bringen. Dabei aufpassen, dass es nicht anbrennt, am besten ständig weiterrühren.

Dann den Topf von der Kochstelle nehmen.

Ein Backblech mit etwas Butter einfetten. Aus der Polenta mit einem Schöpflöffel 12 Kugeln formen und auf das Backblech legen. Das Blech in den Ofen schieben und insgesamt ca. 1 Stunde backen. Nach 30 Min. auf jeden Hügel gefühlvoll eine Cocktailtomate drücken.

Wenn man das Ganze mit einer Soße kombiniert, sieht es super aus, wenn man etwas von der Soße auf das Blech schüttet.

Pflaumenkuchen



Ein schneller, aber dennoch himmlischer Blechkuchen, bei dem der Boden einfach ein Mürbteig ohne Zucker und Treibmittel ist. Und ihr werdet staunen, wie der auf der Zunge zergeht, und dennoch auch reifes, fast matschiges Obst verträgt.

Der Belag muss natürlich nicht unbedingt aus Pflaumen bestehen. Es gehen auch Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Kirschen, ja selbst mit eingeweichten oder kurz aufgekochten Trockenfrüchten haut er hin.

Auch mit den Gewürzen könnt ihr spielen: Es gehen auch Zimt, Anis, ja sogar Curry, Cardamon oder Pfeffer. Die Deckcreme kann man weglassen.

Und noch ein Vorteil dieses Kuchens: Man braucht keine Küchenmaschine. Schont die Ohren und verursacht wenig Abwasch.



Zutaten für 1 Blech:

1-1,5 kg Pflaumen

550 g Vollkorn-Dinkelmehl

250 g Butter

½ Bio-Zitrone

200 g Birnenkraut

100 g Rosinen

1 Messerspitze gemahlene Nelken

Deckcreme:

100 g Dattelpflaumen

150 g Sauerrahm

150 g Joghurt

Anleitung:

Das Mehl, das Dattelpflaumen, die abgeriebene Schale der Zitrone und bis auf eine kleine Ecke die in Scheiben geschnittene Butter in eine Schüssel geben und mit den Händen durchkneten, bis eine homogene Teigmischung entsteht.

Das Backblech mit dem Butterrest einfetten, dann den Teig direkt auf dem Blech auswalzen oder flach drücken. Dann die Pflaumen einmal längs aufschneiden, den Kern entnehmen und in Reihen, die sich etwas überlappen, auf dem Teigboden auslegen. Die Schale sollte nach unten zeigen, damit der Saft mehr in der Frucht bleibt.

Jetzt die Rosinen und das Nelkenpulver drüberstreuen. Für die Soße Sauerrahm, Joghurt und Dattelpflaumen verrühren. Es kann durchaus noch eine klumpige Mischung bleiben. Diese Mischung mit einem kleinen Löffel auf den Kuchen klekseln.

„Eine Mikrowelle ist ebenfalls sehr praktisch: aus dem Kabel kann man ein Springseil für seine Kinder machen und im Rest kann man sein Schuhputzzeug aufbewahren.“

Peter Larisch



Peter Larisch

Trennkost vegetarisch **Die neue Art des Essens**

164 Seiten mit 48 Rezepten

ISBN 978-3-89758-271-2

Bestellnummer: SA-271

Preis: € 14,80

Erhältlich im RiWei-Verlag GmbH

Leseprobe

„... die meisten Krankheiten sind ernährungsbedingt, war kürzlich das Ergebnis einer Studie.

Aber, lieber Leser, ich höre vor meinem geistigen Ohr schon den Chor eurer Einwände:

„Hilfe, mein einziger Genuss geht flöten, wenn ich nur noch Salat und Möhrchen esse. Kann ich mich ja gleich aufhängen. Man gönnt sich ja sonst nichts. Man lebt nur einmal. Ich bin doch keine Kuh!“, und so weiter und so fort.

Genau das war auch unser Problem: Während meine Frau eifrig in Richtung Gesundheit voranschritt, wollte ich auf keinen meiner Genüsse verzichten und hielt Leberkäse und Weißwürsten die Stange. Bis ich dann bei meiner Frau doch erstrebenswerte Veränderungen bemerkte und mich ebenfalls für eine bewusster Ernährung entschied. Die Aussicht allerdings, jetzt nicht mehr nach jedem beliebigen Essen greifen zu können, stimmte mich düster. Solche elementaren Notsituationen machen erfinderisch: Gekocht habe ich schon immer gerne, aber jetzt wurde ich wahrlich kreativ, wobei mir die Gaumen meiner Frau und meiner sonstigen Tischgenossen die wichtigsten Lehrmeister waren. Und weil mich die meisten unserer vielen Gäste nach meinen Rezepten gefragt haben, sitze ich jetzt hier und schreibe. ...“



Bild: © riwei-verlag.de

Kosmische Kügelchen Vom Vollmond und dem Blaumond

Im letzten Heft beschrieb Sigrid Häse die Sonnenglobuli. Wir setzen hier ihre Reihe der Kosmischen Kügelchen fort.

Sigrid Häse

Der Einfluss des Mondes auf unser Leben. Der Mond beeinflusst unsere Psyche. Viele Menschen schlafen bei Vollmond unruhig, werden zu Schlafwandlern oder haben Albträume, die sie bei „normalen“ Mondverhältnissen nicht haben. Auch Gärtnern, Haare schneiden oder Putzen mit den Mondzyklen ist total in Mode gekommen. Bei letzteren Tätigkeiten mag auch eine Überinterpretation hinzukommen, denn physikalisch lassen sich solche Einflüsse nicht begründen. Das vom Mond ausgehende Licht kann jedenfalls nicht die Ursache sein, da er ja nur das Sonnenlicht reflektiert.

Aber es gibt ja auch noch die sogenannte „Taubelbewegung“ des Mondes. Eine Lunation, also ein Mondmonat, beträgt 29,53 Tage, etwas weniger, als ein Kalendermonat (mit Ausnahme des Februar). Durch die Schwerkraft der Sonne, die den Mond manchmal zusammen mit der Erdschwerkraft anzieht, manchmal aber auch auf der „anderen“ Seite an ihm zieht, schwankt die Nähe des Mondes zur

Erde im Verlauf von 27,5 Tagen erheblich, was als „Torkelbewegung“ zu sehen ist.

Ebbe und Flut in unserem Körper

Auch die Gezeitenkraft der Meere wird von Mond und Sonne gleichermaßen verursacht, von der Sonne aber nur etwa halb so viel, wie vom Mond. Wenn alle drei Himmelskörper eine Linie bilden, was bei Vollmond und Neumond der Fall ist, kommt es so zu „Springtiden“, besonders stark verlaufenden Gezeiten. Wenn Sonne und Mond dagegen in L-Figuration zueinander liegen, also bei Halbmond, gibt es die sogenannte „Nipptide“. Auch in unseren Körpern sind ständig „Wasserbewegungen“ vorhanden. Dies bedeutet Bewegung nicht nur in den Adern, sondern auch in Lymphe und Hirnkammern/Spinalflüssigkeit. Deshalb vollzieht sich auch in unserem Körper eine Springflut zu Vollmond und Neumond. Und weil die Spinalflüssigkeit einen erheblichen Einfluss auf die Psyche hat (sonst würden Craniosacrale Therapien nicht wirken), erklärt

sich durchaus eine psychische Wirkung des Mondes auf unseren Körper, wenn auch weniger durch sein Licht, das er ausstrahlt. Gärtnerweisheiten ließen sich damit ebenfalls stimmig erklären, denn Pflanzenzellwasser wäre natürlich ebenfalls betroffen.

Vollmond und Kriminalität

Arnold Lieber, ein Psychologe an der University of Miami wertete die Statistik der Tötungsdelikte in Miami-Dade County über den Zeitraum von 15 Jahren hinsichtlich des Mondstandes aus. Aus seinen Studien geht hervor, dass die Mordrate über den genannten Zeitraum mit den Mondphasen ab- oder zunahm. So kommt es in Vollmondnächten zu

5,5% mehr Gewaltverbrechen und zu 4,6% mehr Eigentumsdelikten. 2007 gab die britische Polizei bekannt, dass ihre Kriminalstudien zu ähnlichen Ergebnissen gekommen seien und in der Zukunft in Vollmondnächten mehr Beamte eingesetzt werden sollten. Hebammen wissen schon längst, dass Babys besonders gern bei Vollmond und bei Neumond das Licht der Welt erblicken.

Alte Namen der Monde

Im alten Bauernkalender haben die Monde noch eigene, den Lebensphasen der Landwirtschaft angepasste Namen. Dort heißen die Monate:

Januar	Hartung (wegen der harten Erde), Wolfsmond (weil die Wölfe dann um das Dorf streichen)
Februar	Hornung (Bastard, der zu kurz gekommene, wegen. 29/28 Tage)
März	Lenz (länger werdende Tage), Saatmond
April	Launing (die Laune wird gut), Hasenmond (die Hasen paaren sich)
Mai	Wonnemond (es gibt wieder Weide/Futter), Paarmond (Hochzeiten werden gefeiert)
Juni	Brachmond (Arbeit auf den brach liegenden Feldern), Linding (die Luft ist lind), Metmond
Juli	Heumond, Kräutermond
August	Erntemond
September	Holzmond
Oktober	Weinmond, Gilbhart (gelbes Laub), Jägermond (Vieh wird gejagt und geschlachtet)
November	Windmond, Laubriss, Niblung (Laub fällt ab, Nebel wallen)
Dezember	Julmond

Blaumondglobuli:

Hilfreich für Menschen, die zu viel Erde in sich tragen. Zu viel Erde bewirkt ein zu großes Interesse an gutem Essen, mit allen negativen Folgen. Ein vermindertes Interesse an Kunst, Kultur und anderen geistigen Genüssen, ja sogar ein geringes Interesse am anderen Geschlecht, und allem, was man damit anfangen kann. Steigern die Libido bei Mann und Frau, senken Schuldgefühle und Minderwertigkeitsgefühle, helfen eigene und fremde Bedürfnisse zu erkennen.



Bild: © riwei-verlag.de



Bild: © riwei-verlag.de

Durchschnittlich kommt es alle 2,4 Jahre zu einem 13. Mond im Jahr. Er wird als Blaumond bezeichnet und im Mondkalender eingeschoben.

Blaumond ist die 13. Osiris wurde in 13 Stücke zerteilt, Isis hat 12 gefunden, nur den 13. Teil, den Penis, nicht. Blaumond ist der fehlende 13. Teil des Osiris.

In Zusammenhang mit der 13 steht auch das Sternbild des Schlangenträgers, genannt Ophiuchus, der auf der Ekliptik zwischen Skorpion und Schütze liegt. Die Babylonier kannten dieses Sternbild. Ihr Kalender wies 12 Monate á 30 Tage auf. Dieser wurde von Zeit zu Zeit mit einem weiteren Monat, dem des Ophiuchus „aufgefüllt“. Der Legende nach war er der Sohn von Apollon und Koronis und wurde im hellenistischen Olymp Asklepios genannt. Wir kennen ihn als Heiler, dessen Schlange sich um einen Stab windet. Er wurde von Chiron, dem weisen Centaur (Sternbild Schütze) in die Geheimnisse der Medizin eingewiesen und so Herr über Leben und Tod. Als Orion von einem Skorpion gestochen wurde, half er ihm mit seiner Kunst zu überleben. Der Gott der Unterwelt war darüber erzürnt, und Zeus

musste ihn mit dem Tod von Asklepios besänftigen. Dieser nahm daraufhin seinen Platz am Sternenhimmel ein.

Julius Cäsar erweiterte einige Monate um fehlende Tage und der sogenannte julianische Kalender trat 45 v. Chr. in Kraft. Der Schlangenträger fand darin keinen Platz mehr. Cäsar verbannte ihn, indem er ihn der Bedeutungslosigkeit preisgab.

Das romantische Blau des Mondes

Mit dem Blaumond wurde schon immer Magie und Liebe in Verbindung gebracht. Angeblich öffnet er den Zugang zu anderen Welten.

Der Begriff blue moon stammt aus einem englischen Theaterstück von 1528. Dort wird gesagt:

"If they say the moon is blue, we must believe that is true".

Blaumond wird als Bild für etwas verwendet, das alle Jubeljahre einmal vorkommt. So auch in dem Evergreen Blue Moon“ von 1934. Dort heißt es in

einer Zeile: „Once in a blue moon ...“.
Im Internet inserieren mehrere Begleitservicefirmen mit dem Logo „blue moon“.

Blaumondkügelchen und die zweite Chance

Nur etwa alle 2,4 Jahre kommt es im Durchschnitt zu einem Blaumond, der in den Kügelchen „konservierte“ ist darüber hinaus in einer Silvesternacht entstanden, also beim Übergang von einem alten in ein neues Jahr. Rein astronomisch ist ein Blaumond kein anderer Vollmond, als gewöhnliche Vollmonde auch. Energetisch trägt er aber eine völlig andere Schwingung. Blau erscheint dieser Mond auch keineswegs. Trotzdem schwebt man nach Einnahme der Kügelchen auf rosaroten Wolken. Und das ist dann ja auch wieder irgendwie magisch. Blaumond ist ebenso das Symbol für die zweite Chance, die man erhält, und für unbegrenzte Möglichkeiten, die man hat, sowie dafür, dass die normale Realität außer Kraft gesetzt werden kann.

Ein Blue Moon (engl. „blauer Mond“) ist im englischen Sprachraum landläufig die Bezeichnung für einen zweiten Vollmond innerhalb eines Monats. In älterer astronomischer Definition wird damit der dritte Vollmond innerhalb einer Jahreszeit mit vier Vollmonden bezeichnet.

Quelle: Wikipedia



Bild: © riwei-verlag.de

Ein Gespräch mit Sigrid Häse und Richard Weigerstorfer zu den kosmischen Kügelchen können Sie sich unter www.riwei.tv kostenlos anschauen.



Sigrid Häse arbeitet als Heilpraktikerin mit Homöopathieausbildung in eigener Praxis in Rosengarten bei Hamburg:
www.mysterienschule-chiron.de

Den Blaumond-Transmitter können Sie unter www.wu-wei.de bestellen

Korrektur:

Leider ist uns im letzten Heft Nr. 16 vom November 2014 ein Fehler unterlaufen.

Auf Seite 20 brachten wir einen Artikel von Sigrid Häse über die Wirkung kosmischer Kügelchen. Bei der Aufzählung der Charaktere und ihrer Elemente kam es zu einem Dreher.

Richtig ist:

Phlegmatiker: Element Erde

Sanguiniker: Element Luft

Choleriker: Element Feuer

Melancholiker: Element Wasser

Der Mann und die Dunkelheit

Es war einmal ein Mann, der in einem dunklen Zimmer wohnte. Er mochte die Dunkelheit nicht und er versuchte, sie mit Beschimpfungen und Beschwörungen zu vertreiben.

Aber die Dunkelheit verschwand nicht.

Eines Tages besuchte ihn eine weise Frau. Sie sagte zu ihm: „Das, was dich ärgert, die Dunkelheit, wie du es nennst, gibt es eigentlich gar nicht. Dagegen zu kämpfen bringt deshalb überhaupt nichts. Konzentriere dich lieber darauf, mehr Licht in deine Wohnung zu bringen und du wirst sehen, dass dein Problem damit von alleine verschwindet.“

Der Mann lachte nur und rief: „Ha! Das kann nicht sein. Keine so einfache Methode kann einen so übermächtigen Feind wie die Dunkelheit besiegen. Du irrst, närrisches Weib!“

Und so verbrachte der Mann den Rest seines Lebens in der Dunkelheit, von der er glaubte, sie sei unbezwingbar.

Das Licht einer einzigen Kerze hätte ihn vom Gegenteil überzeugen können.

Lena Lieblich





Bild: © shutterstock.de

Die Rettung der Welt Für eine Welt ohne Geld!

Teil 3

Im letzten Teil seiner Vorstellung von einer Welt ohne Geld beschreibt der Autor einige Lebensbereiche der möglichen Zukunft. Am Ende ist jeder selber aufgerufen nach seinen Überzeugungen zu handeln.

Michael Wenzel Passer

Die einfache neue Grundregel lautet: Nichts ist mehr so, wie es einmal war. Autos stehen allen zur Verfügung. Du hast Lust auf eine Spritztour mit einem Ferrari? Kein Problem! Du wirst einen finden und diesen verwenden können. Das Benzin geht aus? Es wird kostenlos nachproduziert. Gleichzeitig werden die Motoren so umgebaut, dass sie kein Benzin und kein Öl mehr benötigen. Du willst Deinen gewohnten Hobbys nachgehen? Es werden Dir Wege aufgezeigt, diese auch weiterhin passioniert zu erleben. Mehr noch. Du wirst mehr als bisher Teil des Hobbys, der Neuerung Deines Hobbys werden und der Initiator für andere sein, die ebenfalls Deiner Passion folgen wollen!

Alte Gewohnheiten überprüfen

Du willst aber auch weiterhin Deine Liebesspeise, Deine Lieblingsmannschaft und Deinen Lieblingsitaliener um die Ecke? Du wirst Dir die Fragen stellen, welchen Stellenwert diese Eckpfeiler in Deinem Leben einnehmen. Den wahren Hintergrund dieser

Routine wirst Du durch Neuerungen und neue Wege befriedigen. Der Italiener verrät seine Rezepte, die Du leidenschaftlich nachkochen wirst. Du wirst merken, dass der Kampf Deiner Lieblingsmannschaft bisher Deiner inneren Leere dienlich war. Diese kannst Du nun mit erfüllenden Aktivitäten und Interessen beseitigen.

Du willst aber immer noch Deine Reisen machen und Dein Lieblingshotel besuchen? Gerade durch die Abwechslungen in Deinem neuen Leben wirst Du reisen, wie Du noch nie gereist bist. Du wirst Erfahrungen machen, wie Du sie noch nie gemacht hast. Du wirst Dich nicht bedienen lassen, sondern es werden gemeinsam Wege gefunden, wie der Mensch das Paradies auf Erden in jede Ecke der Welt bringen wird – gleichwertig im Umgang und mit der Freude am Sein.

Kunst ohne Kommerz

Die Unterhaltungsbranche wird einen Rückgang erleben, wie sie bisher noch nie da gewesen ist. Wah-



Bild: © Loy Vasilka

Bild: © Loy Vasilka

re Künstler werden die Leinwand und die Musik revolutionieren. Allein aus dem Grund, weil es nicht mehr um den Profit, das Geld und die Fütterung der Massen gehen wird. Sondern es wird darum gehen, sich wirklich und wahrhaftig auszudrücken, zu erleben und zu entdecken. Neue Kunstrichtungen werden das Licht der Welt erblicken und dürfen in ihrer reinsten Form gelebt werden. Die Welt wird auch in diesem Bereich aufatmen dürfen, weil der Druck des Erfolges über Nacht wegfallen darf.

Die neue Religion

Der Glaube wird sich in vielerlei Hinsicht verändern. So wird der Mensch an Gott glauben, jedoch aus anderer Motivation als heute. Bisher wurde mit dem Glauben des Menschen viel Unheil auf die Welt gebracht. Der Mensch musste an etwas glauben, um den Halt im Leben nicht zu verlieren. Den neuen Halt im neuen Leben der neuen Welt wird unsere innere Liebe und unser Wissen um das Gute auf der Welt darstellen. Jene Menschen, die auch zukünftig glauben, glauben deshalb, weil sie die Existenz anderer Wesen innerlich spüren oder hellsehtig sehen und nicht, weil es die Tradition der Menschheit so will.

Generell glaube ich, dass alles in jeder Sekunde des Lebens möglich ist. Sei es die Telepathie, die Teleportation, die Hellsichtigkeit, die Wunderheilung, das Fliegen des Menschen oder andere ungewohnt aufreizende Themen. Dennoch wird es spannend zu erfahren, welche Erfahrungen in diesen Bereichen der Mensch nach seiner Transformation zur neuen Weltordnung machen wird.

Beziehungen neu gelebt

Auf jeden Fall wird sich der Mensch auch in den Bereichen der Partnerschaft und der Sexualität zu neuen Ufern aufmachen. Es wird keine verstaubten, eingerosteten und verrosteten Beziehungen mehr geben, die seit Monaten keinen Sex mehr gesehen haben. Die generelle Sinnhaftigkeit des Beziehungskonzepts wird überdacht werden und jenen Konzepten weichen, die nicht auf den Besitz des Anderen aufgebaut sind. Diese Veränderung wird auch die Sexualität betreffen. Dies bedeutet für die ekstatischen Erfahrungen des neuen Menschen einen neuen Meilenstein.

Was kann und soll jeder einzelne machen?

Das Allerwichtigste, was jeder einzelne Mensch zur Umsetzung der neuen Weltordnung machen kann, ist: Genau das zu tun, was er in jeder Sekunde seines Lebens gerne machen möchte. Ohne Zwänge, Einschränkungen, ohne dem Gefühl, es anderen recht

machen zu müssen.

Um herauszufinden, was du gern tun würdest, werde innerlich ruhig. Überlege Dir in dieser Ruhe ganz genau, was Dich wirklich glücklich machen würde. Probiere Deinen Traum aus und überprüfe, ob das Erlebte wirklich Deinem Traum entspricht. Wenn nicht, dann probiere etwas anderes. Solange, bis Du etwas gefunden hast, was Dich durch und durch erfüllt. Frage nichts und niemanden, sondern bade Dich im Spiel Deines neuen Lebens.

So wirst Du jede Sekunde schätzen und lieben lernen. Eine innere Flut an Leichtigkeit und Lebens-

energie, die von der Perfektion der Welt verstärkt wird, darf sich breit machen. Atme das Leben in jede Deiner Poren und Du wirst ein Leben erhalten, das Du Dir selbst in Deinen kühnsten Träumen nicht hättest ausmalen können. Schnell, einfach und unkompliziert. Einfach dadurch, dass Du JA zu wenigen, kleinen und doch so gravierenden Änderungen gesagt hast.

Und das soll es gewesen sein? Ja, genau – glaube an Dich und die Welt und die Welt wird sich verändern. Ich persönlich danke Dir für Dich und Deinen Beitrag zur gemeinsamen Rettung unserer Welt. Danke, danke, danke!



Bild: © Loy Vasilka



Bild: © shutterstock.de

Ein großes Dankeschön

Leserbrief

Meriam Busch-Hassan

Da ich schon mal dabei bin, schreibe ich jetzt auch mal endlich mein persönliches Dankeschön für die Urteilchen-Maria, die ich wegen dem Fragebogen, den ich vor Weihnachten 2013 ausgefüllt habe, bekommen habe.

Als ich nach Pfingsten mit meiner Familie wieder aus dem Urlaub zurückgekommen bin, war die Sonderausgabe von Ihrer schönen Zeitschrift Herzgefühl in der Post. Nein, was war das eine Freude, dieses Heft zu lesen. Mindestens eine Woche lang, habe ich mir jeden Tag immer neue von den tollen

Artikeln auf der Zunge zergehen lassen. Das war wie eine Schachtel toller Pralinen, nur viel besser, da dauerhafter. Ich habe mir wirklich das gesamte Heft immer und immer wieder reingezogen. Die Urteilchen-Atmung habe ich gelernt und mache sie so oft es geht – die ist so toll, ich bin so froh, dass Sie das aufgeschrieben haben!!! Danke, danke, danke.

Ich kenne ja aus den regelmäßigen Rundbriefen schon sehr viele Ihrer Produkte, aber die persönlichen Berichte, besonders von Frau Aniko Ligeti, die haben alles so plastisch und anschaulich gemacht, wie nie zuvor.

Jedenfalls hat mich das Ganze so inspiriert, dass ich beschlossen habe, dass jetzt alles zu mir muss.

Ich habe mir mal so richtig was gegönnt und mein ganzes Geburtstagsgeld und Erspartes auf den Kopf gehauen (durch das tolle Aktionsangebot wurde mir das auch noch besonders leicht gemacht). Ich habe mir also eine Packung Baumessig-Pads gegönnt und mal so richtig vor dem Neumond entgiftet.

Das Pulver (12-Kräuter Urteilchen-Pulver; Anm. d. Redaktion) hat noch unterstützt, den GER habe ich meiner Mama geschenkt und den TET + den GEO mir selber. Dann ging es weiter mit Riesenschritten: Das Mietangebot für den Urteilchen-Strahler hat mich so richtig angesprochen: Den probiere ich jetzt endlich, es muss doch was geben, was mir endlich auf die Beine hilft, damit ich mal wie ein normaler Mensch (... was ist schon normal) einen Alltag überstehe, ohne gleich wieder Migräne zu bekommen oder sonst wieder in ein Tief hineinzugeraten. Nur weil ich mich wieder für die Probleme aller anderen verantwortlich fühle.

Gesagt, getan. Und es ist wirklich unglaublich schön, was sich in den letzten 3-4 Wochen alles getan hat. Zum ersten Mal überhaupt in meinem

Leben erlebe ich so etwas wie Stabilität. Dank TET kann ich sogar einkaufen gehen, wie jede andere Mutter auch, meinen Haushalt schaffen. Und auch bei den vielen unerwarteten Überraschungen, die mir meine Kinder und das Leben bescheren, bleibe ich im Gleichgewicht. Morgens bitte ich meinen Urteilchen-Strahler-Engel (er heißt übrigens FRED, FRED und Freunde, so nenne ich ihn und sein Team von Helfer/innen) mir in ein Glas Wasser alles reinzumachen, was hilft, gut in den Tag zu starten und ihn gut zu schaffen.

Vor kurzem habe ich im Internet ein kurzes Video von Ihnen gesehen, wo Sie zeigen, dass man den Urteilchen-Strahler auch morgens einfach aufs Herz legen und „Engelfühlen“ kann. Das ist echt super! Ich mache das, wenn möglich auch nochmals mittags. Endlich spüre ich tatsächlich etwas. So eine schöne leichte Energie, die mich fast hochhebt und einhüllt. Ich fühle mich nicht mehr einsam hier auf der Welt, wie vorher so oft.

Ach ja: Wir hatten vor Pfingsten Ameisen im Haus. Erst im Bad, dann in der Küche. Ich habe meinen Engel Fred gebeten, zu helfen. Nach 2-3 Tagen waren keine Ameisen mehr in der Küche. Weg, bis heute. Einfach so. Neulich sind auch noch Wespen bei uns eingezogen. Da habe ich wieder gebeten, sie sollen doch gehen, oder, wenn sie halt bleiben müssen, dann bitte friedlich sein und vor allem die Kinder in Ruhe lassen. Und das haben sie bisher auch getan. Wir leben friedlich miteinander im Haus. Wir drinnen und die Wespen draußen.

Und überhaupt zu wissen, dass ich jetzt Menschen unterstützen kann, indem ich meine Engelsfreunde bitte, das ist so super.

Ihrer Frau und allen, die sonst noch bei Ihnen mitarbeiten herzliche Grüße.

Liebe Leserinnen und Leser der Herzgefühl. An dieser Stelle drucken wir auch gern Ihre Meinungen zu unseren Artikeln ab. Berichten Sie uns und den anderen Lesern von Ihren Erfahrungen. Haben Sie Fragen zu den Inhalten der Artikel? Schreiben Sie uns! Die Adressen finden Sie im Impressum auf der letzten Seite.

Die abgedruckten Leserbriefe sind keine redaktionellen Meinungsäußerungen. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzungen vor. So finden möglichst viele Leserinnen und Leser hier Platz für ihre Meinungen.

Karin Gassner

Schatzkarte des Herzens



10 Zauberformeln der Liebe

RiWei

Karin Gassner

Schatzkarte des Herzens 10 Zauberformeln der Liebe

104 Seiten, Softcover

Format 12,5 x 19 cm

ISBN 978-3-89758-328-3

Bestellnummer: SA-328

Preis: 18,00

Das Buch „Schatzkarte des Herzens“ ist kein Buch, das man von vorne nach hinten durchlesen muss. Es ist auch kein Buch, das man nur einmal liest, sondern meinem Empfinden nach ein lebenslanger Wegbegleiter, das immer wieder einlädt darin zu lesen – das was gerade im Moment wichtig oder Thema im eigenen Leben ist. Das Buch lädt ein, das Wesentliche zu erkennen und der eigenen Wahrheit, sich selbst, seinem Herzen, ein Stück näher zu kommen.

Ein Gespräch mit Richard Weigerstorfer und Karin Gassner können Sie sich unter www.riwei.tv kostenlos anschauen.

Impressum

Zeitschrift 17 / Dezember 2014
04. Jahrgang ISSN 2190-104X

Herausgeber und Verleger
RiWei-Verlag GmbH

Chefredakteur
Richard Weigerstorfer

Redaktion
Peter Walla
Petra Teufl

Autoren
Anita Radi-Pentz
Corina Herbst
Karin Gassner
Lena Lieblich
Michael Wenzel Passer
Petra Teufl
Richard Weigerstorfer
Sigrid Häse

Satz & Gestaltung
Peter Walla

Titelseite
Peter Walla
Foto: © shutterstock.de

Redaktionsanschrift
RiWei-Verlag GmbH
Baierner Weg 4
93138 Hainsacker

Tel.: 0941 799 45 70 E-Mail: redaktion@riwei.de
Fax: 0941 799 45 72 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.



Urteilchen Aloe Vera Saft

Nur das reife glasklare Gel der Aloe Vera Pflanze (*Aloe Vera Barbadosensis* Miller) wird in sorgsamer Handarbeit gerntet und verarbeitet. Der Saft wird nicht filtriert.

Er enthält alle wertvollen Fasern des Blattgels. Zusätzlich wird der Saft für eine Stunde in den Urteilchen-Konverter gestellt.

Erhältlich bei www.wu-wei.de



Wohlfühlen mit dem Haussegen

Entstört nicht nur elektromagnetische und geopathische Störfelder, er gibt auch Energie, sorgt für innere Ruhe und eine angenehme Atmosphäre. Der Haussegen eignet sich für eine 2-Zimmer Wohnung genauso, wie für ein Haus mit mehreren Ebenen.

Weitere
Informationen
unter
www.wu-wei.de

