



Andreas König

Hilbern 23, 4521 Schiedlberg

+43 (0) 650/490 33 99

✉ info@gesundesleben.online

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604>

<https://gesundesleben.online/>

Gesundes Leben News – Jänner 2023

Natürliches Leben im Einklang mit Gottes Schöpfung

Natürliche pflanzliche Antibiotika als Lösung für Medikamentenmangel und Antibiotikaresistenzen

Die Medien sind seit zwei Jahren voll mit Berichterstattungen zu einem massiven Medikamentenmangel. Ein „großes Problem“ sei der Antibiotika-Mangel, weil diese „nicht ersetzbar sind“, [so der oberösterreichische Apothekerkammer-Präsident Thomas Veitschegger](#).

Es mutet etwas seltsam an, dass hier scheinbar niemand an die zahlreichen pflanzlichen Antibiotika aus der Natur denkt und diese als gesunde Alternative verwendet!

Etliche Pflanzen werden als pflanzliche Antibiotika bezeichnet, deren Inhaltsstoffe antibakteriell, schleimlösend, auswurfördernd und entzündungswidrig wirken.

Nachfolgend zähle ich die wichtigsten pflanzlichen Antibiotika auf, die ein verstärktes Augenmerk und Anwendung verdient haben:

Zwiebel,
Knoblauch,
Bärlauch,
alle Rettiche,
Kamille,
Salbei,
Ringelblume,
Schafgarbe,
Beifuß,
Spitzwegerich,
Brennnessel,
Fenchel,
alle Kressearten,
Aloe Vera,
Nelke, Zimt,
Oregano,
Rosmarin,



Thymian, Honig, Ingwer, Chili, [Baumnadeln von Fichte, Tanne, Kiefer](#)...

Auf folgenden Webseiten werden viele von diesen etwas näher beschrieben:

<https://www.smarticular.net/pflanzliche-antibiotika-die-deinem-koerper-sanft-und-effektiv-helfen/>

<https://kneipp.ch/zeitschrift-kneipp/top-themen/natuerliche-antibiotika-aus-der-natur/>

Insbesondere der Einjährige Beifuß gilt als stark blutreinigend und hochwirksam gegen Parasiten und andere Infektionserreger. In den letzten Wochen habe ich eifrig daran gearbeitet einen neuen umfangreichen Artikel zum Einjährigen Beifuß (*Artemisia annua*) mit den wichtigsten Infos auf 24 Seiten zu erstellen. Dieser kann [hier online gelesen werden](#).

Diese Pflanzen enthalten zahlreiche Wirkstoffe, die unserem Körper auf unterschiedlichste Art helfen können. Manche von ihnen bekämpfen Bakterien direkt, andere binden sie und leiten sie schnell aus, wiederum andere stärken unsere Blutgefäße und Zellen, um das Eindringen von Krankheitserregern zu erschweren. Zu ihnen gehören Schleimstoffe, Flavonoide, Gerbstoffe, Bitterstoffe und ätherische Öle. Jede Pflanze und jedes Pflanzenteil verfügt über eine ganz eigene Kombination dieser Stoffe. Es ist immer das feine Zusammenspiel vieler dieser, teils noch unerforschten Stoffe, das uns bei bestimmten Erkrankungen so wirkungsvoll hilft, ohne positiv wirkende Bakterien zu beeinträchtigen. Mit ihnen können wir unser Immunsystem nachhaltig stärken und werden nicht nur resistenter gegen Bakterien, sondern auch gegen Viren.

Viele alternativ denkende Menschen verwenden auch sehr oft CDL (Chlordioxidlösung) als Antibiotikum, was ich aber keinesfalls empfehlen möchte, wenschon nur im Notfall! Ein großer Vorteil der pflanzlichen Antibiotika ist ihre vielfältige und ursachenbetonte Wirkung – eben nicht nur gegen Bakterien, sondern oft auch gegen Viren und Pilze. Und während pharmazeutische Antibiotika im Darm den guten Bakterien schaden, ist dieses Risiko bei natürlichen Helfern, richtig dosiert, nahezu ausgeschlossen.

Das Abwehrsystem eines durchschnittlich gesunden Menschen kann mit den gängigsten Krankheitserregern fast immer ganz allein zurechtkommen. Dazu bedarf es manchmal etwas mehr Ruhe und Schlaf, gesunde Ernährung, Entgiftung und mentale Ausgeglichenheit. Durch Stress, Sorgen, Gifte, Übersäuerung und ungesunder Ernährung ist man anfälliger für Krankheitserreger.

Schon vor 150 Jahren prägte der französische Mikrobiologe und Arzt Prof. Dr. Antoine Béchamp (1816-1908) den weltberühmten Satz:

„Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles.“

Mit anderen Worten: Ein krankes Terrain begünstigt Krankheitserreger, die in einem gesunden Terrain nicht Fuß fassen könnten – oder gar nicht erst entstehen würden!

Es gilt zu verstehen, dass „Krankheit“ die Methode des Körpers ist, sich von einem übersäuerten Milieu zu befreien.

Darüber habe ich bereits im [Gesundes-Leben-News vom Dezember 2020 einen ausführlichen Beitrag verfasst](#).

Was sind Antibiotika?

Antibiotika sind verschreibungspflichtige Medikamente zur Behandlung von Krankheiten, die durch Bakterien verursacht wurden. Antibiotika hemmen die Vermehrung der Bakterien oder töten diese ab.

Antibiotika werden in der Natur unter anderem von Pilzen gebildet. Erste Beobachtungen dazu gab es bereits Ende des 19. Jahrhunderts. Im Jahr 1928 entdeckte Alexander Fleming, dass ein Schimmelpilz einen Bakterien abtötenden Stoff herstellt, und nannte diesen Stoff Penicillin. 16 Jahre später stand das Penicillin als Medikament zur Verfügung.

Bereits im Jahr 1910 kam als erstes Antibiotikum das von Paul Ehrlich entwickelte Salvarsan auf den Markt. 30 Jahre später hat das Pharmaunternehmen Hoechst mit der Produktion von Sulfonamide begonnen.

Heutzutage gibt es eine Vielzahl von Stoffen, die das Wachstum von Mikroorganismen stark hemmen oder Bakterien ganz abtöten. Sie werden nicht nur natürlich gebildet, sondern auch synthetisch im Labor hergestellt. Alle diese Medikamente werden Antibiotika genannt.

Oft können sie für schnelle Linderung sorgen, besitzen aber auch einige Nachteile. Es können Nebenwirkungen auftreten, positiv wirkende Bakterien angegriffen und unser Immunsystem geschwächt werden.

Antibiotikaresistenzen durch falsche Handhabung und Massentierhaltung

Darüber hinaus entwickeln viele Krankheitserreger mit der Zeit Resistenzen gegen einzelne oder gar ganze Gruppen von Antibiotika. Die Folge sind so genannte Superkeime, gegen die die meisten Arzneimittel wirkungslos sind und die für eine ganz neue Art von Gesundheitsgefährdung sorgen. Leider werden antibiotische Arzneimittel heutzutage oft viel zu früh verschrieben, teilweise auch auf das Drängen von Patienten. In manchen Fällen ist noch nicht einmal klar, ob es sich bei den Krankheitserregern um Bakterien oder Viren handelt, trotzdem werden Antibiotika verabreicht. Auch wenn wir mit ihrer Hilfe meist schnell wieder fit sind, können sie uns längerfristig schwächen und uns anfälliger für zukünftige Infektionen machen. Anstatt die Erreger und mit ihnen auch positiv wirkende Bakterien einfach wegzuschwemmen, sind sanftere Methoden meist viel sinnvoller.

Im Europäischen Wirtschaftsraum sterben jährlich 35.000 Menschen durch Antibiotikaresistenzen, wie aus einem aktuellen Bericht der EU-Gesundheitsbehörde ECDC hervorgeht.

Fatal ist auch der tonnenweise Einsatz von Antibiotika bei der Masthaltung von Kühen, Schweinen und Hühnern, was automatisch den Verzehr von antibiotikahaltigem Fleisch durch die Konsumenten zur Folge hat, was wiederum die Resistenzbildung fördert. Bio-Betriebe zeigen schon jetzt, dass es geht, und halten ihre Tierbestände mit weitaus weniger Antibiotika gesund. Und verursachen dadurch weniger Resistenzen.

2019 wurden laut WidO 339 Tonnen Antibiotika ambulant beim Menschen eingesetzt. Zusammen mit dem Verbrauch der Krankenhäuser sind das etwa 400 Tonnen im Jahr. Darüber hinaus gaben Hersteller und Großhändler 2019 und 2020 rund 670 beziehungsweise 700 Tonnen Antibiotika an [Tierärzte](#) ab, meldete das deutsche Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL).

„Massentierhaltung funktioniert nur mit hohem und regelmäßigem Antibiotikaeinsatz. Diese Dauerbehandlung ist ein klarer Hinweis auf Missstände bei der Haltung“, sagt Gerald Wehde, Leiter Agrarpolitik beim ökologischen Anbauverband Bioland.

Antibiotikaresistente Erreger vor allem in Krankenhäusern – alternative Reinigung mit effektiven Mikroorganismen

Jedes Jahr erkranken nach Angaben des [Robert-Koch-Instituts](#) (RKI) etwa 50.000 Menschen in [Deutschland](#) an antibiotikaresistenten Erregern. „Davon sind circa zwei Drittel im Krankenhaus erworbene Erkrankungen“, sagte Tim Eckmanns, Leiter der Surveillance von Antibiotikaresistenz beim RKI. Etwa 2500 Todesfälle gebe es jedes Jahr.

Gerade in Krankenhäusern zirkulieren oft Bakterien, gegen die kaum ein Antibiotikum mehr wirkt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sieht in wachsenden Resistenzen eine große Gefahr. Von Antibiotika-Resistenz sprechen Experten, wenn Patienten auf ein Antibiotikum nicht reagieren, das heißt, wenn die krankmachenden Bakterien durch das Antibiotikum nicht vernichtet werden.

Die Ursache von den resistenten Krankenhauskeimen liegt in der massiven Verwendung von Desinfektionsmitteln, durch welche man zwangsläufig auch diejenigen guten Bakterien reduziert, die die schädlichen dezimieren. Man schafft ein Klima, in dem sich Krankheitskeime mit schwacher Lebenskraft (wie z. B. resistente Bakterien und Coli-Bakterien) wohl fühlen.

Liegen aber die guten, z. B. Milchsäurebakterien, in dominanter Menge vor, sind sie in der Lage schädliche Mikroorganismen aus dem Millieu zu verdrängen, wodurch Fäulnis und Krankheiten verhindert werden. Besser wäre es demnach z.B. mit effektiven Mikroorganismen (EM) zu putzen, die eine hohe Reinigungskraft aufzuweisen haben, indem sie Verschmutzungen verstoffwechseln, andere Bakterien und Pilze verdrängen und Gerüche reduzieren. Zudem hinterlässt EM ein angenehmes Raumklima und ein regeneratives Mikroklima auf allen Oberflächen.

Ich selbst gebe nun immer einen „Schuss“ selbstvermehrtes Ema in das Putzwasser. Bei starken Verschmutzungen verwende ich das EMA auch pur.

Krankheiten bei Pflanzen, Tieren und anderen Lebewesen, die durch eine Vorherrschaft negativer Mikroorganismen begründet wurden, können dann einfach verschwinden. In der Natur herrscht der Grundsatz, dass Gesundes gesund erhalten wird und Krankes abgebaut und somit wieder in den Kreislauf zurückgebracht wird. Gesunde Pflanzen, ebenso wie gesunde Menschen werden nicht von schädlichen Bakterien oder Pilzen heimgesucht.

Vom Irrweg der Desinfektion habe ich im [Gesundes-Leben-News vom Februar 2020 näher berichtet](#).

Das Problem der antibiotikaresistenten Keime ist in der Forschung bekannt. Für die Entwicklung neuer hoch wirksamer antibiotischer Medikamente sucht man mittlerweile gezielt nach einzelnen pflanzlichen Wirkstoffen. Dabei sind es aber nicht einzelne Wirkstoffe, die bei bestimmten Erkrankungen so wirkungsvoll helfen, sondern es ist eben immer das feine Zusammenspiel vieler dieser Wirkstoffe wie sie in natürlicher Weise in den Pflanzen vorkommen!

Quellen + weitere Infos:

<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/wissen/antibiotika-resistenzen/hintergrund>

<https://www.netdoktor.at/krankheiten/infektionen/bakterien/>

<https://www.smarticular.net/pflanzliche-antibiotika-die-deinem-koerper-sanft-und-effektiv-helfen/>

<https://kneipp.ch/zeitschrift-kneipp/top-themen/natuerliche-antibiotika-aus-der-natur/>

<https://www.gmx.at/magazine/gesundheit/eu-gesundheitsbehoerde-ecdc-wissen-antibiotika-37480598>

<https://schrotundkorn.de/leben/statt-antibiotika-abwehr-aus-pflanzen>

<https://gesundeleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/148-gesundes-leben-news-dezember-2020#Immunsystem>

<https://schrotundkorn.de/essen/antibiotika-am-limit>

<https://schrotundkorn.de/leben/antibiotika-tiere-verbot>

<https://schrotundkorn.de/essen/antibiotika-gefahr-aus-dem-stall>

<https://www.probiosa.de/mikrobiotisch-em/desinfektion/>

<https://www.probiosa.de/mikrobiotisch-em/effektive-mikroorganismen/dominanzprinzip/>

<https://em-chiemgau.de/reinigung/putzen-mit-effektiven-mikroorganismen>

<https://www.wonne.de/naturliebe/putzen-mit-effektiven-mikroorganismen/>

40 [Kommentare](#)

Kommentar von [Sabine Schiff](#):

„Danke, lieber Andreas für die ausführliche Erklärung und dein recherchieren 🙏🌻🌸🌺

...du bietest uns Lesern soooooo viel an Informationen, Erfahrungen und Einblicken. Herzlichen Dank dafür. Es ist wirklich eine ganze Menge und ich freue mich sehr darüber.

Ich weiß, dass das alles sehr viel Zeit in Anspruch nimmt und ich nehme das nicht für selbstverständlich. Man spürt in jeder Zeile, dass du es aus vollem Herzen machst. DANKE“ 🙏🌻🌸🌺



Kommentar von [Simone-Evelyne Martin Bouchgraoui](#):

„Lieber [Andreas König](#), mach weiter so 🙏🙏🙏 als Therapeutin schätze ich Deine gehalt- und wertvollen Texte sehr, auch sind sie sehr schön geschrieben, recherchiert sowie mit Quellenangaben oder weiterführenden Hinweisen versehen- so wie es sich gehört🥰 Ich weiß dies jeweils enorm zu schätzen. Tausend Dank dafür!

Sei herzlich begrüßt aus

Basel/Schweiz 🥰🌻🌸🌺🙏🙏🙏“

Ein sehr gut zusammengefasster Artikel über die Schätze aus dem Wald, welchen ich in einer Servus-Zeitschrift gelesen habe:



Schätze aus dem Wald

Seit jeher ist der Wald nicht nur Lieferant für Holz, sondern auch eine wahre Schatzkiste für Heilsames und Schmackhaftes: Bäume, Sträucher und Kräuter dienten unseren Vorfahren als Apotheke und als Vorratskammer. Vieles davon geriet im Lauf der Zeit in Vergessenheit – und wird gerade wiederentdeckt.

Ein feiner Duft durchzieht den Raum, harzig, erdig, tröstlich. Auf einem Stück Räucherkohle glosen Fichtennadeln und bernsteinfärbiges Baumharz gemächlich vor sich hin. Flugs sind wir mittendrin im Wald mit all seinen wohltuenden Schätzen. Den Heidelbeeren, aus denen die Mutter im Sommer wunderbar schmeckende Schwarzbeerdatschi machte. Den Tannenzapfen, die – mit Zucker in ein Glas geschichtet – im Winter als Hustensaft gute Dienste leisteten. Oder dem Harz in der Pechsalbe, die kraftvoll und beharrlich so manchen Dorn aus dem Fuß zog.

Vielfach wird heute vergessen, dass der Wald früher genauso der Selbstversorgung diente wie Obstbäume und Gemüsebeete. Eicheln wurden zu Mehl vermahlen, aus Bucheckern wurde Öl gepresst. Bevor der Speck in die Räucherkammer wanderte, wurde er mit Tannenzapfen und Wacholder („Kranawitt“) gewürzt. Die jungen Blätter der Linde wurden wie Gemüse gekocht und gegessen, mit Buchenholzasche setzte man Waschlauge an. Vogelbeeren – also die Früchte der Ebereschen – ergeben nicht nur einen veritablen Schnaps, sondern wurden früher mit Eichenrinde zu Bier vergoren. Die Erle wiederum war ein traditioneller

Färbebaum: Aus den Zapfen gewann man Tinte, aus der Rinde ein tiefes Schwarz zum Einfärben von Leder. Die Esche galt gar als Allheilmittel: Blätter, Früchte und Rinde sollten bei Fieber, Rheuma und Gicht helfen, die Asche gebrochene Knochen wieder heilen.

GESUNDES GRÜN

Wachsender Wohlstand und die Errungenschaften der modernen Medizin und Pharmazie drängten die Schätze aus dem Wald zunehmend in den Hintergrund, viel altes Wissen ging verloren. Doch seit einigen Jahren beschäftigt sich die Wissenschaft wieder verstärkt mit dem Thema Wald. Sie hat herausgefunden, dass ein Spaziergang unter Wipfeln nachweislich die Abwehrkräfte stärkt und den Blutdruck und den Puls sinken lässt. Gleich mehrere Studien zeigten, dass Menschen schneller gesund werden und weniger Schmerzmittel brauchen, wenn sie von ihrem Krankenzimmerfenster auf munter sprießendes Grün schauen.

Lust bekommen, ein paar Heilmittel und (Alltags-)Rezepte aus den Tiefen des Waldes auszuprobieren? Wir haben im Folgenden eine kleine Sammlung zusammengestellt.



Die Liebe, die heilt – Professor Moscati: Arzt und Engel der Armen (Film nach wahrer Geschichte)

Ein bewegender Film über die Lebensgeschichte des renommierten italienischen Arztes Giuseppe Moscati, der sich zeit seines Lebens für die Armen und Leidenden aufopferte.

INHALTSANGABE: Neapel, Anfang des 20. Jahrhunderts. Giuseppe Moscati und sein Freund sind zwei frisch approbierte Ärzte, die ihren ersten Job im Krankenhaus suchen. Moscati hat Schwierigkeiten damit, sich an die vorgegebenen Regeln anzupassen und widmet sich seinen Patienten gerne länger als die üblichen sieben Minuten. Je mehr er seine Selbstlosigkeit in den Krankenhausalltag einbringt, desto mehr wird er herausgefordert, sich selbst treu zu bleiben...



<https://www.youtube.com/watch?v=yo5tN3AQspc>

Portrait zu Giuseppe Moscati

Herzergreifende Kommentare zu diesem besonderen Film:

„Wir haben uns diesen wundervollen, zu Tränen rührenden Film angeschaut. Meines Erachtens hätte er gleich 1.000 Oskars verdient. Wenn geht über Smart-TV ansehen..... u n b e d i n g t.... wenn geht gleich mit mehreren Personen.“

„Toller herzerwärmender Film über die Liebe GOTTES. Ein wahres Meisterstück im Bezug auf die Menschlichkeit. Was für ein wundervoller Mensch/Arzt voller Güte und Barmherzigkeit 🙏❤️🙏,“

„Wunderschöner, herzergreifender Film. Danke für den Tipp ❤️🙏“

„Danke für diesen wundervollen herzerwärmenden Film. Dieser Professor Guiseppe Moscati war ein Engel in Menschengestalt. Die Schauspieler waren ganz ganz einmalig und haben grandios für den Film gepasst.“

„Danke für dieses großartige Meisterwerk!!! Eine autobiographische Reise über unsere Zeitgeschichte von Ethik & Moral. Ein Engel auf Erden. Ein wundervoller Film der intensiv zum mitfühlen einlädt.“

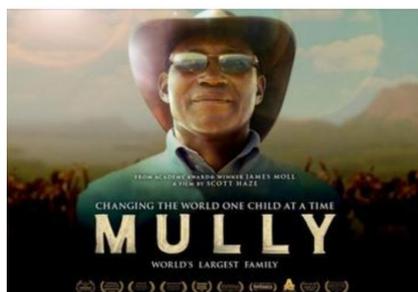
Weitere [Kommentare](#)

Eine ebenfalls sehr schöne Geschichte eines Arztes aus der Neuzeit, der seine Praxis verkaufte um Obst und Gemüse anzubauen, womit er seine Patienten heilt.

<https://bewusst-vegan-froh.de/lerne-diesen-arzt-kennen-der-pflanzen-anbaut-um-seine-patienten-damit-zu-heilen>

❤️ Solche Mediziner braucht das Land!

Die unglaubliche Geschichte von Charles Mully



Er wuchs selbst als Waisenkind auf und wurde später einer der reichsten Männer von Kenia. Doch jemand hatte einen anderen Plan mit ihm, sodass er alles verkaufte, um über 20.000 Waisen zu retten. Schaut es euch einfach selbst an! Es ist wirklich eine rührende und inspirierende Geschichte.

https://www.youtube.com/watch?v=F_KEKJan6MQ

Charles Mully Webseite: www.mully-film.de

Zitate zum Film:

„MULLY dokumentiert das Leben von Charles Mully und seine außergewöhnlichen 28 Jahre, in denen er tausende ausgesetzte Waisen gerettet und sie als seine eigenen Kinder großgezogen hat. Zeuge dieses Weges und der Risiken zu werden, die er und seine Familie auf sich genommen haben, wird dich auf eine Art berühren, die schwer in Worte zu fassen ist!“

Bobby Schuller (US Pastor)

„Dieser Film wird an dir zerren, wie kein anderer. MULLY zeigt dir, was Liebe, Mitgefühl und Selbstlosigkeit wirklich aussieht. Dieser Film hat mein Herz berührt, meine Gedanken und meine Seele.“

Rodney Jerkins (Produzent)

„Du hast noch nie einen Film wie MULLY gesehen, das verspreche ich dir. Ich bekomme Gänsehaut, wenn ich überlege, dass ihr ihn alle sehen werdet.“

Chris Tomlin (Sänger)

Kommentare auf Youtube zum Film:

[Petra Fischer:](#)

„Wie er dieses erste Kind, dass er gefunden hat auf den Arm nimmt, - gibt mir ein Bild wie gütig, barmherzig und voller Liebe unser himmlischer Vater ist und es berührt mich tief im Herzen. Wie den meisten Schreibern hier, geht es auch mir. Man kann sich diese Doku nur mit Herz und Tränen ansehen. und währenddessen frage ich mich mehrmals: Welches Problem bitteschön habe eigentlich ICH? Ich bin reich gesegnet. Herr lehre mich, meinen „Job“ den Du für mich auf Erden vorgesehen hast zu erfüllen.“

[Kathrin Dittrich:](#)

„Meine Tränen nehmen kein Ende. Ich bin sprachlos über diese grenzenlose Güte und Liebe und wünschte mir, es gäbe mehr solcher Menschen wie ♥ Daddy Mully ♥ und seine Frau ♥“

[Elisabeth Dick:](#)

„Das ist erstaunlich!! So ein großes Herz zu haben.... Sowas ist auch nur mit Gott möglich und die wahre Berufung zu kennen . Ja und die Familie hatte es nicht einfach, und trotzdem mitgemacht. Respekt!“

Ist dieser Film von Scientology? Scientology hatte Rechte daran gekauft, ohne dass Mully etwas davon wissen konnte. Jetzt sind alle Rechte wieder zurück bei Mully.

Offizielles Statement von Charles Mully: „Wir glauben an Jesus Christus und unterstützen in keiner Weise die Überzeugungen von Scientology. Die Vermarktung von Mully Movie im Jahr 2017 erfolgte in guter Absicht, um die Geschichte an so viele Menschen wie möglich zu bringen. Bei der breiten Bewerbung des Films erlaubte die Marketingfirma auch dem Scientology-Fernsehsender, den Film zu zeigen. Später gab die für das Marketing verantwortliche Person ihr Leben Christus und wurde in Ndalani, Kenia, von Dr. Charles Mully getauft.“ –

Viele Menschen dieser Erde fragen sich: „Was kann einer allein schon gegen all das Leid und die Ungerechtigkeiten dieser Erde tun?“

Dieser Film, wie auch derjenige über Professor Moscati, sind eine wunderbare reale Geschichte davon, wie ein einziger Mann das Leben vieler, vieler Menschen zum Positiven verändern konnte und ein Vorbild für viele andere wurde ♥

[Kommentare](#)

Mobilfunk - die verschwiegene Gefahr

Dass Mobilfunkstrahlung gesundheitsschädlich ist, war mir schon immer klar, aber dass solch schlimme Auswirkungen so klar wissenschaftlich erwiesen sind, hat mich schon etwas erschrocken!

Ich telefoniere mit meinem sehr strahlungsarmen Handy von „Swissphone“ immer nur mit Freisprecheinrichtung und seit etwa 2 Jahren telefoniere ich auch im Auto nicht mehr, da sich hier der [Elektrosmog durch den Faradayschen Käfig zusätzlich verstärkt](#)! Im [Februar 2021 habe ich hier](#) darüber näher berichtet. Natürlich habe ich auch kein Internet am Handy und im Haus kein WLAN!

Nachfolgend habe ich die wichtigsten Ausschnitte einer [ausführlichen Broschüre von Klaus Weber über die verschwiegenen Gefahren des Mobilfunks eingefügt](#):

Schädigungen an Menschen

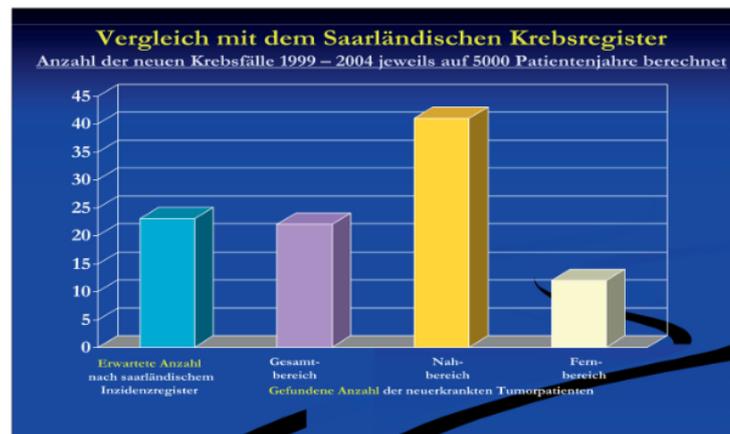
Der Baubiologe Maes (www.maes.de) berichtet: Die Klagen werden lauter, dass körperliche und seelische Symptome wie z. B. Kopfschmerzen, Schwindel, ständige Müdigkeit, Ohrenrauschen, Hormon-, Nerven-, Herz- und Schlafprobleme, Konzentrationsstörungen, Aufmerksamkeitsdefizit/Hyperaktivitätsstörung (ADHS), Gereiztheit, Allergien, Ängste, Sehstörungen oder allgemeines Unwohlsein auftraten, gleich nachdem man in der Nähe neue Mobilfunksender installiert hatte oder DECT-Haustelefone Einzug gehalten hatten. Solche Symptome können beim Menschen auch durch WLAN-Verbindungen, digitale Stromzähler oder Babyphone verursacht werden. Insbesondere bei der allgegenwärtigen Werbung für „freies WLAN“ („free WiFi“) werden diese Nebenwirkungen nicht nur verschwiegen, sondern obendrein noch „kosten- frei mitgeliefert“.

3. Die Naila-Studie

Über die Auswirkungen der Dauerbestrahlung durch Sendemasten auf die Gesundheit der Bevölkerung gibt es eine sehr aussagekräftige Langzeitstudie einer privaten Ärzteinitiative in Naila (Oberfranken), die sog. Naila-Studie.

Die unabhängige (!) und selbstfinanzierte Studie ist sehr aufschlussreich, weil sie sich über einen Zeitraum von zehn Jahren (1994–2004) erstreckt. Die Ärzte erfassten die Anzahl von Krebsneuerkrankungen an zwei Personengruppen, die in unterschiedlichem Radius zu einem Mobilfunksender in Naila wohnten: Radius 1 (nah): max. 400m, Radius 2 (fern): 400–1.000m.

Die wesentlichen Ergebnisse zeigt das Diagramm:²⁰



⇒ Im Zeitraum von 1999–2004 hat sich der Anteil von neu aufgetretenen Krebsfällen in Radius 1 gegenüber Radius 2 verdreifacht!

⇒ Die Neuerkrankten in Radius 1 waren durchschnittlich 8,5 Jahre jünger!

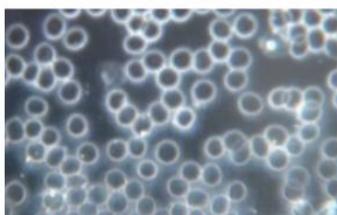
Die Studie besagt nicht, dass in Radius 2 keine Gefährdung besteht.

Als Konsequenz aus der Studie forderte der erste Bürgermeister der Stadt Naila den Mobilfunkbetreiber mit Fristsetzung auf, den Grenzwert für die Leistungsflussdichte der Anlage um den Faktor 1.000.000 (!) zu senken! Er drohte dem Betreiber mit außerordentlicher Kündigung.²¹

Eine Studie in Belo Horizonte (Brasilien) mit 2 Millionen Teilnehmern bestätigte das Ergebnis aus Naila.²²

4. Der „Geldrolleneffekt“

Ein einfacher Versuch zeigt sehr eindrucksvoll die biologischen Wirkungen: Das Dunkelfeldmikroskop bringt es ans Licht. Bereits nach wenigen Sekunden Mobilfunktelefonat verklumpen die roten Blutkörperchen „geldrollenartig“.²³ Dies kann zu Verstopfungen kleiner Blutgefäße und danach zu Infarkten und Thrombosen führen. Diesen Effekt bestätigen auch Mediziner.²⁴ Er betrifft auch Passivtelefonierer.



Blutbild vor dem Handytelefonat



Blutbild nach dreiminütigem Handytelefonat

Selbiges Bild einer massiven Blutverklumpung bzw. „Geldrolleneffekt“ zeigte sich auch vielfach nach der sogenannten [Covid-Impfung, wie ich im November 2021 berichtet habe](#).

Beispiele für einen alternativen Weg:

- „Pariser Bibliotheken schalten alle drahtlosen WLAN-Netzwerke ab. Nach Inbetriebnahme von WLAN klagt die Hälfte der Mitarbeiter über Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Konzentrationsschwäche, Müdigkeit usw.“
- „Der bayerische Landtag gab die Empfehlung, an allen Schulen des Freistaates auf WLAN-Netze zu verzichten.“
- In Haifa, (Israel) verhängt der Bürgermeister sogar ein WLAN Verbot an Schulen, Kindergärten und öffentlichen Gebäuden.
- Aufgrund der Elektrosensibilität einer Schülerin verfügt ein italienisches Gericht die sofortige Entfernung von WLAN an einer Schule.
- Im spanischen Valladolid wurden 36 Mobilfunkantennen, die sich in der Nähe einer Schule befanden, per Gerichtsbeschluss stillgelegt. Mediziner hatten in ihnen die mögliche Ursache dafür gesehen, dass innerhalb kürzester Zeit vier Schüler (zwischenzeitlich sind es 13 Leukämiefälle) an Krebs erkrankten. Massendemonstrationen und richterliche Abschaltungsverfügungen waren die Folge. (Die Bürgerwelle berichtet, dass Bürgerproteste in Spanien zur Stilllegung von 2.000 Mobilfunkanlagen führten.)

Diesen positiven Beispielen zum Trotz sollen EU-weit digitale Stromzähler (SMARTMETER) verpflichtend per Gesetz eingebaut werden.

Gefahren durch das Handy

Nachdem bereits im Jahre 2008 ein Appell des Russischen Nationalen Komitees zum Schutz vor Nicht-Ionisierender Strahlung (RNCNIRP) weltweit Aufsehen erregte, geht die Kommission mit hochrangigen russischen Wissenschaftlern drei Jahre später nun noch einen Schritt weiter:

„Leider haben statistische Daten, die 2009 und 2010 von ROSSTAT und der UNICEF veröffentlicht wurden, aufgezeigt, dass es seit dem Jahr 2000 eine kontinuierliche Zunahme von Kinderkrankheiten gab, die mit großer Wahrscheinlichkeit auf die Handynutzung zurückzuführen sind.“

Besonders besorgniserregend ist die Zunahme von Erkrankungen unter jungen Menschen zwischen 15 und 19 Jahren im Vergleich zum Jahr 2000:

- Störungen des zentralen Nervensystems: + 85 %
- Epileptische Erkrankungen: + 36 %
- Bluterkrankungen und Störungen des Immunsystems: +82 %
- Neurologische Störungen: + 58 %

Forscher sehen in dem oxidativen Stress, der durch Mikrowellen in den Zellen ausgelöst wird, einen wesentlichen Grund für die dramatische Zunahme vieler chronischer Erkrankungen seit Anfang der 90er Jahre (Beginn Mobilfunk). Hier einige Beispiele mit prozentualer Zunahme von 1990–2016 in den USA: ADHS: +819 %; Alzheimer: +299 %; Autismus: +2094 %; Fibromyalgie: +7727 %

Handytelefonate von Schwangeren sind unverantwortlich

Das Risiko, dass bei Kindern Verhaltensstörungen wie Hyperaktivität oder emotionale Störungen auftreten, steigt um 80 %, wenn Frauen während ihrer Schwangerschaft regelmäßig mit dem Handy telefonieren. Dies belegt eine Studie mit ca. 13.000 Kindern!

WLAN und Handystrahlung verdreifachen das Risiko für eine Fehlgeburt!

Aus diesen Gründen fordert die Wiener Ärztekammer ein Handyverbot für Kinder und stellte Leitlinien für Handynutzung auf u. a.: Keine Spiele mit Handyspielen!

Das Heimtückische am Telefonieren mit Handys ist, dass die Beschwerden schleichend auftreten, später aber meist unumkehrbar sind!

Der französische Staat ist dieser Forderung von Ärzten und Wissenschaftlern nachgekommen und hat im September 2018 ein absolutes Handyverbot für Schüler bis 15 Jahren an allen französischen Schulen erlassen!

Schädigungen an Tieren

Zwei Beispiele sollen zeigen, dass auch Tiere durch die hochfrequente Strahlung geschädigt werden:

a) Hühner

„Wir haben Hühnereier in einem Brutschrank mit Mikrowellen der Stärke unterhalb unserer aktuellen deutschen Grenzwerte bestrahlt und damit ausnahmslos jedes Embryo getötet! Kein einziges Küken ist geschlüpft, keines hat die Strahlen überlebt. Aus der Kontrollgruppe, die nicht bestrahlt wurde, schlüpfen ausnahmslos gesunde Tiere. Elektromagnetische Felder müssen viel ernster bewertet werden als bisher.“

Prof. Dr. Dr. Andras Varga, Hygiene-Institut der Uni Heidelberg (1991) 65

b) Elektromagnetische Strahlung und Bienensterben

Der in Europa beobachtete Rückgang der Bienenpopulation um 80 % ist alarmierend. Auch belegen Untersuchungen, dass die Zahl von Insekten seit dem Ausbau des Mobilfunks ebenfalls um bis zu 80 % gesunken ist.

Der „strahlende“ Kirchturm

2001 wurden auf dem Kirchturm in der Ortsmitte von Herlikofen bei Schwäbisch Gmünd zwei Mobilfunkbasisstationen in Betrieb genommen. Seither sind als Folge davon in der näheren Umgebung vermehrt Krankheiten aufgetreten: Herzprobleme, Schlaganfälle, Schlaflosigkeit, Leukämie und zahlreiche Krebsfälle. Viele Bürger sind geflüchtet und weggezogen. Unzählige Briefe betroffener Bürger wurden von den Verantwortlichen der Kirche ignoriert und blieben unbeantwortet.

Tragödie auf dem Bauernhof

Ende 1997 wurde neben dem Hof von Friedrich Stengel in Öttingen/Bayern eine Mobilfunkantenne von T-Mobile errichtet. Schon 1998 blieben die Schwalben und Zugvögel weg. Bei einem Kuhbestand von durchschnittlich nur zehn Kühen ergaben sich bis November 2010 folgende Schäden: katastrophale Blutbilder der Kühe (wie bei Krebspatienten unter Strahlentherapie), 25 Kühe verendeten an Immunschwäche. Es gab insgesamt 75 Frühabgänge bzw. Totgeburten im dritten bzw. vierten Monat. Der Schaden: ca. 70.000 €. Ein Amtstierarzt konnte keine Ursache finden und kam zu dem Ergebnis, dass nur die Strahlenbelastung als Auslöser in Betracht kommt. Die Kontaktaufnahme mit dem bayrischen Umweltministerium blieb erfolglos und wurde schließlich mit den Worten beendet: „Jede Briefmarke ist zu schade, Telefonkosten können Sie sich sparen – für uns sind Sie gestorben!“

In einem ähnlich gelagerten Fall in Österreich wurde der Sender außer Betrieb genommen. Nach kurzer Zeit verschwanden sämtliche Symptome, als Ursache konnte zweifelsfrei der Mobilfunksender ausgemacht werden!

5G: Der Quantensprung zur weltumspannenden Mikrowellenbestrahlung!

Die Einführung von 5G ist ein Quantensprung!

5G ist der gravierendste Eingriff des Menschen in die Natur in der gesamten Menschheitsgeschichte!

Durch 5G wird jeder Quadratcentimeter der Erdoberfläche (u. a. auch mittels 5G-Satelliten aus dem Weltraum) mit dieser neuartigen und nicht erforschten Mikrowellenstrahlung überzogen werden. Wir leben dann alle rund um die Uhr „in einem Mikrowellenherd“, denn auch bei 5G handelt es sich um Mikrowellenstrahlung!

Durch 5G-Satelliten aus dem Weltraum und allgegenwärtige Mikrowellenantennen auf der Erde wird elektrosensiblen Menschen (9% der Bevölkerung! s. o.) jede Lebensgrundlage auf der Erdoberfläche entzogen, da es funkfremde Erholungsräume nicht mehr geben wird

Über die gefährliche 5G-Technologie habe ich [bereits im September 2019 auf den letzten Seiten berichtet.](#)

Was können wir konkret tun?

Jeder Einzelne trägt durch sein Verhalten zu einer riesigen Gesamtproblematik bei. Handytelefonieren ist keine Privatsache, denn man schädigt nicht nur sich selbst, sondern auch sein Umfeld. Gefährlicher als das Passiv-Rauchen ist das Passiv-Telefonieren! Jeder einzelne Handynutzer sorgt durch sein Verhalten dafür, dass immer mehr Masten gebaut werden. Mobilfunknetz und Gesundheitsschutz sind unvereinbare Gegensätze.

Die gesamte Broschüre kann hier gelesen werden: <https://docplayer.org/191864920-5-ueberarbeitete-auflage-mit-aktuellem-5g-sonderteil-mobilfunk-die-verschwiegene-gefahr-klaus-weber.html>

Laut dem DAK-Gesundheitsbericht 2017 schlafen 80% der Erwerbstätigen schlecht. Seit 2010 sind die Schlafstörungen bei Berufstätigen im Alter zwischen 35 und 65 Jahren um 66 Prozent angestiegen!

Interessant ist dabei im Zusammenhang, dass im selben Zeitraum auch die Zahl der Smartphone-Nutzer im etwa selben Ausmaß angestiegen ist!

Das gewöhnliche alte Handy meldet sich im Stand-by-Betrieb nur alle etwa 4 h bei der nächsten Mobilfunkbasisstation - zumindest wenn es nicht bewegt wird.

Das Smartphone dagegen baut alle 5-7 min eine Verbindung auf - damit einhergehend eine massiv höhere Strahlenbelastung! Dazu kommen natürlich auch noch all die W-LAN-Router, welche immer mehr Haushalte haben und über Nacht kaum abgeschaltet werden.

Die Strahlungswerte vieler Tausender Handys können hier ersehen werden:

<https://handystrahlung.ch/sar.php>

Bildschirmfrei ist das neue Bio: Warum die Programmierer im Silicon Valley ihre Kinder computerfrei erziehen

Im Silicon Valley achten Eltern streng darauf, dass ihr Nachwuchs möglichst wenig Zeit vor Smartphones, Tablets und Computern verbringt. Mitarbeiter grosser Tech-Konzerne wie Google, Apple und Yahoo schicken ihre Kinder vermehrt an Schulen, die auf eine technologiefreie Lernumgebung setzen. Die Programmierer und Unternehmer haben die Sorge, dass digitale Technologien die Konzentrationsfähigkeit und Entwicklung ihrer Kinder nachhaltig beeinträchtigen. Microsoft-Gründer Bill Gates und Apple-Gründer Steve Jobs erzogen ihre Kinder technikfrei – zumindest, was die Nutzung von High-Tech-Geräten betraf. Die Töchter von Bill und Melinda Gates bekamen ihr erstes Handy erst im Alter von 14 Jahren. Steve Jobs verbot seinen Kindern sogar, das neue iPad zu nutzen! Doch wenn ein Konzern ein Produkt an Schulen als Lernwerkzeug vermarktet, dessen Nutzung der Unternehmensgründer seinen eigenen Kindern verbietet – ist das nicht unglaublich?

<https://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/menschen/warum-eltern-im-silicon-valley-ihre-kinder-vom-smartphone-fernhalten-15894313.html>

[37 Kommentare](#)

So schädlich sind Mikrowellen für die allgemeine Gesundheit!

Mikrowellen sind Funkwellen, die z.B. von folgenden Geräten ausgesendet werden: Handys, Smartphones, Schnurlostelefone (DECT), Handymasten, Radio- und Fernsehsender, drahtlose Funknetzwerke (WLAN, LTE-Homebasisstationen wie Box oder Cube), Mikrowellenherde, Babyphone (DECT und WLAN), Fernseher mit WLAN, Spielekonsolen mit WLAN, internetfähige Puppen, Plüschtiere und andere „smarte“ Geräte vom Kühlschrank über Strom- und Wasserzähler bis zum selbstfahrenden Auto („Internet der Dinge“). Mikrowellen führen bei großer Intensität zu einer starken Erwärmung, die etwa beim Mikrowellenherd (z.B. 300-1000 Watt) eingesetzt wird. Vorsicht: austretende Leckstrahlung bei undichten Geräten, z.B. durch überlaufende Speisen!

Sind Mikrowellen eine Mitursache für Homosexualität?

Diese These mag vielleicht etwas schräg klingen – beim Menschen gibt es diesbezüglich auch noch keine konkreten Hinweise.

Aber in der sogenannten Oxford-Studie der 70-iger Jahre wurde dieser Zusammenhang wissenschaftlich bei Katzen getestet. Man hat dabei all deren Katzenfutter vorher kurz in den Mikrowellenherd gestellt – auch das Wasser. Bereits nach 20 Tagen konnte man bei den Katzen erkennen, dass sie sich völlig denaturieren: sie haben z.B. homosexuelles Verhalten aufgewiesen! Innerhalb von 5 Wochen sind dann ausnahmslos alle Katzen verstorben, obwohl chemisch-analytisch immer noch alle Nährstoffe in der Nahrung enthalten waren!

Entscheidend wichtig ist eben das „Leben“ in einem Lebensmittel – das heißt die naturgemäße biophysikalische Struktur bzw. Anordnung der Moleküle. Diese Struktur wird durch Mikrowellenbestrahlung zerstört!

Die Studie mit den Katzen fand zudem in geschlossenen Räumen statt – also die Katzen hatten auch keinen Zugang zu dem Lebensbringer Sonne!

Mikrowellen schaden der Gesundheit

Einige Jahre später – im Jahr 1989 machte der Schweizer Ernährungswissenschaftler Dr. Hans-Ulrich Hertel ebenfalls beunruhigende Entdeckungen über Mikrowellenöfen. Seine Gegner konnten ihn mit Hilfe der Schweizer Gerichte mundtot machen. Im März 1993 verbot das Kantonalgericht von Bern Dr. Hertel, seine Forschungsergebnisse zu publizieren. Eine Zuwiderhandlung hätte ihm SF 5000 oder ein Jahr Haft gekostet.

Das federale Gericht in Lausanne bestätigte 1994 dieses Urteil. Das Gericht begründete dieses Urteil mit dem schweizerischen Gesetz gegen unfairen Wettbewerb, das Diskriminierung, unrichtige, täuschende und unnötige Schäden anrichtende Behauptungen gegen den Hersteller und seine Produkte unter Strafe stellt. Dieses Gesetz vertritt ausschließlich die Interessen von Handel und Industrie. Dieses Gesetz machte auch die Schweizer Presse mundtot, so dass jede Kritik an den Mikrowellen ein Prozessrisiko darstellte.

Der Europäische Gerichtshof für Menschenrechte schritt ein

Im August 1998 erklärte das Europäische Gericht für Menschenrechte, dass das Urteil vom Schweizer Gericht gegen Dr. Hertel ungültig war. Es hatte gegen das Recht auf Freiheit der Meinungsäußerung verstossen. Die Schweiz musste aufgrund dieses Urteils einen Ausgleich von SF 40.000 bezahlen. In der Zwischenzeit werden die Entdeckungen von Dr. Hertel durch vielfältige Forschungsergebnisse bestätigt.

Erschreckende Ergebnisse

Bei den Teilnehmern, die Nahrung aus der Mikrowelle zu sich genommen hatten, wurden erschreckende Veränderungen im Blut festgestellt:

Es konnte ein Rückgang aller Hämoglobin- und Cholesterinwerte festgestellt werden. Sowohl das hochdichte Cholesterin (HDL, „gutes“ Cholesterin) als auch das niedrigdichte Cholesterin (LDL, „schlechtes“ Cholesterin) wiesen markante Veränderungen auf. Nach dem Mikrowellen-Essen war ein auffälliger Rückgang der Lymphozyten (weiße Blutkörperchen) zu beobachten. Bei normal zubereiteter Nahrung war dies nicht der Fall.

Außerdem wies Dr. Hertel auf nicht-thermische Effekte hin, die die Durchlässigkeit der Zellmembran durch die elektrischen Potentiale der Mikrowelle zwischen Innenseite und Außenseite der Zelle verändern. Beschädigte Zellen werden dadurch eine leichte Beute für Viren, Schimmelpilze und andere Mikroorganismen.

Schäden bis in die Zellen hinein

Die natürlichen Reparaturmechanismen der Zellen in den Nahrungsmitteln werden ebenfalls zerstört. Das wiederum zwingt die Zelle auf eine Not-Energieversorgung umzuschalten. Die Zellen schalten von aerob (auf Sauerstoff gegründet) auf anaerob (ohne Sauerstoff) um.

Statt Wasser und Kohlendioxid zu produzieren, produzieren die Zellen dann Wasserstoffperoxid und Kohlenmonoxid. Das bedeutet: Die betroffenen Zellen schalten um von einer gesunden Verbrennung auf einen ungesunden Gärprozess. Die daraus resultierende Zerstörung oder Veränderung von Nahrungsmolekülen produziert neue radiolytische, chemische Verbindungen, die der Natur und damit dem Körper unbekannt sind.

Auffallend schlechte Blutwerte

Blutuntersuchungen von Teilnehmern der Studie bestätigten die Verschlechterung der Blutwerte nach dem Verzehr von Mikrowellennahrung. Bei den Teilnehmern, die Nahrung aus dem Mikrowellenofen gegessen hatten, zeigten sich bereits 15 Minuten nach der Nahrungseinnahme verschlechterte Erythrozyt-, Hämoglobin-, Hämatokrit- und Leukozyt-Werte.

Diese Ergebnisse ähneln den Werten, die bei Blutarmut diagnostiziert werden. Trotzdem wurde Dr. Hertel von den Schweizer Autoritäten und der Industrie vor Gericht gezogen und wegen unfairen Wettbewerbs verklagt. Aufgrund des Drucks seitens der Industrie nahm Professor Blanc von der Studie und ihrer Veröffentlichung Abstand, um weiteren Schaden von sich fernzuhalten. Er soll sich um die Sicherheit seiner Familie gefürchtet haben.

Zerstörung des Nährwerts der Nahrung

Mikrowellenbestrahlung erzeugte eine signifikante Abnahme des Nährwerts aller untersuchten Nahrungsmittel. Hier nur ein kleiner Teil der wichtigsten Erkenntnisse:

- Abnahme der Bio-Verfügbarkeit (Fähigkeit des Körpers, einen Nährstoff aufzunehmen und einzusetzen), der Vitamine des B-Komplexes, der Vitamine C und E, der essentiellen Mineralien und fettähnlichen Substanzen in allen Nahrungsmitteln.
- Verlust von 60 bis 90% der Vitalenergie in allen getesteten Nahrungsmitteln.

Selbst ohne Verzehr der Nahrung droht Gefahr

Mikrowellenstrahlung ist per se schädlich, das heißt auch dann, wenn die bestrahlte Nahrung gar nicht gegessen wird. Dies wurde entdeckt, als russische Wissenschaftler mit neuartigen Geräten zu arbeiten begannen. Schon der Einfluss des Energiefeldes selbst genügte, um schädliche Wirkungen zu erzeugen. Deshalb wurde 1976 der Gebrauch derartiger Mikrowellengeräte in der Sowjetunion durch ein staatliches Gesetz verboten.

Mikrowellenstrahlung auf Nahrungsmittel haben quasi „Nebenwirkungen“ ohne Ende, welche bei folgenden Quellen ausführlicher nachzulesen sind:

<https://daserwachendervalkyrjar.wordpress.com/2014/07/28/mikrowellen-schaden-nicht-nur-der-gesundheit-sondern-stehen-in-verdacht-homosexualitat-zu-begunstigen/>

<https://bewusst-vegan-froh.de/6-gruende-warum-du-deine-mikrowelle-nicht-mehr-benutzen-solltest/>

<https://www.gnhz.at/data/downloads/mikrowellen-schaden-der-gesundheit.pdf>

<https://azorvida.eu/mikrowellen-schaden-der-gesundheit/>

<https://docplayer.org/111835174-T18-sind-handystrahlen-mikrowellen.html>

[In diesem sehr interessanten langen Vortrag habe ich von der Katzenstudie erstmals gehört.](#)

Ich selber habe in meinem ganzen Leben noch nie Nahrung aus der Mikrowelle gegessen, da ich es bereits seit meiner Kindheit von meiner Mutter weiß, dass Mikrowellenstrahlung sehr ungesund ist. Ich wusste aber nichts Genaueres und war nun dementsprechend schockiert, wie extrem schädlich sie wirklich sind. Ich bin auch dementsprechend [skeptisch bezgl. dem Induktionsherd](#), welcher in immer mehr Haushalte ohne Bedenken Einzug findet!

[29 Kommentare](#)

Kommentar von [Schuh Brigitte](#):

„Ich habe vor über 20 Jahren eine Ausbildung in der traditionellen chinesischen Ernährung gemacht und unsere Lehrer haben die Mikrowelle so beschrieben „Menschen mit der Mikrowelle brauchen diese, denn da können sie Zeit sparen und das ist wichtig für sie, denn sie haben nur wenig Lebenszeit durch die Mikrowelle“.

Klingt ziemlich massiv, aber ich habe es auch immer vermieden in der Arbeit das Essen in der Mikrowelle zu wärmen.“

Spitäler am Limit: „Das Personal wird an allen Ecken verheizt“

Patienten, die auf dem Gang liegen. Ärztinnen, die immer öfter Triagen durchführen, und Pflegekräfte, die Antidepressiva schlucken: Das System Krankenhaus steht vor dem Kollaps

Der Standard hat einen sehr informativen Beitrag dazu verfasst:

www.derstandard.at/story/2000142342321/spitaeler-am-limit-das-personal-wird-an-allen-ecken-verheizt

Nachfolgend lasse ich daraus Ärztinnen und Pfleger sprechen, die Alarm schlagen: Die Arbeitsbedingungen in den Spitälern seien teils katastrophal,

Anna*, Assistenz- und Notärztin in Vorarlberg

„Ich melde mich ungern krank. Wirklich nur, wenn es gar nicht mehr geht, wie vor Weihnachten. Abends hatte ich nach einem Arbeitstag richtig Bauchschmerzen – und zwar nicht, weil ich derzeit schwanger bin, sondern weil der Dienst so enorm anstrengend war.

Ich habe meine Schwangerschaft erst spät offiziell gemeldet. Ich dachte, es fehlt eh an allen Ecken und Enden, und ich bin vergleichsweise fit, also mache ich, solange es geht, weiter. Man hätte mich bei der Dienstplanung ein bisschen schonen können, dann hätte ich noch weiterarbeiten können. Aber ohne offizielle Meldung hast du wenig Schutz. Letzte Woche habe ich es im fünften Monat offiziell gemacht, die Dienste gingen einfach nicht mehr.

Wir Assistenzärztinnen müssen immer mehr Aufgaben übernehmen. Es fehlt überall an Personal, vor allem in der Pflege. Eigentlich müsste pro Tag und Station eine Ärztin verantwortlich sein. In letzter Zeit hatte ich oft zwei Stationen gleichzeitig und mehrere Zusatzaufgaben. Das alles führt dazu, dass man sich immer schlechter um die Patienten kümmern kann. Man kann das eigentlich nicht verantworten, aber was soll man tun? Man schafft halt nicht mehr. Das geht auf Kosten der Gesundheit der Patientinnen und Patienten, aber auch auf meine. Ich bin nach einem 25-Stunden-Dienst komplett fertig.

Nino*, Pfleger in Wien

„Patientinnen und Patienten, die auf dem Gang schlafen müssen: Öffentlich wird das als Ausnahme dargestellt. Aber das ist längst Alltag. Gleichzeitig ist der Personalmangel so groß, dass immer mehr Betten gesperrt werden müssen. Ein Drittel der Unfallstation der Klinik Ottakring ist weg.

Dauernd spricht man von irgendwelchen Wellen. Aber es ist eine dauerhafte Notlage! Und es gibt keinen Fahrplan, um das Grundproblem anzugehen: den Personalmangel.

50 Stunden Arbeit in der Woche ist bei uns die normale Tagesordnung. Teils ist es noch schlimmer, es gibt Abteilungen, die haben zusammen mehr als 1000 Überstunden angesammelt. Alle sind am körperlichen Limit. Der Puffer an Personal, den es vor der Pandemie gegeben hat, der ist jetzt endgültig weg. Es gibt Leute, die reden davon, lieber Supermarktkassierer zu werden, als im Spital zu bleiben.

Die meisten halten es nicht lange in dem Beruf aus. Teilweise gibt es Massenkündigungen, neun, zehn Leute auf einen Schlag. Sie finden nicht einmal mehr Leute, die das Personal managen wollen, weil es so eine Knochenaufgabe ist.

*Name auf Wunsch geändert

Rund zwei Drittel der Wiener Spitalsärztinnen und -ärzte denken deshalb laut einer Umfrage immer wieder daran, den Job zu wechseln. Beklagt wird vor allem die Arbeitsbelastung: 91 Prozent der in Krankenhäusern beschäftigten Mediziner erwarten, dass sich diese nicht verbessert. 55 Prozent rechnen diesbezüglich sogar mit einer Verschlechterung.

<https://kurier.at/chronik/wien/zwei-drittel-der-wiener-aerzte-ueberlegen-in-umfrage-jobwechsel/402286172>

Mein Kommentar:

Grundsätzlich kann man diese Zustände in den Krankenhäusern auch positiv sehen, da hierdurch immer mehr Menschen zum Umdenken kommen, um mittels gesunder Ernährung und gesunder Lebensweise gar nicht erst krank zu werden. Und wenn, dann gäbe es ja für so ziemlich alle Krankheiten wahre Heilmittel aus Gottes wunderbarer Schöpfung, die ohne negative Nebenwirkungen sind! Hier ist insbesondere der Einjährige Beifuß, die Königin der Heilpflanzen, zu nennen ❤️

Eine Freundin hat mir auch kürzlich erzählt, dass eine befreundete Krankenschwester von ihr schon ganz verzweifelt ist - aber eher deswegen, weil den Patienten keine echte Hilfe gegeben wird, sondern nur von der Pharmaindustrie abhängig gemacht wird.

Deutschland: Enorme Übersterblichkeit – 19% mehr Tote als im Durchschnitt der Vorjahre

Nachdem es bereits im Sommer eine extreme Übersterblichkeit gab, die sich auch noch im Oktober mit 20 Prozent niederschlug, war auch im Dezember eine erhöhte Sterblichkeit von 19 Prozent im Vergleich zu den Vorjahren zu beklagen. In absoluten Zahlen sind das im Jahr 2022 35.000 Tote mehr als im Vorjahr. Aber nicht nur in Deutschland zeigt sich dieser Trend: Speziell in Ländern mit hoher Durchimpfungsrate wie Australien oder Großbritannien gibt es eine, für den Mainstream unerklärlich hohe Übersterblichkeit. Aber noch immer weigert sich das Polit- und Medienkartell beharrlich, die erwiesenermaßen gefährlichen Gentechnik-Spritzen als Ursache in Betracht zu ziehen und dies zu untersuchen.

Der Beitrag erschien in den [„Nachrichten AUF1“ am 11. Januar 2023.](#)

Einpflanzen von Yacon, ideale Lagerung von Kürbissen und Aztekensüßkraut

Einpflanzen der Yaconknollen

Die schönen warmen Tage im Jänner nutzte ich bereits dafür, um den Großteil meiner Yaconstöcke zu teilen - also Brutknollen von den essbaren Speicherknollen zu trennen. Die Brutknollen pflanze ich dabei sogleich in Töpfe und stellte sie einstweilen schon ins Frühbeet. Als am 20. Jänner wieder ein Kälteeinbruch kam, stellte ich sie ins Vorhaus – dorthin, wo im Herbst die Kürbisse lagen. Hier können sie bereits etwas vortreiben, bevor sie bei wärmeren Temperaturen wieder raus dürfen. Wichtig ist dabei sie nur sehr bedacht zu gießen, damit sie nicht faulen.

Ich habe auch bereits einige Brutknollen verschickt - dabei lege ich auch immer eine Speicherknolle als Kostprobe bei.

In diesem Jahr sind meine Yacon so schön wie noch nie - kaum Schimmel oder Fäulnis, wie in den letzten Jahren - [da habe ich bei der Ernte jedenfalls viel richtig gemacht](#) ❤️



[Kommentare](#)

Ideale Lagerung von Kürbissen und dessen Nachreife



Mein größtes Exemplar vom „Langer von Neapel“ mit knapp 20 Kilogramm ist nun bei einer idealen Lagertemperatur von rund 15°C wunderbar nachgereift. [Am Foto vor 3 Monaten sieht man](#), wie die Schale zum Großteil noch sehr grün war – nun ist der Kürbis außen fast durchgehend orangefarben. Das Fruchtfleisch ist nun natürlich auch tieforange und auch für den Rohverzehr sehr schmackhaft – mit dem Anschneiden warte ich aber noch einige Wochen. Im

Gegensatz zu den kleineren Geschwistern hat dieser noch gar keine Fäulnis.

Bei der Kürbislagerung fällt es mir immer wieder sehr deutlich auf, dass insbesondere jene Kürbisse, die ich z.B. im Herbst erst etwas später geerntet habe und so bereits für ein paar Tage Temperaturen knapp über dem Gefrierpunkt ausgesetzt waren, als erster zu faulen beginnen. Auch wenn sie im Winter bei unter 10°C gelagert werden faulen sie viel schneller als bei einer wärmeren Lagertemperatur. Immer wieder fällt es mir bei Bauern auf, dass sie über die ideale Lagerung bei Kürbissen gar nicht Bescheid wissen und diese viel zu kalt lagern und sich dann wundern, dass sich die Kürbisse nicht bis Februar halten. Zu warm sollte es aber auch nicht sein, da die Kerne dann bereits zu keimen beginnen!

Für meine Kürbisse war es jedenfalls bereits ab dem Kälteeinbruch im Dezember zu kalt im Vorhaus – so habe ich die meisten in die Stube gelegt – am Boden hat es hier eine ideale konstante Temperatur von ~15°C.

[Kommentare](#)

Mein Aztekensüßkraut macht mir derzeit große Freude ❤️

Erstmals habe ich die Töpfe auf die Fensterbänke der zimmerwarmen Stube gestellt. Hier gefällt es den wärmeliebenden Pflanzen besonders gut und treibt zahlreiche schöne Blätter ❤️ Mit diesen süße und aromatisiere ich sehr gerne meinen beinahe täglichen Tee vom Einjährigen Beifuß.

Bisher ließ ich die Pflanzen immer im Vorhaus stehen, wo sie aufgrund der niedrigen Temperatur alle Blätter verloren und nur sehr geringen Neuantrieb zeigten.



In den letzten Jahren sind mir leider bereits viele Pflanzen über den Winter kaputt gegangen, da ich sie zu kalt (5-10°C) überwintert habe - bei längerfristigen Temperaturen unter 8°C stirbt sie ab.

Vermehren kann man sie am einfachsten, indem man Triebe etwas umknickt und mit einem Stein beschwert auf die Erde legt. Dann bildet die Pflanze an der Stelle, wo sie die Erde berühren, in der Regel Wurzeln und man kann die Tochterpflanze von der Mutterpflanze abtrennen.

Eine andere Möglichkeit ist die Vermehrung über [Saatgut, welches ich auch zum Verkauf anbiete.](#)

Im September 2020 habe ich bereits einen [ausführlichen Beitrag über diese sehr empfehlenswerte Heilpflanze verfasst.](#)

Erstaunliche Ernte von Shiitakepilzen zu meinem Geburtstag

Vielen Dank für die zahlreichen Glückwünsche zu meinem 38. Geburtstag am 17. Jänner ❤️



Aufgrund des milden Wetters im Jänner wachsen derzeit auf einem Baumstamm sogar sehr schöne Shiitakepilze, von welchen ich mir zu meinem Geburtstag die ersten gegönnt habe. Dazu bereitete ich einen sehr köstlichen Polentaauflauf mit weißer und roter Beete. Bisher habe ich diesen Auflauf immer nur mit sehr feinem Gemüse wie Spargel, Artischocken oder Blumenkohl bereitet – die bunten Rüben harmonierten hier auch vorzüglich – insbesondere die Weiße war sehr süß im Vergleich zur roten Rübe. [Das Rezept habe ich kürzlich hier geteilt.](#)



Das Wetter war zu meinem Geburtstag in der ersten Tageshälfte recht sonnig-warm – später kam leichter Ostwind auf und Wolken verdeckten die Sonne. Ich deute dies für ein sonniges neues Lebensjahr mit leichten Veränderungen.

Im Vorjahr wehte dagegen ein starker Wind der Veränderung, die mit dem Tod meiner Omi und anderen eher positiven Gegebenheiten, dann auch eintrat. [Hier habe ich darüber berichtet.](#)

[Vor 2 Jahren war zu meinem Geburtstag](#) eine herrliche Winterlandschaft mit Sonnenschein.

Von den vielen Geschenken zu meinem 35. Geburtstag habe ich [hier berichtet.](#)

[Kommentare](#)

2023 - Die Menschen werden nun Insekten fressen, ohne es zu wissen

Die EU hat zum neuen Jahr 2023 die Genehmigung erteilt, Insekten (Hausgrillen) in Backwaren, Teigwaren und andere Teilfertigprodukte „für die allgemeine Bevölkerung“ mit beizumischen.

Obwohl zu wenige, veröffentlichte Erkenntnisse vorliegen bezüglich Allergien und mögliche anaphylaktischen Reaktionen, ist die EU-Kommission der Auffassung, dass keine spezifische Kennzeichnungsvorschriften über mögliche allergische Reaktionen verzeichnet werden müssen.

Die Wahrscheinlichkeit ist jedoch hoch, wer Allergien gegen Krebstiere, Weichtiere und Hausstaubmilben besitzt, beim Verzehr von Produkten mit beigemischten Hausgrillen, ebenfalls allergische Reaktionen zu erleiden.

Ebenfalls kann es zu neuen allergischen Reaktionen führen gegen das Substrat, das an die Insekten verfüttert wird.

Daher besteht lediglich nur dann eine Kennzeichnungspflicht, wenn das Produkt Pulver „*Acheta domestica*“ enthält.

Das bedeutet: Die Menschen müssen selbst in Erfahrung bringen, dass „*Acheta domestica*“ zu Pulver gemahlene, beigemengte Hausgrillen sind, und müssen eigenverantwortlich prüfen, ob sie darauf allergisch reagieren könnten.

Die Zulassung beginnt am 24. Januar 2023.

Verantwortlich für die Bewilligung: Ursula VON DER LEYEN

Möge bitte jeder selbst das EU-Protokoll lesen, [hier die Quelle - Amtsblatt der Europäischen Union, vom 04.01.2023](#)

[Diese Firma aus Vietnam züchtet die Hausgrillen.](#)

Neue Telegramgruppe zur Insektennahrung: <https://t.me/insektenradar>

In der EU offiziell als LEBENSMITTEL zugelassen.
Nicht als Insekten deklarierungspflichtig!

Mehlwürmer getrockneter Larven des Mehlkäfers.
Durchführungsverordnung 2021/822 aus Juni 2021.

- Proteinerzeugnisse
- Keksen
- Gerichten aus Leguminosen
- und Erzeugnissen aus Teigwaren

Wanderheuschrecken
Durchführungsverordnung 2021/1975 aus November 2021

- Verarbeitete Kartoffelprodukte; Gerichte aus Leguminosen und Erzeugnisse aus Teigwaren
- Fleisch-Analoga
- Suppen und Suppenkonzentrate
- Leguminosen und Gemüse in Konserven/Gläsern
- Salate
- Bierähnliche Getränke, Mischungen für alkoholische Getränke
- Schokoladenerzeugnisse
- Nüsse, Ölsamen und Kichererbsen
- Gefrorene fermentierte Erzeugnisse auf Milchbasis
- Würstwaren

Hausgrillen (Heimchen)
Durchführungsverordnung 2022/188 aus 2022
Durchführungsverordnung 2023/5 vom 3. Januar 2023

- Andere Proteinerzeugnisse als Fleisch-Analoga
- Backwaren, Getreideriegel und gefüllte Teigwaren
- Bierähnliche Getränke, Mischungen für alkoholische Getränke
- Brot und Brötchen
- Erzeugnisse aus Teigwaren (trocken)
- Fleischanaloga
- Fleischzubereitungen
- Gefrorene fermentierte Erzeugnisse auf Milchbasis
- Gefüllte Erzeugnisse aus Teigwaren (trocken)
- Getreideriegel
- Kekse
- Mehrkornbrot und -brötchen; Cracker und Brotstangen
- Molkenpulver
- Nüsse, Ölsamen und Kichererbsen
- Schokoladenerzeugnisse
- Snacks auf Maismehlbasis
- Snacks außer Chips
- Soßen
- Suppen und Suppenkonzentrate oder -pulver
- Verarbeitete Kartoffelerzeugnisse, Gerichte auf Basis von Leguminosen und Gemüse, Pizza, Gerichte auf Basis von Teigwaren
- Vormischungen für Backwaren (trocken)

Larven des Getreideschimmelkäfers
Durchführungsverordnung 2023/58 vom 5. Januar 2023

- Getreideriegel
- Brot und Brötchen
- Verarbeitetes Getreide und Frühstückscerealien
- Porridge
- Vormischungen (trocken) für Backwaren
- Getrocknete Erzeugnisse aus Teigwaren
- Gefüllte Erzeugnisse aus Teigwaren
- Molkenpulver
- Suppen
- Gerichte auf Getreide-, Teigwarenbasis
- Gerichte auf Pizzabasis
- Nudeln
- Snacks außer Chips
- Chips
- Cracker und Brotstangen
- Erdnussbutter
- Verzehrfertige herzhafte Sandwiches
- Fleischzubereitungen
- Fleischanaloga
- Analoga von Milch und Milchprodukten
- Schokoladenerzeugnisse
- Nahrungsergänzungsmittel im Sinne der Richtlinie 2002/46/EG für Erwachsene

Klaus Schwab und das World Economic Forum wünschen.

Leserbrief hierzu:

„Die Fakultät der Tiermedizin der Universität León (abkürzung ULe) in Spanien hat herausgefunden, dass der Verzehr der Insekten eine Gefahr für die Gesundheit des Menschen darstellen könnte, nicht nur weil sie Allergien hervorrufen könnten (durch Tropomyosin, Arginine kinase, Glycerinaldehyd-3-phosphat-Dehydrogenase, Hämocyanin), sondern auch noch schwer verdaulich sind (Chitin, eine Art Cellulose) und Substanzen enthalten, die die Absorption der wichtigen Mineralien wie Calcium, Zink, Mangan, Eisen, Magnesium erschweren (Tannine, Folate, Oxalate), sowie die Verdauung der Proteine erschweren und eine Hyperglykämie hervorrufen könnten (Saponine), sowie hormonelle Substanzen enthalten können (manche Käferarten) wie Testosteron. Der permanente Verzehr dieser Produkte könnte zum verspätetem Wachstum, Hypofertilität, Vermännlichung der Frau, Ödemen, Gelbsucht und Leberkrebs führen.“

Werden uns künftig Insekten im Essen untergeschoben?

[Psychologie, Gewohnheit und Tradition](#) spielen nun einmal eine wichtige Rolle beim Essen. In Asien, Lateinamerika oder Afrika stehen Insekten seit Jahrhunderten auf dem Speisezettel und sind gesünder und nachhaltiger als unser Schweinefleisch. Zum Glück stellen sich die meisten Menschen auf der Welt nicht so an wie wir. Nicht auszudenken, wenn sich überall unsere Schweine und Rinder und Bratwürste durchsetzen würden.

Denn Insekten sind bessere Futtermittelverwerter, brauchen also weniger Futter, weniger Fläche, weniger Energie und weniger Wasser. Sie sind also [grundsätzlich gut fürs Klima](#) und überhaupt. „Insekten sind ein spannendes Thema, wenn es um die globale Ernährungssicherheit geht“, sagt Luise Hoffmann, Referatsleiterin Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale Thüringen.

<https://www.mdr.de/ratgeber/lifestyle/insekten-essen-nahrung-lebensmittel-100.html>

Warum Du keine Insekten essen solltest 🐛

Deutschland

Darum sind Lebensmittel aus Insekten nicht erlaubt

24. Mai 2016

Heuschrecken oder Mehlwürmer zum Mittagessen? Eher nicht. Wenn die Tiere zu Burgerpatties oder Falafelbällchen verarbeitet werden, können wir uns schon eher vorstellen, Heuschrecken oder Mehlwürmer zu essen. Das ist in Deutschland nicht erlaubt. Warum nicht?

- Insektenlarven sind sehr fettreich, in den Fettkörpern können sich Schadstoffe wie Cadmium anreichern, das zu Nieren- oder Knochenschäden führen kann
- Insekten enthalten allergene Strukturen, die Allergien bis zum anaphylaktischen Schock auslösen können
- Bei der Zucht von Insekten können sich Pilze und andere Erreger verbreiten. Bakterien, Viren, Parasiten, Maden und Insekten ernähren sich oft von Müll und Essensresten. Erreger, die da drinstecken, könnten dann in die Lebensmittelkette geraten.

Vor 7 Jahren wurde noch vor Insekten als Lebensmittel gewarnt und nun werden die Bedenken einfach unter den Tisch gekehrt - machen wir halt Experimente mit den Untertanen - so wie bei den „Corona-Impfstoffen“.

Es geht aufgrund des Klimawandels um die Suche nach alternativen Protein-quellen. Und was eignet sich da besser als Insekten? Schließlich bringt es die Hausgrille auf 68 Gramm Eiweiß pro 100 Gramm Lebendgewicht. Der Getreideschimmelkäfer kann

da zwar nicht ganz mithalten, liefert aber immerhin 57 Gramm des essentiellen Baustoffs für humane Zellen, pro 100 Gramm Lebendgewicht.

<https://reitschuster.de/post/eu-laesst-hausgrille-und-getreideschimmelkaefer-als-lebensmittel-zu/>

Lustiger [Kommentar von Edith Brötzner](#) zur neuen Insektennahrung.

Mein Kommentar:

Selber Kochen und Backen aus unverarbeiteten Zutaten dürfte die einzige Lösung sein – am besten nach [meinen harmonisch kombinierten Rezepten mit naturbelassenen Zutaten](#).

Als hochwertigste pflanzliche Proteinquelle bleibe ich lieber bei meinen täglich genossenen leicht angekeimten Hanfsamen ❤️

Hanfsamen bestehen – ganz ähnlich wie der Mensch – zu rund 20 bis 25 Prozent aus reinem, hochwertigem, leicht verdaulichem Protein, damit mehr als jedes andere pflanzliche Lebensmittel, und in etwa gleich viel wie Fisch und Fleisch.

Das Protein der Hanfsamen enthält zudem alle neun essentiellen Aminosäuren, die der Mensch aus der Nahrung beziehen muss, in ausreichender Menge und im perfekten Verhältnis zueinander. Man spricht sodann von einem sehr guten Aminosäurenprofil bzw. einer hohen „biologischen Wertigkeit“.

Näheres erfährst du in meinem ausführlichen [Beitrag vom Oktober 2020 zu Hanfsamen](#).

[64 Kommentare](#)

Verantwortung: SO denken erfolgreiche Menschen (sei kein Opfer!)

Hörenswerter Vortrag von Bodo Schäfer über: Enten und Adler. Der Erfolgscoach zeigt dir heute wieso du Verantwortung übernehmen und nicht anderen die Schuld geben musst, wie du dein Mindset ändern kannst und verrät dir wie erfolgreiche Menschen denken.

Ein sehr hörenswerter Vortrag, den Bodo Schäfer vor 15.000 Menschen gehalten hat! Über Youtube haben diesen Vortrag bereits über 1 Million Menschen gehört!

Um erfolgreich zu werden: Sei kein Opfer, sondern übernimm Verantwortung!

Sei keine „Ente“ voller Ausreden, sondern ein „Adler“, der lösungsorientiert denkt und handelt!

<https://www.youtube.com/watch?v=4upC5NRqTHM>

Der Sinn des Lebens

Bodo Schäfer spricht in anderen Videos auch vom Sinn des Lebens. Der wahre Sinn unseres menschlichen Daseins kann aber nur erkannt werden, wenn wir Gott erkennen. Er ist unser Schöpfer und damit auch unser Sinngeber. Die Bibel sagt uns, dass der allerhöchste Sinn unseres Lebens ist, für Gott da zu sein und mit ihm in einer bewussten Beziehung zu leben, ihn zu ehren und zu verherrlichen. Schließlich stellt die Bibel klar, dass Gott den Menschen zu seiner Ehre geschaffen hat (Jesaja 43,7). Wir erfüllen unseren Zweck, Gott zu verherrlichen, dadurch, dass wir unser Leben in Beziehung und treuem Dienst ihm gegenüber führen (1. Samuel 12,24; Johannes 17,4). Dazu gehört auch anzuerkennen, wer Gott ist (zunächst einmal unser Schöpfer), und ihn als solchen zu preisen und anzubeten. Ohne Gott kann es keinen Lebenssinn geben, weil Gott uns für sich geschaffen hat.

<https://www.gotquestions.org/Deutsch/sinn-des-menschen.html>

<https://heukelbach.org/kennst-du-den-sinn-deines-lebens/b>

Ella Williams – Die Frau die nie aufgab



Dieser Spruch stammt von Ella Williams, von welcher Bodo Schäfer im Vortrag erzählt. Als erste schwarze Frau wurde sie im Jahr 1999 zur Unternehmerin des Jahres in den USA gewählt. Heute ist sie Multimillionärin. Mit 40 Jahren stand sie nach gescheiterten Beziehungen mit zwei Kindern alleine und völlig verarmt da. Sie hatte nichts, rein gar nichts und weinte sich oft in den Schlaf. In einer solchen verzweifelten Nacht tauchte dieser Satz in ihr auf: „Ja,“ beschloss sie, „ab heute soll die Sonne auf mich, meine Kinder und mein Leben scheinen!“ Auch wenn es aussichtslos erschien: Sie machte sich selbständig und arbeitete hart. Und sie schaffte es: Als Frau und als schwarze Frau! Unglaublich.

Bodo Schäfer hatte Ella Williams auf einem Kongress für Frauen (ca. 1000 Teilnehmerinnen) vor vielen Jahren kennengelernt. Gefragt, wie sie es trotz ihrer Kinder geschafft habe, brüllte sie mit einer Stimme, die uns alle erzittern ließ: „Nicht trotz meiner Kinder! Wegen meiner Kinder!!!!“ Sie war die erste schwarze Frau, die im Weißen Haus mit dem Präsidenten zu Abend gegessen hat. Sie hat sich aus einer völlig hoffnungslosen Situation herausgearbeitet. Und dieser Satz war ihr Antrieb. Ella Williams zu uns Frauen damals: „Wenn ich es geschafft habe, dann schafft Ihr alle es erst recht!“

<https://www.befree-tantra-shop.de/blogs/tantra-blog/ein-neuer-facebook-post-von-befree-tantra-84>

Höre hier die bewegende Geschichte dieser Frau, die nie aufgab. Ella Williams, eine starke Frau, die sich aus größtem Leid, mittellos, allein und mit kleinen Kindern herauskämpfte, bis zur Unternehmerin des Jahres!

<https://manuelaklasen.de/ella-williams-die-frau-die-nie-aufgab/>

Kommentar von [Hedi Kirnbauer](#):

„Ich erinnere mich, dass uns die Bibel auch lehrt, unsere Talente zu nutzen... Geld selber ist weder gut noch böse... Wir können viel Gutes damit tun. Viele, die viel Geld haben, sagen, sie haben nicht nach viel Geld gestrebt, sondern sind ihrem Herzen gefolgt...“

Weitere [Kommentare](#)

Finanziell frei! Exklusives Interview mit Bodo Schäfer // Dr. Stefan Frädrich

Ein besonders hörenswertes Interview. Die Lebensgeschichte von Bodo Schäfer ist echt erstaunlich! Letzthin erlebte er durch die Hilfe eines besonders guten Coach eine sehr positive Trendwende in seinem Leben. Dieses wertvolle Wissen gibt er in Bücher weiter, die ein absoluter Bestseller mit Millionen von verkauften Büchern wurden! Mittlerweile verschenkt er diese sogar! Auf diese Weise kann ein einziger Mensch sehr viel zum Positiven auf dieser Erde bewirken!

Dieses Interview lehrt einem auch eine positive Sicht auf reiche Menschen.

<https://www.youtube.com/watch?v=3ncI1jk9Keg>

Letzthin habe ich die zweite Hälfte dieses Interviews zuerst als Werbeeinschaltung auf Youtube gesehen. Es war die erste Werbung auf Youtube, die ich so gut fand, dass ich mehr davon sehen wollte und es nun weiterempfehle!

Ich selber lebe eigentlich bereits im Grunde in finanzieller Freiheit - aber ich habe mir das Buch dennoch bestellt.

Finanzielle Freiheit bedeutet aus meiner Sicht in erster Linie, wenn man sein Geld mit einer Tätigkeit verdienen darf, was einem wirklich erfüllt und sehr gerne tut, sodass man nicht mehr widerwillig einer Arbeit nachgehen muss, die einen nicht erfüllt.

Bei mir wurde alles sehr schön von Gott so geführt - dafür bin ich dankbar 😊

Mir persönlich war es existenziell wichtig meine wirkliche Lebensaufgabe/Berufung zu finden und daran zu arbeiten und wirken, die ich nun ja Gott-sei-Dank gefunden habe. Meine Arbeit bei BMW habe ich zwar auch gut gemacht, aber sie erfüllte mich nicht, da ich genau wusste, dass ich woanders sein sollte, dass ich meine Zeit für ein anderes Ziel investieren sollte: An Projekten zu arbeiten, die für sehr viele Menschen über Generationen hinweg von sehr großem Segen sein werden und die sonst niemand anders umsetzen würde, wenn ich es nicht tue! Meine Arbeit in der BMW kann ja quasi jeder andere auch tun. Mir ist wichtig etwas aufzubauen, das man auch mit sehr viel Geld nicht kaufen kann. Ich stellte mir die Frage: Was ist dann wirklich von Wert, wenn alles Käufliche auf einmal Gratis ist - [wenn es kein Geld mehr gäbe?](#)

Julia Roberts Worte stimmen nachdenklich



Sie schreibt:

„Perfektion ist eine Volkskrankheit. Wir verdecken unsere Gesichter mit Schminke.

Wir lassen uns mit Botox behandeln und hungern, um die perfekte Figur zu erreichen.

Wir versuchen etwas zu verbessern, aber wir können nicht verbessern, was wir nicht sehen.

Es ist die Seele, die geheilt werden sollte. Die Zeit ist da um innezuhalten.

Wie kannst Du von anderen erwarten, dass sie Dich lieben, wenn Du Dich selbst nicht liebst?

Du solltest zufrieden mit Dir selbst sein. Es ist egal, wie Du aussiehst, denn es ist nur das Innere, was wirklich zählt... ♡..“

Julia Roberts, danke

[Kommentare](#)

Kommentar von [Gerlinde Pichler](#):

„Das mit der Selbstliebe birgt sehr oft die Gefahr ohne Gott auszukommen.

Ich finde es schöner, wenn wir uns von Gott, Jesus geliebt wissen.

Selbstliebe führt gerne in die Selbstermächtigung.“

Der Plan des Teufels für uns

Zum Nachdenken

Satan rief eine weltweite Versammlung der Dämonen ein.

In seiner Eröffnungsrede sagte er:

„Wir können die Menschen nicht davon abhalten, beten zu gehen.“

„Wir können sie nicht davon abhalten, die Bibel zu lesen und die Wahrheit zu kennen.“

„Wir können sie nicht einmal davon abhalten, eine vertraute Beziehung mit ihrem GOTT zu formen.“

„Sobald sie diese Verbindung mit Gott haben, ist unsere Macht über sie gebrochen.“

„Also lassen wir sie beten gehen; lassen wir sie ihr Abendessen zum Mitnehmen haben, ABER nehmt ihnen ihre Zeit weg, so dass sie keine Zeit mehr haben, eine Beziehung zu Gott aufzubauen...“

„Das ist es, was ich möchte, was ihr tun sollt!“, sagte der Teufel:

„Lenkt sie davon ab, in ihrem Gott verankert zu sein und diese wichtige Verbindung im Verlauf ihres Tages beizubehalten!“

„Wie sollen wir das tun?“, riefen seine Dämonen aus.

„Haltet sie beschäftigt in den Überflüssigkeiten des Leben, erfindet unzählige Pläne, die ihren Kopf beschäftigen“ antwortete er.

„Verleitet sie dazu Geld auszugeben, Geld auszugeben, und noch einmal Geld auszugeben und sich Geld zu leihen, soviel es nur geht.“

„Überredet die Ehefrauen zur Arbeit zu gehen, viele, lange Stunden und die Ehemänner sechs bis sieben Tage pro Woche 10-12 Stunden pro Tag zu arbeiten, so dass sie sich ihr leeres Leben leisten können.“

„Haltet sie davon ab ihre Zeit mit ihren Kindern zu verbringen.“

„Bald werden ihre Familien zerbrechen, und dann bieten ihre Häuser, ihre Heime keine Fluchtmöglichkeit mehr vor dem Druck der Arbeit!“

„Überstimuliert ihren Verstand, so dass sie diese ruhige, kleine Stimme nicht mehr hören können.“

„Verlockt sie dazu, jedes Mal, wenn sie unterwegs sind, das Radio oder den CD-Spieler zu spielen. Lasst sie das Fernsehen, den DVD-Spieler, den CD-Spieler und ihre PCs permanent in ihrem Haus laufen und danach schauen, und lasst in jedem Geschäft, in jedem Restaurant dieser Welt geistlose Musik non-stop spielen.“

„Dies blockiert ihren Verstand und unterbricht ihre Verbindung mit Gott.“

„Füllt ihre Kaffeetische mit Zeitschriften und Zeitungen.“

„Bombardiert ihren Verstand 24 Stunden pro Tag mit Nachrichten, und überschwemmt sie mit soviel 'schlechten Nachrichten' wie möglich.“

„Dringt in ihre Zeiten des Fahrens mit Reklametafeln ein.“

„Überflutet ihre Briefkästen mit Werbepost, Katalogen jeglicher Art, Lotterien. Schickt ihnen jede Art von Mitteilung und werbewirksamen Angebot: freie Produkte, Dienstleistungen und falsche Hoffnungen.“

„Seht zu, dass schlanke, schöne Modelle auf den Titelseiten der Zeitschriften und im Fernsehen zu finden sind, so dass ihre Ehemänner glauben, dass äußere Schönheit alles ist und sie mit ihren Frauen unzufrieden sind.“

„Haltet die Ehefrauen zu müde, um ihre Männer zu lieben.“

„Gebt ihnen auch noch Kopfschmerzen!“

„Wenn sie ihren Männern nicht die Liebe geben, die sie brauchen, dann beginnen diese, woanders danach zu schauen.“

„Das wird schnell ihre Familien zerbrechen lassen!“

„Gebt ihnen Ablenkungen, um sie davon abzuhalten, ihren Kindern die wirkliche Bedeutung des Lebens zu lehren.“

„Lasst sie selbst in ihrer Zeit der Erholung übermäßig sein.“

„Lasst sie von ihrer „Erholung“ erschöpft zurückkehren.“

„Haltet sie zu beschäftigt, um in die Natur hinauszugehen ... und über Schönheit und ihre Verbindung mit Gott nachzudenken. Schickt sie in Vergnügungsparks, Sportveranstaltungen, Einkaufszentren, Konzerte und Kinos stattdessen.“

„Haltet sie beschäftigt, beschäftigt, beschäftigt!“

„Überfüllt ihre Leben mit so vielen „guten“ Sachen, dass sie keine Zeit mehr haben, um nach der Kraft Gottes zu suchen.“

„Sehr bald werden sie nur noch mit ihrer eigenen Kraft arbeiten, und ihre Gesundheit und ihre Familie für das Wohl der (Ur)Sache opfern.“

„Es wird funktionieren!“

„Es wird funktionieren!“

Es war wirklich ein Plan!

Die Dämonen gingen eifrig an ihre Aufgaben, verführten überall die Menschen noch beschäftigt und noch mehr gehetzt zu werden, überall und nirgends hinzugehen, überstimuliert und überschwemmt zu sein.

Sie hatten nur noch wenig Zeit für ihren Gott oder ihre Familien. Sie hatten keine Zeit mehr sich auf die Macht Gottes zu konzentrieren, was ihr Leben ändern könnte. Ich nehme an, dass die Frage nun lautet, ob der Teufel mit seinen Vorhaben erfolgreich gewesen ist ... oder nicht? Du bist der Richter!!!!

Bitte gibst dieses Schreiben weiter, wenn du nicht zu BESCHÄFTIGT bist!

[52 Likes + 26 Kommentare + 26x geteilt](#)

Der seltsame Schaffner

„Du bist der Gott, der Wunder tut.“

Psalm 77,15

Der Prediger Spurgeon hatte in der Umgebung von London gepredigt. Als er sich in den Zug nach Hause setzte, stellte er fest, dass seine Fahrkarte verschwunden war.

Ein Mann, der im selben Abteil saß, beobachtete, wie Spurgeon seine Taschen durchwühlte, und sagte freundlich zu ihm: „Ich hoffe, Sie haben nichts verloren.“

„Doch, ich finde meine Fahrkarte nicht mehr, und leider habe ich kein Geld dabei. Aber ich habe für meinen Meister gearbeitet, also wird alles gut ausgehen.“

Er hat mir schon viele Male geholfen, in großen und kleinen Dingen.“

Sein Mitreisender drückte sein Mitgefühl aus. Kurze Zeit später kam der Schaffner, um die Fahrkarten zu kontrollieren. Er begrüßte den Mitreisenden von Spurgeon sehr höflich, und dieser sagte nur kurz: „Alles in Ordnung.“

Der Schaffner begrüßte erneut höflich und ging weiter.

„Seltsam!“, meinte Spurgeon verblüfft. „Der Schaffner hat nicht nach meiner Fahrkarte gefragt.“

„Ja“, sagte der andere, „Mister Spurgeon, das ist wirklich ein Beweis dafür, dass Gott über Sie wacht.“

Ich bin nämlich der Generaldirektor dieser Zuglinie.

Und Gott hat die Dinge so gelenkt, dass Sie ausgerechnet in mein Abteil gestiegen sind. Es war mir ein Vergnügen, Ihnen helfen zu können.“

Quelle: Die gute Saat 24.01.2023

Merken wir uns: Unsere Verlegenheiten sind Gottes Gelegenheiten. Dieser Diener Gottes hat das erlebt, und jeder, der heute auf Gott vertraut, kann ähnliche Erfahrungen mit seinem Gott machen 🙏



Ich versende monatlich auch einen Newsletter mit Link bei Erscheinung der neuen Ausgabe – in meinem Archiv sind die vorigen Ausgaben abrufbar:

<https://gesundeleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/newsletter>

Ich freue mich über jegliches Feedback. Ich bin auch sehr interessiert an ausführlichen, persönlichen Gesprächen und Austausch über von mir behandelte Themen.

Mein „Gesundes Leben News“ ist eine Zusammenfassung meiner täglichen Facebookpostings, bei welchen ich über das aktuelle Geschehen rund um meine Projekte berichte.