



Andreas König  
Hilbern 23, 4521 Schiedlberg  
☎ +43 (0) 650/490 33 99  
✉ [andreas.k1@gmx.at](mailto:andreas.k1@gmx.at)  
<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604>  
<https://gesundeleben.online/>

## Gesundes Leben News – März 2022

### Natürliches Leben im Einklang mit Gottes Schöpfung

#### Bärlauch - erstes sehr gesundes Frühlingsgemüse



Am Donnerstag habe ich in der Au bei Asten das erste Mal in diesem Jahr Bärlauch geerntet, welcher sich hier in diesem schattig-feuchten Laubwald sehr wohl fühlt und in Massen wächst. An dieser Stelle hat er gerade die perfekte Größe, nicht zu klein, aber auch nicht zu groß, richtig zart und jung. Ich habe gleich ein ganzes Sieb voller Bärlauch geschnitten, welchen ich Zuhause gleich gewaschen und gut abgetropft in ein verschließbares Gefäß in den Kühlschrank bzw. in einen kalten Raum stellte. Auf diese Weise gelagert ist dieser junge Bärlauch auch nach einer Woche noch völlig frisch, obwohl es natürlich besser ist

täglich frisch zu ernten.

Fürs Abendbrot habe ich daraus gleich eine sehr köstliche Bärlauchbutter bereitet, welche zu meinem frisch gebackenen Vollkornsauerteigbrot ein sehr gesunder Genuss ist. Besonders gut harmonieren hierzu z.B. milchsauer fermentierte Gurken, eingeweichte Walnusskerne oder Sonnenblumenkerne. Für die Bärlauchbutter mische ich 25 g fein gewiegter Bärlauchblätter mit rührfähiger Butter und einer Prise Salz zu einer homogenen Masse. In etwa auf dieselbe Weise bereite ich auch Bärlauchpesto, welches ich auch sehr oft als würzigen Brotaufstrich verwende – siehe Rezept ganz am Ende. Nach der Bärlauch-Saison mache ich meine Kräuterbutter und Pesto wieder mit anderen saisonalen Kräutern wie z.B. Spitzwegerich, Gundelrebe, Fenchelgrün, Basilikum...



Besonders gut schmeckt Bärlauch natürlich auch zu Topfen, Schafkäse, im Erdapfelsalat usw. Auch in der im letzten „Gesundes-Leben-News“ geteilten Buchweizen-Gemüsesuppe harmonierte er sehr gut, in welcher ich den Bärlauch vor dem Servieren untermischte. Man sollte ihn keinesfalls mitkochen, denn dabei verliert Bärlauch wertvolle Geschmacks- und Inhaltsstoffe.

In den Vorjahren habe ich die Erfahrung gemacht: Zuviel Bärlauch darf ich nicht essen, da ich dann über viele Stunden hinweg einen ungenuten lauchartigen Geschmack im Mund habe – in diesem Jahr war dies aber noch nicht der Fall. Nachdem ich mich nun so richtig über die gesundheitlichen Benefits des Bärlauchs eingelesen habe, werde ich ihn nun auf jeden Fall öfters pflücken und essen.

Die wertvollsten Infos aus verschiedenen Quellen habe ich nachfolgend geteilt.

Bereits der Schweizer Pfarrer und Naturarzt Johann Künzle (1857-1945) (Kräuterpfarrer Künzle) schrieb: *“Wohl kein Kraut der Erde ist so wirksam zur Reinigung von Magen, Gedärmen und Blut wie der Bärlauch.“*

Als typisches Mitglied der Familie der Lauchgewächse hat Bärlauch ganz ähnliche gesundheitliche Vorzüge wie Zwiebeln, Knoblauch oder Lauch, ist aber für Menschen mit empfindlichem Bauch leichter verdaulich. Sobald man den Bärlauch pflückt oder in der Küche schneidet, werden in

**DAS SOLLTEN SIE WISSEN ÜBER**

## Bärlauch

Saison März–Mai

The infographic features a central image of a Bärlauch plant with several green leaves and a white flower bud. Surrounding the plant are various health benefits listed in German, each preceded by a green plus sign in a circle. Below the plant, there is a table of nutritional values and a logo for 'EatSmarter!'.

... liefert viel Vitamin C	... fördert die Verdauung
... schützt das Herz	... beruhigt den Bauch
... hilft beim Detoxing	... enthält viel Chlorophyll
... steckt voller Gesund-Stoffe	... lindert Gelenkschmerzen

Brennwert	19 kcal	Eiweiß	0,9 g
Kohlenhydrate	2,9 g, davon Zucker: 0 g	Fett	0,3 g
Ballaststoffe	2 g		

**EatSmarter!**

der Pflanze Zellen zerstört. Auf diese Weise kommt das schwefelhaltige geruchlose ätherische Öl „Alliin“ in Kontakt mit dem ebenfalls enthaltenen Enzym „Allinase“ und verwandelt sich dadurch in die „Alkylsulfensäure“, welche für den typischen Bärlauch- bzw. Knoblauchduft verantwortlich ist.

Aus der Alkylsulfensäure entwickeln sich innerhalb kurzer Zeit diverse andere ätherische Öle, darunter das bekannte Allicin.

Allicin ist vor allem für seine keimtötende, entzündungshemmende und antibakterielle Wirkung bekannt. Es gilt als [natürliches Antibiotikum](#) und wirkt gegen ein breites Spektrum an Krankheitserregern wie etwa Bakterien und Pilze.

Diese ätherischen Öle wirken auch befreiend und desinifizierend auf die Atemwege.

Ausserdem wirken die ätherischen Öle reinigend auf die Blutgefäße: sie werden elastischer. Dadurch kann Bärlauch dabei helfen, einen zu hohen Blutdruck zu senken. Sie regulieren somit zu hohe Cholesterinwerte und sind ein bewährtes Mittel gegen Arteriosklerose, weshalb es hilft Herzinfarkte und

Schlaganfälle vorzubeugen.

Dadurch wirkt der Bärlauch gleich auf eine ganze Reihe von Zivilisationskrankheiten heilsam, denn viele Krankheiten stehen im engen Zusammenhang mit der Arteriosklerose. Sei es der Bluthochdruck, die kalten Füße oder Hände, schlechte Hautheilung durch Mangel durchblutung, Kopfschmerzneigung, Schwindel, manche Gedächtnisstörungen, Schmerzen beim Gehen oder Leistungsschwäche.

All diese gesundheitlichen Probleme können durch Arteriosklerose verursacht werden (es gibt auch andere Ursachen). Wenn Arteriosklerose die Ursache ist, können die Beschwerden durch die Anwendung von Bärlauch gelindert werden.

Sogar dem gefürchteten Herzinfarkt und dem Schlaganfall kann man durch Bärlauch vorbeugen. Jedoch sollte eine Bärlauch-Kur nicht die einzige Maßnahme sein, um diese schweren Erkrankungen zu verhindern, sondern nur Teil eines Gesundheitsprogrammes, das unter anderem eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung umfasst.

Eine Besonderheit von Bärlauch ist sein Adenosin Gehalt, der 20 Mal so hoch ist wie beim Knoblauch. Adenosin wirkt gefäßerweiternd und gilt darum als besonders günstig zum Beispiel bei Migräne und Durchblutungsstörungen.

Die Wirksamkeit und der Anwendungsbereich ist jenem des Knoblauchs sehr ähnlich, weil beide ähnliche Inhaltsstoffe enthalten. Man kann die Anwendung von Bärlauch und Knoblauch also abwechseln, je nach Saison. Im Frühjahr ist der Bärlauch wunderbar und von Sommer bis Winter der Knoblauch.

Seine Schwefelstoffe und ätherischen Öle, allen voran das Allicin, regen auch die Bildung von nützlichen Verdauungssäften an. Damit hilft Bärlauch bei Magen- und Darmbeschwerden wie Blähungen und krampfartigen Schmerzen

Mit 7,8 Gramm pro 100 Gramm enthält Bärlauch mehr Schwefelverbindungen als jede andere Pflanze. Schwefel wirkt entgiftend, ist am Aufbau vieler Proteine und Enzyme beteiligt und sorgt für bewegliche Gelenke, da er entzündungshemmend und abschwellend wirkt sowie zeitgleich weiteren Knorpelabbau verhindert. Aber auch für die Insulinproduktion und ein funktionstüchtiges Immunsystem wird Schwefel benötigt.

Bärlauch ist demnach die beste natürliche Schwefelquelle – viel gesünder als anorganischer oder organischer Schwefel (MSM) in Reinform!

### **Die heilende Wirkung vom Chlorophyll**

Die kräftig grüne Farbe verdankt der Bärlauch einem extrem hohen Gehalt an Chlorophyll: 422 Milligramm stecken in 100 Gramm. Der Pflanzenfarbstoff wirkt im ganzen Körper ausgesprochen günstig. Eine besonders wichtige Rolle spielt er bei der Ausscheidung von Giftstoffen, Schwermetallen und zellschädigenden Substanzen und der Blutbildung. Chlorophyll steigert die Aufnahme von Magnesium und Eisen und kann einem Magnesium- oder [Eisenmangel](#) sehr gut entgegenwirken.

Chlorophyll ist nah verwandt mit einem Stoff aus dem menschlichen Blut: dem Hämoglobin. Hämoglobin ist der rote Farbstoff des Blutes und für den Transport von Sauerstoff zu unseren Zellen verantwortlich.

Chlorophyll und Hämoglobin unterscheiden sich nur durch eine Kleinigkeit: Anstelle des Eisenmoleküls im Zentrum des Hämoglobins enthält Chlorophyll ein Magnesiummolekül. Aus diesem Grund wird Chlorophyll oft als „grünes Blut“ bezeichnet.

So ist es nicht verwunderlich, dass Chlorophyll die Blutbildung und die Sauerstoffversorgung verbessert. Zudem unterstützt es die Entgiftung von verschiedenen gesundheitsschädlichen Stoffen wie etwa Schwermetallen, kanzerogenen (also krebsauslösenden) Stoffen wie z. B. Aflatoxin und radioaktiver Strahlung.



Bärlauch kann laut Dr. Klinghardt Schwermetalle (und andere Giftstoffe) aus dem Bindegewebe lösen, so dass diese danach über die Niere ausgeschieden werden können.

### **Auch gegen verschiedene Krebsarten sind die im Bärlauch enthaltene ätherische Öle wirksam**

So wurde etwa für Diallyldisulfid (einem Bestandteil vom ätherischen Öl des Bärlauchs) nachgewiesen, dass es verschiedene Krebszellen abtötet. Dies gilt für Brust-, Lungen-, Prostata- und Darmkrebs sowie für Lymphome und Neuroblastome.

Auch für den Stoff Allicin gibt es inzwischen viele Studien, die seine Wirksamkeit im Kampf gegen unterschiedliche Krebszellen, wie etwa Lungen-, Darm- und Brustkrebs, bestätigen.

Oft wurde ein Einzelstoff, der sich im Bärlauch findet, auf seine antitumoralen Eigenschaften hin getestet. Man darf allerdings annehmen, dass die Wirkung der gesamten Pflanze den Einzelstoffen überlegen ist, wie es oft der Fall ist, da sich die verschiedenen Pflanzenstoffe untereinander häufig ergänzen und verstärken.

Und tatsächlich zeigte auch eine Studie aus dem Jahr 2013 mit einem Wasserauszug von Bärlauch, dass dieser Magenkrebszellen effektiv abtöten und den Zellzyklus der Krebszellen empfindlich stören konnte.

### **Bärlauch verleiht Bärenkräfte**

Anders als seine Brüder, der Knoblauch und die Zwiebel, ist der Bärlauch in Mitteleuropa heimisch.

Nach verschiedenen Quellen aßen die Germanen und Kelten den Bärlauch vor der Schlacht, um gestärkt in den Kampf zu ziehen.

Auch der Name „Bärlauch“ deutet darauf hin, dass der Bärlauch in Mitteleuropa schon zu heidnischen Zeiten sehr beliebt war.

Der Bär wurde als besonders starkes Tier nämlich sehr verehrt und besonders kräftige und heilwirksame Pflanzen wurden nach dem Bären benannt. Das sind außer dem Bärlauch beispielsweise auch Bärenklau, Bärlapp, Bärentraube und Bärwurz.

Bären gelten als Frühjahrsboten und Fruchtbarkeitsbringend. Sie stehen außerdem für die Pflanzenheilkunde.

Man erzählt sich, dass die Bären nach ihrer Winterruhe zuerst den würzigen Bärlauch essen, um nach dem langen Schlaf einen ordentlichen Vitamin- und Nährstoffschub zu bekommen. Dies soll auch der Grund dafür sein, dass der Bärlauch „Bärlauch“ heißt.

Bärlauch ist das erste frische Grün im Frühling, welches man zu nutzen wissen sollte! Also ab in den feuchten Wald und Bärlauch pflücken!

Auf die Verwechslungsgefahr mit den giftigen Maiglöckchen, Herbstzeitlose oder dem Aronstab möchte ich hier nicht näher eingehen, da ich selber ihn niemals verwechseln würde. Schließlich haben die giftigen Pflanzen schon mal viel dickere Blätter und man merkt es deutlich am Geruch.

In Berlin und dessen Umland gibt es zwar keinen Bärlauch, dafür aber Wunderlauch, auch seltsamer Lauch oder Berliner Lauch genannt. Wunderlauch kann wie Bärlauch verwendet werden. Er riecht und schmeckt nach Schnitt- oder Knoblauch und ist wie der Bärlauch auch essbar, schmeckt allerdings viel milder. Er ist in Berlin allerdings nicht heimisch. Ursprünglich kommt er aus dem Kaukasus, Zentral-Asien sowie Nord-Iran. Ab der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde er im Botanischen Garten angesiedelt, von wo er seitdem verwildert.

Verwendete Quellen:

<https://baerlauch.die-heilpflanze.de/inhaltstoffe.htm>

<https://baerlauch.die-heilpflanze.de/heilwirkung.htm>

<https://eatsmarter.de/lexikon/warenkunde/kraeuter/baerlauch>

<https://www.fitforfun.de/abnehmen/gesund-essen/baerlauch-powerkraut-fuer-darm-mit-charme-249601.html>

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/kraeuter/baerlauch>

<https://www.herbula.ch/geschichte/baerlauch.php>

Im „Gesundes-Leben-News“ vom April 2021 habe ich von der besonders heilsamen Wirkung des frischen Grüns gegen die häufig anzutreffende Frühjahrsmüdigkeit berichtet:

<https://www.gesundesleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/153-gesundes-leben-news-april-2021>

In meinem im Jahr 2020 erstellten Beitrag gebe ich weitere hilfreiche Tipps zur natürlichen Entgiftung weiter: [https://www.gesundesleben.online/images/pdf/Natuerlich\\_Entgiften.pdf](https://www.gesundesleben.online/images/pdf/Natuerlich_Entgiften.pdf)

51 Likes + 26 Kommentare + 19x geteilt + Fotos:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5165408563498412>

Kommentar von [Verena Karlsdottir](#):

„Also das mit den Bärenkräften kann ich nur bestätigen. 😊 Ich kenne kein anderes Wildgemüse, welches mir einen vergleichbaren Schub an Energie gibt wie der Bärlauch. Ich beobachte das seit einigen Jahren und esse täglich davon. Viel Knobi verursacht bei mir eher Kopfweg.“

### Rezept für Bärlauchpesto für die Vorratshaltung

Als ich am vergangenen Dienstag das dritte Mal Bärlauch erntete, war dieser bereits deutlich größer als zum ersten Mal. Diesmal habe ich eine richtig große Menge geerntet, um daraus Bärlauchpesto als Vorrat zu bereiten. Dieses genieße ich nun bereits täglich als sehr gesunden Brotaufstrich. Bestreut mit Zedernkerne oder mit eingeweichten Walnüssen belegt ist es ein Gedicht – dazu harmoniert sehr gut milchsauer fermentiertes Gemüse.

Im gewaschenen und abgetropften Zustand wog der Bärlauch über 1,5 kg. Dementsprechend hatte ich am Abend dann bis um Mitternacht fleißig zu tun. Während der Zubereitung wurde der Raum von einem solch herrlichem Bärlauchduft erfüllt, dass sogar meine Omi fragte, was ich hier mache, dass es so gut riecht. ❤️ Zubereitet habe ich es nach folgendem Rezept.

Zutaten:

- 300 g Bärlauch (gewaschen und gut abgetropft bzw. trockengeschleudert)
- 1 Teelöffel Salz
- 200 ml hochwertiges Olivenöl

Zubereitung:

Den Bärlauch portionsweise auf einem großen Holzbrett feinblättrig schneiden und anschließend mit dem Wiegemesser fein wiegen. In eine Schüssel geben und mit Salz und Olivenöl gut vermengen.



Nun in saubere, am besten sterilisierte, kleine Gläser füllen und mit einer Ölschicht bedecken.

Wenn du bei der Zubereitung auf Pinienkerne (bzw. Nüsse oder andere Kerne) und Parmesan verzichtest und sehr sauber arbeitest, ist dein Pesto bei kühler Lagerung mindestens ein Jahr lang haltbar und kann so lange verwendet werden, bis die nächste Bärlauchsaison beginnt. Ich lagere mein Pesto sicherheitshalber im Kühlschrank.

50 Likes + 26 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5199122923460309>

Eine Facebookfreundin hat mich durch einen Kommentar auf die Idee gebracht Bärlauch auch zu fermentieren, was ich total interessant finde und mit der nächsten Bärlauchernte auf jeden Fall probieren werde. Im Internet habe ich dazu auch einige nachahmenswerte Rezepte gefunden:

<https://syl-gervais.de/2020/03/25/barlauch-fermentieren/>

<https://www.fairment.de/rezepte-artikel/fermentiertes-baerlauchpesto/>

## Pflanzung selbstgezogener Spargelrhizome und erster Salate

Der Pflücksalat „Ochsenszunge“, welchen ich [bereits Mitte Jänner unter doppelter Plane gesät habe](#), ist nun 2 Monate später bereits fertig zur Auspflanzung ins Freiland.

Aber auch bei meinem im Vorjahr gesäten Grünspargel, welchen ich im Innenhof überwintert habe, sah ich Mitte März bereits die ersten dünnen Spargelstangen aus der Erde hervorsprossen. ❤️

Also habe ich beides gepackt und in Mischkultur auf 2 Beete ausgepflanzt. Die Erde ist hier so richtig schön feinkrümelig, da ich diese Beete bereits im Herbst etwas gelockert und gemulcht habe. Bei vielen anderen meiner abgemulchten Beete ist die Erde jetzt dagegen noch viel zu feucht, um erste Aussaaten oder Pflanzungen zu tätigen – viele Landwirte und Gärtner jammern derzeit ja wegen der massiven Trockenheit...



Den Spargel habe ich im Vorjahr erstmals gleich in richtig große Pflanztöpfe gesät, in welchen sich die Pflanzen in einem Jahr so richtig gut entwickeln konnten. Auf diese Weise gesät habe ich nun bereits so richtig große und kräftige Spargelrhizome, wie man an den Fotos sehen kann. Nach diesem Erfolgserlebnis werde ich auch jetzt wieder auf dieselbe Weise Spargelpflanzen ziehen. Dafür fülle ich die Pflanztöpfe zu etwa 2/3 mit [Maulwurfshügel Erde](#) an und gebe dann noch eine Schicht Komposterde drauf. Dann gebe ich etwa 15 Spargelsamen in die Erde. In einem Topf lasse ich aber nur 5-10 Pflanzen wachsen – die anderen pikiere ich dann im Juni in kleinere Töpfe um. Früher habe ich den Spargel dagegen immer ziemlich dicht in Balkonkästen gesät und dann im Juni in relativ kleine Töpfe pikiert, in welche ich auch Tomaten pikiere. Das Ergebnis waren natürlich viel schwächere Pflanzen, von welchen es die Wurzeln dann über den Winter meist abfror und ich so erst nichts davon hatte.

Die Spargelrhizome habe ich in der Mitte der Beete im Abstand von 40-50 cm gepflanzt. Im Randbereich und dazwischen habe ich den Salat gepflanzt, alles gut angegossen und wieder mit dem Mulchmaterial abgedeckt. Die Hälfte der Beete sind derzeit noch mit Erdbeeren bewachsen, die sich hier ganz von selber angesiedelt haben. Hier passte es gut, dass gerade in der Mitte einige lückige Stellen waren, in welche ich den Spargel reinpflanzte.



Auf diese Weise ist der vorhandene Platz bestens ausgenutzt. Bis die Spargelpflanzen dann in 1-2 Jahren mehr Platz für sich beanspruchen, ist der Salat schon längst weg und die Erdbeeren gebe ich dann auch laufend weg.

Als ich am Mittwoch das erste Beet bepflanzte, schenkte mir die Mulli angenehme Gesellschaft und am darauffolgenden Tag war die Lea bei mir. Die beiden jüngeren Katzen dagegen fanden es im Februar sehr gemütlich sich zum Sonnenbaden in die Spargeltöpfe zu legen, [wie hier zu sehen ist](#).

Die Spargelrhizome brauchen jetzt noch etwa 2 Jahre, bis sie sich kräftig genug entwickelt haben und genügend dicke Spargelstangen ausbilden, die dann auch geerntet werden können. Aber die Geduld zahlt sich aus, schließlich kann man dann über 15 Jahre von April bis Juni alle paar Tage frische Spargelstangen ernten. Diese schmecken um einiges feiner, als der teure gekaufte Spargel und doch sehr einfach in der Kultur.

Auf die ersten Spargelstangen als erstes Frühlingsgemüse freue ich mich daher bereits sehr. Vom besonderen gesundheitlichen Wert des Spargels und der Kultur habe ich [hier bereits berichtet](#).

24 Likes + Fotos: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5185766558129279>

## Unsere Katzen haben es schön 🐱🐱

An kalten Tagen genießen unsere Katzen die beheizte Stube sehr und legen sich gerne auf die warme Sitzbank: Den ganzen Tag nur schlafen, kuscheln, sich streicheln und liebkosen lassen. 🐱🐱

Sie schenken einem aber auch sehr viel Liebe ❤️



Keine Sorgen, nur, dass sie immer ihr gesundes köstliches Fressen bekommen 😊

Dementsprechend nehmen sie auch ganz schön an Gewicht zu. Die Mulli und der Schnurli wiegen nun sogar bereits jeweils 3,9 kg!

Schnurli wog im April 2020 nur 2,4 kg!

Unsere Katzen werden ja auch bestens mit [Fruchtfleisch und besten Vollkornsauerteigbrot ernährt](#) - wie der König von Frankreich 😊

52 Likes + Fotos: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5061027043936565>

## Köstlich-gesunder Löwenzahnsalat



Bis ich in etwa einem Monat den ersten Pflücksalat ernten kann, gibt es bei uns nun seit Mitte März fast täglich sehr gesunden Löwenzahnsalat, welcher richtig zubereitet sehr köstlich schmeckt. Davon ernte ich täglich meist gleich ein ganzes Sieb voll. ❤️

Gerade von März – Mitte April sind die jungen Löwenzahnblätter besonders fein und mild für sehr gesunden Löwenzahnsalat. In meinem Garten wachsen teilweise solch prächtige große Löwenzahnrosetten, sodass oft 1-2 Rosetten bereits für eine Portion Salat ausreichen.

Mein Löwenzahnsalatrezept habe ich bereits im Vorjahr und [im Jahr 2019 geteilt](#). In diesen Beiträgen habe ich auch ausführlich vom hohen gesundheitlichem Wert dieser Heilpflanze geschrieben. Auch die bald aufblühenden Löwenzahnblüten lassen sich vielseitig kulinarisch verwenden, [wie im Vorjahr beschrieben](#).

Die wichtigsten Wirkstoffe des Löwenzahns sind die Bitterstoffe. Sie fördern allgemein die Sekretion der Verdauungsdrüsen.

Ich erinnere hier auch noch an [den geteilten Artikel](#), wonach ein Extrakt aus Löwenzahnblättern die Bindung von Spike-Proteinen an den Zelloberflächenrezeptor ACE2 blockiert.





Kürzlich habe ich den Löwenzahnsalat erstmals in Kombination mit gedämpften Topinambur zubereitet, was sehr gut harmonierte und schmeckte. Der Geschmack und die Farbe erinnerte mich dabei an gekochtes Eiklar. Also ein sehr gesunder veganer Ei-Ersatz!

Aber auch der übersteigende Saft vom fermentierten Topinambur, welchen ich in den ersten Tagen immer abschöpfen muss, passt sehr gut zum Löwenzahnsalat, wie auch der Saft von milchsauer fermentierten Gurken.

In einer Facebookgruppe wurde ich darauf hingewiesen, dass mein Löwenzahn ein Kulturlöwenzahn ist. Den kann man richtig gut schneiden und er ist auch im Geschmack feiner. Aber grundsätzlich ist die Idee, sich so einen Kulturlöwenzahn in den Garten zu setzen, ja nicht falsch. Im Gegenteil.

Ich habe mich über die Löwenzahnsorten noch nie so recht Gedanken gemacht. Das ist halt der Löwenzahn, der bei einer kleinen ehemaligen Ackerfläche von selber gekommen ist. Von hier habe ich dann die Samen geerntet und überall auf dem etwas später angelegten 2 Hektar großen Obstsortengarten ausgestreut, wo er nun sehr schön gedeiht. Mich bringt es auf die Idee hiervon Samen zu sammeln, um ihn in [meiner Saatgutliste zum Verkauf anzubieten, oder zumindest in einer Blütmischung integriert](#).

50 Likes + 11 Kommentare + Fotos:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5207207799318488>

## **Die heilende Kraft von DMSO und Beinwell bei Schmerzen**

Gegen Mitte März hatte ich am Abend und in der Nacht vom Dienstag auf den Mittwoch ziemlich plötzlich und unerwartet starke Schmerzen am linken Knie, wodurch bereits jede kleine Bewegung mit starken Schmerzen verbunden war. Im Laufe des späten Nachmittags/Abends habe sich ein paarmal meine selbstgemachte Beinwellsalbe aufgetragen, welche aber kaum Linderung brachte. Erst als ich zum Bettgehen unter großen Schmerzen noch zusätzlich DMSO + Magnesiumchlorid einsprühte, waren die Schmerzen über Nacht bereits deutlich besser. Am Morgen habe ich diese kombinierte Behandlung wiederholt, wodurch die Schmerzen im Laufe des Tages völlig verschwanden. ❤️



Einen ähnlichen Heilerfolg hatte ich damit auch Anfang Dezember vorigen Jahres, als ich ebenfalls beim Kniegelenk des linken Beines solche Schmerzen hatte, dass ich es kaum abbiegen konnte. Zuerst habe ich DMSO + Magnesiumchlorid gesprüht und dann über Nacht auch meine Beinwellsalbe aufgetragen, was beides nichts half, sondern das Problem verschlimmert hat (Ich vermute, es war damals die 1 Jahr alte Beinwellsalbe). Dann habe ich eine Beinwellwurzel frisch gerieben und gemeinsam mit DMSO + Magnesiumchlorid aufgetragen – und siehe da, nach ein paar Stunden waren die Schmerzen wie von Geisterhand verschwunden. ❤️

An anderen Tagen hatte ich auch leichte Schmerzen am linken Knie, wobei ich dann sogleich diese kombinierte Behandlung durchführte, damit die Schmerzen nicht schlimmer werden.

36 Likes + 19 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5161427180563217>

Von der heilenden Wirkung der Beinwellwurzel habe ich vor 2 Jahren hier berichtet:

<https://gesundeleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/128-gesundes-leben-news-april-2020#Wurzeln>

Bereits vor über einem Jahr habe ich zwei Sprühfläschchen mit DMSO + Magnesiumchlorid gekauft, welche ich sporadisch anwende.

Über DMSO habe ich bereits im Dezember 2021 folgendes in einem Facebookbeitrag geschrieben:

Dimethylsulfoxid, abgekürzt DMSO wird in der Human- und Veterinärmedizin bereits seit Jahrzehnten angewendet. Dies ist eine natürliche organische Schwefelverbindung, ein vielseitiges chemisches Lösungsmittel, das bei der Holzverarbeitung als Nebenprodukt der Zellstoffherstellung entsteht. Das Besondere ist, dass DMSO bei verschiedenen Erkrankungen eine positive pharmakologische Wirkung entfalten kann. Zudem ist DMSO ein interessantes Mittel zur Herstellung von Kräuterauszügen. Es ist ein hervorragendes Transdermales Transportmedium; bzw. Kanal- (Zell)öffner, welches andere Heilmittel tief unter die Haut bringt, damit diese z.B. an Gelenken ihre Wirkung entfalten können. DMSO selbst wirkt schmerzreduzierend und entzündungshemmend und potenziert dadurch die schmerzlindernde Wirkung einer Salbe, Kräuterauszugs etc.

DMSO wird am häufigsten äußerlich angewendet – bei Verletzungen, Gelenkentzündungen, Blutergüssen, Muskelverhärtungen, Wirbelsäulenprobleme... Wirksam ist es auch bei diversen anderen stillen, systemischen Entzündungen, aus welchen die verschiedensten Zivilisationskrankheiten entstehen.

Viele meiner Kunden erzählen mir auch laufend, dass sie meinen Einjährigen Beifuß (*Artemisia Annua*) in DMSO ansetzen wollen. Einem krebserkrankten Mann vom Nachbardorf habe ich auch mal eine größere Menge Artemisiakraut (A3) mitgegeben. Als ich ihn im September wieder einmal besuchte, hat er mir gleich mit Begeisterung seine A3-DMSO-Lösung gezeigt und mir auch etwas davon auf die Haut gesprüht – es fühlte sich total warm an. Dann hat er mir reines DMSO draufgegeben, welches sich kalt anfühlte! Beide hatten dieselbe Zimmertemperatur! Hat von euch auch jemand ähnliches beobachtet?

Nach den Worten von Dr. Hartmut Fischer, hat ein Zellbiologe bereits im Jahre 1962 gesehen, dass sich Zellen mit DMSO wohler fühlen – das heißt sie werden gut ernährt und können gut ausscheiden.

Nähere Infos: <https://calendula-kraeutergarten.de/dmsso-dimethylsulfoxid/>

70 Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/4829621603743778>

## **Auspflanzung von selbstgezogenen Feigenbäumen**



FrISCHE reife Feigen vom eigenen Feigenbaum sind eine ganz besondere Köstlichkeit.

Um in Zukunft eine reiche Feigenernte genießen zu können und um andere Menschen damit zu beglücken, vermehre ich seit einigen Jahren selber Feigen mittels Steckhölzer, was eine sehr einfache Vermehrungsmethode ist.

In den letzten beiden Jahren habe ich vorwiegend jene beiden Feigensorten vermehrt, bei welchen ich mir sicher bin, dass es sich hier um sehr gute Sorten handelt. Zum einen die „Nordland Bergfeige“, wie auch einer in

Kroatien wildwachsenden Feige, welche mein Vater von dort mitgenommen hat und sehr gut schmecken soll.

Im Vorjahr bekam ich Steckhölzer der Feigensorte „Ronde de Bordeaux“, welche ich nun ebenfalls erfolgreich vermehrte. Der März ist die beste Zeit, um Feigensteckhölzer zu stecken – wie ich dabei genau vorgehe, habe ich vor 2 Jahren hier beschrieben:

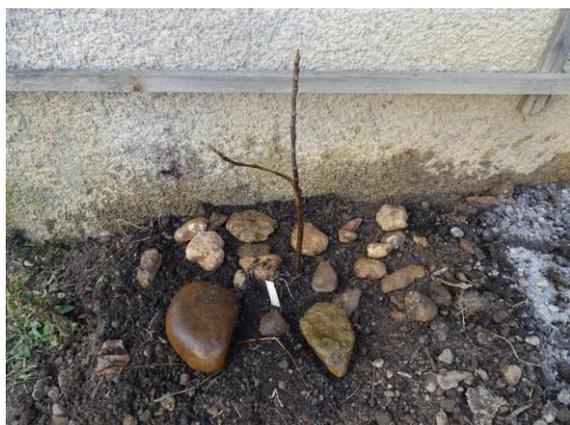
<https://www.gesundesleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/124-gesundes-leben-news-februar-2020#Feigen>

Von diesen drei Feigensorten habe ich nun in den ersten Märztagen jeweils zwei Pflanzen an die Südseite des Hauses direkt an die warme Mauer ausgepflanzt. Man sieht eine sehr schöne Bewurzelung des Erdballens. Der hier vorhandene steinige und durchlässige Boden ist geradezu perfekt für die Feigenbäume.

Vorher wuchsen hier verschiedene Weintrauben, welche ich aber aufgrund von Pilzkrankheiten im Laufe der letzten Jahre entfernt habe. Am liebsten sind mir ohnehin die Uhdler, welche auch im Freilandspalier sehr gut wachsen.

Ich denke mit Feigenbäumen ist dieser sehr sonnig-warme Platz am besten genutzt. Zwischen den Feigen kann ich in den ersten Jahren auch noch wärmeliebendes Gemüse wie z.B. Auberginen auspflanzen. Damit mir die Hühner nicht die Wurzeln der Feigenpflanzen freilegen, habe ich rundum Steine ausgelegt.

Der große Vorteil dieses Standortes für die Feigen ist auch, dass ich die Pflanzen in sehr kalten Wintertagen recht einfach mit einem Winterschutzvlies oder Plane vor dem schlimmsten Frost schützen kann.



Die vergangenen beiden Jahre, die eher verregnet und kühl waren, brachten keine besonders gute Feigenernte, aber ich bin mir sicher, dass wir nun wieder 2 richtig heiße Sommer bekommen, in welchen sich die Feigen auch wieder wohlfühlen.

Da ich viel mehr Feigensteckhölzer stecke, als ich schlussendlich an Bäumen auspflanzen kann, habe ich laufend einige sehr schöne Feigenbäume unterschiedlicher Größe und Sorten zu verkaufen. Ich verkaufe sie in der Regel zwischen 15€ und 40€ - also in etwa die Hälfte als bei diversen Baumschulen und

Gärtnereien in einer viel gesünderen Qualität.

21 Likes + Fotos + 10 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5193686114003990>

## **Rettung besonders anbauwürdiger Obstsorten**

Als ich kürzlich bei einem befreundeten Obstbauern ankam, um Edelreiser von ganz besonders guten Obstsorten zu schneiden, schaute seine Lieblingskatze „Käthi“ gerade ganz lieb aus der kleinen Steinfensteröffnung heraus.

Im Oktober des Vorjahres durfte ich mir von diesem Bauern über 100 kg sehr schöner Äpfel der Sorte „Rheinischer Krummstiel“ ernten, welche sogar Ende März zum Großteil noch vollkommen schön ohne Runzel und dergleichen sind. In unserem Naturkeller sind diese Äpfel jedenfalls bis Juli lagerfähig – also bis zu den ersten Sommeräpfeln! Der Geschmack ist feinsäuerlich bis süßlich, mit einem angenehmen Apfelaroma.





Anscheinend hat dieser Baum eine besonders gute Genetik, sodass er solch außerordentlich Schöne Äpfel dieser Sorte hervorbringt – bei anderen Bauern waren die Äpfel dieser Sorte dagegen bei weitem nicht so schön. Also habe ich mir hier einige Edelreiser abgeschnitten, welche ich auf meine eigenen Apfelbäume kopuliere. Gerne gebe ich auch ein paar Reiser davon ab.

Eine weitere besonders gute Obstsorte, von welcher ich Edelreiser geschnitten habe, ist eine große rote Pflaume, die gegen Ende August erntereif ist und einfach traumhaft schmeckt. Dieser Bauer brachte bei meiner Gartenführung vor 2 Jahren auch einige dieser Pflaumen mit, von welcher alle bei der anschließenden Obstverkostung total begeistert waren. Diese Pflaumensorte hat aber scheinbar keinen Namen – zumindest kennt sie nicht einmal Österreichs bekanntester Pomologe Siegfried Bernkopf.



Leider ist dieser Pflaumenbaum bereits im Greisenalter und hatte in den letzten Jahren kaum Neuaustrieb, sodass man keine Edelreiser schneiden konnte. Dies änderte sich nun, als ich im Vorjahr den Bauern dazu riet, von diesem Baum die Hälfte wegzuschneiden. Gesagt getan – im Laufe des Vorjahres hatte dieser Baum wieder sehr viel Neuaustrieb und so konnte ich für diesen Bauern auf einen kleinen Hauszweitschensämling diese Pflaumensorte kopulieren. Er sagte mir, dass es in seiner Kindheit hier am Hof einen sehr großen Baum von dieser Pflaume gab, welcher aber auch bereits am Absterben war und man diese Sorte auf einen jungen Baum veredelte, um sie zu retten.

Laut [Erwin Holzer](#) könnte es die Rote Eierpflaume sein, welcher diese alte Pflaumensorte im Obst-Gen-Garten Bad Schönborn hat. Bei der Suche im Internet nach dieser Pflaume habe dazu auch diverse passende Abbildungen gefunden: [http://www.obstsortendatenbank.de/rote\\_eierpflaume.htm](http://www.obstsortendatenbank.de/rote_eierpflaume.htm)

Über die Veredelungstechniken der Kopulation und des Rindenpropfens habe ich hier einen Beitrag verfasst: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2939326939439930>

51 Likes + Fotos: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5196417040397564>

## Fertigstellung des Obstbaumschnittes

Den Obstbaum- und Beerenschnitt durfte ich am 19. März abschließen. Bei über 200 Obstbäumen verschiedenen Alters, zahlreicher Himbeeren, Weinreben und sonstiger Beerensträucher muss ich immer ein paar Wochen dafür einplanen. Sehr Dankbar bin ich für das sonnig-trockene Wetter zur idealen Schnittzeit, auch wenn der Ostwind teilweise wirklich massiv kalt wehte.

Sehr dankbar bin ich auch für die tatkräftige Hilfe meines Vaters [Franz König](#) an einem Nachmittag, an welchem wir wirklich viele Bäume schnitten. Er hat sich dabei auch besonders geschickt angestellt. Da er nun in Pension ist, hat er genügend Zeit mir bei solchen Arbeiten zu helfen.



Die darauffolgenden wärmeren und windstillen Tage, habe ich dann zum Kopulieren genutzt. Mein Ziel dabei ist es in erster Linie auf Obstbäumen, deren Früchte nicht so gut sind, bessere zu veredeln und somit auch mehrere Sorten an einem Baum zu haben.

Ich veredle aber auch junge selbstgezogene Kriecherlbäume mit edleren Pflaumen, Marillen und Zwetschken. Wer die Obstbaumveredelungsarten, wie Kopulieren und Rindenpfropfen, gerne bei mir erlernen möchte, ist herzlich eingeladen zu kommen.

In meinem Obstgarten liegt mir der Kreislaufgedanke besonders am Herzen. Alleine der Baum- und Strauchschnitt lässt sich vielseitig weiterverwenden, wie ich es in einem neuen 7-seitigen Beitrag über die kreislauforientierte Bewirtschaftung beschrieben habe:

<https://gesundeleben.online/images/pdf/Permakultur-Fruchtgartenpradies.pdf>

Als ich Mitte März die Himbeeren ausgelichtet habe, erkannte ich, dass dafür nun eine sehr ideale Zeit ist - schließlich brechen alle alten Ruten nun sehr schön weg, was im Herbst oder im baldigem Frühjahr noch nicht der Fall war - so ist diese Arbeit stark erleichtert.

40 Likes + Fotos: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5183428455029756>

### **Lernen vom Baumschnitt und gemeinschaftliche Gartenarbeiten**

Jetzt, wo die Coronakrise quasi vorbei ist, melden sich immer mehr liebe Menschen bei mir, die Interesse haben, um so manche Fertigkeiten beim Obst- und Gemüsegarten zu lernen. ❤️

So hatte ich am 4. März wieder Besuch von der Andrea und erstmals auch vom Johannes. Zuerst habe ich ihnen den fachgerechten Baumschnitt gezeigt und wir haben gemeinsam einige Obstbäume geschnitten. Zum Abschluss weiterer kleiner Gartenarbeiten haben wir noch einige Topinamburknollen ausgegraben. Zu dritt ging es so richtig flott und machte auch Spaß. Echt erstaunlich, wie viele Knollen wir von gerade mal etwa 7 m<sup>2</sup> ausgraben durften! Wieder zuhause angekommen habe ich den beiden meinen milchsauer fermentierten Topinambur kosten lassen, welcher ihnen auch sehr gut mundete, wie jedem anderen auch, dem ich ihn kosten ließ. ❤️



Am Abend habe ich dem Johannes dann noch bei der Planung seines Gemüsegartens geholfen und konnte ihm dabei einige Tipps geben, die ihm sehr weiterhalfen.

77 Likes + 8 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5144595908913011>

### **Coronaneuinfektionen auf Rekordniveau – diesmal trifft es vorwiegend Geimpfte! Wacht der Mainstream endlich auf?**

Mitte März sind in Österreich innerhalb 24 Stunden erstmals fast 60.000 Corona-Neuinfektionen verzeichnet worden. Das ist mit Abstand der höchste Wert seit Ausbruch der Pandemie. Die Sieben-Tage-Inzidenz betrug 3.465,6 Fälle je 100.000 Einwohner – ein europaweiter Spitzenwert. Bis Ende März ist dieser Wert wieder stark gefallen - siehe hier: <https://orf.at/corona/daten/oesterreich>

Während es vor einigen Monaten noch geheißen hat, dass vorwiegend Ungeimpfte betroffen sind, so sind die Medien in dieser Weise auffällig still geworden. Dies ist auch nicht verwunderlich – sind doch nun fast ausschließlich Geimpfte von den Infektionen betroffen. So sagte der Hausarzt einen 2-fach geimpften Bekannten, dass von den Corona-Neuinfektionen ausschließlich Geimpfte betroffen sind! Ein anderer (ungeimpfter) Bekannter sagte, dass in seinem Umfeld derzeit ALLE Geimpften an Corona erkrankt seien!

Auch die offiziellen Daten der Landeskrankenhäuser von Vorarlberg sprechen eine eindeutige Sprache: Das Immunsystem derjenigen, die sich dieser Gentherapie unterzogen haben, ist nachhaltig geschwächt, sodass vorwiegend jene Personengruppe in den Krankenhäusern behandelt wird!

Über den Hintergrund, warum nun fast ausschließlich Geimpfte von den Infektionen betroffen sind, habe ich im Jänner hier berichtet:

<https://www.gesundesleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/163-gesundes-leben-news-januar-2022#Omikron>

Angesichts der explodierenden Corona-Neuinfektionen fordert Pamela Rendi-Wagner (SPÖ) von der Regierung wieder strengere Corona-Schutzmaßnahmen.

[https://www.meinbezirk.at/c-lokales/erstmals-fast-60000-corona-neuinfektionen\\_a5216209](https://www.meinbezirk.at/c-lokales/erstmals-fast-60000-corona-neuinfektionen_a5216209)

<https://www.spoe.at/2022/03/16/regierung-laesst-neben-teuerungswelle-auch-corona-welle-tatenlos-durchrauschen-gegenmassnahmen-jetzt/>

[Die neuste Studie 25.02.2022 zeigt, dass der Impfstoff in die DNA hinein kann.](#) Dies wurde von den Impfbefürwortern bis heute immer vehement mit unbewiesenen Behauptungen abgelehnt. So ist es nicht erstaunlich, dass langsam immer mehr geboostete Menschen sterben.

38 Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5175269269179008>

Die Sache mit den beratenden „Experten“ der Regierung:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5145756205463648>

Kommentar von [Astrid Zyrianova](#):

*„Beispiele aus meinem Umfeld:*

*Ich bin samt Ehemann ungeimpft, obwohl wir beide als Risikopatienten bevorzugt eine Impfung hätten erhalten können.*

*Nun erstes Beispiel, Schwester + Ehemann + 2 erwachsene Kinder:*

*Alle geimpft und die Eltern geboostert.*

*Schwester ist nach erster Impfung von einer Minute auf die andere krank geworden mit Fieber und totaler Mattigkeit. 10 Tage gelegen. Weder Arzt noch sie haben Ahnung warum.*

*Mann der Schwester: Nach Booster Angst- und Panikattacken (hatte er schon mal vor ca. 15 Jahren, aber bis zur 3. Impfung nicht mehr). Jetzt Angststörungen, die man nicht in den Griff bekommt und ihm den Lebenswillen nehmen.*

*Natürlich bringt das niemand mit der Spritze in Verbindung.*

*Sohn: Kleinen runden Haarausfall an 2 Stellen mit roter Stelle nach 2. Impfung. Probe hat ergeben „Autoimmunerkrankung“. Keiner weiß, warum.*

*Tochter bisher beschwerdefrei.“*

## **Impfschäden – wie Deutschland bei der Erforschung hinterherhinkt**

### **Wacht der Mainstream endlich auf?**

Es geschehen Zeichen und Wunder: Die [ARD berichtet tatsächlich über Impfschäden](#) - und beklagt, dass Deutschland bei der Erforschung derselben hinterherhinkt. Das ist äußerst euphemistisch. Der erste Schritt wäre, überhaupt einmal offiziell zuzugeben, dass es Impfschäden in signifikantem Umfang gibt und diese nicht nur ein "äußerst seltenes" Phänomen sind.

<https://www.daserste.de/information/wirtschaft-boerse/plusminus/videos/plusminus-maerz-impfschaeden-video-100.html>

Besonders beeindruckend ist der Kommentarbereich zur Sendung, der sich mittlerweile auf 69 Seiten erstreckt. Zahlreiche Betroffene meldeten sich zu Wort und klagten über Schäden die sie nach der Impfung erlitten haben.

Würde man exakt die Beschwerden, die hier geäußert werden, in einem Video bei YouTube, Instagram oder Facebook mit der Impfung in Zusammenhang bringen, würde das Video umgehend gelöscht und der Kanal gesperrt werden. Es sind schon bewegte Zeiten, in denen wir Leben.

Der Autor des Blogs „Florian Schilling Science“ hat aus dem Kommentarbereich der Sendung ein PDF erstellt: <https://www.florianschillingscience.org/post/wacht-der-mainstream-auf>

Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5215151575190777>

### **Corona-Fälle beim Personal: Versorgung in Krankenhäusern eingeschränkt**

Die Deutsche Krankenhausgesellschaft (DKG) hat eine repräsentative Umfrage machen lassen - demnach sind drei Viertel der Krankenhäuser gerade nicht mehr in der Lage, das normale Leistungsspektrum anzubieten. Ausschlaggebend für diese Lage sind nach Angaben der DKG Corona-Quarantänen und -Isolationen des Krankenhauspersonals.

Das habe Konsequenzen vor allem für die Normalstationen: Planbare Operationen werden verschoben, Betten bleiben leer, weil das Personal nicht arbeiten kann - teilweise müssen ganze Stationen dicht gemacht werden, weil die Mitarbeitenden fehlen.

<https://www1.wdr.de/nachrichten/personalausfaelle-schraenken-krankenhausversorgung-ein-100.html>

Diese Entwicklung gibt Hoffnung, dass sich nun immer mehr Menschen mit den wahren Ursachen der Zivilisationskrankheiten befassen und deren eher ungesunden Lebensstil dementsprechend ändern. Schließlich ist die Ursache fast aller Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen, an welchen heutzutage so viele Menschen leiden, falsche Ernährung plus Vitalstoffmängel und Belastung mit Toxinen und Umweltgiften!

[In der letzten Ausgabe meines „Gesundes-Leben-News“](#) dreht sich alles um die wichtigen Gesundheitsthemen wie Entgiftung, Entsäuerung, Darmgesundheit und antientzündliche Ernährung. Schließlich haben quasi alle Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen, an welchen heutzutage so viele Menschen leiden, damit zu tun. Ein besonders großes Anliegen ist es mir, dabei praktische Tipps und Inspirationen zur Prävention und Heilung mitzugeben.

Viele Menschen tragen auch Sorge um einen prekären Pflagenotstand für die nächsten Jahre. Dieser müsste aber nicht eintreten, wenn die Menschen einen deutlich gesünderen Lebens- und Ernährungsstil beherzigen würden. Wichtig wäre in der breiten Bevölkerungsschicht eine gesunde, pflanzenbasierte, vollwertige, naturbelassene und damit sehr vitalstoffreiche Ernährung, wie auch eine natürliche Lebensweise im Einklang mit der Natur. Dann wären nämlich all die Krankenhäuser fast leer und wir hätten nie auch nur ansatzweise eine Überlastung des Gesundheitssystems! Die Menschen wären dagegen bis weit über 100 noch voll leistungsfähig z.B. zur Gartenarbeit, wie es viele Beispiele zeigen! Als einprägsames Beispiel möchte ich die [japanische Inselgruppe Okinawa nennen, welche als die Insel der Hundertjährigen](#) bekannt ist. Diese bestellen auch im hohen Alter noch ihren Garten und bauen ihr Gemüse und ihre Früchte an.

Besonders eindrucksvoll ist auch ein [Mann aus den USA, welcher bis ins stolze Alter von 95 Jahren als Herzchirurg arbeitete](#) und damit zahllosen Menschen das Leben rettete. In Rente ging er schließlich, weil er mehr Zeit mit seiner Familie verbringen wollte. Der Herzchirurg jedoch führte sein hohes Alter auf seine vegane Ernährung zurück, mit der er bereits in seinen 50ern begonnen hatte. Bis zu seinem Tod im Alter von 104 Jahren war er unwahrscheinlich fit und völlig klar im Kopf.

Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5213854635320471>

## **Saatgut von Artemisia annua anamed und Jungpflanzen vom Artemisia annua zu vergeben**

Auf die Bitte von einer befreundeten Glaubensschwester aus Mariazell (Steiermark) habe ich nun doch wieder Saatgut von A3 (Artemisia annua anamed) bestellt. Schließlich bekomme ich dieses Saatgut zu einem sehr günstigen Preis, da ich das Starterkitt bereits im Jahre 2018 bestellt habe, worüber ich hier einen Beitrag geschrieben habe, der bisher zigtausendemale aufgerufen wurde:

<https://www.gesundesleben.online/.../50-artemisia-annua...>

Da ich in den ersten Märztagen gleich drei Anfragen zu Saatgut von A3 erhielt, habe ich mich dazu entschlossen, doch auch selber welches zu verteilen. Dafür habe ich nun die Hälfte der 5000 Samen für mich behalten. Ich verpacke diese zur Weitergabe in kleine Kunststoffbeutel zu je 50-100 Samen. Vom Verein „anamed“ wird das Saatgut immer ganz speziell verpackt, damit keine Feuchtigkeit reinkommt. So verpackt bleibt das Saatgut auch über 3 Jahre keimfähig. Ich bin mir nicht sicher, wie lange das Saatgut keimfähig bleibt, wenn es nur in Kunststoffbeutel verpackt ist. Vor ein paar Jahren verlor es in den Pergamintüten die Keimfähigkeit jedenfalls bereits nach ein paar Monaten.

Mit dem [Preis handhabe ich es so wie bei meinem übrigen Saatgut](#), welches ich selber vermehre - also einem freiwilligen Wertschätzungsbeitrag.

Ich selber werde dieses Saatgut jedenfalls nicht mehr anbauen, da mir die Wildform einfach viel lieber ist, wie ich [im Dezember 2020 hier beschrieben habe](#).

Es gibt aber natürlich auch Fälle, wo die Hybride A3 von Vorteil ist.



19 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5150253275013941>

## **Bald Jungpflanzen vom Artemisia annua zu vergeben**

In diesem Frühjahr habe ich tausende Pflanzen von der Urform des einjährigen Beifuß zum selber anpflanzen und zum vergeben für andere Gärten. Diejenigen, welche ich bereits im Februar gemeinsam mit dem Salat unter Plane gesät habe, entwickeln bereits die charakteristisch gezackten Blätter und können in ein paar Wochen verpflanzt werden. In einer Kunststoffkiste habe ich ebenfalls welche gesät, bei denen mir aber leider die Hühner dazugekommen sind und ich Anfang März neu säen musste – so sind die Pflänzchen noch etwas kleiner.

Um mir viel Pflanzarbeit zu ersparen, habe ich auf meiner im Herbst angelegten 1000m<sup>2</sup> großen Wildblumenwiese vor dem Regen noch einige tausend Samen mit Sand vermischt ausgestreut, wo sie an Ort und Stelle zu großen Pflanzen heranwachsen können.

Im Juli wäre ich sehr Dankbar für Erntehelfer und Direktabnehmer der Frischware.

Den Tee trinke ich so gerne frühmorgens mit etwas Zitronenverbene und Stevia – irgendwie erinnert mich dieser Tee immer an guten Kaffee – jedenfalls ein gesunder Ersatz!



Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5216653648373903>

## Ursachen und Hintergründe zum Ukrainekrieg

Was den Krieg in der Ukraine betrifft habe ich mich bisher nicht geäußert, da ich diesem Thema nicht zu viel Aufmerksamkeit schenken möchte. Fakt ist jedenfalls, dass wir von den Systemmedien, genauso wie beim C-Thema, massiv belogen werden!

Der wahre Kriegstreiber ist hier keinesfalls Russland, sondern die USA und die NATO, welche Putin bewusst provozieren!

Bereits Joe Biden sen. sagte 1997:

*„Das einzige, was Russland zu einer heftigen Reaktion provozieren kann, ist die Erweiterung der NATO auf die baltischen Staaten.“*

Bei sämtlichen baltischen Staaten hat Russland bisher noch ein Auge zugeedrückt – bei der Ukraine hat die Nato allerdings eine rote Linie überschritten.

Über die realen Hintergründe und Ursachen des Krieges in der Ukraine empfinde ich folgende Interviews als sehr augenöffnend.

Während uns westliche Medien einen blutrünstigen Größenwahnsinnigen Wladimir Putin „verkaufen“ wollen, muss die Frage gestellt werden, was die wirklichen Ursachen des Krieges sind. Dieser Konflikt beginnt NICHT mit dem Einmarsch russischer Truppen in ukrainisches Gebiet. Er hat eine – vom Westen gern heruntergespielte – wichtige Vorgeschichte. Um es kurz zu machen: Dieser Krieg ist bereits 8 Jahre alt. Wir sprachen mit der Russlandexpertin Iwana Steinigk, die an der Lomonossow-Universität Moskau studierte, mit Ihrem Verein „AK ZukunftDonbass e.V.“ seit Jahren Hilfsgüter-Lieferungen in den Donbass organisiert und mehrfach in den letzten Jahren selbst in der Krisenregion um Luhansk und Donezk vor Ort war.

<https://www.youtube.com/watch?v=THRjeeIxsH8>

### **Daniele Ganser zur weltpolitischen Lage: „Das ist jetzt eine Zeitenwende“** 🕒🌐

Dr. Daniele Ganser ist ein Schweizer Historiker und Friedensforscher. Er gilt als Experte auf dem Gebiet der Geopolitik. Seit Jahren publiziert er zu den völkerrechtswidrigen Militäraktionen der NATO und zu verdeckten Operationen der US-amerikanischen Geheimdienste. Deshalb wird er von den Mainstream-Medien gerne als „Verschwörungstheoretiker“ diffamiert, obwohl die von ihm gesammelten Fakten unwiderlegt sind. Mit Blick auf die Ukraine stellt er fest, dass Putins Invasion illegal ist. Ihr vorausgegangen ist jedoch der ebenso illegale Putsch der Amerikaner im Jahr 2014. Vor allem habe auch die NATO-Osterweiterung zu einer Eskalation der Situation geführt. Bernhard Riegler hat mit Ganser über diesen Putsch, die aktuelle Medienberichterstattung und die globalen Machtallianzen gesprochen. Für Ganser haben die Verschiebungen der letzten Zeiten einen epochalen Charakter.

Den ganzen Beitrag AUF1.TV ansehen: <https://www.auf1.tv/nachrichten-auf1/daniele-ganser-zur-weltpolitischen-lage-das-ist-jetzt-eine-zeitenwende/>

Ukraine niemals in die Nato? Dr. Daniele Ganser im Interview

<https://www.youtube.com/watch?v=ofsz-Th0sxo>

AUFGEDECKT! Die Rolle der NATO im Ukraine Krieg

<https://www.youtube.com/watch?v=YLXDGgEIWb4>

Die Ukraine hat viele „Leichen“ im Keller, die jetzt durch die Russen ans Licht kommen könnten. Deswegen betreiben die Medien solch eine Hetze gegen Putin. Bruder Achim Klein hat jede Menge Quellen als Beleg und zeigt auf, was dies alles mit der künftigen Teilung von Israel zu tun hat..

[https://www.facebook.com/permalink.php?story\\_fbid=1609544852753146&id=100010929396993](https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=1609544852753146&id=100010929396993)

34 Likes + 29 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5188568041182464>

Kommentar von [Va Bene](#):

*„Für die USA läuft es momentan bestens! Die können jetzt überall ihr extrem umweltschädliches, teures Fracking-Gas anbieten!*

*Schon durch den arabischen Frühling, Afghanistan usw. haben sie überall destabilisiert, um angeblich Gutes zu tun - das Ergebnis ist bekannt! 😞*

*Um diesen Konflikt zu verstehen, müsste man sich mit der Jahrzehnte- oder jahrhundertelangen Vorgeschichte beschäftigen, jedenfalls fürchte ich, dass immer weiter eskaliert wird.....“*

### **Scholz: Russland-Sanktionen wurden über Monate hinweg bis ins kleinste Detail geplant**

„Viele der härtesten Folgen“, der über Monate hinweg gemeinsam mit Deutschlands Partnern bis ins kleinste Detail geplanten Sanktionen, würden sich erst in den kommenden Wochen zeigen. „Und wir schärfen ständig nach“, so der Kanzler.

Alles war vorher schon geplant gegen Putin! Die Sanktionen standen vorher schon fest. Schon ehe Russland einen Finger gerührt hat.

[https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-8-2017-003956\\_DE.html](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-8-2017-003956_DE.html)

<https://rtde.site/kurzclips/video/134550-scholz-russland-sanktionen-wurden-uber/>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5208401679199100>

### **Historisch hohe Energiepreise - Energiesparen**

Bereits in der ersten Märzwoche war ich etwas verwundert angesichts des teuren Spritpreises von 1,6€. Als ich am 10. März wieder in Linz war staunte ich nicht schlecht, wie enorm die Preise in nur einer Woche gestiegen sind! Dabei fielen mir aber starke Preisunterschiede bei den unterschiedlichen Tankstellenbetreibern auf. Während die großen bekannten Tankstellenfirmen wie Shell oder OMV extrem die Gunst der Stunde ausnutzen und mit sehr hohen Preisen viel Geld verlangen, bekommt man nur 100 Meter weiter bei der Jet-Tankstelle den Diesel um 30 Cent billiger!

Im „Heute“ habe ich heute gelesen, dass am Vortag der Sprit bei manchen Tankstellen sogar fast 3€/Liter kostete!



<https://www.heute.at/s/diesel-kostet-bei-tankstelle-in-ebreichsdorf-29-euro-100194869>

<https://www.heute.at/s/sprit-wahnsinn-kunde-zahlte-3084-euro-an-tankstelle-100194976>

Hintergrundinformationen zu den hohen Spritpreisen:

<https://www.autobild.de/artikel/spritpreis-benzin-diesel-co2-abgabe-steuern-spritkosten-ukraine-18678455.html>

Ich erinnere mich hier an die Worte von Rudi Anschöber vor über 10 Jahren, als er in Oberösterreich noch Landesrat war. Anno-dazu-mal sagte er, dass die Spritpreise laut Experten demnächst auf über 3€ steigen werden, was damals aber nie eintraf - aber nun mit großer Verspätung!

Ich habe das Glück, dass ich nur 1-2 Mal in der Woche mein Auto benötige und mit einer Tankfüllung meist etwa 2 Monate auskomme.

Ich sehe die hohen Energiepreise allerdings auch positiv, da viele Menschen erst auf diese Weise lernen etwas sparsamer mit Energie umzugehen. Müssen all die Autofahrten wirklich sein? Alleine beim Heizen der Wohnung kann je Grad kühlere Raumtemperatur 7% an Energiekosten gespart werden! Einfach etwas wärmer anziehen, dann ist es auch bei ~20°C schön behaglich warm 😊 Und im Vorhaus genügen dann auch 15°C mit über 25% Ersparnis! Insbesondere bei solch herrlich frühlingshaften Wetter, wie in den ausgehenden Märztagen, genügen auch Raumtemperaturen von unter 20°C – lieber am Nachmittag stundenlang lüften.

Wer bereits in den letzten Jahren auf regenerierbare Energiequellen gesetzt hat, um unabhängig von Öl und Gas zu sein, kann in dieser Hinsicht nun sorgenfrei in die Zukunft blicken.

19 Likes + 36 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5158724790833456>

Kommentar von [Eva Flemming](#):

*„Ich hatte mal einen Arbeitsweg von 19 Kilometer einfache Fahrt, das bin ich mit dem Fahrrad täglich 38 Kilometer gefahren, ich war sehr fit, und Sport brauchte ich nicht MEHR. 🚴‍♀️*

*Man kann sich an vieles gewöhnen.*

*Ich verzichte schon seit 25 Jahren auf ein Auto, der Umwelt zu liebe, ich fahre jede Strecke mit dem 🚲. Sonst nehme ich die Bahn. Diesen Winter habe ich gar nicht geheizt, da meine Nachbarn es so übertreiben, dass es für mich mit reicht.*

*Die Heizkosten sind hier in der Miete mit inbegriffen ich spare also nicht dadurch.“*

Kommentar von [Grü Jutta](#):

*„Ich sehe das auch so. Ich fahre viel mit dem Rad. E-Bike damit ich unsere Berge auch schaffe. Ich fahre zur Arbeit, einkaufen und spazieren damit. Das hält fit und verbraucht kaum Energie. Das könnten so viele Menschen machen.“*

**ECHTE ENERGIEWENDE: „Sofort runter mit dem Verbrauch von Öl und Gas!“**

Umweltlandesrat Stefan Kaineder (Grüne) fordert einen neuen Energiewende-Plan für Oberösterreich: „Es muss vor allem um rasch umsetzbare Projekte gehen. Projekte, mit denen schnellstmöglich große Mengen an Gas und Öl eingespart werden können.“

<https://www.krone.at/2661157>

## **Stark steigende Nahrungsmittelpreise und die Chancen für den Wandel hin zu einer nachhaltigeren Bodennutzung**

Aufgrund des Ukrainekrieges und der sich u.a. dadurch abzeichnenden globalen Verknappung von Getreide, steigen die Getreidepreise in exorbitante Höhen. Viele Menschen tragen daher zurzeit Sorge um die sichere Lebensmittelversorgung in diesem Jahr. In meinem Bekannten- und Freundeskreis bemerke ich bereits große Bemühungen für den eigenen, teils großflächigen Anbau von Gemüse.

Laut „Uncut-News“ hat das Zusammentreffen erschreckender Ereignisse einen unumkehrbaren Zusammenbruch der Nahrungsmittelproduktion und der Ernteerträge ausgelöst, der bis 2024 zu einer weltweiten Hungersnot führen wird.

Zu den Gründen für die kommende globale Hungersnot gehören demnach vor allem:

- Überschwemmungen und Dürren, die u. a. in China, Russland und den USA zu starken Einbrüchen in der Ernteproduktion führen.
- Wirtschaftssanktionen gegen Russland, die zu einem Exportstopp für Lebensmittel und Düngemittel führen.
- Krieg in der Ukraine, der zu einer Unterbrechung der Anbausaison 2022 für Weizen, Mais, Soja und andere Feldfrüchte führt.
- Krieg im Schwarzen Meer, der den Schiffsverkehr in den Häfen (z. B. in Odessa) blockiert, die normalerweise Getreide exportieren.

Die Landwirte berichten, dass ihre Kosten für die Produktion von Feldfrüchten wie z. B. Weizen um etwa 300 % gestiegen sind. Zurückzuführen ist dies insbesondere auf die stark gestiegenen Kosten für Düngemittel, Saatgut und Treibstoff.

Die Düngemittelpreise haben sich verdreifacht und werden wahrscheinlich noch weiter steigen, zumal Russland die Düngemittelausfuhr gestoppt und die Erdgaspipelines nach Westeuropa stillgelegt hat. Infolgedessen wird das Düngemittelangebot immer knapper.

Laut „Uncut-News“ sei das Ergebnis, dass die Lebensmittelregale im Jahr 2022 geradezu beängstigend leer sein werden, und die Regale, in denen es tatsächlich Lebensmittel gibt, werden vielleicht doppelt so viel kosten.

Geradezu prekär ist der einzige Hoffnungsschimmer des Autors:

*„Der einzige Faktor, der die Nachfrage nach Nahrungsmitteln weltweit verringern könnte, ist das weltweite Impfstoffsterben, das durch mRNA/Spike-Protein-Injektionen verursacht wird, die Menschen in Rekordzahlen töten. Die Biowaffe Covid ist schließlich eine Entvölkerungswaffe.*

*Das Ergebnis werden globale Aufstände und soziale Unruhen in einem Ausmaß sein, wie wir sie noch nie gesehen haben.“*

<https://uncutnews.ch/globaler-zusammenbruch-der-ernte-jetzt-eine-gewissheit-weit-verbreitete-hungersnot-wird-den-planeten-von-2022-bis-2024-heimsuchen/>

Folgende Feststellung von „Uncut-News“ finde ich ziemlich vermessen:

*„Etwa 5 Milliarden Menschen auf der Welt sind von Düngemitteln abhängig, die aus fossilen Brennstoffen hergestellt werden und ihre Hauptnahrungsquelle darstellen. Ohne Düngemittel – und wenn es keine mehr gäbe – würden also etwa 5 Milliarden Menschen verhungern.“*

Die Frage, die ich mir dabei stelle ist, wie die Biobauern völlig ohne diese mineralischen Düngemitteln Lebensmittel anbauen?

Beim Getreide ist der Ertrag dabei zwar nur etwa halb so hoch wie beim konventionellen Anbau, dafür fallen die Kosten und die Abhängigkeit von Düngemittel und Saatgut weg.

Wenn man dagegen bedenkt, dass 36 % der weltweiten Getreide- und 70 % der weltweiten Sojaernte an Tiere verfüttert werden, dann reicht die Biogetreideernte völlig aus, um die Menschheit zu ernähren, wenn der Konsum an Tierprodukte drastisch reduziert würde.

Bereits Ende des Vorjahres waren die Bauern mit massiven Kostensteigerungen bei Futter- und Düngemitteln, Treibstoffen, Strom, Baustoffen und Co. konfrontiert. Die Anschaffungskosten haben sich im Vergleich zu den Vorjahren verdoppelt und sogar verdreifacht. Durch den Krieg in der Ukraine hat sich diese Situation noch zusätzlich verschärft.

Aufgrund der stark gestiegenen Futterkosten sind viele Tierhalter derzeit in großer Not, da die Fleischpreise nicht im selben Ausmaß steigen.

Ich erachte dies als positive Entwicklung, da es die Bauern so richtig zum Nachdenken und Handeln bringt, etwas an ihrer Wirtschaftsweise zu ändern! Ohne Druck ändert sich ansonsten nur wenig.

Forscher haben berechnet, dass die Äcker bei vorwiegend pflanzlicher Ernährung um vier Milliarden Menschen mehr ernähren könnten.

Beim Gemüse ist die Erntemenge im Biolandbau nur geringfügig geringer als Konventionell. Durch ausgeklügelte Mischkultur, Einsatz von hochwertigem Kompost und Mulchen kann der Ertrag sogar deutlich über dem Durchschnitt liegen, wie es viele Beispiele zeigen.

Ich erinnere mich hierbei an die im Vorjahr eigene sensationell reiche Ernte auf etwa 70 m<sup>2</sup> von über 200 kg Kürbisse, etwa 50 kg Yaconknollen, wie auch zahlreiche Kolben von wunderschönem bunten Zuckermais.

Studien zeigen, dass der Ertrag im Anbau nach den Prinzipien der Permakultur drei bis viermal höher ist, als bei konventionellen Gemüse- und Obstanbaubetrieben vergleichbarer Größe in der Region. Und anders als beim Einsatz von chemischen Düngern und Pestiziden, bei denen nur eine kurzfristige Ertragssteigerung eintritt, ist jener hohe Ertrag dauerhafter Natur.

Der Schlüssel hierfür ist insbesondere der, dank dieser Bewirtschaftungsweise, deutlich höhere Humusgehalt, welcher die lebensnotwendigen Mineral- und Nährstoffe für die Pflanzen bereit hält. Daneben hat Humus positive Auswirkungen auf die Bodenstruktur, denn er hat die Fähigkeit, Bodenteilchen miteinander zu verbinden und dadurch eine stabilere Bodenstruktur (sog. Krümelstruktur) zu schaffen. Damit einhergehend verbessert sich der Luft- und Wasserhaushalt des Bodens und es erhöht sich die Aktivität der Mikroorganismen. Erosion und Verschlammung werden reduziert. Die Pflanzen finden auf lockeren, garen Böden optimale Lebensbedingungen.

Allgemein zusammengefasst handelt es sich bei Permakultur um ein nachhaltiges Konzept für Landwirtschaft und Gartenbau, das darauf basiert, natürliche Ökosysteme und Kreisläufe in der Natur nachzuahmen. Man arbeitet also mit der Natur, statt gegen sie. Ziel ist es, langfristig stabile Ökosysteme zu schaffen, die sich dauerhaft selbst erhalten und nur noch geringfügige menschliche Eingriffe benötigen.

<https://www.naturpaten.eu/permakultur-naturnahes-gaertnern-insekten-schuetzen-und-ertraege-steigern/>

*„Gemeint ist eine Landwirtschaft, die es erlaubt, dauerhaft – also über Jahrhunderte hinweg – so viel zu ernten, dass die Menschheit ernährt wird und zwar ohne dabei den Boden, Pflanzen und Tiere zu schädigen.“*

Stephanie Kowalewski, Deutschlandfunk Nova

Wie im letztjährigen Sommer zu sehen war, können konventionell bewirtschaftete Böden kaum große Regenmengen aufnehmen – es kommt zu Staunässe, Muren und Verschlammungen. Diese humusarmen Böden können aber auch kaum genügend Wasser speichern, um die Pflanzen ohne Bewässerung gut über trockene Sommer zu bringen, wie es sich voraussichtlich im kommenden Sommer wieder zeigen wird.

Davon spricht in diesem Vortrag auch Margarete Langerhorst, welche seit 45 Jahren einen erfolgreichen Klein-Intensivgartenbau betreibt.

Ein weiterer Faktor an welchem man ansetzen kann, um einen globale Hungersnot zu vermeiden ist ein Ende der Lebensmittelverschwendung! Schließlich wird fast ein Drittel aller Lebensmittel weggeworfen - das berichtet die Umweltorganisation WWF. In Entwicklungsländern geht Essen wegen falscher Lagerung und Verarbeitung verloren. In den Industrienationen wegen Verschwendung.

Wie in anderen Themenbereichen auch, drängt sich bei vielen Menschen beim Thema der zukünftigen Lebensmittelversorgung das Problematische in den Vordergrund und verdrängt das Erbaulichere; wir beschäftigen uns mit dem Negativen und vergessen das Positive. Das alles zieht uns herunter und lähmt uns und schwächt auf Dauer unsere inneren Kräfte.

10 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5180681415304460>

Möge die aktuelle Teuerung bei Düngemittel und Treibstoffen dazu dienen, dass solch eine vorbildhafte Form der Landwirtschaft immer mehr Nachahmer findet. ❤️

Die Farm „Bec Hellouin“ auf ihren 1,2 Hektar ist erfolgreicher, als jeder Gemüsebetrieb vergleichbarer Größe. „Jeder Quadratmeter erwirtschaftet hier 55 Euro im Jahr!“

Jeder Einsatz von Erdöl, sei es in Form von Dünger oder Treibstoff für Maschinen ist hier ein Tabu – daher sind die Betreiber einer solchen Bewirtschaftungsweise nicht von der aktuellen Teuerungswelle betroffen!

Siehe Kurzvideo dazu: [https://www.youtube.com/watch?v=jvAyO\\_nFjZ0](https://www.youtube.com/watch?v=jvAyO_nFjZ0)

25 Likes + Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/videos/709249853823957>

### **Lasst euch nicht spalten - bleibt in der Liebe Gottes**

Diese herausragend gute und aufbauende Predigt vom Sven habe ich mir nun bereits dreimal während dem Essen angehört. Er hat dabei genau den Nerv der Zeit getroffen.

Er beginnt dabei mit Psalm 1 Vers 1:

*„Wohl dem, der nicht wandelt nach dem Rat der Gottlosen,“*

Er interpretiert diesen Vers dann folgendermaßen:

Wohl dem, der nicht wandelt nach dem Rat der Medien, nach dem Rat der Nachrichten, denn dies sind gottlose Menschen, welche die Welt beraten und dabei Angst und Panik schüren und zur Spaltung der Gesellschaft beitragen.

Wer aber liebt, der wandelt nach dem Rat des HERRN und nicht nach dem Rat der Gottlosen.

Er ruft die Christen dazu auf immer neutral zu bleiben, denn keine Nation dieser Welt sei es Russland, die Ukraine, die NATO etc., ist gut. Wir sollten für die Menschen viel mehr beten und sie aufrichten, anstatt zu spalten oder zu richten. Denn das gebührt alles unserem Herrn – er wird alles zur rechten Zeit gerecht richten. Nutzen wir die Zeit vielmehr dazu, um den Menschen von der frohen Botschaft des Evangeliums zu erzählen, sodass sie den einzig wahren Gott erkennen mögen und umkehren von ihren verkehrten Wegen.

Egal, welche Unruhen noch auf uns zukommen werden – ein Kind Gottes darf sich sicher und geborgen in Gottes Händen wissen. Gott bewahrt die Seinen – siehe Psalm 91.

Bei den Buschfeuern in Australien gab es Zeugnisse von Christen, die in Videos berichteten, dass in deren Straße alle Häuser abbrannten, aber deren eigenes Haus steht noch!

[Lasst euch nicht Spalten/bleibt in der Liebe Gottes - YouTube](#)

Ich denke dabei auch an ein ähnliches Eingreifen Gottes beim Hochwasser vorigen Sommer in Deutschland, wie ich berichtet habe [„Haus bleibt trocken während 2 Meter hoher Flut - Wer Gott treu ist wird gerettet!“](#)

13 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5178096525562949>

Nachfolgend zitiere ich die ersten sechs Verse des ersten Psalms nach der Übersetzung von Herbert Jantzen/Thomas Jettel:

*„Selig ist der Mann,  
der nicht wandelt nach dem Rat der Ehrfurchtslosen  
und nicht betritt den Weg der Sünder  
und sich nicht setzt in den Kreis der Spötter,  
sondern seine Lust hat an der Weisung des HERRN  
und in seiner Weisung nachsinnt Tag und Nacht.  
Und er ist wie ein Baum,  
gepflanzt an Wasserbächen,  
der seine Frucht bringt zu seiner Zeit  
und dessen Blätter nicht verwelken.  
Und alles, was er tut, – es gelingt.  
Nicht so die Ehrfurchtslosen,  
sondern sie sind wie Spreu, die der Wind zerstreut.  
Deshalb bestehen die Ehrfurchtslosen nicht im Gericht  
noch die Sünder in der Gemeinde der Gerechten;  
denn der HERR kennt den Weg der Gerechten,  
aber der Weg der Ehrfurchtslosen vergeht.“*

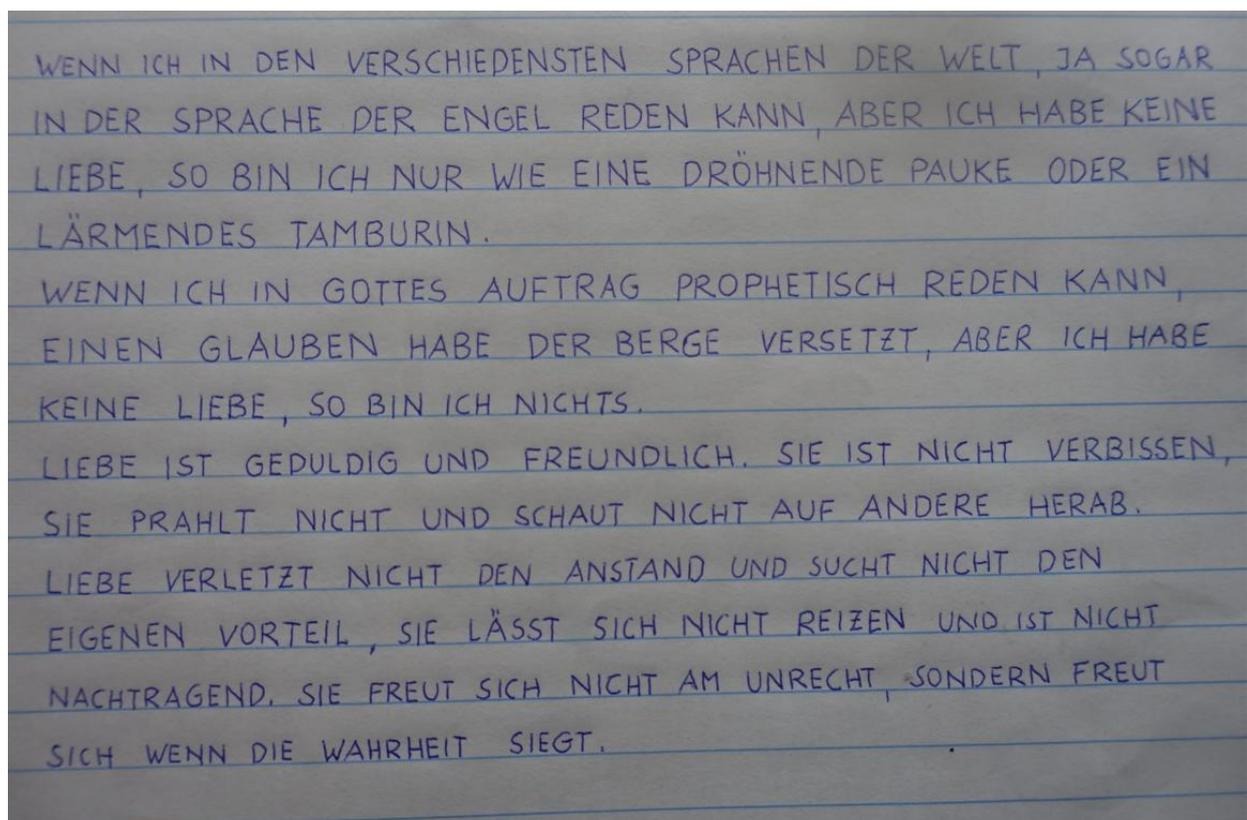
Psalm 1, 1-6

## **Die Liebe Gottes und das Leid auf dieser Erde**

Im Römerbrief Kapitel 13 Vers 8-9 lesen wir:

*„Schuldet niemandem irgendetwas als nur, einander zu lieben, denn wer den anderen liebt, hat das Gesetz erfüllt, Denn die Gebote: Du sollst nicht die Ehe brechen, du sollst nicht töten, du sollst nicht stehlen, du sollst nicht begehren!, und alle anderen Gebote sind in dem einen Satz zusammengefasst: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“*

Das Hohelied der Liebe des Apostel Paulus ist eine großartige Beschreibung wie Liebe ist:



WENN ICH IN DEN VERSCHIEDENSTEN SPRACHEN DER WELT, JA SOGAR  
IN DER SPRACHE DER ENGEL REDEN KANN, ABER ICH HABE KEINE  
LIEBE, SO BIN ICH NUR WIE EINE DRÖHNENDE PAUKE ODER EIN  
LÄRMENDES TAMBURIN.  
WENN ICH IN GOTTES AUFTRAG PROPHETISCH REDEN KANN,  
EINEN GLAUBEN HABE DER BERGE VERRÜCKT, ABER ICH HABE  
KEINE LIEBE, SO BIN ICH NICHTS.  
LIEBE IST GEDULDIG UND FREUNDLICH. SIE IST NICHT VERBISSEN,  
SIE PRAHLT NICHT UND SCHAUT NICHT AUF ANDERE HERAB.  
LIEBE VERLETZT NICHT DEN ANSTAND UND SUCHT NICHT DEN  
EIGENEN VORTEIL, SIE LÄSST SICH NICHT REIZEN UND IST NICHT  
NACHTRAGEND. SIE FREUT SICH NICHT AM UNRECHT, SONDERN FREUT  
SICH WENN DIE WAHRHEIT SIEGT.

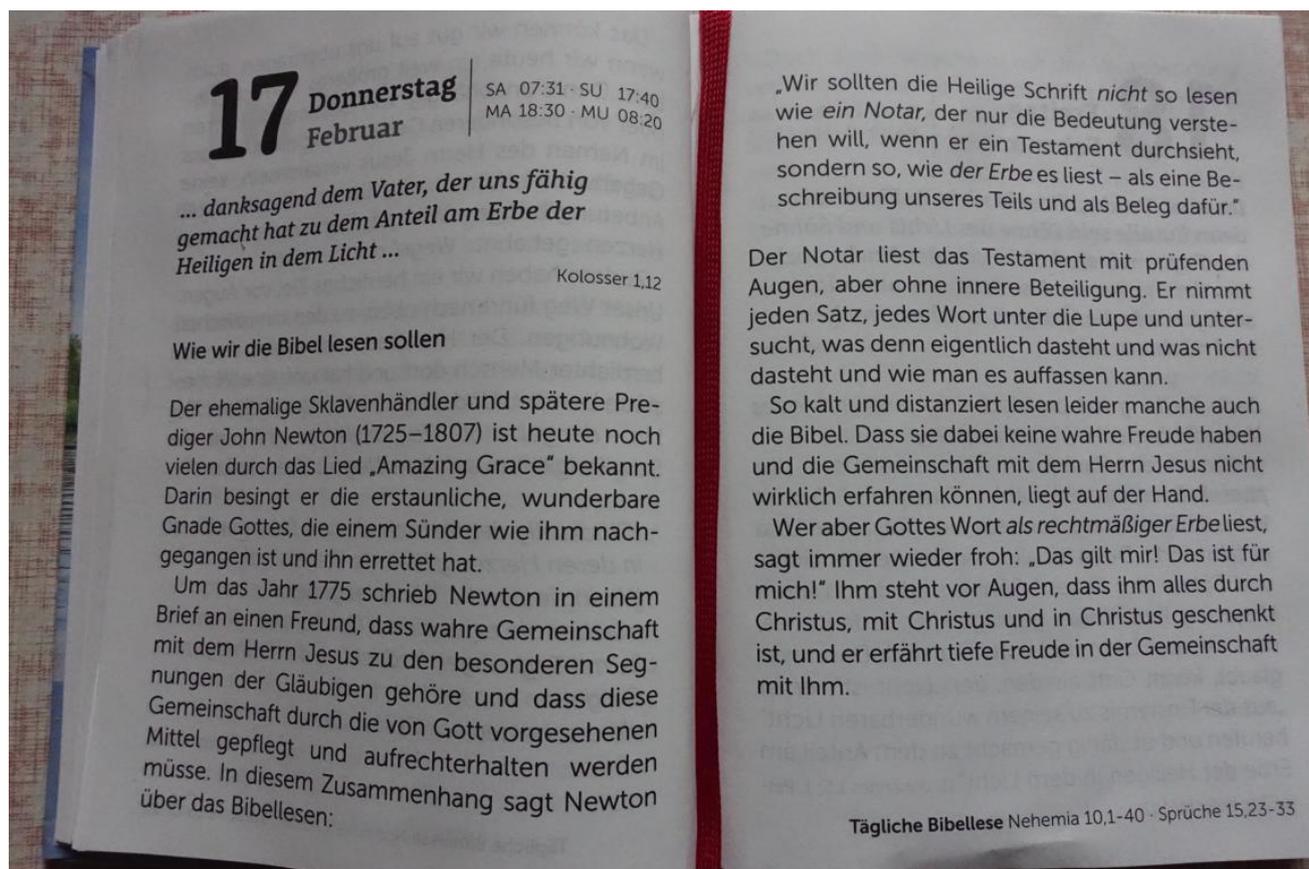
„Gott ist Liebe (1.Joh 4,16) - Und deswegen ist seine Liebe so anders als menschliche Liebe. Gott liebt jeden Menschen auf dieser Erde.

Wer das Opfer Jesu persönlich für sich in Anspruch nimmt, erfährt Sündenvergebung und darf ein Kind Gottes sein. Man stelle sich vor – der große, lebendige Gott, Schöpfer aller Dinge, wird unser Vater! Das gibt uns eine ganz besondere Stellung und einen wirklichen Halt im Leben:

„*Seht, welche Liebe der Vater uns gegeben hat, dass wir Kinder Gottes heißen sollten.*“ 1Joh. 3,1

### Es macht einen Unterschied, mit welcher Haltung wir die Bibel lesen! Wie liest du sie?

Wir sollten die Bibel nicht so lesen wie ein Notar, der nur die Bedeutung verstehen will, wenn er ein Testament durchsieht, sondern wie der Erbe es liest - als Beschreibung unsers Teils und als Beleg dafür.



16 Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5164219063617362>

### Warum lässt ein liebender Gott all das Leid auf dieser Erde zu?

Manche fragen sich, warum ein Gott der Liebe so viel Leid auf dieser Erde zulässt – dazu möchte ich folgendes sagen:

Ursprünglich hat Gott die Erde und alles was darauf ist sehr gut gemacht - es gab kein Leid, keine Krankheit und keinen Tod. All diese schlimmen Dinge kamen erst durch die Sünde der ersten Menschen auf diese Erde, die dem Satan, in Gestalt einer Schlange, mehr Glauben schenkten als Gott, da sie sein wollten wie Gott!

Gott ist gut und er ist Liebe, aber nicht alles, was auf dieser Welt passiert ist so Gottes Wille. Das Leid kam eben dadurch in die Welt, weil der Mensch Böses tut. Menschen fügen aufgrund des Missbrauchs ihrer Freiheit anderen Menschen oder auch der nichtmenschlichen Schöpfung (Tieren, Umwelt) Leid zu. Solches Leid ist vom Menschen als Ursache des Leids zu verantworten. Gott lässt

dem Menschen die Freiheit, Gutes oder Böses zu tun. Gott müsste also (fast) alle Menschen von dieser Erde entfernen, wenn wir eine Welt ohne Leid haben wollen.

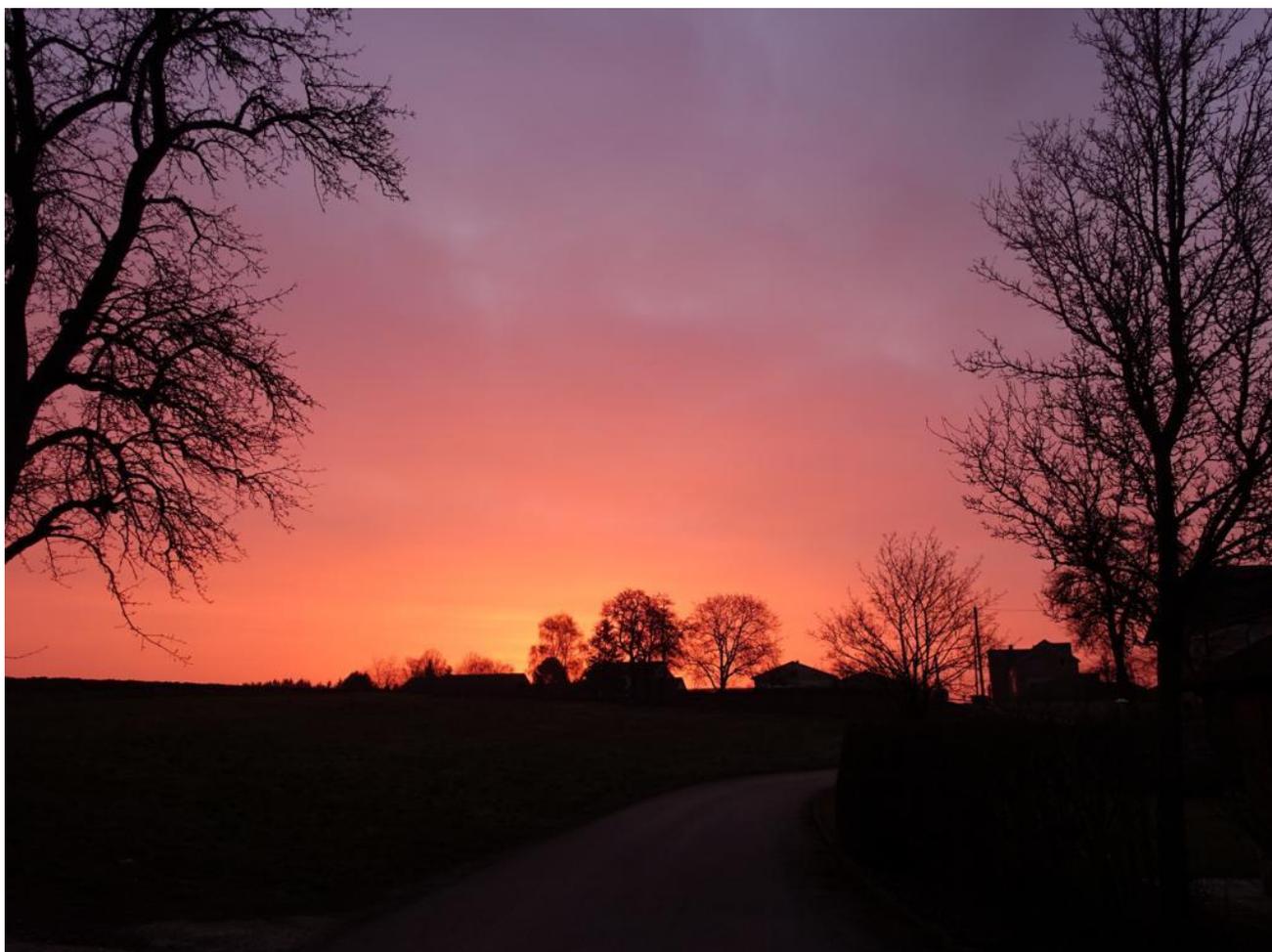
Gott hat den Menschen den freien Willen gegeben sich bewusst für das Gute oder Böse entscheiden zu können. Er will keine Marionetten oder Roboter haben, sondern Menschen, die sich in Freiheit ganz für ihn entscheiden.

Jetzt leben wir noch in dieser Zwischenzeit, aber Gott verspricht uns in Offenbarung 21,4 eine neue Erde ohne Leid:

*„Und Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, weder Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein; denn das Erste ist vergangen.“*

24 Likes + Kommentare: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/5201828036523131>

Einen sehr umfangreichen [Beitrag über die wahre Liebe habe ich im Jahr 2019 hier verfasst.](#)



Beeindruckendes Morgenrot am 17. März um 5:20 - also eine Stunde vor Sonnenaufgang. Erst kürzlich habe ich gelesen, dass dieses Morgenrot dem Saharastaub zu verdanken war.

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.