

Ausgabe 39 Jän. - April 2025

Sunnseitn



VEREIN FÜR
GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN

13 Jahre

Kostenlose Non Profit Vereinszeitung



online lesen: www.Sunnseitn.info

Der Traum vom Frieden | Der Aufstieg der Erde
Neu Sehen lernen - Astrologie | Gedicht Winter
Ohne Wald kein Leben | So.9. März: Der Tag für's Ich





Sunnseitn

Herausgeber, Verein Sunnseitn, ZVR-Zahl 1596935419, Redaktion, Layout und verantwortlich für den Inhalt der Zeitschrift, Vertreter & Gründer: Elisabeth S. & Norbert Feilhaber, Trabenreith 22, A-3754, +43 (0) 2986/ 64 64 9.

Mail: norbert.feilhaber@gmx.at

Web: <http://www.Sunnseitn.info>

Die Sunnseitn ist kostenlos erhältlich. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck jeglicher Art ohne schriftliche Erlaubnis der Herausgeber ist untersagt.

Die von den Autoren der einzelnen Beiträge vertretenen Ansichten müssen n i c h t den Auffassungen der Herausgeber entsprechen. Für eingesandte Manuskripte, Fotos, Unterlagen usw. wird keine Haftung übernommen. Das Copyright von Norbert & Elisabeth Feilhaber oder von Fremdaotoren selbst erstellte Objekte bleiben allein beim jeweiligen Autor, auch wenn dieser das Objekt zur Veröffentlichung freigegeben hat.

Inhalt

- Gemeinnütziger Gesundheitsverein Gmünd
- 04 **Gesund werden- Gesund bleiben**
Kamira Eveline Berger
- 06 **Mal ganz ehrlich**
Kamira Eveline Berger
- 07 **Der Aufstieg der Erde**
Karl A. Immervoll
- 08 **Gedicht: „Winter“**
Hedy Busch
- 09 **SO eine Omi werd` ich nie.....**
Mag. Kurt Neumeyr
- 10 **Der Traum vom Frieden**
Subhash
- 12 **Neu Sehen lernen/ Astrologie**
Birgit Stoifl
- 15 **Ferien ohne Handicap**
Norbert O. M. Feilhaber
- 16 **Ohne Wald kein Leben**
Elisabeth Susanna
- 18 **Erfahrungsbericht Arthrose**
Margit Handler & Elisabeth Susanna
- 19 **Märchen: „Das kranke Häschen“**
Melitta und Fritz Hölzl
- 20 **Grander Wasserbelebung**
Aus dem Waldviertel
- 21 **Eichen und deren Fruchtkörper**
Tamara Marchsteiner
- 22 **Wie die Katze zur Trauerbegleiterin wurde**
Silvie Haider
- 24 **Um des lieben Friedens willen...**
- 26 **Veranstaltungskalender**
- W³ **Sunnseitn im Web** Copyright Foto Top, www.Sunnseitn.info
by Peter Hatzfeld Sundownon-Huey, www.picasaweb.google.com/peterhatzfeld

Mein Extra-Markt

Nah & Frisch

Rudolf Zotter, Irnfritz

Bahnstraße 5
3754 Irnfritz
02986/6226

office@kaufhaus-zotter.at
www.kaufhaus-zotter.at

Von der Redaktion



Sunnseitn

Ausrichtung der Sunnseitn: Gesundheit, Bewusstseinsbildung, Wissensvermittlung, Information, Meinungsbildung, ganzheitliches Wohlbefinden, Erfahrungsaustausch, Spiritualität und Vorstellen von unterschiedlichsten Berufsbildern.

Die Sunnseitn ist in Niederösterreich Nord, St. Pölten, Amstetten, Wien und Linz als Non Profit Zeitung präsent und kostenlos für die Leser erhältlich.

Werbung: Die Unkosten der Sunnseitn (Druck und Verteilung) werden über Werbeeinschaltungen, Anzeigen im Veranstaltungskalender wie über die Mitgliedsbeiträge... des Vereines gedeckt. Der Arbeits- und Zeitaufwand sowie das Management der Sunnseitn werden ehrenamtlich getätigt.

Berichte: Vereinsmitglieder habe die Möglichkeit, interessante neutrale Beiträge/Artikel, Wissenswertes, Informationen zum Wohle Aller (*keine Werbung, keine www, keine Marken-Namen*) auch mit Fotos **unentgeltlich** zu veröffentlichen. Werbeberichte sind kostenpflichtig! Die Autoren wirken ehrenamtlich über ihren Bericht mit und haften für das Copyright der zur Verfügung gestellten Daten (Foto, Grafiken, Texte).

Wir freuen uns, wenn ihr aktiv mitwirkt bei der Sunnseitn.

Redaktionsschluss für nächste Ausgabe Nr. 40, Mai - August 2025 ist **Di. 01. April 2025/12 Uhr**, **Erscheindatum Di. 06. Mai 2025**.

Die Sunnseitn erscheint kostenlos für den Leser in einer Auflage von derzeit 1800 Stück, dreimal im Jahr. Ihr könnt die Sunnseitn kostenlos **digital lesen** und euch als Vereinsmitglied anmelden unter **<http://www.Sunnseitn.info>**.

Glück, Gesundheit und Frieden wünschen wir unseren LeserInnen

Elisabeth Susanna & Norbert O. M. Feilhaber

Elisabeth Susanna:

... den Weg des Herzens folgend ...

Norbert O. M.:

... Spiritualität ist das Überschreiten von wissenschaftlich festgelegten Grenzen ...

Titelfoto von Tamara Marchsteiner, Evolutionspädagogin aus Oberstrahlbach, Zwettl

Gesund werden- Gesund bleiben

Heute widmen wir uns dem Thema „BASISCHE KÖRPERPFLEGE“

- neutralisiert Säuren
- regt die Haut an, Säuren und Schlacken auszuscheiden
- aktiviert die Selbstfettung der Haut
- bewirkt dadurch ein stark verbessertes Hautbild

Machen Sie sich die Vorzüge der basischen Körperpflege zunutze!

Basisches Vollbad: 60 bis 120 Minuten Dauer. Alle ca 10 Minuten mit einem Waschlappen oder mit einer Badebürste die Haut abreiben. Auch für den Whirlpool und den Swimmingpool geeignet. Die Haut ist eine Hilfsniere des Körpers. Machen Sie sich diese Funktionen zunutze! Bewährt haben sich auch basische Auslaugebäder mit Badezeiten bis zu 3 Stunden.

Basisches Sitzbad: 15 bis 30 Minuten Dauer. Im warmen Sommer 5 bis 10 Minuten zur Erfrischung bei 25 – 27 °C Wassertemperatur. Basisches Badesalz abstreifen und aufdrocknen lassen.

Basische Dusche: Nach dem Abseifen und dem Abduschen wird basisches Badesalz auf einem Waschlappen oder Waschlappen gegeben und damit der ganze Körper abgerieben. Nach etwas Einwirkzeit wird kurz überbraust. Besser noch, man lässt das basische Wasser aufdrocknen.

Basisches Fußbad: 30 bis 60 Minuten Dauer, Auslaugebad 1 bis 3 Stunden.

In der Regel werden warme Fußbäder genommen. Es gibt aber auch Menschen, die besser Wechselfußbäder, abwechselnd warm und kalt vertragen. Oder es gibt Menschen, die nach dem warmen Fußbad ihre Füße vor dem Zubettgehen kurz in kaltes Wasser tauchen, um dann gut zu schlafen. Auch der Fuß ist eine Hilfsniere!

Basisches Handbad: Jeden Morgen 3 bis 5 Minuten ein basisches Handbad, gibt schöne und gepflegte Hände. Eine Messerspitze basisches Salz wird in das kalte Wasser des Handwaschbeckens gegeben. Unterstützen Sie die entschlackende Wirkung mit Fingergymnastik.

Basische Intim- und Analpflege: Eine langanhaltende Wohltat ist Bad und Dusche. Besonders wichtig in der warmen Jahreszeit! Basisches Wasser nicht abspülen, sondern abstreifen und möglichst aufdrocknen lassen. Wichtig auch zur Unterstützung des basischen Milieus der Schleimhäute im weiblichen Genital-Bereich.

Basische Desodorierung: Etwas basisches Salz wird in die gewaschenen, feuchten Achselhöhlen eingerieben, aufdrocknen lassen. Auch für pflegebedürftige, problembehaftete Finger- und Fußnägel zu empfehlen.

Basische Nasenspülung: Eine Messerspitze basisches Badesalz auf ein Glas körperwarmes Wasser geben, auflösen, immer wieder in die hohle Hand schütten und die Lauge immer wieder aufschniefen, bis sie den Rachen hinunterläuft. Mit solchen Nasenspülungen hält man sich die Kopf-, Kiefer- und Stirnhöhlen frei und stärkt die Abwehrkräfte des gesamten Kopf-, Mund- und Rachenraumes.

Basische Kinderpflege: Ein gehäufter Teelöffel basisches Badesalz genügt für die

Kinderbadewanne (ca. 20 Liter). Dieses Bad entfettet nicht die zarte Baby Haut und brennt nicht in den Augen. Auch für empfindliche Haut geeignet.

Basische Gesichtsmaske: In etwas körperwarmes Wasser wird ein gestrichener Teelöffel basisches Salz gegeben, dann mit „Heilerde äußerlich“ angeteigt. Die breiige Masse wird als Maske für eine halbe Stunde aufgetragen, dann abgespielt. Diese basische Maske hat sich bei vielen Hautproblemen im Gesicht und am ganzen Körper bewährt, auch bei Cuperoze.

Basische Salzmassage: Ein wenig basisches Salz auf die eingeeölte Hautpartie geben und einmassieren. Es wird immer in jene Richtung massiert, in welcher die zu unterstützen Körperprozesse verlaufen, niemals dagegen!

Basische Salzzahnpflege: Sie beugt weitgehend Karies vor. Zum Zähneputzen etwas basisches Salz mit dem feuchten Zeigefinger aufnehmen, dann damit über die Zähne und das Zahnfleisch reiben, danach ausgiebig spülen und gurgeln mit einer Prise basischem Badesalz im Mundbecher. Eine Prise pro Becher reicht auch für die Über-Nacht-Reinigung der Zahnprothese oder Zahnspange.

Basische Salzsocken/Strümpfe: 1 gehäufte Teelöffel basisches Badesalz in ca. ½ bis 1 Liter körperwarmes Wasser streuen, gut auflösen. Ein Paar dicke Schafwollsocken werden hineingelegt, bis sie durch und durch nass sind. Dann werden sie ausgewrungen und für die Nacht angezogen. Man wählt eine Nummer größer, als man Schuhgröße hat. Über die nassen Socken kommt ein Paar noch größere trockene Socken. Die Socken sollen nicht eng sitzen und nicht spannen. Bei kalten Füßen empfiehlt sich eine Wärmeflasche. Noch ein Tipp: Für die Wannenreinigung Essigwasser oder Essigreiniger verwenden! (Näheres dazu bei unserem Vereins-Stammtisch – siehe Veranstaltungskalendar).

Autorin: Gertrud Weiss

Möchten auch Sie Mitglied unseres Vereines werden

Obfrau: Elfriede Kainz: 02853/ 83673
Schriftführerin: Gertrud Weiss:
0676/41 55 708

Für eines jährlichen Mitgliedsbeitrag von Euro 20,- (*Überweisung auf unser Konto AT12 1200 0100 0083 4787 - Zahlungsreferenz Mitgliedsbeitrag VGK und ihren Namen*) bieten wir unseren Mitgliedern monatlich kostenlose GESUNDHEITSTREFFS (ca. 8 x im Jahr) an, die auch von Nichtmitgliedern gegen einen Unkostenbeitrag von Euro 5 pro Vortrag (wenn nicht anders angegeben) besucht werden können.



Gemeinnütziger Verein für
ganzheitliche Gesundheits-
förderung und Kinesiologie
G M Ü N D

„TAG für's ICH“

Gesundheitstag der besonderen Art, mit Vorträgen und Infoständen findet am Sonntag, 9. März 2025 im Hotel Sole Felsen Welt, Gmünd statt.

Mal ganz ehrlich, gibt's überhaupt ein Rezept gegen Chaos?!



Schön und gut, alle Spatzen pfeifen es nun im Chor von den Dächern, dass wir mitten im Aufstiegsprozess unseres Planeten sind und wir die „alte“ Welt verlassen. Dass dadurch heftige Auflösungsprozesse stattfinden und aktuell auch noch ein deftiges Maya-Jahr (BLAUER STURM) mithilft. Ok, wir wissen das! Doch wie bewältigt man parallel dazu seinen Alltag?, begleitet gestresste Kinder beim Erwachsen-werden?, geht mit inneren und äußeren Konfliktherden um die stagnieren?! Ich möchte Euch heute ein paar ganz einfache aber sehr wirksame Werkzeuge an die Hand geben. Ich gebe zu, dass wir trotzdem eine gewisse Stärke, Ausdauer und Motivation benötigen um sie zu nutzen, doch es lohnt sich wirklich. Es sind eigentlich Grundthemen, die nun unersetzlich sind!

*) Ab sofort ist Euer Fokus FRIEDEN und nicht Liebe! Dort wo *Ihr* seid, herrscht Frieden, weil *Ihr* das bestimmt. (Liebe entsteht automatisch daraus!)

*) Eure innere RUHE + DISTANZ zu den äußeren Ereignissen ist heilig! So bleibt *Ihr* in jeder Stresssituation handlungsfähig und könnt sie abfedern. Also baut sie bewusst durch tiefes und langsames Ausatmen, während des Tages immer wieder auf.

*) Versucht nicht schneller als die Zeit zu sein, sondern arbeitet gleichmäßig mit regenerierenden Pausen, wann es nötig ist. Sonst werden die Zeitlücken automatisch mit Zusatzaufgaben oder Komplikationen gefüllt. Es gibt *keine* freie Zeit, nur Zeit-Fluss!

*) Nehmt die Rollen, die andere Euch zuteilen nicht an. Bleibt in Eurer Präsenz, Frequenz und Eurem intuitiven Weg. Bestimmt das für Euch!

*) Seid wachsam wenn sich Probleme auftun und forscht sofort nach *warum!* Ob *Ihr* grundsätzlich etwas ändern solltet oder sich bessere Lösungen als bisher anbieten. Und *seid bereit* für Änderungen!

*) Zusätzliche Baustellen, die sich in den Vordergrund drängen (speziell die, die aufgeschoben waren) bitte raschest angehen, selbst wenn dadurch anderorts Verzögerungen entstehen! Sie können jetzt ratzfatz erledigt werden.

*) Es kann Vieles bearbeitet werden, jedoch nicht abschließbar sein. Derzeit entwickeln sich Projekte nur schrittweise, oft mit Anpassungen dazwischen die zu akzeptieren sind! Das ist völlig normal, nicht Euer Unvermögen, sondern eine Zeiterscheinung.

*) Auch in Beziehungen dem Wandlungsprozess, Konflikt-Situationen, neuen Wegen Raum geben, also *keine* voreiligen Entscheidungen treffen. Ein Ende zB fühlt sich ruhig, friedlich, stimmig und klar an. Alles davor ist emotionale Heilungsarbeit für Euch selbst.

Ich wünsche Euch viel Erfolg und Zentriertheit, Eure KAMIRA
(www.lichtkraft.com)





Der Aufstieg der Erde - und - Die Rückkehr der GöttInnen

Wir alle spüren es, große Dinge schreiten voran, immer mehr (Un-)Wahrheiten drängen ans Licht, die alten Systeme funktionieren nicht mehr, die politische Landschaft rutscht ins Lächerliche ab. Wir fühlen, wir wollen uns wappnen, Plan B's vorbereiten, vernetzen, gut informieren, soweit wie möglich unabhängig werden. „Verschwörungstheorien“ vermischen sich mit bestätigenden Ereignissen. Regelmäßig nach ein paar Monaten werden andere „Angst-Themen“ geschürt, weil sie die Bevölkerung seit C19 immer schneller relativiert und ausbricht. Wir haben uns förmlich Routine erarbeitet, Manipulationen rascher zu durchschauen. Schrittweise finden wir in diesem Tumult innere Ruhe, Abstand, und Gleichgewicht, obwohl das vor ein paar Jahren unmöglich gewesen wäre. Was ist mit uns geschehen?

Vielleicht erinnert Ihr Euch, noch vor ca. 5 Jahren haben wir uns redlich bemüht, uns geistig zu entwickeln, spirituelle Praxis maximal in unseren Alltag zu integrieren. Manchmal so intensiv, dass wir uns zu wenig geerdet erlebt haben. Wollten möglichst schnell unseren irdischen Herausforderungen entfliehen, in jene friedlichen lichten Sphären, wo wir uns zugehörig fühlten. Jedoch seit ca. 2019 (= Start der 13-jährigen WEISSEN MAGIER-Welle!) haben uns die unterschiedlichsten Existenzprobleme auf den Boden der Tatsachen geholt. Wir setzen uns nun täglich dafür ein, unser Leben in geordneten Bahnen zu halten oder wieder zu bringen. Wir erkennen aber auch, dass unsere gereifte Weisheit, körperlich wie mental, emotional und geistig, unser wichtigster Guide geworden ist. Dass wir so gut wie keinen Raum und Lust für Flucht in Fantasiewelten mehr verspüren.

UND DAS IST GUT UND RICHTIG SO! Wir haben verstanden, dass uns unsere GÖTTLICHE LICHT-NATUR *die* Welt erschaffen hilft, die wir in der Ferne suchten. Dass wir unsere angeborene SCHÖPFERKRAFT zu nutzen haben, damit Frieden in unseren Alltag einkehrt. Dass wir mit unserem physischen Körper das Gefäß und Werkzeug sind, diesen Planeten zu erheben! *Wir* sind die Mächtigen und wir sind bereits *hier*! Wir sind nicht auf der Durchreise, sondern die Dunkelheit war nur auf Zeit geduldet und hat sich nun zurückziehen. Denn die Erde ist *unser* Zuhause.

Ich wünsche Euch stärkendes Licht-Erwachen, Eure KAMIRA
(www.lichtkraft.com)





Winter
Der Baum
der
mir
in heißen Stunden
Schatten
spendet
hat
seine Blätter
verloren

Doch
nun
sehe ich
den Himmel

Karl A. Immervoll



SO eine Omi werd ich nie.....

In meiner Erinnerung sind meine Omis mütterliche Frauen, mit schneeweißen Haaren. Immer etwas rundlich und mit Kleiderschürze, um das gute Gewand zu schützen. Im Gemüsegarten wurde angebaut, was zum täglichen Leben benötigt wurde. Der Gang zum Friedhof war ein wöchentliches Ritual, Blumenschmuck gießen und Kerzerl anzünden. Als Kind verbrachte ich meine Ferien bei Oma am Land. Mein Opa hat eine einfache Holzschaukel im Schuppen aufgebaut, auf der ich oft stundenlang saß. Mittags wurde gekocht, was gerade reif war, und es schmeckte mir. Sonntags gab es Schnitzel mit Erdäpfelsalat, da durfte ich mithelfen und Erdäpfel schälen. Manchmal holte ich mir auch ein Eis um 1 Schilling beim Bäcker.

So vergingen die Jahre, ich wurde erwachsen und besuchte meine Oma, sooft es meine Zeit erlaubte.

Mittlerweile bin ich verheiratet, habe selbst zwei Kinder, die mich bereits zur Omi machten. Ich liebe meine zwei Enkelbuben und freu mich immer, wenn sie mich besuchen.

Nur die Zeiten haben sich halt geändert.

Obwohl ich auch meinen Gemüsegarten habe, Kleiderschürzen trag ich nicht, auch von weißen Haaren bin ich noch weit entfernt. Meine Hobbies sind Volkstanzen und Line dance, das hält mich fit.

Es sind halt andere Zeiten als früher, vielleicht bin ich halt eine moderne Omi.

Bis bald eure Hedy



B r a c o 2025: Live Termine & Live Online-Begegnungen (Live Streaming) siehe Webseite: www.braco.me
B r a c o wurde 2012 als ausgewählter Gast bei den Vereinten Nationen in New York mit dem Peace Pole Symbol ausgezeichnet. Es gilt als das bedeutendste internationale Friedenssymbol, gleichstehend für den Satz **»Möge Frieden auf der Erde herrschen«.**



Der Traum vom Frieden zwischen Mensch und Tier

Wer den US-amerikanischen Maler Edward Hicks in eine Suchmaschine eingibt und dann „Bilder“ anklickt, staunt nicht schlecht: Es scheint, als kreise sein Werk immer um dasselbe Thema. Es sind paradiesische Naturbilder, in denen Mensch und Tier friedlich vereint sind.

Hicks war Quäker und Prediger dieser pazifistisch gesinnten Gemeinschaft. Er wollte in einer Zeit, in der nicht nur die Ausbeutung der Natur auf seinem Kontinent fortschritt, sondern auch blutige Schlachten zwischen weißen Siedlern

und der indigenen Bevölkerung Nordamerikas tobten, wohl auch mit seinen Bildern predigen. Ausgangspunkt vieler seiner Werke war das 11. Kapitel aus dem Buch Jesaja, die Beschreibung eines „messianischen Friedensreiches“:

Dann wohnt der Wolf beim Lamm, / der Panther liegt beim Böcklein. Kalb und Löwe weiden zusammen, / ein kleiner Knabe kann sie hüten. (...)

Der Löwe frisst Stroh wie das Rind. Der Säugling spielt vor dem Schlupfloch der Natter (...)

Man tut nichts Böses mehr / und begeht kein Verbrechen / auf meinem ganzen heiligen Berg... (Jesaja 11,6-9)

Doch klingen die bildhaften Beschreibungen vom Frieden zwischen Mensch und Tier sowie den Tieren untereinander nicht reichlich naiv und unrealistisch?

Die berühmte Vision aus dem 8. Jahrhundert v. Chr. ist Gegenstand ausführlicher Diskussionen. Zum einen gab es die Tendenz, Tiere aus diesem Text ganz auszuradiieren.



Sie seien bloß Metaphern für Menschen oder ganze Völker, keinesfalls seien Tiere selbst gemeint. Diese Position ist unter Fachleuten heute weitgehend überwunden.

Zum anderen werden dem Text reale Aspekte zugestanden, die freilich überspitzt werden. Es geht dabei um die Heilung der bestehenden Welt. Das gemeinsame Auftreten von Mensch und

Tier weist auf die Wiederherstellung der vom Menschen zerstörten Schöpfungsordnung hin. Die Rückkehr zum Paradies – eine menschliche Ursehnsucht. Doch der Text weist nicht in die Vergangenheit, sondern in die Zukunft: Durch die märchenhaft anmutenden Bilder wird der Kontrast zur bestehenden Welt schmerzlich klar. Die Vision des Jesaja möchte aufzeigen, was Friede wirklich ist und dass das Böse in der Welt überwunden werden will und kann.



Seine Verheißung macht deutlich, was die Ursache für die bestehende Unordnung ist: „Man tut nichts Böses / und begeht kein Verbrechen...“ Im Alten Orient sah man einen Zusammenhang zwischen weiser Führung und Harmonie in bzw. mit der Natur. Wie aktuell dieses Motiv angesichts einer drohenden Klimakatastrophe oder durch unnatürliche Massentierhaltung verursachte Pandemien doch ist! Was, wenn das millionenfache Abschlachten auf uns zurückfällt? Der russische Schriftsteller Leo Tolstoj formulierte es so: „Solange es Schlachthöfe gibt, wird es auch Schlachtfelder geben.“

Literaturwissenschaftlich betrachtet ist Jesajas Vision eine Utopie. „Utopie“, aus dem Griechischen stammend, heißt wörtlich übersetzt „kein Ort“, es geht also um ersehnte Verhältnisse, die auf der Welt – noch – keinen Platz gefunden haben. Oscar Wilde hat Utopie sehr treffend charakterisiert: „Eine Weltkarte, die das Land Utopia nicht enthielte, wäre es nicht wert, dass man einen Blick auf sie wirft, denn in ihr fehlt das einzige Land, in dem die Menschheit immer landet.“

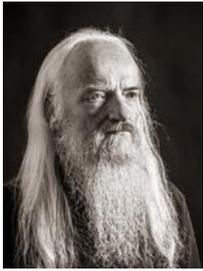
Mag. Kurt Neumeyr,
Religionspädagoge

AKTION KIRCHE UND TIERE



Unterrichtsmaterial, Literatur,
Tiersegnungen u.v.m.

www.akut.webador.at



Neu Sehen lernen

Astrologie

Die *Sternenkunde* ist ein alter Weg der Erkenntnis. Im Gegensatz zur Meinung aufgeklärter Zeitgenoss*innen kann sie heutzutage ebenso gültige Ergebnisse liefern wie schon seit Jahrtausenden. Sie ist kein Zeitvertreib und kein Mittel zur Unterhaltung neugieriger Leute. Sie ist nicht trivial und war lange als die Mutter aller Wissenschaften anerkannt. Entsprechend vielfältig und zahlreich sind ihre Methoden je nach Anwendungsgebiet. Hunderte Jahre hindurch waren astrologische Kenntnisse nötig um als Arzt arbeiten zu dürfen. Es war undenkbar, dass jemand Medizin praktizierte ohne etwas von Astrologie zu verstehen. Christoph Columbus, der offensichtlich genug wusste um selbst Horoskope zu berechnen (wir kennen seine Logbücher), wartete am 3. August 1492 drei Stunden ab bevor er in See stechen ließ um eine günstigere Zeitqualität zu nutzen. Dann wurde Amerika entdeckt.

Der offensichtliche Sinn der Astrologie ist die Vorhersage. Das war schon immer so und hat auch heute Gültigkeit. Welchen Charakter ein Neugeborenes hat, ist gut zu wissen um das eigene Verhalten darauf einstellen zu können und das Kind nicht in eine Rolle zu drängen, der es nicht entsprechen kann. Ein musischer Mensch ist kein guter Buchhalter, eine marsbetonte Kämpferin keine Mediatorin. Auch auszusäen, wenn mehrere Wochen Trockenheit bevorstehen, war noch nie eine gute Idee, auf Abenteuerurlaub zu gehen, wenn die Zeitqualität Lebensgefahr anzeigt, ebenfalls nicht. Wenn's nicht sein muss, werden sich bewusst nur die „aufgeklärtesten“ Leute (für die weder altes Wissen, noch menschliche Erfahrung zählt) bei Vollmond einer größeren Operation unterziehen. Niemand möchte ein Unternehmen gründen, dem der vorzeitige Untergang schon in die Wiege gelegt ist. Für gefährliche Reisen möchte man wenigstens dafür günstige Zeitumstände wählen. Glücklicherweise kann die Astrologie helfen, *die Segel zu setzen, wenn der Wind günstig weht.*

Von einer weniger weltlichen Warte aus betrachtet kann sie lehren, dass buchstäblich alles mit allem verbunden ist. Manches sehr eng, so dass es jedem Menschen selbstverständlich erscheint, manches lockerer. Sie zeigt, dass alle Dinge und alle Wesen von einer einzigen großen Ordnung umfasst werden, dass jeder Mensch eingebunden ist



„Prager Karlsbrücke #8403“

in das gesamte Universum und sich nicht nur die Planeten unseres Sonnensystems, sondern sogar Fixsterne fernster Galaxien mit ihm in Resonanz befinden. Niemand ist ein unabhängiges, abgeschlossenes Objekt, alle sind in Wechselwirkung; die Grenzen zwischen Mensch und Welt, auch zwischen Menschen untereinander sind fließend. Das gefällt in unserer egomanischen Zeit vielen nicht. Sie wären gerne selbst Urheber ihres Erfolges und nicht einfach nur das, *was das Universum an diesem Ort zu dieser Zeit tut.* (Alan Watts)

Die Astrologie ist die Wissenschaft – oder besser: *die Kunst* – die Zeit zu verstehen. Und woher kommt denn die Zeit? – Vom Himmel natürlich, von der Sonne, die Tag und Nacht bewirkt und Sommer und Winter. Und vom anderen Licht, dem Mond, besser: der *Frau* Mond, die Ebbe und Flut bewirkt und Zyklus und Fruchtbarkeit der Frauen bestimmt. Und von den Planeten, die wiederum andere Rhythmen und andere Zeiten anzeigen. Zum Beispiel den 20-jährige Zyklus der Jupiter-Saturn-Konjunktionen, der wiederkehrenden *conjunctio aurea* (Johannes Kepler), von alters her mit dem Wechsel der Herrschaft und anderen allgemein gesellschaftlich relevanten Zeiträumen wie Kriegen oder beispielsweise Auswirkungen von Erfindungen in Verbindung gebracht.

Warum kann man mittels Astrologie Voraussagen machen? – Weil die Bewegungen der sichtbaren Himmelskörper dem selben Sinn folgen wie das Leben der Menschen. Weil die Gesetze, denen sie folgen, die selben sind, denen wir folgen. (Ob wir das nun wissen und wollen oder nicht, ist dabei ziemlich belanglos.) Und weil nicht nur jeder Anfang das jeweils ganze Geschehen in sich trägt und dadurch beispielsweise das ganze Leben eines Menschen durch ein Geburtshoroskop als Beginn des relativ eigenständigen Lebens dargestellt werden kann, sondern auch weil man die Bewegungen der Planeten vorherberechnen kann, kann man Voraussagen erstellen, und auf diese Weise zum Beispiel günstige Zeiten für ein Vorhaben wählen. – Aber warum sind Vorhersagungen manchmal falsch? – Weil die zu beachtenden Zyklen sehr viele sind, weil die Symbole, die Signifikatoren, nicht so eindeutig sind, wie man sich das vielleicht wünschen würde, weil man aus der Fülle der Anzeichen auswählen muss, manches beachten, manches negieren, und weil man dabei leicht in die Irre gehen kann. Die Astrologie mag unfehlbar sein, die Astrolog*innen sind es nicht. Das ist ja auch nichts Ungewöhnliches: Jeder Arzt und jede Wettervorhersage gehen hin und wieder fehl in ihren Prognosen, ihrem „Vorwissen“. Seltsamerweise wird das toleriert, während es gegen Astrologie oft genug hämisch ins Treffen geführt wird. Aber so wie medizinische und Wetterprognosen nicht völlig nutzlos sind, ist es eben auch die astrologische Prognose nicht.

Andererseits, wer will schon die Zukunft wissen? Die Leute wollen sie lieber manipulieren, nach ihrem Willen gestalten. Viel öfter wird also gefragt, wie ein bestimmtes Ziel erreicht werden könnte. Doch so läuft der Hase einfach nicht. Wem es nicht bestimmt ist, im Lotto zu gewinnen, wird auch mit Astrologie keinen Sechser erreichen, aber er kann erfahren, dass das für ihn gar nicht vorgesehen ist. Und viel wichtiger: wie er seine finanziellen Probleme in den Griff und noch besser, wo und wie er denn sein Glück finden könne. Astrologie ist also praktische Lebenshilfe, sollte es zumindest sein und nicht vage Allgemeinplätze von sich geben.

Die Stundenastrologie ist wohl der Zweig der Kunst, der dem am nächsten kommt. Aus dem Geburtshoroskop ist nicht zu ersehen, wo mein Autoschlüssel oder der Kater geblieben ist, ob ich die Arbeitsstelle erhalten werden und der Lohn gut sein wird oder unterdurchschnittlich, ob der Gebrauchtwagen möglicherweise versteckte Mängel hat oder nicht. Ob während der lange ersehnten Fernreise die Sonne scheinen wird oder gefährliche Stürme das Weiterreisen verunmöglichen werden. Das aber kann die so genannte Stunden- oder Frageastrologie.

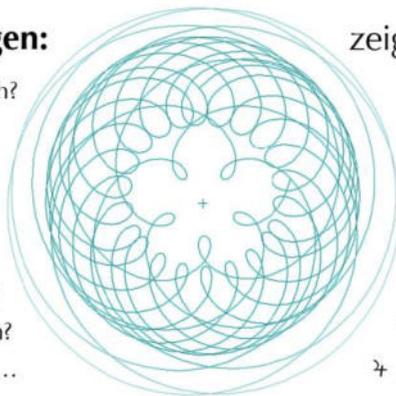
Auch Elektionen haben sehr praktischen Nutzen: Die beste Zeit für eine Unternehmung zu wählen bedeutet, „die Segel zu setzen, wenn der Wind günstig weht“. Es wird berichtet, dass der Prager Kaiser Karel IV. höchstwahrscheinlich kein Gebäude ohne Elektionshoroskop errichten ließ. Jede Krönung wurde selbstverständlich nach der gewünschten Zeitqualität vorgenommen um eine erfolgreiche und gute Regierungszeit zu begünstigen. (Erheiternd ist es dagegen, sich das Horoskop zur letzten Österreichischen Nationalratswahl anzusehen. Keine Astrologin und auch kein Astrologe hätte diesen Wahltermin empfohlen, außer vielleicht um der noch amtierenden Regierung möglichst stark zu schaden.) Noch immer lassen sich heiratswillige Paare die günstigste Zeit für den Beginn ihrer Ehe astrologisch berechnen, denn „jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ (Hermann Hesse). Oft ist es ratsam, sich vor wichtigen Bewerbungen zu vergewissern, dass „die Sterne gut stehen“ für die wohlwollende Aufnahme seines Begehrens. Wer seinem Instinkt vertrauen kann, wird die deutlichsten Zeichen selbst spüren und sich hoffentlich auch nach ihnen richten, wer nicht, für den kann die traditionelle Astrologie Klarheit ermöglichen.

Autor: Subhash · ☎♦◊□@subhash.at · <https://astro.subhash.at>

TRADITIONELLE ASTROLOGIE

beantwortet Fragen:

- ☒ Lebt meine Katze noch?
- ☒ Ist er der Richtige?
- ☒ Wo sind unsere Schlüssel?
- ☒ Werde ich den Job bekommen?
- ☒ Die Wohnung kaufen?
- ☒ Werden wir gewinnen?
- ☒ ... und viele andere ...



zeigt beste Zeiten für

- ☒ Geschäftseröffnungen
- ☒ Urlaub & Fernreisen
- ☒ Operationen
- ☒ Hochzeiten & Feste
- ☒ Bewerbungen
- ☒ Firmengründungen
- ☒ Grundsteinlegungen
- ☒ ... und vieles mehr ...

SUBHASH Tel.: 0681/81 51 1006 **Signal:** Subhash.24 **Telegram:** @subhash_at
Weitere Information (Internet): <https://astro.subhash.at> **eMail:** astro@subhash.at

Ferien ohne Handicap



Gemeinsam Ferien schenken!

Ferien ohne Handicap ermöglicht, bereits seit mehr als einem Jahrzehnt, Kindern und jungen Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen unvergessliche Auszeiten vom Alltag – und schenkt gleichzeitig ihren Familien eine wohlverdiente Pause.



Doch jetzt steht **Ferien ohne Handicap** vor einer großen Herausforderung. Unsere finanziellen Mittel reichen nicht mehr aus, um alle Anfragen und Bedürfnisse zu decken. **Ohne Ihre Unterstützung können wir nicht mehr so vielen Kindern mit Behinderungen diese wertvollen Momente der Freude und Leichtigkeit ermöglichen.**

Stellen Sie sich vor, wie ein Kind, das jeden Tag mit Einschränkungen kämpft, unbeschwert lacht, neue Freundschaften schließt und das Leben in vollen Zügen genießt – das ist es, was Ihre Spende bewirken kann. **Bitte helfen Sie uns, diese besonderen Ferien weiterhin zu schenken – für die Kinder, ihre Familien und eine Zukunft voller Lichtblicke.**



<https://www.ferienohnehandicap.at/>

SPENDENKONTO:

Raiffeisenbank Waidhofen/Thaya
IBAN: AT89 3290 4000 0101 0230

BIC: RLNWATWWWTH

Verwendungszweck: Spende, Name, Geburtsdatum





Ohne Wald kein Leben

Vor mehr als 3,5 Milliarden Jahren entwickelte sich das Leben auf der Erde. Erst vor sechs Millionen Jahren begann die Entwicklung des Menschen.

Das heißt: Wenn die gesamte Erde 24 Stunden alt wäre, würde der moderne Mensch erst zwei Minuten vor Mitternacht auftauchen.

Bis vor wenigen Sekunden noch vor Mitternacht in unserem Beispiel, haben wir, die Waldvölker Europas: Kelten, Germanen, Balten und Slawen im Wald gelebt.

Demzufolge ist für unsere Gesundheit und Bestand des Menschen der Wald mit seinen Heilpflanzen, essbaren Wildkräutern und vor allem so wichtigen Botenstoffen der wichtigste Baustein!

In Japan haben Studien ergeben, dass der Aufenthalt von Menschen im Wald von nur 3 Stunden im Blut noch 1 Woche später nachzuweisen ist und das Immunsystem gestärkt wird. Bist du 3 Tage im Wald, stellst du das im Blut noch 1 Monat später fest.

Im Japan werden daher Krankenhäuser, Rehakliniken usw. in Waldgebieten gebaut, um den Nutzen des Waldes für unsere Gesundheit sicher zu stellen, die Heilerfolge zu fördern.

Die Urwälder auf der Erde sind seit ich geboren bin, auf kleine Inseln zusammengeschnitten. Sehe ich mir die Bewaldung des Waldviertels vor 50 Jahren, vor 100 Jahren, vor 200 Jahren an, sieht die Bilanz auch nicht besser aus.

Vor rund 250 Jahren ist Maria Theresia, (13. Mai 1717 Wien, † 29. November 1780 Wien, Erzherzogin von Österreich, Königin von Böhmen und Ungarn) von Schloss Schönbrunn im dichten Wald zur Burg im ersten Bezirk mit der Kutsche gefahren. Fährst du heute mit der U-Bahn von Schloss Schönbrunn zur Burg in den ersten Bezirk findest du eine Asphalt-Beton-Häuserlandschaft vor.

Die Restbestände von Wald in Industriegebiet umzuwidmen mit der Begründung, es werden ja eh Ersatzpflanzungen getätigt, der Wald wird größer..., kann und will ich nicht mehr hören.

Fakt ist, dass durchschnittlich pro Jahr 13 Millionen Hektar (130 000 km²) Wald verschwindet. Das ist eine Fläche zum Vorstellen von 360 Kilometer mal 360 Kilometer.

Das bedeutet, dass jährlich eine Fläche Wald in der **Größe wie Österreich und Schweiz zusammen von der Erde-Landkarte verschwindet**. Sehe ich mir einen Atlas von meiner Kindheit und einen neuen Atlas jetzt an ist das klar zu erkennen. Wo sind die Ersatzpflanzungen, die neuen Wälder als Gegengewicht? **ES GIBT KEINE!** Aus diesen Gründen trete ich vehement gegen die Umwidmung von Wald in Industriezonen ein. Es ist nicht akzeptabel, dass Windkraftanlagen in den Wald gestellt werden.

Es ist nicht akzeptabel, dass Ackerbaufläche für Nahrung mit Photovoltaikanlagen zugestrichelt werden. Es ist nicht akzeptabel, das Nahrungsmittel nicht zum Essen angebaut werden, sondern zur Stromerzeugung.

Wir sitzen auf einem Ast und sägen an diesen so intensiv wie nie zuvor!

Autor: Norbert O. M. Feilhaber



Aus-Weiterbildung LICHTARBEITER*IN
GEISTIGE HEILWEISEN

Energetische Naturheilpraxis

Qigong - Yoga, Meditation, LWS-Training

Norbert O. M. Feilhaber,

Info: 43 (0) 680/12 52 223,

Mail: n.feilhaber@gmail.com

<http://www.ganzheitliche-energetik.at>



Glückscode: CXAMXCH -10% Preisvorteil !! Glückscode gültig für die ersten beiden Online-Bestellungen

<http://www.hollervulkan.at>; +43 (0) 664 / 99 1 99 99



Erfahrungsbericht Arthrose

Eines Tages war es soweit. Es ging nicht mehr. Es ging gar nichts mehr. Jeder Schritt schmerzte in den Knien. Und das, wo wir doch einen jungen lustigen lebendigen Hund bekommen hatten! Einen, der sich viel, viel bewegen wollte! Ich heulte, doch was nutzte mein Weinen? Steht eine Operation ins Haus?

Eine gute Freundin borgte mir das Buch: „Die Arthrose-Lüge“ von Roland Liebscher-Bracht und Dr. Med. Petra Bracht. Und das brachte eine völlig neue Sichtweise auf meine Herausforderung.

Laut Liebscher und Bracht ist der Schmerz ein Alarmschmerz infolge zu großer Spannung der Muskeln. Mit Übungen können die Schmerzen beseitigt und die Arthrose gestoppt werden. In dem Buch sind viele Übungen, gute Erklärungen und im Internet finden sich auch viele gut fundierte Filme.

Ich fand eine sehr nette Therapeutin, die in dieser Methode ausgebildet war und schon nach der ersten Sitzung hatte ich um die Hälfte Schmerzen. Zu Hause galt es üben, üben, üben. Mit Hilfe von Faszienrollen, viel Wasser trinken, Jin Shin Jyutsu (Heilende Berührung) und 2 weiteren Sitzungen war ich völlig schmerzfrei!

Mein Leben konnte neu beginnen! Mit dem lustigen fröhlichen Hund an meiner Seite.

Danke Roland Liebscher- Bracht und Dr. Med. Petra Bracht und meiner wunderbaren Frau Eveline D. aus Groß Weikersdorf!

Autorin: Elisabeth Susanna

Buchempfehlung:

„**Die Arthrose-Lüge**“ Roland Liebscher- Bracht und Dr. Med. Petra Bracht
(Verlag Mosaik)

„**4 Blutgruppen-4 Strategien für ein gesundes Leben**“ Dr. Peter J. D Ádamo mit Catherine Whitney (Verlag Piper)

„**Heilende Berührung-** Körper, Seele und Geist mit Jin Shin Jyutsu behandeln“ Alice Burmeister und Tom Monte (Verlag MensSana)

15 Jahre

Kornkreis Museum in Kematen bei Amstetten.

Es werden 100 Kornkreis Muster in Großformat präsentiert. Führung nach telefonischer Vereinbarung.
0650 / 99 36 558, Heidi und Franz Grissenberger

18 Sunnseitn



Märchen



Das kranke Häschen

Es war einmal ein kleines Häschen, das war sooooooooooooooooooooo krank, so richtig krank. Die Tiere des Waldes und die Tiere des Feldes besuchten das Häschen und brachten ihm die heilsamsten Kräuter, Moor Erde, Sonnenstrahlen und kuschelten viel mit ihm.

Doch nichts half auf längere Zeit. Das Häschen blieb und blieb krank. Die Tiere wussten sich keinen Rat mehr und liefen auch schon ganz traurig durch die Gegend.

Einmal war es besonders schlimm und das Häschen seufzte und seufzte und stöhnte und stöhnte, alles tat ihm weh.

Auf einmal hielt es inne. Was war das? Was war da neben ihm? Völlig unbemerkt war aus einem Sonnenblumenkern, die ihm Opa Eichhörnchen mitgebracht hatte, ein kleines Keimblatt aufgegangen.



Das Häschen staunte. Es vergaß seine Schmerzen und Kummer und verfolgt nun täglich den Fortschritt der kleinen Sonnenblume.



Inzwischen war es Sommer geworden und die Tiere kamen und bestaunten das fröhliche Häschen und die Sonnenblume, die jeden Tag ihren Kopf Richtung Sonne wandte.

Das Häschen liebte die Blume und liebte das Leben, überhaupt liebte es alles- die Tiere des Waldes und die Tiere des Feldes.

So geschah es, dass aus einem kranken kleinen Häschen ein dankbares Hasenweibchen wurde, eingebettet in Mutter Natur.

Und wie es so ist, bekam das Hasenweibchen im Frühjahr viele kleine Häschen, denen sie ihre Lebensgeschichte weitergab.

Illustration: Margit Handler
Erzählerin: Elisabeth Susanna





Grander Wasserbelebung

Ich, Fritz und meine Frau Melitta sind Naturliebhaber mit Herz ♥ & Seele und leben in unserem Naturparadies in der Nähe von Zwettl im wunderschönen Waldviertel.

Vor allem das Thema Wasser 💧 und die GRANDERWasserbelebung ist bei uns allgegenwertig.

Daher ist es auch nicht verwunderlich das ich seit fast 30 Jahren ein Vertriebs-Urgestein für @GRANDER Wasser im Waldviertel bin.

👉 SANOMAG – Für mehr Wohlbefinden durch natürlichen Magnetismus. Der SANOMAG schützt bei Elektromog, Wasseradern, geologischen Störzonen und mehr. Als zertifiziertes Medizinprodukt, hilft der SANOMAG® hervorragend bei der Therapie von unterschiedlichen Beschwerden.

Autor: Fritz Hölzl

Nähere Informationen? Melde dich.

0664 2301526 oder f.hoelzl@grandervertrieb.at



GLASBAU
STEINE Ertl

TRANSPARENZ UND STARKE TECHNIK

www.glasbausteine.at

Eichen und deren Fruchtkörper als wichtige Nahrungsquelle

Die Eiche: gehört zur Familie der Buchengewächse. Es gibt zwei Arten: die Stieleiche und die Traubeneiche. Wobei es auch schon Exoten gibt, und deren Fruchtkörper verwendbar ist. Alte Bäume geben uns das Gefühl von Schutz und Geborgenheit und zusätzlich ist der Fruchtkörper der Eiche ein sehr guter Teil am Speiseplan.

-macht basisch, enthält Vitamine und Spurenelemente. Wenn der Fruchtkörper in einem Stadium des Ankeimens ist, werden durch die Umwandlung in Fruchtkörper noch mehrere Mineralien freigesetzt (ähnlich wie beim Getreide)

Inhaltsstoffe: Ungesättigte Fettsäuren, Vitamin B, sie sind ähnlich wie Nüsse, kalorienreich, proteinreich, ungesättigte Fettsäuren, gesunde Kohlenhydrate, sind sehr sättigend, der Heißhunger auf Süßes wird etwas gebremst.

Dem Menschen bekommen die Eicheln in seiner natürlichen Form nicht gut (Gerbstoffe). Darum müssen sie gewässert werden für den Genuss. EICHELN SIND IM ROHEN ZUSTAND FÜR DEN MENSCHEN NICHT GEEIGNET. Sie bestehen aus ca. 36% Stärke, ca. 3,3 % Eiweiß und ca. 3,1 % Fett.

Der Fruchtkörper der Eiche ist schon seit Jahrtausenden ein sehr wichtiger Teil am Speiseplan. Es gibt heute immer noch Gebiete an denen die Menschen die Eichen sehr behüten und dankbar sind für die Eicheln, die sie ihnen für den täglichen Speiseplan schenken. Indigene Völker und große Teile des ehemaligen Ostblocks.

Sammeln: Von Mitte Oktober bis Mitte November.

Vorbereiten: Eine kleine Menge Eicheln in heißes Wasser geben (schlechte steigen auf und können leicht entfernt werden). Wenn keine Luftblasen mehr aufsteigen, kann man mit dem Aufschneiden beginnen und Schale und Haut abziehen, halbieren. Ist die gewünschte Menge erreicht, werden sie gewässert im warmen Wasser (öfters etwas bewegen, das Wasser alle 1-2 Stunden wechseln). Das Ganze solange fortan machen, bis das Wasser rein ist. Dann sind sie bereit für die Weiterverarbeitung für den Menschen.

ACHTUNG- NICHT FÜR HUNDE UND KATZEN GEEIGNET-VERGIFTUNG!

Eicheln können durch den Fleischwolf faschiert werden, generell als Fleischersatz verwendet werden. Getrocknet und IMMER frisch vermahlen werden für Brot, Gebäck, Aufstriche. Sei es süß oder pikant, Desserts, Kekse oder der bekannte Eichelkaffe.

ÜBRIGENS: Eichelmehl verdirbt sehr schnell- darum: in der Frische liegt die Kraft!

Wandelt eure eigenen Rezepte um! Eichelmehl hat keinen Kleber, genauso wie die Nüsse. Beim Brot (Mischung) maximal 50/50, bei Dinkelvollkornmehl: 70/30. Eichelmehl, Sauerteig oder Weinsteinbackpulver. Macht eure eigenen Kreationen, das macht Spaß und Freude mit der Kraft der Eicheln.

Herzlichst
Eure Autorin aus dem Waldviertel



Wie die Katze zur „Trauerbegleiterin“ wurde....

Eine wahre Begebenheit vom Jahr 2022, als mein Vater (62. J.) völlig überraschend und unerwartet auf unserem Bauernhof gestorben ist....

Man glaubt, die Welt bleibt stehen und viele Fragen sind von einem auf den anderen Moment da... ein paar wenige davon waren unter

anderem:

Warum hatte mein Vater seine Lesebrille draußen auf, als er gestorben ist?

Wo soll seine Urne begraben werden?

Welcher Gedenk-Stein soll an „seinem Platz“ sein?

Wer soll aller bei seiner Verabschiedung dabei sein?

Als ich kurz nach der traurigen Nachricht nach Hause kam und in unserem Stadel gehe, war sie da, die „Katze Lina“, die normalerweise IMMER sofort gelaufen kommt, wenn sie einem sieht, miaute sie an diesem Tag unter dem alten Mähwerk hervor, miaute und miaute, bis ich sie auf einem Zettel sitzen sah, es war der Zettel, vom Wind verweht, den ich meinem Papa geschrieben hatte, was er alles bei meinen Tieren zu versorgen hat, während wir im Urlaub sind. Da war für mich das erste „Rätsel gelöst“. Ja genau, mein Papa hatte die Brille auf, damit er den Zettel lesen konnte, und er hat sich „sanft“ auf den Boden gelegt, und verstarb, sonst wäre die Brille von einem evt. Sturz ect. beschädigt gewesen. Es gibt einen schon ein Stück „inneren Frieden“, wenn man weiß, es ist „sanft“ gewesen,....

Kurze Zeit später gehe ich zu meinen Pferden, nachdenklich, traurig und im „Wo ist wohl der Schönste Platz für Papas Urne“- Gedanke. Ich folgte Lina, der Katze, sie sitzt auf unseren geschlichteten Altholzstämmen. Dann stand ich da, streichle der Katze übers Fell und dann kamen plötzlich die Erinnerungsworte in mir hoch: „Das ist ein schöner Platz. Da ist es so schön geschützt von den 3 Kirschenbäumen.“ – Papas Worte, die ich das Jahr zuvor hörte, als er genau dort seinen damals verstorbenen Hund begraben wollte... „Rücken wir ein bisschen mehr rüber, ich weiß noch nicht was wir da noch alles machen werden.“, war damals meine Antwort. All diese Gedanken und Worte meines Vaters sind in diesem Moment in meinem Kopf. Ich wollte mich auf einen Altholzstamm setzen, als plötzlich einer dieser Stämme zu Boden fällt. Eine Entscheidung konnte so wieder einfacher getroffen werden. Die Ruhestätte für meinen Papa befindet sich heute genau unter den 3 schützenden Kirschbäumen. Es war für die ganze Familie der „perfekte“ Platz.... Sofern es für solchen Anlass etwas „perfektes“ je geben kann...

Das Altholz wurde weggeräumt und am Tag darauf sitze ich wiederum an diesem zukünftigen besonderen Ort und mein innerer Wunsch wurde visualisiert, einen schönen Gedenkstein bereits bei der Verabschiedung fertig zu haben ...mich zog es zu unserem Steinhafen, wo die restlichen Steine unseres alten abgerissenen Hauses liegen. Und da liegt sie wieder....die Katze Lina sie liegt genau auf DEN Stein. Jener Stein der heute die Ruhestätte von Papa schmückt.



Und als ich dann die Paten an unsere Nachbarn verteilte, begleitete mich die Katze Lina auf Schritt und Tritt. Fast wie ein Hund der artig Beifuß geht. Das war für mich eine kleine „innere“ Bestätigung, dass es der „richtige“ Weg ist den wir gemeinsam als Familie gegangen sind....

Für die einen ist es „nur eine Katze“, für mich war (und ist) sie in dieser besonderen, schweren, und doch auch ein wenig bereichernde Zeit eine wirkliche „tiergestützte Hilfe“. Natürlich neben all meinen anderen wichtigen sozialen Kontakten. Ich bin dankbar für meine Familie, Freunde und natürlich auch meine „4-Beinigen Freunde“, die mich schon mehrmals im Leben aus „Krisen“ wieder herausgeholt haben.

Und wenn ich heute zu Papas Gedenkplätzl gehe, dauert es meistens nicht lange, sitzt sie neben mir, die „Katze Lina“ ☺

In friedlicher Erinnerung an meinen lieben Papa Franz, geschrieben von Tamara Marchsteiner

NIMM DIR EINMAL WIRKLICH ZEIT NUR FÜR DICH.

Tamara
Marchsteiner
EINFACH ICH. EINFACH DU.

SILENT WALK

Ich lade dich am 29.03.2025 von 8:30 bis 11:00 Uhr ein, mit mir einen Spaziergang in Stille zu machen. Begleitet werden wir dabei von meinen Pferden und Hunden. Sie führen uns in die Ruhe und in die Kraft.

BIST DU DABEI?

JETZT ANMELDEN



Kontakt
www.tamara-marchsteiner.com
0664/51 95 358
Oberstrahlbach 59
3910 Zwerthl



„Um des lieben Friedens willen...“ - ein kleines Bachblütenmärchen

Vor vielen Jahren lebte eine kleine Familie in einem kleinen Dorf im nördlichen Waldviertel. Das Leben war hart und karg und die Verantwortung lastete besonders auf der Mutter in dieser Familie. Der Vater war schwer krank und konnte zum Unterhalt nichts beitragen. Sie hatten zwei Kinder, einen Hund und eine Katze.

Frau „Agrimony“, so hieß die Mutter, war eine sehr fleißige und rechtschaffende Frau. Am Tag arbeitete sie im Haus und Hof und abends bis spät in die Nacht hinein nähte sie Kleidung oder machte Veränderungen an Kleidungsstücken für ein Bekleidungsgeschäft. Diese sehr schönen und gut gearbeiteten Kleidungsstücke brachte sie auf ihrem Fahrrad zweimal wöchentlich in die zehn Kilometer entfernte Kleinstadt. Die Geschäftsbesitzerin, Frau „Vine“ war eine arrogante, tyrannische und nur auf ihren Vorteil bedachte Frau.

Eines Tages, als Frau Agrimony wieder mit den fertigestellten Kleidern in die Stadt fuhr, empfing sie Frau Vine mit einem finsternen Blick und warf ihr vor zu spät gekommen zu sein. Als sie die Ware begutachtete tat sie sehr unzufrieden und sparte nicht mit herabwertender Kritik. Sie erhoffte sich dadurch den Preis drücken zu können. Leider war Frau Agrimony sehr harmoniebedürftig, sie wollte keine Streitigkeiten und Preis-Diskussionen und sie hatte auch Angst wenn sie zu ihrem Recht stand, ihre beste Kundin zu verlieren. Deshalb akzeptierte sie, dass sie nicht den vollen Betrag erhielt.

Als sie mit dem Fahrrad nach Hause fuhr, war sie innerlich so verärgert, dass sie ein großes Schlagloch übersah und stürzte. Nachdem sie dann aufstand und ihr blutiges Knie betrachtete, kam plötzlich ein kleines Manderl mit roter Zipfelmütze hinter einem Eichenbaum hervor. Sie erschrak, denn es wurde schon lange keines mehr im Waldviertel gesichtet. Das Manderl grüßte freundlich und fragte ob mit ihr alles in Ordnung sei. Frau Agrimony wollte sich ihr Leid nicht anmerken lassen und gab vor, dass alles in bester Ordnung sei, obwohl jeder sehen konnte dass dem nicht so war.

Das Manderl erinnerte sich aufgrund seiner langen Lebenszeit, dass es da eine Gattung von Menschen gab, die wie Frau Agrimony waren: tut so als wäre alles in Ordnung, ist harmoniebedürftig, vermeidet jeden Streit, will keine Konflikte austragen, möchte es jedem Recht machen, spielt Fröhlichkeit und Sorglosigkeit vor, tut eben viel „um des lieben Friedens willen“.

Das Manderl dachte eine Weile nach und zog dann aus seiner Tasche ein kleines Fläschchen heraus. Er reichte es Frau Agrimony und gab Anweisung dass sie davon dreimal drei Tropfen täglich einnehmen soll. Diese Bachblüte, die auch zufällig Agrimony (Odermenning) heißt, werde ihr helfen dieses Verhalten abzulegen und von der Scheinharmonie zu ehrlichem Austausch und wahren inneren Frieden zu finden. Frau Agrimony betrachtete

neugierig das kleine Fläschchen, als sie wieder aufblickte, war das Manderl verschwunden.

Zuhause angekommen, nahm sie die Tropfen ein, so wie vom Manderl empfohlen. Einige Tage später musste sie wieder zu Frau Vine in die Stadt fahren und Kleidung abliefern. Frau Vine wartete schon und glaubte, sie wieder einschüchtern zu können um einen guten Preis zu erzielen. Aber sie lag falsch. Frau Agrimony stellte sich der Situation, wurde ebenbürtig und ließ sich nicht unterkriegen. Zerknirscht bezahlte Frau Vine den geforderten Betrag. Allerdings war es das letzte Mal, dass Frau Agrimony an Frau Vine lieferte. Es sprach sich nämlich herum, dass die Kleider sehr schön waren und so kam Frau Agrimony zu neuen Kunden. Ihr Auskommen war somit gesichert. Das Manderl war jedoch nicht mehr gesehen.

Zusatz: Die 38 Bachblüten des Dr. Bach beschreiben die 38 möglichen Charaktereigenschaften eines Menschen. Manche treffen mehr oder weniger zu. Einige sind zu stark oder zu schwach ausgeprägt. Das Ziel ist es, durch die Einnahme der passenden Bachblüten, in ein Gleichgewicht zu kommen, eine entspannte Haltung dem Leben gegenüber einzunehmen und so, mit Situationen des Lebens besser klarzukommen. Die Bachblüte Agrimony (Odermennig) beschreibt in diesem Märchen den Charakter der Frau Agrimony: tut so als wäre alles in Ordnung, ist harmoniebedürftig, vermeidet jeden Streit, will keine Konflikte austragen, möchte es jedem Recht machen, spielt Fröhlichkeit und Sorglosigkeit vor, tut eben viel „um des lieben Friedens willen“. Dass ihre Bedürfnisse dabei auf der Strecke bleiben ist in diesem Märchen klar ersichtlich, sie wird ausgenutzt. Die Bachblüte Agrimony hilft ihr sich Konfliktsituationen zu stellen, die immerzu lächelnde Maske abzulegen und sich ehrlich zu zeigen.

Autorin: Silvie Haider
Original Bachblütentherapie
Mobil: 0650/6139912
Web: www.silviehaider.com



Andreas Keck

Das Geschäft führt neben einem erlesenen Reformhaussortiment biologische Produkte sowie Gesundheitsspezialartikel. Produktschwerpunkt: EM-Effektive Mikroorganismen, Heilpilze...Volksfeststrasse 14, 4020 Linz



+43 (0) 732/77 11 46, E-Mail: gesuender_leben@aon.at,

Online Shop <https://www.gesuender-leben.at>

Veranstaltungskalender 2025

Monatlich



Lichtkreis einmal im Monat, A-3754 Irnfritz-Messern, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Feilhaber, 0676 / 39 255.39, norbert.feilhaber@gmx.at

Monatlicher Aroma Workshop und Aroma-Stammtisch, „Essentielle Öle von Young Living“ - in Theorie und Praxis, Kursleiterin: Gertrud Weiss, jeweils an einem Mittwoch ab 18 Uhr, **A-3950 Gmünd**, Spitalgasse 5, 1. Stock, Tür 5, Gesundheitspraxis, Anm: Gertrud Weiss, 0676-4155708, energieplatzerl@aon.at, Freie Spenden – bzw. Kosten je nach verwendeter Öle

Meditations – Gruppe (Sahaja-YOGA), Kursleiterin: Astrid Tropper-Zeiler, jeden Montag um 19 Uhr, **A-3950 Gmünd**, Spitalgasse 5, Gemeinschaftsraum Seniorenwohnhaus, Erdgeschoß links, (Hausschuhe mitbringen), Freie Spenden

Säure – Basen Stammtisch, Kursleiterin: Elfriede Kainz / Gertrud Weiss, jeweils Donnerstag: 23.1., 20.2., 27.3., 24.4., Beginn: 19:30, Kursgebühr: Freie Spenden, **A-3950 Gmünd**, Spitalgasse 5, Gemeinschaftsraum, Anm: 02852/ 83673 oder 0676/ 41 55 708

Jänner

Do., 16. Jän., 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Erste Hilfe von Mutter Natur“**, Vortrag: Mag. Pharm. Isabella Kitzler, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole Felsen-Welt

Sa., 25. Jän., 14-18 Uhr **Nachbarschaftskaffee, A-3754 Irnfritz-Messern**, Trabenreith 22, Info: Elisabeth Susanna, 02986 646 49, norbert.feilhaber@gmx.at

Februar

Do., 13. Feb., 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein“** Macro- und Micronährstoffe, Vortrag: Dr. Marcus Hölzl – Salutogenetiker, A-3950 Gmünd, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole Felsen-Welt

So., 16. Feb., 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr, **Tagesseminar: „Die Macht der heilenden Gedanken – Teil 2“** Kursleiter: Harry Gruber, Kursgebühr: Euro 169,00 (beinhaltet Seminartag, umfangreiches Skriptum, Übungsunterlagen, Abschluss Zertifikat), **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole Felsen Welt, Anm.: Gertrud Weiss 0676/ 41 55 708 – Anmeldeschluss: 15. Jänner

Mo., 17.Feb., **Workshop Chakrenöffnung 17-21 Uhr**, Selbstermächtigung, Workshop zur Entfaltung deiner 7 Hauptchakren, an diesem Abend lernst du deine Lebensenergie ins Fließen zu bringen und deine Blockaden zu lösen, **A-3580 Horn**,

Pragerstrasse 3-5, Hotel Restaurant Öhlknechthof, dein Investment in dich selbst: 80€,
Anmeldung: workshop@highest-potential.jetzt

März

So., 9. März, 9:30 „TAG FÜRS ICH“ Gesundheitstag der besonderen Art mit Vorträgen und Info-Ständen, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole Felsen-Welt

April

Do., 10. April, 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff: „Die alte Wurzel-Apotheke“**, Vortrag von Eunike Grahofer – Diplom. Wildkräutertrainerin und Naturpädagogin, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole Felsen-Welt

Vorschau Juli

Mo., 7.Juli-13.Juli, **Chakra Sommer Retreat** / 7 Tage - 7 Chakren, in A-3860 **Eggern** im Waldviertel, herzliche Einladung zu einer Seminarwoche der Bewusstwerdung und Weiterentwicklung, mehr Infos: www.chakra-sommer-retreat.at

Sobald du merkst,
dass du dich im
Kreis drehst,
ist es Zeit, aus der
Reihe zu tanzen.

—
Martina Ellegast
+43 (0)676/66 86 155
Arthur Kruppstr. 7
3300 Amstetten



Zentrum
Zum Wohle
des Ganzen

Stärke dein Leben.

www.zumwohledesganzen.at

TAG für's ICH

GESUNDHEITSTAG der besonderen Art

Sonntag, 09. März 2025

von 10 bis 18 Uhr

GMÜND

Hotel Sole-Felsen-Welt

**Zahlreiche Vorträge und mehr als 20 Aussteller
Schaukochen THERMOMIX mit Verkostung
Süße Ecke hausgemacht von Vereinsmitgliedern**

EINTRITT: FREIE SPENDEN

Information: Verein-VGK Gmünd Tel. 0676/ 41 55 708