

MWM

MENSCHLICHE WERTE MEDIEN

ONLINE ZEITUNG

Ausgabe April 2025

Schreibarbeiter über sich ... Die MWM Redaktion stellt sich vor Diesmal: Daniela Aue-Gehrke



Liebe Zeitungsfreunde,

mein Name ist Daniela Aue-Gehrke

Es muss gegen Ende meiner Teenagerjahre, vielleicht auch mit Anfang Zwanzig gewesen sein, als aus vagen Vorstellungen ein konkreter Berufswunsch wurde. Zunächst ging es mir um Grundsätzliches: Ich wollte Sinnvolles tun, Dinge bewegen, Menschen inspirieren, im Idealfall zum Nachdenken anregen und dabei die Welt ein bisschen greifbarer machen.

Anfang der Neunziger begann ich in Berlin Publizistik und Nordamerikastudien zu studieren und glaubte damit alles, was mir wichtig war, verbunden zu haben: Ein Fach, ein Land, beides auf seine Art von Bedeutung; letzteres, seit meiner Zeit als Austauschschülerin in den USA, auch ganz persönlich. Ich las, lernte, diskutierte und stellte nebenbei fest, dass mir das Schreiben liegt. Und plötzlich war er da: Mein Traumberuf – Journalistin.

Während des Studiums schrieb ich gelegentlich für den Tagesspiegel, später war ich als Reporterin für die Berliner Morgenpost in Brandenburg unterwegs. Der Job machte mir Spaß – so sehr, dass ich – hochmotiviert und voller Idealismus – als Volontärin bei der Lausitzer Rundschau anfang. Nach zwei Jahren in und um Cottbus, angekommen in einer Redakteursstelle in der Lokalredaktion Lübben, setzte allmählich Ernüchterung ein. Wenn es gut lief, brach ich Agenturberichte über Arbeitslosigkeit, Rechtsextreme, den Niedergang der Kohleindustrie auf das Lokale runter. Ansonsten schrieb ich über Veranstaltungen – häufig nichts weiter als PR-getriebene, politisch inszenierte Pseudoereignisse. Trotzdem blieb ich dran. Auf der Suche nach meinen Idealen schaute ich wieder nach Berlin, kam für ein Praktikum zum Nachrichtensender n-tv, und produzierte für eine Weile kurze Fernsehbeiträge. In der Online-Redaktion ging es weiter, zusätzlich heuerte ich bei Welt-Online an. Es herrschte Aufbruchstimmung in der bis dato wenig entdeckten Online-Nachrichtenwelt. Für meine Arbeitgeber durchkämmte ich Agenturmeldungen und versuchte, aus dem ewigen Fluss einströmender Aktualisierungen in kurzen Abständen sinnvolle Zusammenfassungen zu formulieren, die dann sofort online gingen, immer dem Gebot höchster Aktualität folgend. Ich verdiente nicht schlecht, es hätte ewig so weiterlaufen können. Dann kam meine Tochter zur Welt, etwa zeitgleich endete die Goldgräberstimmung im Online-Geschäft. Dass es kein Zurück gab, nahm ich als Chance für ein Entkommen aus den eintönigen Agenturjournalismus.

Ich entdeckte die langsameren Medien, schrieb eine Weile über Musiker, Konzerte und neue CDs, bis ein befreundeter Grafiker mich ansprach: Im Auftrag eines Bildungsverlages sollte eine Fachzeitschrift für Englischlehrer entstehen. Es lief gut für uns, ein weiterer Auftrag folgte. Als Redakteurin für die Inhalte eines Fachmediums für Lehrer vertiefte ich mein fachliches Know-How, kannte mich immer besser aus. Doch als mittlerweile dreifache Mutter litt ich zunehmend unter meinem Dasein als Selbstständige, und als ein großer Berliner Schulbuchverlag nach einer Redakteurin in Festanstellung suchte, zögerte ich nicht lange.

Auch wenn meine journalistische Karriere von Enttäuschungen geprägt war, bin ich meinen Idealen treu geblieben. Neben meiner Tätigkeit als Schulbuchredakteurin ließ ich mich zur Yogalehrerin, Wildpflanzen- und Ernährungsberaterin ausbilden, unterrichte, berate und gebe Workshops zu meinen Herzenthemen. MWM ist für mich so etwas wie eine neue journalistische Heimat. Frei in der Themenwahl kann ich meiner Lust am Schreiben folgen und meine Anliegen nach außen tragen. Mit meiner Rubrik „Wild und Grün“ möchte ich unseren Lesern nicht nur die Welt der Pflanzen näherbringen. Diese und andere Texte sind auch eine kleine Einladung zur Selbstermächtigung, eine Erinnerung an die Ressourcen, die uns Menschen immer zur Verfügung stehen, um ein gesundes, glückliches und selbstbestimmtes Leben zu führen.



VORWORT



„Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern durch die Lüfte; süße, wohlbekannte Düfte streifen ahnungsvoll das Land“. Ja, der Frühling hat mittlerweile Einzug gehalten und ringsum erwacht die Natur wieder zum Leben! Die Tage werden länger und wärmer, die Bäume und Blumen fangen an zu blühen und die Vögel sammeln Material für den Nestbau.

Nutzen auch wir die schöpferische Kraft der Natur, um die Veränderungen zu schaffen, die wir so notwendig brauchen. Tun auch wir es der Natur gleich, „ja!“ zum Leben zu sagen und nach dem Winter etwas Wunderbares zu erschaffen. „Veilchen träumen schon, wollen balde kommen“. Verhelfen wir den Veilchen und anderen wunderbaren Blumen ans Licht! Wunderbare Blumen wie Frieden, Liebe, Menschlichkeit, Wahrheit, Freiheit und Zusammenarbeit.

Die Samen dafür haben wir in den letzten Wochen und Monaten schon gesät. Sorgen wir nun mit der nötigen Hege und Pflege dafür, dass sie aufgehen, wachsen und erblühen und uns alle erfreuen, so dass auch wir am Ende sagen können: „Horch, von fern ein leiser Harfenton! Frühling, ja du bist's! Dich hab' ich vernommen.“

Text: Carin Utermöhle

Die Gedichtzitate stammen aus „Er ist's“ von Eduard Mörike (1804 – 1875).

Der Anglizismus des Monats

Homeoffice

Vor fünf Jahren spülte eine mittelschwere Grippewelle ein neues Arbeitsplatzmodell ins Bewusstsein der Welt. Und weil neue Erfindungen in englischer Sprache gleich so international und damit seriös klingen, setzte sich auch im deutschsprachigen Raum der Begriff Homeoffice schnell durch. Das passte auch prima zum gleichzeitig eingeführten, ebenfalls grippewellen-induzierten Ausnahmezustand namens Lockdown.

Betroffen waren vor allem abhängig Beschäftigte. Ob sie wollten oder nicht, die Arbeitnehmer räumten ihre Schreibtische oder sonstigen Arbeitsstellen in den Firmen und Behörden und arbeiteten fortan in der häuslichen Küche oder im Wohnzimmer. Für viele der von der Grippewelle gebeutelten Beschäftigten war Homeoffice eine massive Herausforderung – gerade für Leute mit Kindern. Der Nachwuchs musste wegen geschlossener Schulen ja ebenfalls flächendeckend ins Homeoffice. Kein Wunder, dass sich bis Ende 2021 zwischen Küchentisch, Kinderzimmer und Waschmaschine viele Dramen abspielten.

Homeoffice klingt auch so amtlich. Westernfans wissen, dass der Sheriff in seinem Office den Stern an sein Revers heftet, bevor er zum Saloon stapft. Office heißt auf Deutsch Amt, aber auch Büro, Kanzlei, Dienststelle oder Kontor sind gängige Übersetzungen. Bei „home“ spuckt die Übersetzungsseite auf meinem Mobiltelefon die Begriffe Haus, Heimat, Heim und Zuhause aus. Homeoffice könnte also auf Deutsch Zuhausebüro, Hausamt, Heimdienststelle oder Heimatkontor heißen. Bestimmt lassen sich noch mehr Bedeutungsmöglichkeiten finden.

Für mich als Selbstständigen ist Homeoffice selbst gewählt und seit vielen Jahren eine prima Angelegenheit. Für viele abhängig Beschäftigte und ihre Familien aber war sie oft eine schlimme Erfahrung - schließlich war sie zwangsweise verordnet. Dabei sollte jeder das für ihn passende Arbeitsmodell selbst wählen dürfen. Das darf, muss aber nicht Heimarbeit sein.



Text: Sven Tietgen, Illustration: Frida Aue



Der DankBar bei Gradido – der neuen Schenk- und Dankbarkeitsvergütung



Gradido gibt es nicht nur in digitaler Form, sondern auch als DankBar-Scheine für die Barzahlung.

Wichtig in diesem Zusammenhang ist der Bezug zur Natur. Das wichtigste Naturgesetz - der Kreislauf von Werden und Vergehen - ist integriert in Form von Geldschöpfung und Vergänglichkeit. Wir wenden beim Schöpfen das Prinzip des Werdens an und ebenso essenziell ist die Vergänglichkeit in allen Naturprozessen. Auf den Gradido bezogen, bedeutet es, er verliert im Laufe des Jahres an Wert. Bei dieser Geldschöpfung ist die Vergänglichkeit exponentiell, mit ca. 5 % pro Monat bereits im Gradido Konto sichtbar eingepreist. Bei 1000 GDD beträgt sie 500 GDD nach einem Jahr. Das führt zu einer stabilen Geldmenge, das System – ein Plus-Summen-Prinzip – reguliert sich selbst. Bei einem durchschnittlichen Jahreseinkommen von 60 000 GDD pendelt es sich auf 3000 GDD pro Monat ein. Es lohnt sich nicht mehr, Geld zu horten. Die Vergütung versteht sich als ein Potenzialentwicklungsmittel, das Projekte in den Fluss bringt.

Bezogen auf den DankBar kann folgende Faustregel hilfreich sein:

Wert der DankBar im Laufe des Jahres

Nach einem Vierteljahr ist 1 GDD = 1 + 1-Viertel DankBar

Nach zwei Vierteljahren ist 1 GDD = 1 + 2-Viertel DankBar

Nach drei Vierteljahren ist 1 GDD = 1 + 3-Viertel DankBar

Nach einem Jahr entsprechen einem Gradido 2 DankBar, sie werden später in Scheine mit der neuen Jahreszahl eingetauscht.

Ein praktisches Beispiel: Nehmen wir an, eine Sache soll mit 50 GDD bedankt werden. Zur Jahresmitte also ein halbes Jahr nach Jahresanfang, gibt man für 1 GDD die Hälfte mehr DankBar. In unserem Falle also 75 DankBar.

Um alles genau zu berechnen, gibt es den Gradido Calculator. Lade die App ganz einfach auf Dein Smartphone oder Dei-

nen Rechner, ohne auf Google oder Apple Appstore gehen zu müssen.

Computer: Chrome oben rechts die 3 Pünktchen: Simple Gradido Calculator installieren

Android: Klicke auf den Button um die Webseite aufzurufen. Tippe auf Installieren. Folge der Anleitung auf dem Bildschirm.

iPhone: Nachdem Du die Web App im Browser aufgerufen hast, tippe einfach auf das kleine Hochladen-Icon (Quadrat mit Pfeil), welches sich in Deinem geöffneten Browser Tab befindet und scrolle nach unten bis Du „Auf Homescreen laden“ findest.

<https://gradido.net/de/gradido-zu-dankbar-umrechner/>

Schulden, Inflation, Steuern gehören der Vergangenheit an. Jeder schöpft selbst und investiert in Projekte, die dem 3-fachen Wohl dienen. Noch bewegen wir uns im Bereich des 1. Wohls – dem Schöpfen durch Gemeinwohltätigkeit. Ein kostenloses E-Book zum Download gibt es bei <https://gradido.net>, um sich alles in Ruhe zu gegenwärtigen.

Und falls du es noch nicht eingelöst hast, hier der Link zum Startguthaben:

<https://gdd.gradido.net/redeem/CL-d91e4b25dde911841e175c48>

Es gibt keine versteckten Kosten – nur jede Menge Freude beim Schenken und Danken. Du gehst kein Risiko ein und kannst dich jederzeit abmelden. Wir freuen uns auf dich.

Eva-Maria Zander war als Sonderschullehrerin tätig und leitete später ihr Institut für Sprachheil- und Lernpädagogik, Logopädie und Ergotherapie. Für die Zielsetzung in ihrer Praxis: „Selbstvertrauen für Kinder“ wurde sie mit dem Beate-Uhse-Unternehmerinnenpreis ausgezeichnet.

Das WIR-Phone

Ein Smartphone für mehr Freiheit und Nachhaltigkeit

Das WIR-Phone von WIRKRAFT® setzt neue Maßstäbe für Smartphones, die sowohl datenschutzfreundlich als auch nachhaltig sind. Basierend auf dem Volla Phone X23, bietet das Gerät eine robuste Bauweise und kommt mit einem überwachungsfreien Betriebssystem.

Es wird in Deutschland produziert, wodurch es höchste Qualitätsstandards erfüllt und gleichzeitig eine umweltbewusste Wahl darstellt. Vorinstallierte Apps wie F-Droid ermöglichen den Zugriff auf eine Vielzahl von alternativen und offenen Anwendungen.

Dank des minimalen Designs und der widerstandsfähigen Hardware ist das WIR-Phone eine nachhaltige Option, die den modernen Anforderungen an Datenschutz und Langlebigkeit gerecht wird. Es ist ideal für Menschen, die ihre digitale Freiheit bewahren und gleichzeitig auf ein ethisch hergestelltes Produkt setzen möchten.

Entwickelt für Nutzer, die das Vertrauen in ihre Geräte zurückgewinnen möchten, bietet das WIR-Phone eine echte Alternative zu den weit verbreiteten Geräten von großen Konzernen. Es ist ab sofort im WIRShop erhältlich: <https://wirkraft.org/shop/>



Ursprüngliche Worte



Frühlingsträufeln

Was für ein poetisches Wort! Eigentlich unverständlich, dass Frühlingsträufeln aus dem aktuellen Wortschatz verschwunden ist. Beim Nachforschen zeigt sich, dass dieses Hauptwort zuletzt wohl im 18. Jahrhundert gebräuchlich war. Das deutsche Wörterbuch, 1854 von den Gebrütern Grimm aufgelegt, listet dazu ein altes Gedicht auf – mit einem nicht minder poetischen Titel.

Unter der Überschrift „im fröhlinge niederträufelnder regen“ gehört das Poem zu den Liedern von Sined dem Barden, die dieser 1772 in Wien veröffentlicht hat. Weiter heißt es in dem Lied: „sonne blicket niemal heller auf den hain, auf bach und flur, als nach sanftem frühlingsträufeln, wenn ihr stralend angesicht jeder tropfen ihr wieder gibt“. Klingt das nicht schön? Das Wort steckt voller sinnstarker Bilder, der Frühling sickert, tropft und träufelt sanft ins Land, löst so den Winter ab.

Das strahlende Sonnengesicht und ein sachte perlender Regen wecken die Lebensgeister in Tier, Pflanze und Mensch. Frühlingsträufeln – das Wort stammt aus einer Zeit, als die Natur mit all ihren Erscheinungen viel intensiver wahrgenommen wurde, denke ich. Noch dazu ein Begriff, der selbsterklärend ist. Grund genug, Frühlingsträufeln wieder in unserem Wortschatz willkommen zu heißen.

Wild und grün

Mit Bärenkraft ins Frühjahr starten

Jetzt ist Bärlauch-Zeit

Es ist wieder so weit. Spätestens im April, häufig bereits im März schleicht sich dieses Kraut Jahr für Jahr auf magische Weise in die Alltagsgespräche ein: Bärlauch. Die meisten Menschen mögen von wildem Grün sonst eher unbeeindruckt sein, doch geht es um diese kräftig grünen, spitzen, zarten Blätter mit dem typisch aromatischen Knoblauchgeschmack, herrscht ein seltener Konsens. Wenn die Temperaturen steigen, die Säfte allerorten wieder fließen, dann – da sind wir uns einig – ist Bärlauch-Zeit. Man tauscht sich aus, spricht über Sammelorte und – natürlich Rezepte.

Unglaublich gesund und lecker

Mir geht es ganz genauso. Während ich diese Zeilen schreibe, lagern in meinem Kühlschrank die ersten Gläser voll köstlichen Pestos, mit dem ich seit einigen Tagen mein Abendessen aufwerte. So wird es jetzt erstmal eine Weile weitergehen. Ist die Bärlauch-Saison erstmal da, kann ich nicht genug kriegen von diesem würzigen Lauchgewächs, das nicht nur lecker, sondern auch unglaublich gesund ist. Bärlauch wirkt entgiftend, blutreinigend und antiseptisch, senkt den Blutdruck, reguliert die Verdauung und versorgt den Körper mit Vitamin C. Senföle und schwefelhaltige Verbindungen regen den Stoffwechsel an. Das alles verleiht „Bärenkräfte“, wie schon die alten Germanen wussten. Für sie war der Bärlauch wie auch sein Namensgeber, der Bär, DER Frühlingsbringer, bestens geeignet, um den Körper nach einem langen kalten Winter wieder auf Trab zu bringen. Angeblich stopften sich die Bären nach ihrem Winterschlaf mit den Blättern voll, um wieder munter zu werden.

Zwar ist der Bärlauch für mich nicht das erste und einzige Kraut im Frühjahr, aber ihm widme ich meist eigene Sammelausflüge, wächst er doch an ganz speziellen Stellen, bevorzugt im Wald auf humusreichen, eher feuchten Böden.

Achtsam sammeln

Vor wenigen Tagen ging es los: Ausgestattet mit einer kleinen Küchenschere und einigen Einkaufsbeuteln aus Stoff stromere ich durch ein Waldgebiet in der Nähe. Mein Ziel ist die mir bekannte Stelle, wo mein Kraut verlässlich jedes Frühjahr massenhaft aus dem Boden sprießt. Der Anblick lässt mein Herz höherschlagen, ich knie mich auf den weichen Waldboden und schneide behutsam die Blätter ab, manchmal nur eins, manchmal mehrere auf einmal, aber immer mit Bedacht und vor allem so, dass die Wurzelknollen nicht verletzt werden. Ich muss mich bremsen, denn schließlich möchte ich meinen Freund im nächsten Jahr hier wieder begrüßen dürfen. Wird das gesamte Büschel Blätter, das aus einer Zwiebel wächst, geerntet, kann sich die Pflanze nicht regenerieren.

Das Wunderkraut aus dem Osten

Allerdings, und jetzt ist Zeit für einen kleinen Exkurs,

handelte es sich bei diesem ersten Sammelerlebnis der Saison, nicht um den echten Bärlauch. Mein Glücksgefühl verdanke ich seinem nahen Verwandten, dem sogenannten Wunderlauch. Wie der echte, hat auch er diesen typischen knoblauchartigen Geschmack und den Duft der enthaltenen ätherischen Öle, auch seine Heilwirkungen sind ähnlich.



Breite Blätter, tiefes Grün. So ist der echte Bärlauch im Wald anzutreffen.



Mit seinen schmalen, helleren Blättern erinnert der Berliner- oder Wunderlauch fast ein wenig an Gras.

Was den Wunderlauch jedoch deutlich vom Original unterscheidet, ist seine Milde. Genau richtig also für Menschen wie mich, denen die Schärfe eines echten Bärlauch-Pestos die Tränen in die Augen treibt. Zumal abmildernde Zutaten wie Käse für vegane Esser wie mich wegfallen. Optisch unterscheiden sich die beiden Arten aufgrund der unterschiedlichen Wuchsform der Blätter, die beim Wunderlauch schmaler und heller sind und fast grasartig wirken.

Was also hat es auf sich mit diesem Wunderlauch, der auch als Berliner Lauch bezeichnet wird, weil er angeblich nur nahe der Hauptstadt gedeiht (was ich allerdings nicht bestätigen kann, da ich auch in Hannover bereits ausgiebig gesammelt und genossen habe)?

Angeblich stammt dieser ursprünglich aus dem Kaukasus, wächst aber auch im Iran und Turkmenistan und wurde wohl einst von dort eingeschleppt. Er breitet sich seither schnell zu ganzen Teppichen aus und gilt als invasive Pflanzenart.

Ich erfreue mich allerdings lieber an der Fülle, anstatt mich über deren ungehinderte Ausbreitung zu sorgen. Wer einmal den Blick für dieses wundersame Kraut geöffnet hat, entdeckt ihn nicht nur im Wald, sondern auch mitten in der Stadt, an den überraschendsten Orten. Den echten habe ich bislang nahezu ausschließlich

in Wäldern gefunden, wo auch er sich allerdings massiv ausbreiten kann. Ich freue ich mich jetzt schon auf meinen alljährlichen Sammel-Ausflug in den Leipziger Auwald, wo mich die Fülle an sattgrünen Bärlauch-Teppichen immer wieder ins Staunen versetzt und mir anschließend meist ein stundenlanges Küchenchaos, und einen sich stetig füllenden Tiefkühl- und Kühlschrank beschert. So darf sich der Bärlauch auch bei mir zuhause munter ausbreiten. Lange wird er erfahrungsgemäß nicht bleiben. Denn für einen Kühlschrankhüter ist er, ob echt oder nicht, viel zu schmackhaft.

Vorsicht Verwechslungsgefahr!

Aronstab, Herbstzeitlose und Maiglöckchen sind giftige Zeitgenossen mit ähnlichem Erscheinungsbild und Wuchsorten. Charakteristisch für den Bärlauch ist sein Knoblauchgeruch. Seine Blätter wachsen, anders als die der giftigen Doppelgänger direkt aus dem Stängel. Beim Sammeln unbedingt genau hinschauen und im Zweifelsfall die Nase einsetzen! Verwendet werden nicht nur Blätter, sondern auch Blüten, Samen, Stängel und Zwiebeln. Sammelzeit ist von März bis Mai. Los geht es meist schon im März mit den Blättern. Erste Knospen, manchmal auch schon die Blüten zeigen sich im April, im Mai geht es dann mit den Samen weiter. Auch Blätter können dann noch geerntet werden.

Rezepte und Info

Bärlauch-Pesto, ganz klassisch: 100 g Bärlauch-Blätter wahlweise mit 100 g Nüssen, Mandeln, Cashew-/Sonnenblumen- oder Kürbiskernen, 100 ml Olivenöl, Saft einer Zitrone und etwas Salz in einem Mixer oder mit dem Küchenstab zu einer stückigen Masse verarbeiten. In saubere Schraubgläser füllen und mit Olivenöl bedecken. So hält sich das Pesto im Kühlschrank für mehrere Wochen. Schmeckt zu Nudel- oder Reisgerichten, im Salat oder pur auf Brot.

Fermentierte Bärlauch-Blätter: Frische ganze Bärlauch-Blätter in ein Glas (möglichst mit Bügelverschluss) stopfen, mit 2-prozentiger Salzlösung übergießen (=20 g Salz auf 1 l Wasser, bzw. 10 g Salz auf 500 ml Wasser) und mit einem Gewicht aus Glas oder Keramik beschweren, damit die Blätter während der Fermentation mit Wasser bedeckt bleiben. Eine Woche bei Raumtemperatur im Halbdunkeln lagern, danach kühl stellen. Nach ca. drei Wochen kann probiert werden. Das Ferment hält sich bis zu einem Jahr. Schmeckt zu Brot, Salat oder kleingehackt mit warmen Gerichten.

Eingelegte Bärlauch-Knospen: Etwa eine Tasse Bärlauch-Knospen in einem Sud aus Apfelessig und Wasser (Verhältnis 1:4) sowie ca. 1 EL Salz (möglichst Steinsalz) für zwei bis drei Minuten kochen, in ein Schraubglas füllen und sofort den Deckel fest verschließen. Für eine lange Haltbarkeit (mind. 1 Jahr) sollte sich beim Abkühlen ein Vakuum bilden. Die Knospen sind eine leckere Verfeinerung für Salate, Brot oder Gemüsegerichte.

Samen und Früchte: Die noch grünen Früchte mit heißem Wasser übergießen, abtropfen in ein Schraubglas geben, salzen und mit Olivenöl übergießen. Sie schmecken als Topping auf Brot oder Salat. Vollständig reife Samen können getrocknet und gemörsert als scharfes Gewürz anstelle von Pfeffer verwendet werden.

Bärlauch-Öl: Drei Handvoll Blätter grob zerkleinern und mit einem Liter nativem Olivenöl übergießen. In einer dunklen Flasche vier Wochen stehen lassen, dann abseihen. Das so gewonnene Öl enthält alle heilwirksamen Inhaltsstoffe des Bärlauchs und kann z.B. zu Salat, Fisch, Brot oder Kartoffeln gegessen werden. Es hält sich für mehrere Monate.

Tipp:

Die frischen Bärlauch-Blätter können auch grob gehackt eingefroren werden. Sie dienen dann als würzige Beigabe zu unterschiedlichsten Gemüse- oder Fischgerichten. Zum Trocknen eignet sich das Kraut nicht, da das Aroma, genauso wie die wertvollen Inhaltsstoffe, schnell verfliegt.



Verbinde dich und wachse – Jenseits von Facebook



Seit kurzer Zeit gibt es eine Plattform die man zweifellos als geistig gesunde Alternative zu Facebook & Co bezeichnen könnte. Ihr Name ist Move Your World (MYW). Die Gründer Thomas und Brigitte waren so freundlich, Oliver Schindler ein Interview zu geben.

MWM: Wer hatte denn die Idee für „Move Your World“?

Thomas: Ich habe in meinem Freundeskreis irgendwann mal wahrgenommen, dass sich etwas Grundlegendes verändert hat. Die Leute haben keine Lust mehr auf dieses Hamster-rad in dem sie sich bewegen. Es kommen gesellschaftliche Fragen hoch, auf die viele erst einmal keine Antwort haben. Also fing ich an nachzusehen was da los ist. Warum macht denn eine Freundin von mir einen Seminar bei einer Gemant in Österreich? Warum macht ein anderer Freund einen Kurs in „Baum umarmen?“

Davon zeigte sich immer mehr und ich merkte, dass das keine Ausnahmen sind, sondern dass es eine Riesenbewegung ist. Viele Leute sind auf Sinnsuche. Sie stellen sich die

Fragen: „Was mache ich? Warum bin ich hier?“

Lebensfragen bei denen klassische Institutionen, wie zum Beispiel die Kirche, inzwischen keine Hilfe mehr sind. Das gesellschaftliche Streben nach echten Werten und einem guten Miteinander ist stärker denn je.

Ich stellte fest, dass es unfassbar viele Energiearbeiter gibt, die

Seminare und Live Coachings zu allen möglichen Themen anbieten. Als ich deren Webseiten besuchte sah ich, dass die meisten total veraltet waren. Manche lernte ich kennen, die noch nicht mal eine Webseite hatten. Sie wissen gar nicht, wie und wo sich sich gut vermarkten können. Die gehen auf Messen, was sehr teuer und ineffektiv ist, oder bezahlen viel Geld für Google Werbung. Sie bewegen sich auf irgendwelchen Plattformen, die ihre Daten sammeln und verkaufen.

Die Sinnsuchenden wissen wiederum nicht, wo sie die Hilfe finden, die sie gerade brauchen. In einer Großstadt wie Berlin findest du alles, aber was machst du, wenn du da draußen auf dem Land lebst?

Dann habe ich mir gesagt: „Ok, wir haben ganz viele Energiearbeiter, die nicht so richtig wissen, wohin mit ihrer Botschaft und wir haben eine große Menge Menschen die nicht wissen, wo sie das Richtige für ihre Entwicklung oder Heilung finden können. Die brauchen alle gemeinsam einen sicheren Begegnungsort bzw. eine gute Plattform und mir wurde klar. Ok, das ist „move your world!“

MYW ist ein sicherer Messengerdienst, eine sichere Social Media App und eine gute Alternative zu den bereits be-

kannten Plattformen. Hier treffen sich Gleichgesinnte mit dem richtigen Mindset.“ Innerhalb von kurzer Zeit hatte sich dann ein tolles Team gefunden um MYW aufzubauen und wir konnten loslegen.

MWM: Das klingt für mich erst mal nach so einer Art Portal für Energiearbeiter die ihre Dienste anbieten.

„Wir haben keine Logarithmen, da schreibt keiner mit, da hört keiner mit, niemand wird beeinflusst.“

Thomas: Ja, für Energiearbeiter ist das ein super Marketing Tool. Sie können bei uns ihre Telefonberatung anbieten, oder wenn sie Waren verkaufen wollen, können sie ihren Onlineshop zu uns verlinken. Das ist der eine Punkt, aber das andere ist mindestens genauso wichtig und zwar dass die Menschen eine Plattform haben auf der sie sicher kommunizieren können und wo es mehr auf innere als auf äußere Werte ankommt. Wir haben keine Logarithmen, da schreibt keiner mit, da hört keiner mit, niemand wird beeinflusst. Da kommunizierst du auf eine ehrliche, achtsame und wertschätzende Art und Weise. Ohne Hetze, ohne dieses ganze Social Media Gedöns und den Stress der damit einhergeht.

MWM: Habt ihr gute IT-Mitarbeiter für eure Sicherheit?

Brigitte: Ja. Mehrere. Eines unserer Gründungsmitglieder ist Programmierer.

MWM: Was hattet ihr beiden denn bisher beruflich gemacht?

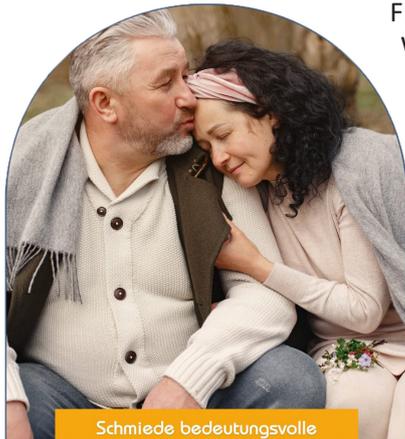
Thomas: Ich komme aus der Filmbranche, war Schauspieler und Kameramann. Das berührte zwar auch irgendwie die Thematik Energiearbeit, ist in diesem Falle aber nicht ausschlaggebend gewesen.

Brigitte: Ich beschäftige mich schon seit der Jahrtausendwende mit Energiearbeit, aber damals hatten mir noch alle den Vogel gezeigt wenn ich was von „Baum umarmen“ erzählte. Das hatte mich allerdings nicht davon abgehalten es zu tun. Beruflich bin ich seit 30 Jahren in der Live Eventbranche tätig. Als Projektleitung, im Marketing, in der Werbung, in der Kommunikation und gleichzeitig bin ich auch Mental Health Coach für die Musikindustrie. Ich bin gerade dabei, mir als zweites Standbein eine Firma mit einer Freundin aufzubauen, die Trauma- und Burnout-Coach ist. In unserer Branche gibt es sehr viele Anlässe um in diesen Bereichen Hilfe zu leisten.

MWM: Da wären wir jetzt auch wieder bei so einem Grund „move your world“ zu nutzen, oder?

Brigitte: Genau. Du loggst dich ein, gibst dir einen eigenen Avatar und kannst so viel über dich preisgeben oder für dich behalten wie du willst. Man kann sich dann in der Community unterhalten und zum Beispiel über seine Erfahrungen mit den Energie Dienstleistern austauschen. Es soll auch nicht alles digital bleiben, sondern wir wollen auch, dass sich die Menschen treffen. Es können dort Energieorte geteilt werden und dann postet man, was einem an dem jeweiligen Ort gefällt. Auf die Weise findet man auch Gleichgesinnte in der Nähe.

Fortsetzung Seite 8



Schmiede bedeutungsvolle Verbindungen mit Move Your World

Thomas: Dieses „verbinde dich und wachse“ bedeutet ja, wegzugehen von äußeren Werten und hin zu inneren Werten. Du kannst dich über die App emotional verbinden. Wir fragen dich, wie es dir geht und wenn du das beantwortet hast werden dir Leute angezeigt denen es ähnlich geht oder denen es vielleicht nicht so gut geht und du ihnen helfen kannst oder sie können dir helfen wenn es dir nicht so gut geht. Das führt dann auch zu einer besseren und gesünderen Gesellschaft.

Möglicherweise findest du dadurch auch einen Energiearbeiter der dir weiterhelfen kann. Das muss sich aber nicht unbedingt um einen Energiearbeiter handeln, sondern könnte jeder sein bei dem es gerade passt.

„Viele sagten: Endlich kümmert sich da mal jemand drum.“

MWM: Wie ist dieses Projekt denn in eurem persönlichen Umfeld angekommen? Sind welche dabei, die deswegen skeptisch reagieren?

Thomas: Nee, das ist eher so, dass die sagen: „Endlich kümmert sich da mal jemand drum“, oder sie sagen: „Hey ist ja interessant. Zeig doch mal.“ Es wird auch tatsächlich als Alternative zu den klassischen Plattformen genutzt und das ist phantastisch. Das ist auch genau das, was wir wollten. Die freuen sich einfach über diesen sicheren Raum ohne Tracking, Werbung, Beleidigungen, Provokationen, Angst und Negativität. Wenn du dir klar machst was da draußen in der Welt gerade los ist, wird dir bewusst, dass wir zu dem genau richtigen Zeitpunkt damit raus kommen.

MWM: Mich würde nochmal interessieren, was ihr glaubt, warum die anderen sozialen Medien so geworden sind wie sie gerade sind. Die Menschen hätten ja auch von sich aus Facebook und X respektvoll und achtsam nutzen können. Das hat sich ja nun ganz anders entwickelt. Und sie kehren trotz all der Negativität immer wieder dahin zurück. Warum tun die das? Was glaubt ihr?

Thomas: Ich glaube, das hat was mit den Logarithmen zu tun. Die sind so eingestellt, dass den Menschen nicht das gezeigt wird was das Gute in ihnen fördert, sondern das was sie aggressiv und wütend macht und das ist eine Spirale die leider extrem gut funktioniert. Bei uns gibt es keine Logarithmen und die wird es auch nie geben. Diese Manipulation der Menschen muss aufhören. Da muss ein Stoppschild vor gesetzt werden. Viele Menschen sind ja auch sehr bequem und tun sich schwer dabei, sich wirklich zu verändern. Lieber lassen sie sich berieseln.

Brigitte: Obwohl es mich schon ganz schön nervte, war ich eine ganze Weile auf Facebook, weil ich immer noch Freunde dort hatte und es halt keine echte Alternative gab. Aber die gibt es jetzt und so habe ich mich bei den anderen Plattformen weitestgehend ausgeklinkt. Deswegen glaube ich, dass wir hier mit der genau richtigen Sache am Start sind.

MWM: Wie ist denn euer finanzielles Konzept? Ich habe schon gesehen, dass es bei euch verschiedene Abos gibt. Das hat ja wahrscheinlich damit zu tun, dass ihr tracking- und werbefrei seid, oder?

Thomas: Genau, und wir verkaufen ja auch nicht eure Daten, so wie die großen Plattformen, die dadurch Milliarden verdienen, das sie dich als Ware verkaufen! Wir lehnen dieses

Prinzip des gläsernen Menschen komplett ab und dement-sprechend nehmen wir einen kleinen Obolus von zur Zeit 2 € monatlich als Einstiegsangebot. Der Normalpreis ist 8 € und die, die uns zusätzlich unterstützen wollen haben dann das Silberabo mit 10 €. Ein Jahresabo kostet 39,99 €. Wir halten das extra so niedrig wie möglich, damit auch jeder da mitmachen kann, der sich sagt: „Ok, das ist mir meine Privatsphäre und meine Sicherheit wert.“

MWM: Es können ja auch Energiearbeiter bei euch ihren Service anbieten. Wie machen die das? Können die ihre Webseite zu euch verlinken?

Thomas: Ja genau. Erstmal melden die sich für den gleichen Betrag wie alle bei uns an und dann können sie in ihren Profileinstellungen den Reiter „Profi werden“ anklicken und sich dort mit ihrer Tätigkeit anmelden. Nach dem folgenden Upgrade auf Energiearbeiter können sie das Shopsystem voll umfänglich nutzen oder ihren eigenen Shop verlinken.

MWM: Aber dafür müssen sie sicher etwas mehr bezahlen, oder?

Thomas: Nein, die zahlen den gleichen Betrag wie alle anderen auch, wenn sie ihr eigenes Shopsystem verlinken. Nur wenn sie eigene Ware über unser Shopsystem verkaufen, nehmen wir eine Provision, da wir dadurch ja auch einen Mehraufwand haben der ausgeglichen werden muss.

„Wir müssen nicht alles kontrollieren, sondern vertrauen darauf, dass die Mitglieder gut für sich sorgen können.“

MWM: Wie vermeidet ihr denn, dass da etwas Ungesundes oder Destruktives angeboten wird?

Thomas: Wir arbeiten mit einem selbst reinigendem Prinzip und sind gerade dabei ein Bewertungssystem auszuarbeiten. Wenn da jemand Schindluder macht, wird er sich von ganz allein aussortieren. Da müssen wir auch nicht alles kontrollieren, sondern vertrauen darauf, dass die Mitglieder gut für sich sorgen können. Ich würde mir gar nicht anmaßen, für jemand anderes einzuschätzen, was gut für ihn ist und was nicht.

MWM: Wie viele Mitarbeiter habt ihr, Stand heute?

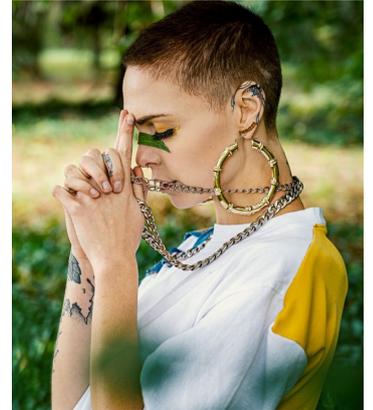
Thomas: Zehn feste und einige Freelancer.

MWM: Danke für das schöne Gespräch. Ich merke, wenn ich mit Leuten wie euch zu tun habe, dass sich wirklich etwas tut und gehe da immer mit einem guten Gefühl raus.

Thomas: Ja. Das geht uns genau so. Der Glaube an das Gute und der Glaube an die Welt, der hat eine Berechtigung. Wenn wir wegen „Move Your World“ unterwegs sind, merken wir das da eine riesige Bewegung ist und das beruhigt und gibt Vertrauen.

Webseite: <https://moveyour.world/>

Wer weitere Fragen hat, wendet sich an info@moveyour.world



DAS MWM FREUNDSCHAFTSBUCH

Andere Medienunternehmen mögen Geschäftspartner haben, doch unsere Zeitung hat Freunde. Und die bitten wir natürlich, etwas in unser Freundschaftsbuch hinein zu schreiben.

Manche von ihnen kennt ihr vielleicht auch schon und könnt sie dadurch mal von einer ganz anderen Seite erleben.

So ist das nun mal mit Freunden.

Wenn man sie auch noch so gut kennt, es gibt immer wieder etwas Neues zu entdecken.

Uli Masuth ist Kabarettist, Komponist, Klavierist und Wahl-Thüringer. Er hat Musik und Germanistik studiert und war Gründer und Mitglied verschiedener Bands und Musik-Projekte.

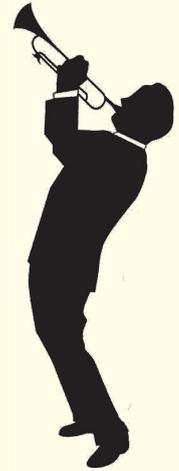
Masuth war Gewinner des Ruhrrock Festivals NRW, des WDR-Wettbewerbs „Stadtmusik“ in der Sparte Jazz, des Kabarettpreises der Obernburger Kochsmühle und des Reinheimer „Satire-Löwen“ und hat Auftragskompositionen für Bühnenstücke geschrieben. Seit 1999 ist Masuth schwerpunktmäßig als Kabarettist tätig. Zuletzt mit seinem politisch stets aktualisierten Programm „LÜGEN und andere WAHRHEITEN“.

Weitere Informationen unter kabarett-musik.de.



- Einer der schönsten Momente in meinem Leben war ... meine Frau kennengelernt zu haben. Das war vorgestern vor 49 Jahren.
- Einer der Menschen, die ich GERNE MAL persönlich kennenlernen WÜRDTE ... Bundespräsident Robert Habeck. Zum Beispiel, um ihn zu fragen, ob er wirklich glaubt, dass man fehlenden Strom mangels Winds durch mehr Windräder ausgleichen kann?
- Wenn ich mir selber etwas zu Essen mache, ... dann koche ich meistens nicht, sondern mache mir eine Schüssel mit griechischem Sahne-Joghurt, Haferflocken, Zucker und einem Schuss Eierlikör.
- Das peinlichste Erlebnis meines Lebens war, ... im Juli 1969. Ich war 12. Wir waren mit der Familie im Urlaub. In Holland. Eine kleine Pension. An diesem Tag saßen alle Gäste im Wohnzimmer und schauten gemeinsam fern. Schwarz-weiß. Ein winziger Apparat. Übertragen wurde die Mondlandung. Irgendwann musste ich auf die Toilette. Die war im Flur. Die Toilettentür hatte eines dieser Drehschlösser, die entweder rot oder grün anzeigten. In diesem Fall stand die Scheibe auf halb rot und halb grün. Ich überlegte: War nun besetzt oder frei? Ich wartete. Nichts passierte. Zu klopfen traute ich mich nicht. Irgendwann versuchte ich, mit einem Blick durchs Schlüsselloch, auszumachen, woran ich war. Genau in diesem Moment betritt die Pensions-Mutter den Flur, sieht mich und macht mir auf holländisch unmissverständlich klar, dass man DAS nicht tut. Erklären konnte ich mich nicht. Stichwort: Sprachbarriere. Zum Glück war der Urlaub nur kurz und wir waren nie mehr dort.
- Wenn ich meine Lieblingsmusik höre, dann ... höre ich zwar überwiegend Jazz, habe aber auch für andere Genres ein offenes Ohr. Eine ausgesprochene Lieblingsmusik habe ich eigentlich nicht. Morgen Nachmittag zum Beispiel geht's in ein Klavierkonzert. Veit Wiesler spielt sämtliche Bagatellen von Beethoven und die 24 Préludes von Chopin. Am Abend dann zu einem Blues-Abend im Nachbarort. Bei einem Gastspiel in Göttingen habe ich vor einiger Zeit mal zwei russische Akkordeonspieler erlebt, die in der Fußgängerzone - bei Schneeregen - Orgeltranskriptionen von Léon Boëllmann spielten. Großartig. Es muss halt gute Musik sein. Die gibt's übrigens auch vom 26. – 28.9. 2025 in Weimar zu hören. Infos zum aktuellen Programm von DAS FESTIVAL Musik & Wort in Weimar gibt es demnächst hier: dasfestival.eu

- Meiner Meinung nach ist die wichtigste Errungenschaft der Menschheitsgeschichte ...
Die AUS-Taste.
- Mein Lieblingswitz geht so ...
Kommt ein Mann in eine Bibliothek und sagt: Ich nehm´ ´ne Currywurst mit Pommes!
Bibliothekarin: Wie bitte?
Mann (lauter) : Ne Currywurst mit Pommes!
Bibliothekarin: Ich verstehe sie nicht!
Mann (noch lauter) Ich nehm` `ne Currywurst mit Pommes!!!
Bibliothekarin: Na hören Sie mal, Sie sind hier in einer Bibliothek!
Mann (flüstert): Ich nehm´ ´ne Currywurst mit Pommes.
- Als ich das erste Mal verliebt war ...
hatte ich verdammt viele Pickel.
- Mein erster Schultag ...
Den muss es gegeben haben. Erinnerung daran habe ich keine.
- Wenn ich der König von Europa wäre ...
Dann hätte es diese Corona-Nummer ebenso wenig gegeben wie einen Krieg in der Ukraine.
- Wenn ich an Hirschhausen denke...
fällt mir dieses Zitat von Harald Schmidt ein: ‚Schmierig‘ ist einer der Begriffe, die man hier sagen kann“ Ergänzen würde ich: arrogant und ignorant.
- Wenn ich den Namen Brad Pitt höre, denke ich spontan an ...
Sieben Jahre in Tibet
- Wenn ich richtig stark Hunger habe, dann
... ja, dann – Überraschung – dann esse ich was.
- Das Beste, was man als Familie machen kann ist ...
Sich zu lieben, sich zu akzeptieren, wie man ist, immer wieder mal gemeinsam Urlaub zu machen und niemals den Humor zu verlieren.
- Natur bedeutet für mich ...
Erholung.
- Der Ort an dem ich in zehn Jahren leben möchte ist ...
In 10 Jahren? Wer weiß, ob ich da überhaupt noch lebe? Momentan lebe ich gerne hier, wo ich jetzt lebe. Mal sehen, was da noch so kommt. Meine Frau sollte auf jeden Fall dabei sein.
- Meine wichtigste Erkenntnis über die Menschheit war: ...
Irren ist menschlich.
- Wenn ich drei Wünsche frei hätte ...
Ich sag mal was richtig Unverschämtes: Frieden. Dann: Gesundheit, gute Gesellschaft und jemand, der meinen Kontostand immer auf Null hält.



Liebe Leser. Wer Uli mal in Bewegung sehen möchte, der beachte bitte die Links die im Post unter das PDF Dokument gesetzt worden sind. Viel Vergnügen.

Uli Masuths Webseite: kabarett-musik.de

<https://www.nachdenkseiten.de/?p=111301> Long-Tagesschau-Symptom

<https://www.nachdenkseiten.de/?p=107448> Neue Normalität

<https://www.manova.news/artikel/der-sauerstoff-der-nation>

<https://www.youtube.com/watch?v=8igBP5Za-c0> Ein Impfarzt erinnert sich

<https://www.youtube.com/watch?v=ISVmQj8uU60> Genießt die Neue Normalität

Natürlich Gesund e.V. - Akademie und Berufsverband in einem!

Meinen Gesprächspartner Joachim Wohlfeil habe ich über die Möglichmacherin Ilse Pfforr kennen gelernt. Mit ihrer Sendung „Ilse und das liebe Geld“ ist sie regelmäßig bei Radio Sol zu hören und auf ihrem eigenen YouTube Kanal zu sehen. Danke Ilse!

Joachim ist Vorsitzender des Berufsverbandes und Leiter der Akademie „Natürlich Gesund e.V.“ Mitglieder sind vor allem Leute, die im ganzheitlichen Gesundheitsbereich arbeiten, ohne dass sie einen etablierten Beruf mit einem staatlich anerkannten Abschluss ausüben.

Joachim selbst ist Dipl. Rel. Pädagoge, Baubiologe, Privatdozent, Physiotherapeut, Massagetherapeut, Ermutiger, Gesundheitsberater, Ayurveda-Practitioner, Silva-Mind-Instructor und Fachbuchautor.

Was „Natürlich gesund“ bedeutet und warum Akademie und Berufsverband zusammengehören erklärt Joachim in unserem Gespräch.

MWM: Wie bist du dazu gekommen, dich so intensiv mit ganzheitlicher Gesundheit zu beschäftigen?

Joachim: Ich bin eigentlich Landmaschinenbauer, wechselte dann aber von dem technischen in den sozialen Bereich und studierte Theologie und Sozialpädagogik. Von der evangelischen Landeskirche aus hatte es mich durch die schwere Erkrankung und den Tod meines Vaters in die Naturheilkunde gezogen. Meine Schwestern hatten mich losgeschickt, um zu gucken woran er gestorben ist. Durch meine Recherchen zu Giften in Wohnungen und an Arbeitsplätzen, sowie zu Elektrosmog und Erdstrahlen, also eher unkonventionellen Hintergründen von Erkrankungen, über die vor 40 Jahren kaum jemand nachgedacht hatte, bin ich sehr schnell in Kontakt mit den derzeit führenden Wissenschaftlern in diesem Bereich gekommen.

Zudem war unsere Mutter Rutengängerin. Ich fand einen belgischen Physiker, der damals bei Siemens arbeitete und mir half, das „Rutengehen“ wissenschaftlich zu untermauern. Mit den Ergebnissen gingen wir zu Professor König und konnten ihn davon überzeugen.

Ich bekam dann in Lateinamerika an der Zukunftsuniversität eine Professur angeboten und unterrichtete dort Ärzte in ganzheitlichen Zusammenhängen.

MWM: Heutzutage ist es ja so, dass man sofort aus dem Mainstream verbannt wird, wenn bekannt wird, dass man sich mit alternativen Ansätzen befasst. Damals schien das aber ganz normal zu sein, wenn man dir so zuhört.

Joachim: Es wurde damals vor vierzig Jahren nicht als normal betrachtet, aber es ist auch nicht angefeindet worden, so wie das heute der Fall ist. Es wäre keiner auf die Idee gekommen uns als Spinner zu bezeichnen, sondern wir sind überall ernst genommen worden.

Professor König hatte mich nicht komisch angeschaut als ich ihm sagte, ich wäre Schlafplatzoptimierer und möchte mit ihm über Elektrosmog reden.

„Naturheilkundlich orientierte Medizin war bis zu Beginn des ersten Weltkrieges noch der Mainstream.“



Joachim Wohlfeil

MWM: Ihr wart also eine voll akzeptierte Randerscheinung?

Joachim: Es ist im Grunde noch ein bisschen anders. Naturheilkundlich orientierte Medizin war bis zu Beginn des ersten Weltkrieges noch der Mainstream. Rockefeller hatte sich damals so über die Eingriffe der amerikanischen Regierung in die Automobilindustrie geärgert, dass er sich ein weiteres lukratives Betätigungsfeld suchte. Er hatte sich schon frühzeitig über Medizin informiert und einen Riecher dafür gehabt, das es im gesundheitlichen Bereich viel Geld zu verdienen gibt. Allerdings nicht durch Naturheilkunde, sondern wenn man anfängt, Medikamente zu verkaufen. Während des ersten Weltkrieges hatte er dann amerikanische Universitäten gesponsert, sofern sie bereit waren, von Naturheilkunde auf Pharmakologie umzusteigen.

MWM: Hatte man damals überhaupt den Begriff Naturheilkunde verwendet?

Joachim: Nein, es war zu der Zeit noch Standardmedizin. Rockefeller hatte übrigens auch bestimmte andere Studienansätze an den Universitäten gefördert die in der Folge viel Geld gebracht hatten: und das waren die Operationen! In den folgenden Jahrzehnten ist eine Mauer zwischen der ursprünglichen Medizin und der Pharmakologie bzw. den Operationen entstanden. Letzteres ist aber durch Sponsoring und riesige Gewinne so stark gewachsen, das die Naturheilkunde zur Randerscheinung wurde und heute kaum noch ernst genommen wird. Argumentiert wird dann immer mit der sogenannten „Wissenschaft“, während auf unserer Seite aus der Erfahrung gelernt wird, per Intuition mit den Patienten gearbeitet wird und man ihnen die Überzeugung der Gesundheit einpflanzt. Diese drei Faktoren passen nicht zum wissenschaftlichen

Ansatz. Es ist damit ist auch kein Geld zu verdienen. In dem Moment, in dem das Gewinnerzielungsprinzip an erster Stelle stand, hatten sich alle Parameter verschoben. Es prallten die Meinungen eines materialistischen Weltbildes mit einem intuitiv geprägten Weltbild aufeinander, dass seit 400 Jahren überholt ist. Seitdem steht das Beweisbare im Vordergrund.

MWM: Wie bist du denn schließlich dazu gekommen die Akademie zu gründen?

Joachim: Ich wollte einen neuen Beruf etablieren und da war die Akademiegründung eine Notwendigkeit, genauso wie ein Verband, der die Leute nach der Ausbildung weiter begleitet.

MWM: Aha, deswegen Akademie UND Berufsverband! Und musstest du dafür jetzt eine Art Schulgebäude finden und anmieten?

Joachim: Nein. Ich hatte eine bereits bestehende Berufsfachschule in Würzburg gefunden. In 35 Jahren gab es im Gesundheitsbereich nur drei neue Berufe, die genehmigt wurden. Einer davon war „Podologe“ (Fußpflege) Es war also eine Berufsfachschule für Kosmetik und Fußpflege. Die Leute im Sozialministerium hatten also gesagt: „Wenn ihr den neuen Beruf an diese Berufsfachschule bringt und dazu eine Prüfung macht, können wir den Gesundheitsämtern gegenüber vertreten, dass hier eine neue Ausbildungsrichtung entsteht.“ Es war damals gar nicht vorstellbar, dass es eine alternative Ausbildung in einem neuen Gesundheitsfachberuf geben wird, die NICHT mehr wie beim Heilpraktiker darauf basiert, dass du die Diagnostik und Infektionserkrankungen erlernst. Dass du dich mit dieser klassischen Medizin und dieser wissenschaftsbasierten Medizin beschäftigst.



„Das Geistheilerurteil im Jahre 2003 war der juristische Durchbruch.“

MWM: Wie habt ihr diese Veränderungen herbeigeführt?

Joachim: Das Geistheilerurteil im Jahre 2003 war der juristische Durchbruch. Nach dem Fall der Mauer Ende des letzten Jahrhunderts waren die Geistheiler und andere freie Behandler intensiv in die Strafverfolgung gekommen. Seitdem hatten sich viele Anwälte der Thematik angenommen und dann kam der Durchbruch - Das Gericht sagte: Man kann auch heilen ohne dass

man Heilpraktiker oder Arzt ist.

Bis 2010 war es dann noch so, dass du als Nicht-Arzt oder Heilpraktiker ein Rezept oder eine Überweisung vom Arzt brauchtest, der den Patienten vorher eingehend untersucht hatte.

Dann kam das Urteil von Leipzig: „Wenn in der Methode keine Gefährdung steckt, oder das Risiko so gering ist, dass der Behandelte entscheiden kann ob er es eingehen will oder nicht, ist sie frei auszuüben.“ Seitdem gab es eine explosionsartige Vermehrung ganzheitlicher Behandler und Methoden.

MWM: Wer ist denn für die ganzen neuen Berufe zuständig?

Joachim: Die Gesundheitsämter vor Ort sind für alle Gesundheitsberufe, ob staatlich geregelt oder nicht, Ansprechpartner. Und jeden den wir ausbildeten, haben wir gebeten, bei seinem Gesundheitsamt bekannt zu geben dass er jetzt uneinheitlich geregelte Gesundheitsdienstleistungen anbietet. Er muss diese genau beschreiben und mit den entsprechenden Paragraphen versehen. Dann teilt man noch mit wo man zu erreichen ist, verspricht, dass man die Hygiene einhält, schließt Versicherungen ab und gibt seinen Berufsverband an. So dass das Gesundheitsamt keinen Angriffspunkt mehr hat.

Mit jedem Gesundheitsamt das das nicht verstanden hat, habe ich persönlich verhandelt. Ich schrieb Gutachten und befasste mich mit deren Fragen. Innerhalb von 10 Jahren hatten wir 1500 Mitglieder und waren bei den meisten Gesundheitsämtern im Westen bekannt. Der Osten kam zehn Jahre später dazu.

MWM: Wie viele Mitarbeiter hast du eigentlich?

Joachim: Ich habe das alles alleine gemacht.

MWM: Aber du sagst doch immer „wir“!

Joachim: Es gab natürlich verbündete Rechtsanwälte die daran beteiligt waren. Der Verband der Geistheiler hatte einen Rechtsanwalt, Herrn Dr. Rothmund, der wirklich sehr pfiffig war. Die Vitalogen als kleiner Zusammenschluss hatten auch einen Anwalt gefunden, der sich gut in das Thema eingearbeitet hat und ich habe Frau Dr. Oberhauser in Nürnberg gefunden, die dann 10 Jahre später mit mir ein Rechtskundebuch dazu geschrieben hat. So hatte sich ein kleines Netzwerk von Spezialisten gefunden, die sich gegenseitig aushalfen und in einzelnen Rechtsverfahren tätig geworden sind.

„Je mehr Gerichtsprozesse gewonnen wurden, desto einfacher wurde es dann.“

MWM: Wie hieß denn jetzt eigentlich der erste neue Beruf den du damals durchgesetzt hattest?

Joachim: Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke. Der war noch unproblematisch durchzusetzen, da er sehr weit von den klassischen Berufen entfernt war. Alles andere musste in Gerichtsverfahren

erstritten werden: Zum Beispiel, dass es heute Massagepraktiker gibt, dass es Massagetherapeuten gibt, Klangcode-Therapeuten, dass es einzelne neue Richtungen und neue Berufe gibt.

Je mehr Gerichtsprozesse gewonnen wurden, desto einfacher wurde es dann. Es gab ja immer mehr positive Präzedenzfälle.

MWM: Diese Gerichtsurteile beruhen ja alle auf bestimmten Gesetzen. Haben sich denn auch einige Gesetze in den letzten Jahren geändert. Vielleicht auch, um die alternativen Heilberufe wieder einzugrenzen?

Joachim: Nein. Das Heilpraktikergesetz hat sich nur geändert in der Interpretation der Gerichte. Anders sieht es mit dem Heilmittel-Werberecht aus. Das wurde in den letzten Jahren sehr zum Vorteil der Verbraucher geändert. Sie können jetzt besser informiert werden, was sie für ihre Gesundheit tun können.

MWM: Aber ich kann mir vorstellen, dass von der pharmakologischen Gegenseite auch Maßnahmen ergriffen werden, oder?

Joachim: Ja, aber erst seit kurzer Zeit. Zuerst wurden unsere klassischen, naturheilkundlichen Medikamentenherstellungen übernommen. Angefangen hatte das mit der Übernahme der Firma Bach, die die Bachblüten hergestellt haben. Seit drei Jahren übernimmt Big Pharma Stück für Stück die Firmen, die Nahrungsergänzungsmittel herstellen und schließlich kaufen sie auch noch Multilevel Marketing Firmen. Im nächsten Schritt werden wir dann eine böse Mischung bekommen aus pharmakologischen Präparaten und Nahrungsergänzungsmitteln im Multilevel Marketing Bereich.

„Sie mischen dieselben Scheiß-Stoffe hinein, die sie in die pharmazeutischen Produkte mischen.“

MWM: Ach so, das wäre die Strategie! Man versucht nicht, den alternativen Markt juristisch zu bekämpfen, sondern ÜBERNIMMT ihn stattdessen.

Joachim: Ja natürlich, dann werden die Prozesse scheinbar erst mal optimiert, aber sie mischen dieselben Scheiß-Stoffe hinein, die sie in die pharmazeutischen Produkte mischen und das macht bestimmt nicht gesund, denn mit gesunden Menschen macht man kein Geld.

MWM: Zurück zu deiner Webseite. Du trittst dort als Akademie und Berufsverband auf. Für wen ist das jetzt interessant, sich an dich zu wenden?

Joachim: Die Leute, die schon in diesem ganzheitlichen Gesundheitsbereich arbeiten, ohne dass sie einen etablierten Beruf ausüben oder einen staatlich anerkannten Abschluss haben. Die meisten davon haben immer noch das Gefühl sie sind im Graubereich und fühlen sich noch halb illegal. Wenn sie dann bei uns Mitglied werden und durch unsere Unterstützung ein Zustimmungsschreiben vom Gesundheitsamt erhalten, fühlen sie sich sicher. In der Akademie können sie sich bei uns noch eine Menge Wissen aneignen, das über ihren Spezialbereich hinausgeht um damit ihre Behandlungsmöglichkeiten zu erweitern.

MWM: Du sagst schon wieder „wir“. Wie viele Leute arbeiten denn in eurer Akademie?

Joachim: Meine Frau und ich.

MWM: Wie schafft ihr das denn alles? Das klingt nach viel Arbeit und ein Tag hat doch nur 24 Stunden.

Joachim: Ich arbeite in der Naturheilkunde schon seit 40 Jahren und wir arbeiten in der Akademie nach dem Pareto Prinzip.

„Wenn du lernst andere Menschen zu behandeln, stärkst du auch den Glauben an deine eigene Gesundheit.“

MWM: Was bedeutet Pareto Prinzip?

Joachim: Pareto bedeutet 20:80. Wir vermitteln den Leuten aus den wichtigsten Bereichen der Naturheilkunde jeweils 20 % des Wissens. Und wenn sie mit 20 % des Wissens 80 % der Erkrankungen heilen können, sind sie auf dem richtigen Weg. In unserer Webseite stecken vierzig Jahre meines Lebens. Wer bei uns gelernt hat, der kommt jederzeit an unseren Erfahrungshintergrund ran und wir können ihm dann bei konkreten Patientenproblemen helfen. Darüber hinaus bekommen unsere Mitglieder nicht nur Hilfe bei rechtlichen Dingen, sondern können auch mit familiären und persönlichen Problem zu uns kommen. Wir helfen dann zum Beispiel mit Familienaufstellungen.



MWM: Wie hoch ist denn der Mitgliedsbeitrag bei euch?

Joachim: Die Mitgliedschaft in unserem Berufsverband kostet 88 € im Jahr. Normalerweise kostet ein Berufsverband 200 €, die Haftpflichtversicherung 250 € und wenn du dann zu einem Rechtsanwalt gehst und der deine Webseite anschauen soll, dann kannst du nochmal 500 € hinblättern. Wenn du einen Shop hast, brauchst du dafür auch nochmal eine Rechtsbegleitung.

MWM: Für wen ist es denn noch alles interessant, sich eure Webseite mal anzuschauen?

Joachim: Das sind einmal Menschen die aus anderen Berufsrichtungen kommen und sich neu orientieren wollen und einige sind auch dabei die sagen: „Eigentlich geht es mir mehr um mich. Ich möchte wieder ganz gesund werden“. Die haben meine These mal gehört – wenn du es lernst, andere Menschen zu behandeln und es dann auch machst, dann stärkst du auch den Glauben an deine eigene Gesundheit. Du glaubst an die Dinge die du machst und gibst dein Zutrauen und deine Zuversicht an andere Menschen weiter. Dieses innere Zutrauen ist die Grundvoraussetzung dafür, dass sich Materie verändert.

Webseite von „Natürlich Gesund e.V.“: www.ngev.org

Machtvolle Intentionen Die heilende Energie der „Kraft der Acht“



Himmlische Kräfte begegnen uns in unterschiedlichsten Formen – mal können wir sie sehen, meistens aber wohl nicht.

Ganz genau erinnere ich mich an die sonnige Autofahrt, sogar an die vorbeifliegenden Gebäude, auf der ich erstmals von einer unglaublichen Idee hörte. Die Freundin auf dem Rücksitz erzählte von einem schwer erkrankten Menschen, um dessen Bett sich acht Leute versammelt hatten, um gute Wünsche für ihn in den Himmel zu schicken – und damit seine Genesung einleiteten.

Die Idee faszinierte mich. Sollte es wirklich so einfach sein? Nur mit der Kraft der Gedanken Dinge bewegen, Menschen gesunden zu lassen? Das müsste man doch mal ausprobieren ...

Kurze Zeit später hielt ich das Buch „Die Kraft der Acht“ in den Händen. Nicht, dass ich es hätte kaufen müssen, nein, eine andere Freundin, die auch auf der Autofahrt dabei war, brachte es mit.

Fasziniert tauchte ich ein in die Schilderungen von Lynne McTaggart, die das Konzept schon viele Jahre verfolgt und dazu forscht. Sie versucht in diesem Buch, das eigentlich Unfassbare dann doch irgendwie fassbar zu machen, einen „wissenschaftlichen“ Beleg zu finden, und kommt tatsächlich zu einigen signifikant belegbaren Ergebnissen.

Berührt haben mich aber viel mehr die vielen „Einzelschicksale“, wie etwa das von Don: Ich hatte bereits angefangen, über Kleingruppen nachzudenken, nachdem ich gehört hatte, was mit Don Berry passiert war. Don, ein US-Veteran aus Tullahoma, hatte sich im März

2007 auf meiner Webseite zu den Intentionsexperimenten angemeldet und sich als »Zielobjekt« für das erste Experiment am lebenden Menschen angeboten. 1981 hatte man bei Don Morbus Bechterew diagnostiziert. Seine Wirbelsäule war versteift, er konnte sich nicht mehr zur Seite beugen. Selbst seine Rippen schienen wie festgefroren, sodass er seit mehr als 20 Jahren den Brustkorb nicht bewegen konnte. Er hatte außerdem zwei künstliche Hüftgelenke gebraucht und litt unter ständigen Schmerzen. Und er besaß zahlreiche Röntgenaufnahmen und Arztberichte, die seinen medizinischen Zustand über die Jahre hinweg dokumentierten. Eventuelle Veränderungen waren also problemlos nachzuweisen.

Nachdem Don sich in meinem Blog zu Wort gemeldet hatte, sandten ihm Mitglieder meiner Online-Gemeinde zweimal wöchentlich heilende Intentionen. Er wiederum begann, über seinen Gesundheitszustand Tagebuch zu führen. »Im Verlauf des Experiments fühlte ich mich allmählich immer besser«, schrieb er mir. »Die Heilung fand nicht sofort statt, doch mein Wohlbefinden stieg langsam, und ich hatte weniger Schmerzen.«

Acht Monate danach schrieb Don mir erneut. Als er zu seiner halbjährlichen Kontrolluntersuchung beim Rheumatologen ging, konnte er diesem zum ersten Mal seit Jahren berichten, dass er sich großartig fühle und nur gelegentlich Schmerzen habe. »Ich bin immer noch steif, aber

Fortsetzung Seite 15

ich habe das Gefühl, als könnte ich mich besser bewegen. Und auf der Schmerzskala liege ich deutlich unter meinem üblichen Wert«, sagte er dem Arzt. »Ich kann mich nicht erinnern, mich in den letzten Jahren auch nur einmal so gut gefühlt zu haben.«

Der Arzt holte sein Stethoskop heraus und horchte Dons Herz ab. Dann ließ er ihn tief ein- und ausatmen, horchte ihn noch einmal ganz genau ab und sah Don plötzlich ganz überrascht an. Mit ungläubiger Miene verkündete er: »Ihr Brustkorb hat sich soeben bewegt!«

Der Arzt, schrieb Don, habe ihn offenen Mundes angestarrt. »Mein Brustkorb bewegt sich!!!! Ich fühle mich wie ein ganz normaler Mensch! Ich hatte keine Spontanheilung zu verzeichnen, aber das Intentionsexperiment hat bei mir ein paar Räder in Gang gesetzt, sodass ich mich jetzt viel besser fühle. Außerdem habe ich dabei gemerkt, dass meine Art zu denken meine Gesundheit und meine Umwelt ganz erheblich beeinflusst hat.«

(Lynne McTaggart: Die Kraft der Acht – Wie die Intention einer kleinen Gruppe unser Leben heilen und die Welt verändern kann; München 2018)

Gehört hatte ich schon von der heilsamen Kraft von Gebeten. Vera Birkenbihl hatte in einem ihrer Vorträge von einem amerikanischen Kardiologen berichtet. Dieser hatte Herzpatienten in mehrere Kontrollgruppen eingeteilt und festgestellt, dass die Gruppe, für die gebetet wurde, eine signifikant bessere Genesung erlebte als die Kontrollgruppen. Die Betenden gehörten den verschiedensten Religionsgemeinschaften an.

In einigen beiläufigen Gesprächen stellte ich fest, dass Neugier und Interesse an einer Gruppe besteht, die Intentionen für andere Menschen in den Himmel schickt. So trafen wir uns einige Zeit später zur ersten Kraft-der-Acht-Runde, die nun seit fast zwei Jahren wöchentlich unser Leben bereichert.

Bei unseren Treffen fragen wir in der ersten halben Stunde nach einem Anliegen der Anwesenden. Das können gesundheitliche, partnerschaftliche, finanzielle, berufliche oder ganz andere Probleme sein, die einen von uns oder Menschen außerhalb unseres Kreises betreffen. Dann einigen wir uns auf eine Intention, die das Problem so beschreibt, als sei es schon gelöst. Beispiel: Karins Fuß ist gebrochen und verursacht starke Schmerzen. Die Intention würde lauten: Karins Fuß ist verheilt, die Schmerzen sind verschwunden und sie kann wieder gut laufen.

Nun beginnt eine 15-minütige Meditationsphase, in der eine leise Mantramusik erklingt. In den ersten fünf Minuten kommen wir zur Ruhe, konzentrieren uns auf uns und unsere Verbindung „nach oben“. Das kann Gott, das Universum, Jahwe, Allah oder sonst eine himmlische Macht sein, mit der wir uns verbunden fühlen.

Nach fünf Minuten sind in der leisen Musik Möwenrufe zu hören; das ist der Beginn der Intentionsphase. Nun konzentrieren wir uns auf das Anliegen. Wir stellen uns bildlich vor, wie der Fußknochen zusammengewachsen, wie der Schmerz vergangen ist und wie Karin leichtfüßig herumspaziert – und bitten unsere höhere Kraft, dies zu bewirken. Alle Bilder, die zu dieser guten Entwicklung in unseren Köpfen entstehen, sind willkommen. Nach insgesamt 15 Minuten endet die Musik und wir tauchen langsam wieder auf.

Im Anschluss tauschen wir uns über unsere Empfindungen aus, manchmal sind es erstaunliche Bilder und Gedanken, die in den Meditationen auftauchen.

Ja, und es passieren auch Dinge. Jemand kann es in seinem Job kaum noch aushalten, hat aber Angst, die finanzielle Sicherheit aufzugeben und ganz in die Selbstständigkeit zu wechseln. Am Tag nach der Intention klingelt das Telefon und ein neuer Auftrag sichert die nahe Zukunft ab. – Ein Paar mit zwei Kindern befindet sich in Trennung. Die Intention sagt: Ihre Herzen öffnen sich und niemand in der Familie nimmt seelischen Schaden an der Situation. Das Paar findet wieder zusammen. – Bei diesen wie bei vielen anderen guten Entwicklungen nach einer Intention bleibt deren Einfluss im Verborgenen. Das macht aber gar nichts, denn einzig wichtig ist die gute Entwicklung.

Ein weiteres Phänomen ist, dass es auch den Bittenden nach einer Meditation für andere besser geht. Nicht selten endet die Intention mit einem Gefühl der Ruhe und Zufriedenheit, das auch anhaltend sein kann.

Zu unserer Gruppe gehören elf Personen, von denen in der Regel sechs bis sieben anwesend sind. Für die anderen stellen wir die Intention online zur Verfügung, damit sie sich, wenn sie möchten, auch aus der Ferne daran beteiligen können.

Inzwischen haben sich in der Umgebung zwei weitere Gruppen gebildet, die sich ebenfalls regelmäßig treffen – und erstaunlicherweise gibt es in keiner der Gruppen Ermüdungserscheinungen. Der Wunsch nach der Entwicklung anderer ist wohl ein sinnstiftender Lebensinhalt.

Die heilende Kraft hautnah erlebt Mit Dr. Joe Dispenza im Energiefeld der Acht

Als ich die Kraft der Acht zum ersten Mal hautnah erlebt habe, wusste ich so gut wie nichts darüber. Die Namensgeberin dieser einzigartigen Heilmethode, Lynne McTaggart, kannte ich vom Hörensagen, mehr nicht.

Sommer 2024 in Dallas, Texas. Ich befinde mich in einem Kongresszentrum inmitten einer der heißesten Gegenden der USA, mit Tagestemperaturen im Juli zwischen 40 und 50 Grad. Hinter mir liegen fünf erfüllte Tage voller Meditationen, Vorträge, Tanzen, Freude und Austausch mit – wildfremden – Gleichgesinnten. Insgesamt rund 2000 Menschen aus über 80 Ländern sind, auf der Suche nach Heilung, an diesen Ort gekommen, um Dr. Joe Dispenza in einem sogenannten Week Long Retreat live zu erleben. Die ersten fünf Tage dieser einwöchigen Auszeit gehören bereits zu den intensivsten spirituellen Erfahrungen meines Lebens. Doch ab Tag sechs geht das Erleben noch einmal tiefer. Die Anwesenden des, stets gut gekühlten, Vortragsraums werden gleich morgens aufgeteilt in Gruppen á acht Personen, sogenannte Healer (Heiler). Ihnen wird jeweils ein Healee zugeteilt, ein „zu Heilender“ oder auch „Heilung Empfangender“. Wir Healer setzen uns auf Stühle gegenüber, vier von uns auf jeder Seite. Auf dem Boden zwischen uns liegt bereits unser Healee, eine junge Frau mit wilden Locken und zarten Gesichtszügen. Sie hat die Augen geschlossen. Der ganze Raum ist aufgeteilt in diese Kleingruppen: Acht plus eins. Während Joe Dispenza uns mit einer Meditation auf das Bevorstehende eingestimmt, tragen wir unsere Meditationsmasken und konzentrieren uns auf seine Worte. Mit eindringlicher Stimme, begleitet von Musik erinnert er an die heilende Kraft in uns, an diese unfassbare, unserem Herzen innewohnende, naturgegebene Energie. Ab jetzt ist mein Körper von einem unbeschreiblichen Kribbeln durchzogen, mein

Brustkorb verströmt ein Gefühl der Wärme. An einem Punkt fordert Dispenza uns auf, die Hände vorsichtig zu heben und die Handflächen in Richtung unseres Healees zu richten. Acht Menschen, 16 Hände, kreieren ein Energiefeld, allein aus der geistigen Fokussierung, der gezielten Lenkung geballter liebevoller Intention für diesen einen Menschen in unserer Mitte. Ein unbeschreibliches Gefühl einer nie dagewesenen Intensität fließt durch meine Körperzellen, greifbare Energie, aufrechterhalten durch – die Kraft der Acht für unseren Healee. Nach einer für mich schwer greifbaren Zeit holt Dispenza uns zurück, bittet uns, langsam und sehr achtsam, die Hände zurückzunehmen. Das Feld der Acht löst sich auf. Behutsam öffnen wir die Augen. Und auch unser Healee taucht langsam wieder auf. Tränenüberströmt, mit einer nicht in Worte zu fassenden tiefen Dankbarkeit für das, was sie empfangen durfte, schenkt sie uns, jedem Teil unserer Acht, ein von tiefem Glück erfülltes Lächeln. Und wir? Genauso dankbar, zutiefst erfüllt, glücklich. Weitere drei Male darf ich diesen Prozess erleben, ich werde mehrere Berichte über Heilungsgeschichten hören, die, wären sie nicht vorgetragen von echten Menschen auf der Bühne, die ergriffen und sichtbar bewegt von sich und ihrem Weg zur Heilung erzählen, ausgedacht wirken könnten. Auf unbegreifliche und magische Weise erinnert uns all das an die Macht zur Veränderung, die in jedem einzelnen von uns steckt. Der Gedanke allein schenkt mir Kraft. Wir haben das Potenzial, uns freizumachen von allem, was uns im Außen nicht guttut und stattdessen unseren Geist bewusst auf das Gute, Positive auszurichten. Mit etwas Übung funktioniert das auch für jeden Einzelnen, auch ohne Acht. Energy flows where the mind goes.

Daniela Aue-Gehrke

Impressum

Redaktion: Daniela Aue-Gehrke, Mechthild Düpmann, Oliver Schindler (V.i.S.d.P.), Sven Tietgen, Carin Utermöhle, Peter Duddek

Layout und Umsetzung: Marion Schönhoff

Hast du Ideen, Vorschläge, Kritik oder möchtest uns sonst etwas mitteilen? Dann schreib uns gerne an: mwm@menschlichwirtschaften.de

Die Online-Zeitung „Menschlich Werte Medien“ ist entstanden in Kooperation mit der Genossenschaft „Menschlich Wirtschaften“: www.menschlichwirtschaften.de. Dort wird sie auch künftig online abrufbar sein. Bis dahin ist MWM noch eine Sparte bei www.radio-berliner-morgenroete.de.