

Im Wandel der Zeit

Schule des Lebens

Mensch - Natur - Kultur



Ausgabe Jänner 2018

Zwei Mädchen retten Bali vor der Plastik-Flut

(von *Stephanie Probst*,
7. Juni 2017)

Melati und Isabel – zwei, die nicht mehr zusehen wollten! Wegen dieser beiden Mädchen bin ich hier in Pererenan! Es sind die Schwestern Melati und Isabel, die mit ihrem genauso entschlossenen wie geschickten KAMPF GEGEN den PLASTIKMÜLL weltweit schon in jüngsten Jahren einige Bekanntheit erlangt und geschafft haben, was kein Erwachsener vor ihnen überhaupt versucht hat: Plastiktüten sollen bis zum nächsten Jahr komplett aus ihrer Heimat Bali/Indonesien verbannt werden.

Verschwitz drücke ich mich in den Schatten am Rand einer schmalen Straße. Es ist früh am Nachmittag und heute sehr schwül auf der indonesischen Insel Bali. Das Örtchen Pererenan wirkt verschlafen. Vor einem kleinen Geschäft sitzen drei Männer in traditioneller Kleidung. Sie winken, meinen aber nicht mich, sondern zwei Mädchen, die gerade die Ladenbesitzerin hinter ihrer bunt voll gehängten Theke ansprechen. Leider kann ich nichts verstehen. Doch was die drei balinesischen Männer vor dem Laden anerkennend raunen, ist klar: „Ah! Bye Bye Plastic Bags.“ – Tschüss Plastiktüten. Ob du nun durch die Reisfelder nach Hause läufst, ob du schwimmen gehst oder surfen: Immer ist überall Plastikmüll um dich herum. (Melati Wijsen).

Nun haben Melati und Isabel eine Revolution gestartet – mit gerade einmal zehn Jahren! Vier Jahre ist es nun her, dass die Schwestern – inspiriert durch ein Schulthema – ihre Initiative „Bye Bye Plastic Bags“ gründeten. Die Jüngere, Isabel, war damals erst zehn Jahre alt:



Melati & Isabel

„In der Schule ging es um Menschen, die die Welt verändert haben, wie Nelson Mandela. Auf dem Weg nach Hause haben wir überlegt, was wir als Kinder hier und jetzt tun Können.“

Das ist unsere Insel, wir wissen, dass sie in Plastik ertrinkt. Und es liegt an uns, das zu ändern! Man sieht an Balis Stränden, was man an anderen Orten wesentlich leichter verdrängen kann: Gerade zur Regenzeit spuckt das aufgewühlte Meer den Plastikmüll haufenweise wieder aus. „Ein NEIN zu Plastiktüten ist der erste und einfachste Schritt!“ Melati spricht die ganze Zeit voller Überzeugungskraft. „Es ist wie ein Aufwärmen für die Veränderung, die dringend passieren muss.“

Gleich mit der ersten Idee einer Online-Petition erreichen die beiden Mädchen aus Bali innerhalb einer Nacht 6000 Menschen auf der ganzen Welt. „Das war einer der Momente, in denen uns klar wurde, jetzt gibt es kein Zurück mehr!“ Von nun an trommeln Melati und ihre Schwester für ihre Idee wo sie nur können. Sie sprechen auf Jugend-Konferenzen, an Schulen, auf Märkten und Festivals und erlangen durch einen beeindruckenden TED-Talk weitere internationale Aufmerksamkeit.

„Wir wollen mehr sein als eine Inspiration. Schließlich geht es um die Welt, die wir gerade beginnen zu übernehmen!“

Wir möchten ernst genommen und in politische Entscheidungen einbezogen werden.“ Melati und ihre Schwester sind bereit, einiges für diesen Wunsch zu tun. Um Gehör bei ihrer Regierung zu finden, treten die beiden 2014 sogar in einen Hungerstreik. Nach nur zwei Tagen werden sie zu Balis Gouverneur gebeten. Viele Gespräche folgen und schließlich unterschreibt Balis Regierung die Vereinbarung, Plastiktüten ab 2018 komplett von der Insel zu verbannen. Inzwischen wissen Isabel und Melati ein Team von bis zu 40 Jugendlichen hinter sich. Inzwischen sprechen sie auf internationalen Kongressen wie der gerade laufenden UN-Meereskonferenz in New York und mit Politikern wie UN-Umweltprogrammchef Erik Solheim. Inzwischen helfen die Jugendlichen auf der ganzen Welt, ihre Heimatorte ebenfalls vom Plastikmüll zu befreien.

(<https://blog.wwf.de/bali-plastik-frei>)

Wir Kinder machen uns große Sorgen um unsere Zukunft!

Wir pflanzen Bäume und setzen uns für KLIMAGERECHTIGKEIT ein, damit nicht die Kinder in den armen Ländern unter der Klimakrise leiden, welche die reichen Länder mit verursacht haben. Sie können uns unterstützen:

Übernehmen Sie die Patenschaft für einen oder mehrere Botschafter für Klimagerechtigkeit und ermöglichen Sie so die Ausbildung und Betreuung der Kinder, vor allem in den ärmeren Ländern.

Weiteres unter: info@plant-for-the-planet.org www.plant-for-the-planet.org



Wir haben unsere Umwelt so radikal verändert, daß wir uns jetzt selber ändern müssen, um in dieser neuen Umwelt existieren zu können.

(Norbert Wiener)



Setzen wir uns für eine Welt OHNE PLASTIK ein? NEIN!

Nicht wirklich, sonst wäre es uns längst gelungen, den Plastikverbrauch – zumindest einzudämmen. Im Gegenteil, Obst und Gemüse, Salat und andere Lebensmittel werden zwei- und auch dreimal in Plastik verpackt! Und das, obwohl schon seit Jahren auf die Gefahr hingewiesen wird, dass unsere Welt bald in Plastik versinkt, dass die Meere und wunder-schönen Strände mit riesigen Plastikmüllhalden verseucht werden, Fische und andere Meerestiere sterben und durch unseren Konsum dieser Tiere auch in unserem Blut als Mikroplastikteilchen nachgewiesen werden. All das hat bisher nicht gereicht für eine nachhaltige Veränderung in den Verpackungsindustrien. Felix Steinle schrieb kürzlich in der Kleinen Zeitung in seinem Artikel: „Kampf gegen Plastik nimmt Fahrt auf“, dass die Verschmutzung der Ozeane eines der dringlichsten globalen Probleme ist. Eine der Hauptursachen: Plastikmüll! Nach einer Anfang 2015 in der wissenschaftlichen Zeitschrift „Science“ veröffentlichten Studie gelangten im Jahr 2010 etwa acht Millionen Tonnen dieses Unrats in die Weltmeere. Während Umweltorganisationen schon lange auf diese Problematik aufmerksam machen.

Ist das wirklich wahr? Oder werden wir nur wieder ruhig gestellt, um ja nicht auf eine wandelbare Möglichkeit hinzuweisen? Es ist einfach unglaublich, wie ignorant wir uns verhalten, wie wir Menschen mit unserer Erde umgehen, ist sie doch die einzige Erde, die uns ein Überleben sichern kann!!!!???

Und...ihre Ressourcen waren schon seit dem 8. August 2017 verbraucht! Wie soll es nur weitergehen, wenn wir uns einfach gefallen lassen, dass das Thema „Umwelt“ keinen Vorrang in politischen Entscheidungen bekommt?

Was brauchen wir Fußball, Bildung, Sport u.a., wenn wir keinen Lebensraum mehr haben, in dem wir atmen können!? *Caroline Power rüttelte die Welt mit ihren Fotos auf facebook wach:*
www.facebook.com/caroline.power3

Ihre Fotos der Plastikteppiche, die sie vor Honduras vorfand, gingen um die Welt. Die Grenzen der Verwundbarkeit unseres Ökosystems wirken hier wesentlich unmittelbarer, die oft totgeschwiegene Parallelwelt nimmt glaubwürdige Formen an. Die weithin sichtbaren Plastikteppiche zersetzen sich durch den Einfluss von UV-Licht. Aus kleinen Plastikzerzeugnissen werden dann Mikroteilchen. Diese werden von Fischen für Nahrung gehalten und enden in den Mägen. Welche Auswirkungen diese Plastikteilchen für den Menschen bedeuten ist noch weitgehend unerforscht.

Bewusstsein & Zukunft

„Das Bewusstsein, das nur die Gegenwart erfasst, ohne einen Gedanken an die Zukunft, kann nicht an der Evolution festhalten, weil für solch ein Bewusstsein die Kette der Jahrhunderte schwindet. Erweitert sich aber das Bewusstsein, erfasst es die große leitende Kette von Ursachen und Wirkungen. Nachdem auf diese Weise die Evolution errichtet wird, ist die Offenbarung von Ursachen so wichtig.“ *(Hierarchie, §381)*

„Aufgabe einer wahren Schule ist es, das Bewusstsein in die Zukunft zu lenken. Es scheinen nur wenige zu verstehen, dass das Ausrichten des Bewusstseins in die Zukunft der Bildung eines leitenden Magneten gleichkommt. Das erfolgt, wenn das Bewusstsein völlig in die Zukunft bestrebt ist. Man könnte meinen, dass viele zuweilen in die Zukunft denken, doch sie tauchen nachher wieder in die Vergangenheit unter. Man sollte nicht nur einzelne Gedanken auf die Zukunft richten, sondern das Bewusstseinswesen sollte auf den Schlüssel der Zukunft abgestimmt werden. Solch eine Umwandlung kann man nicht erzwingen; man kann sie nur erreichen, wenn man die Zukunft immer stärker liebgewinnt.“ *(Feurige Welt II, §60)*

„Wie wollen wir denn unser Bewusstsein erweitern und den Geist erheben, wenn wir die Hand der Hierarchen nicht annehmen? Eigendünkel hält den Fortschritt unheilvoll auf! Deshalb ist es recht, allen, die von übermäßiger Hingabe zum Lehrer sprechen, zu sagen, dass man nur durch die Kraft der Hingabe zum Lehrer eine Verfeinerung des Bewusstseins erlangen kann. Die Pflege des Geistes und der Gedanken erfordert eine unbesiegbare Hingabe zur Hierarchie. Nur so kann der Geist sich erheben; nur so kann man sich in der Evolution des Geistes festigen. So schließt ein vereintes Bewusstsein auch die Schönheit des Dienens ein. Wenn die Bogen der Bewusstseine sich vereinen, herrscht Licht, und die höchste Bestimmung wird bestätigt. Nur so wird die Erfüllung des höchsten Gesetzes erreicht. So bauen wir auf!“ *(Hierarchie, §128)*

Wir leben in einer Zeit der Bewußtseinsflüchtlinge in die materielle Ablenkung.

(Elmar Kupke)

DANKBARKEIT - ein Schlüssel zu einem freudvollen & sinnvollen Leben

Dankbar zu sein beginnt mit einem „Danke“. Wir können nicht gleichzeitig von Herzen dankbar und unglücklich sein, denn Dankbarkeit ist eine Qualität des Herzens, die viel zu unserem „glücklich sein“ beitragen kann, denn sie ist ein wesentlicher Teil der Liebe und bringt uns unserem wahren Wesen näher. Unser aller Aufgabe ist es, das Leben als Geschenk „Gottes“ oder auch des Universums anzusehen und zu begreifen, dass wir das Leben verstehen, annehmen und daraus lernen können. Durch Angst und Zweifel, durch Unvertrauen und daraus erwachsene unangenehme Charaktereigenschaften begrenzen wir uns ständig, stellen uns gegen den Fluss des Lebens. Wenn wir uns auf die Höhen und Tiefen des Lebens einlassen und erkennen, was wir daraus lernen sollten/könnten, bringt genau dieses Lernen uns weiter, führt uns näher zu uns selbst und dem Ausdruck unseres wahren Seins. In diesen Phasen ist es wesentlich auf das zu schauen, was wir haben und was wir wirklich wollen – mit den Augen der Fülle, und nicht nur auf das schauen, was wir noch zu erlösen haben - mit den Augen des Mangels. Wie es so schön heißt: Das Glas ist halbvoll oder halbleer! Diese Entscheidung liegt ganz bei uns selbst! Der Philosoph Wilhelm Schmid spricht in seinem neuen Buch „Auf der Suche nach dem Glück“ davon, dass nicht das Glück uns wirklich glücklich macht, sondern der Sinn, den wir in unserem Leben finden müssen, und dass wir aufhören zu glauben, dass wir unbedingt glücklich sein müssten!? Sinn zu finden in dem was wir tun sei viel dauerhafter als Glück. Wie wäre es wohl, wenn unser Leben nur aus Glück bestehen würde? Müssen wir uns das nicht einmal vor Augen halten? Können wir nicht das Positive erst dann wirklich schätzen, wenn wir auch das Negative kennen? Denn ohne negativ gibt es kein positiv, auf schlechte Laune folgt eine gute Laune, das ist wie ein Ein- und Ausatmen. Stellen wir uns vor, wir würden nur einatmen und dann... den Atem anhalten? Wäre das ein Leben? Wir würden doch einen wesentlichen Teil des Lebens, nämlich das Ausatmen ausschließen; aber zum Ausatmen gehört auch das Loslassen. Das Loslassen von Vergangenen ist sehr wesentlich, um für das Neue Platz zu schaffen, uns in Geduld zu üben und innere Gelassenheit zu

entwickeln. Und für diesen Übergang und vieles mehr ist die Dankbarkeit ein Schlüssel, wie ein Instrument, das uns unserem Herzen näher bringt. In Wirklichkeit ist es die Dankbarkeit, die jedem Geschenk – auch dem Geschenk Leben - einen echten Wert verleiht.

**„Das wichtigste Gebet in der
Welt besteht nur aus zwei
Worten: „DANKE SCHÖN“**

(M. Eckhardt)



Freude durch Geben

Im Zusammenhang mit dem Problem Freude muss auch noch die Frage des Opfers und des Gebens behandelt werden. Nicht ohne Grund lehrte Christus: „Geben ist seliger denn nehmen.“

Im Agni Yoga spricht der neue Lehrer im Buch „Feurige Welt I, §626: „Das Geben ist das Grundprinzip der feurigen Göttlichkeit des Geistes...!“

Für Wesen von hohem Rang ist Geben eine freudige Pflicht. Wir sollten diesen Grad der Feurigkeit anstreben, so erreichen wir das Gleichgewicht mit dem Feurigen Prinzip und Geben wird zum Empfangen.“ Wer immer in die Lage kam zu helfen, weiß aus persönlicher Erfahrung, dass die Freude des Gebens größer ist als die des Nehmens oder Empfangens. Die Freude des geistigen Schenkens ist sogar noch größer als die, irdische Geschenke geben zu können, denn letztere sind vergänglich, geistige hingegen haben bleibenden Wert. Es gewährt auch eine größere Freude, irdische Güter dann verschenken zu können, wenn sie einem nützlichen geistigen Zwecke und dem Wohle der Menschheit dienen. (Leobrand)

Religion - Konfession

Religion gehört zu den höchsten Kulturgütern der Menschheit. Sie ist die Bindung des Einzelnen an seinen göttlichen Ursprung (religio) und das Band der Verehrung zur Weltalllenkung und Schöpferkraft, die in den schönsten Kulturdenkmälern der Menschheit sichtbaren Ausdruck gefunden hat. Im Zeitalter des kommenden Weltreiches, wo die Grenzen fallen werden, muss auch der Kampf der Konfessionen und der Kirchen untereinander und gegeneinander sowie die gegenseitige Diskriminierung, wie sie heute noch vorkommt, beendet werden.

Sämtliche Weltlehrer und Gründer der Weltreligionen stammen nachweisbar aus ein und derselben Quelle. Sie sind Mitglieder der Interplanetaren Regierung. Sowohl Christus als auch Buddha, Konfutse, Laotse, Zarathustra, Krishna, Mohammed und viele andere gehören ihr an. Sie sind alle Mitglieder der großen Gemeinschaft der Älteren Brüder der Menschheit, die uns in ihrer Entwicklung weit vorausgegangen sind und als Abgesandte von höher entwickelten Planeten zur Erde kamen. Die meisten von ihnen stammen von der früheren Venus, die uns in jeder Hinsicht voraus ist.

Der Kampf der einzelnen Konfessionen untereinander, die sich vielfach gegenseitig in die Hölle verdammen, ohne dazu in der Lage zu sein, ist sehr traurig. Noch beschämender ist der Kampf der Christen untereinander, er ist geradezu ein Weltskandal. Wie können sich Menschen, die sich demselben Gottessohn der Nächstenliebe bekennen, untereinander bekämpfen und gegenseitig mit Feuer und Schwert ausrotten, wie dies noch in den letzten Jahrhunderten der Fall war!

Die Wahrheit ist überall. Sie ist bei Christus, bei Buddha und allen anderen Weltlehrern, die nichts anderes sind als eine Gruppe einander innig liebender Brüder. Sie haben sich niemals gegenseitig bekämpft. Ihr Kampf galt nur der Lüge, der Unwissenheit und Satan, Samael, dem gefallenen Fürsten dieser Welt und heutigen Herrn der Finsternis. Hier allein waren und sind sie unnachgiebig und kompromisslos.

(Leopold Brandstätter, 20. Februar 1915 in Wallern, verstorben Februar 1968 in Linz, österreichischer Naturphilosoph und Geisteswissenschaftler)

www.weltspirale.com

Wechsle die Lage deiner Bürde

Drückt Dich die Bürde schwer? Ist Deine Schulter wund gerieben, dein Rücken tief gebeugt? Sind deine Nerven und Muskeln straff gespannt und überanstrengt durch das Gewicht der Last, die du trägst? Liegt das Weh der Welt so schwer auf deinem Herzen, dass du meinst, es müsse seine Bande sprengen? Dann, Kind meiner Sorge, verlege deine Bürde von der Schulter auf deinen Rücken, vom Nerv aufs Herz, vom Herzen auf die Schulter! Das Gewicht ist nötig! Die dir auferlegte Last trägt das Lösegeld in sich, die Krone deiner Seele. Denke daran, dass nur in Dunkelheit und der Stille, unter dem schweren Druck menschlichen Elends, das Gotteslicht sein Eigen empfängt und ins Leben ruft! Deshalb wechsle die Lage deiner Bürde, mein Kind, und warte geduldig auf Erlösung, bis das Gesetz dich frei macht! Mindestens wird das Wechseln dir Erleichterung bringen – vielleicht aber mehr, indem es dir eins von des Lebens köstlichsten Geheimnissen enthüllt.

Erfüllung durch den Glauben

Wenn der Glaube geduldig auf Erfüllung wartet, dann wird Erfüllung ihn rechtfertigen. Den Unglauben aber, der den Glauben im Entstehen tötet, wird der Zweifel selbst anfallen und stürzen. Glaube an Deinen Gott, an dich selbst, an deine Ideale und lebe ewig! Zweifle an deinem Gott, an dir, an deinen Idealen und stirb der Wahrheit! Der Zweifel wendet dem Glauben anmaßend den Rücken zu und verliert sich selbst im Abgrund der Verzweiflung. Die Wahrheit erblickt in weiter Ferne einen Stern, nimmt ihn als Ziel, geht ihren graden Weg – und erreicht den Stern. Kein Mensch kann eine Lüge glauben, wenn er sich selbst damit täuschen möchte. Überzeugung lebt nur in der Wahrheit. Glaube und Überzeugung sind wie Liebende. Unglaube und Zweifel sind zwei Nebenbuhler – beide werben um die Hand der Verzweiflung. (*Tempellehren Buch 1*)

Der Wert eines Menschen

Sie sind für Gott von unschätzbarem Wert! Mir ist klar, dass es angesichts von etwa sieben Milliarden Menschen auf der Erde schwerfällt zu glauben, dass es keine „gewöhnlichen“ Menschen gibt. Wenn jeder etwas Besonderes ist, was ist dann wiederum das Besondere an einem Menschen? Und warum sollte jeder dieser

sieben Milliarden Menschen überhaupt für Gott zählen und von Bedeutung sein? Warum sollte gerade ihr Leben zählen und von Bedeutung sein? Trotzdem bleibe ich dabei und behaupte, dass jeder dieser sieben Milliarden Menschen auf seine ganz bestimmte Art und Weise einzigartig und für Gott von unschätzbarem Wert ist. Die beiden Gleichnisse aus dem Lukasevangelium verraten uns etwas über den Wert eines jeden Menschen. Diese Verse zeigen deutlich, dass ein einziger Mensch in Gottes Augen einen enormen Wert darstellt. Jesus verdeutlicht das zuerst am Gleichnis von dem Hirten mit den hundert Schafen. Als der Hirte zurückkommt und seine Schafe zählt, vermisst er eines. Er sucht es überall, kann es aber nirgends finden. Die Freunde und Familienangehörigen fangen schon langsam an zu fragen: „Hast du das Schaf schon gefunden?“ „Nein“, antwortet er traurig, „leider noch nicht.“ Tagelang sucht der Hirte vergeblich nach dem Schaf. Doch eines Tages findet er das Tier schließlich doch noch. Voller Freude nimmt er das Schaf auf seine Schultern und eilt nach Hause. Er ruft seine Familie und Freunde zusammen und sagt: „Seht her! Ich habe mein Schaf wieder!“

Man könnte fragen: „Warum macht sich dieser Hirte eigentlich die ganze Mühe und so viel Aufhebens um ein einziges Schaf? Er hat doch schließlich noch neunundneunzig andere! Da kommt es doch auf dieses eine Schaf nun wirklich nicht an.“ So denken viele über die Menschen. Sie meinen, weil es sieben Milliarden Menschen gibt, käme es auf einen einzelnen Menschen gar nicht an. Doch Jesus zeigt uns mit dieser Geschichte, dass er auf die gleiche Art und Weise uns Menschen betrachtet, wie der Hirte seine Schafe sieht. Jeder einzelne Mensch ist kostbar in den Augen Gottes! (*entn. aus „Weil du es wert bist... und dein Leben zählt!“, Bobby Schuller*)
www.hoursofpower.de

Wenn Mama drei Jobs hat:

Kinderarmut in Österreich

Was wir alle wissen! Österreich ist ein reiches Land. Trotzdem leben 18 Prozent der Menschen hier in Armut oder sind von ihr gefährdet. 2016 war jedes fünfte Kind betroffen. Mehr als 250.000 Menschen betrifft das sogar erheblich. Ihr Einkommen ist so gering, dass sie es sich nicht leisten können, ihre Wohnung richtig zu heizen oder eine neue Waschmaschine zu kaufen. Eine unerwartete Ausgabe kann ihre Existenz vernichten.

Armut äußert sich in Österreich bei Kindern und Jugendlichen weniger in Hunger und einem Leben auf der Straße. Sie bedeutet Krankheit, Ausgrenzung und Lernschwächen. Sie nimmt Einfluss auf die Entwicklung und beeinträchtigt häufig auch das spätere Leben als Erwachsener. Was die betroffenen Kinder und Jugendlichen wissen ist, wie es ist, in einer kalten Wohnung zu frieren. Keine Freunde einladen zu können. Überhaupt keine Freundschaften zu schließen, aus Angst, die Lage daheim würde entdeckt. Wie es ist, die kranke Mutter zu pflegen. Die Mutter drei Jobs hat und trotzdem nie Geld da ist. Wie es ist, sich jeden Arztbesuch zu überlegen, weil alle Behandlungen mit Selbstbehalt eine Katastrophe bedeuten. Angst vor der Zukunft zu haben. Keine Ruhe zum Lernen zu haben, keine Perspektive für sich selbst zu sehen. Das Gefühl nicht gesehen zu werden. Unserer Mitarbeiter kennen all diese Herausforderungen, die das Leben für ein Kind in Armut bereithält. Diese Erfahrungen nutzen wir, um rasch zu helfen, wo es geht, um politisch zu beraten und die Umsetzung der Kinderrechte, die Gleichstellung und die finanzielle Wahrung ihrer Interessen immer wieder einzufordern. (*Text Ruth Corinna Wolf*)
Erfahren Sie mehr:
www.sos-kinderdorf.at/kinderarmut



**Die beste Erziehungsmethode für ein Kind ist,
ihm eine gute Mutter zu verschaffen.**

(*Christian Morgenstern*)

Sprache des Herzens

Das Herz ist der Mittelpunkt, aber am wenigsten egozentrisch. Nicht der Egoismus lebt im Herzen, sondern die Allmenschheitsliebe. Allein der Verstand umgarnet das Herz mit einem Spinnweben von Selbstsucht. Gutherzigkeit bekundet sich nicht so sehr durch sogenannte gute Werke, deren Beweggründe sehr verschieden sein können, sondern durch innerste Herzensgüte. Dieses entzündet das Licht, das in der Finsternis leuchtet. So erweist sich das Herz tatsächlich als ein internationales Organ. Wenn wir Licht als Symbol der Aura annehmen, dann gilt das Herz als sein Ursprung. Wie notwendig ist es, das Herz nicht als sein eigen, sondern als weltumspannendes Organ zu empfinden. Nur durch diese Empfindung kann man sich vom Egoismus befreien, die Individualität der Aufspeicherungen bewahrend. Es ist schwierig, Individualität mit allgemeinem Fassungsvermögen zu erfassen, aber der Magnet des Herzens ist nicht ohne Grund mit dem KELCH verbunden. Man kann verstehen, dass das Herz ein besonderes Licht ausstrahlt, das durch die Nervensubstanz auf jede Weise gebrochen wird; denn der Kristall der Psychischen Energie kann unterschiedlich gefärbt sein. (*Herz 7*)

Die Reinigung des Herzens ist schwierig, wenn es vom Spinnweben der Selbstsucht verfettet wird. Das Herz der Selbstsucht ist ein tierisches Erbe. Die reinen Aufspeicherungen der Individualität können das erklären, was der Verstand gar nicht begreifen kann. Besonders schwierig ist es, jemandem etwas einzuprägen, was in den Bereich seiner Vorstellung nie eingedrungen ist. Das Herz gilt als die Wohnstätte der Vorstellung. Wie kann man ohne Vorstellungsvermögen Fortschritte erzielen? Aber woher wird es kommen, wenn man keinen Versuch wagt? (*Herz 8*) Herzlosigkeit ist nichts anderes als der ungebildete Zustand des Herzens. Kleinmut ist eine Beschränkung des Denkens. Unduldsamkeit gehört zur gleichen Familie der Abscheulichkeiten, die das heilige Gefäß des Herzens erschöpfen. Ihr wisst bereits, dass das feinstoffliche, angespannte Herz gleich einem Dynamo Antrieb verleiht, sich dadurch als Gefäß universeller Energie erweisend. Aber Herzensbildung kann nicht aufgespeichert werden, wenn sie nicht entsprechend gespeist wird; so ist der beste Akkumulator ohne Schutz und richtigen Anschluss unwirksam.

Das Herz bedarf der ständigen Speisung, anderenfalls, beraubt der höchsten Verbindung, verkümmert es. Vergessen wir nicht, dass auf dem Grund des Kelches ein Kind – als Symbol des Aufstiegs – dargestellt wurde. (*Herz 9*)



Buchempfehlung!



"Das geheime Leben der Bäume" *Was sie fühlen, wie sie kommunizieren – die Entdeckung einer verborgenen Welt.* von Peter Wohlleben

Ein neuer Blick auf alte Freunde. Im Wald geschehen die erstaunlichsten Dinge: Bäume kommunizieren miteinander. Sie umsorgen nicht nur liebevoll ihren Nachwuchs, sondern pflegen auch alte und kranke Nachbarn. Bäume haben Empfindungen, Gefühle, ein Gedächtnis. Unglaublich? Aber wahr!

Der Förster Peter Wohlleben bringt Licht ins Dickicht der Wälder und gewährt überraschende Einblicke in ein geheimnisvolles Universum: In faszinierenden Geschichten über die ungeahnten Fähigkeiten der Bäume berücksichtigt er die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse ebenso wie seine eigenen Erfahrungen. Eine Liebeserklärung an den Wald.
(ISBN 978-3-453-28067-0)

Transmissionsmeditation

Eine Gruppenmeditation als aktiver Dienst an der Welt und zur persönlichen spirituellen Entwicklung. Einfachheit als Grundton.

Immer mehr Menschen erkennen und entdecken sich heute als geistige Wesen und suchen nach Möglichkeiten, Liebe, Frieden und Weisheit in ihrem Leben zum Ausdruck zu bringen. Die beiden Königswege zu einem beständigen geistigen Wachstum sind von altersher Meditation und Dienst. Transmissionsmeditation ist eine einfach zu praktizierende Form der Gruppenmeditation, die Karma-Yoga, den Weg des Dienens und Laya-Yoga, den Weg der Energien, miteinander verknüpft.

Transmission heißt Übermittlung und ist ein Gruppendienst (mind. 3 Personen). Die einzige Aufgabe der Meditierenden besteht darin, wach und konzentriert im Ajna-Zentrum (zwischen den Augenbrauen) zu bleiben und sich so für die Übermittlung der Energien (durch die Hüter der Energien, die Meister der Weisheit) zur Verfügung zu stellen. Wichtig ist, dass die Teilnehmer nicht selbst die Energien lenken; und sie empfangen auch keine Botschaften.

Transmissionsmeditation ist eine sichere, wissenschaftliche und an keine Konfession gebundene Tätigkeit. Sie ist vereinbar mit anderen Meditationsformen und kann die Qualität jeder Form des Dienstes, dem Sie sich vielleicht schon widmen, steigern. Man kann diese großen geistigen Kräfte nicht übermitteln, ohne selbst von ihnen verwandelt zu werden. Viele entdecken nach einigen Monaten regelmäßiger Transmissionsmeditation tiefgreifende Veränderungen an sich selbst. Einigen fällt es plötzlich leichter, Liebe zu empfinden und weiterzugeben; andere fühlen sich in ihrem Denken angeregt und kreativer. Manche erfahren während der Transmission auch eine spontane Heilung. „Transmission – eine Meditation für das neue Zeitalter von Benjamin Creme“ ist im Buchhandel erhältlich, ISBN 3-932400-07-0. www.share-international.org

Der Mensch soll sich unter Tag oder Nacht immer eine gute Zeit nehmen, und in der soll er sich in den Grund senken, jeder nach seiner Weise.

(Johannes Tauler)

Unternehmerischer Weitblick

Seit 2010 ist Lukas Hader Geschäftsführer zweiter Generation. In das Familienunternehmen „Multikraft“ ist er sprichwörtlich hineingewachsen. Er hat bereits während der Schulzeit im Betrieb mitgearbeitet und nach dem Abschluss viele Erfahrungen bei Unternehmen unter anderem in Neuseeland, Australien, Japan und Indien gesammelt. Lukas Hader sieht die Dinge pragmatisch. Und mit Weitblick. Worauf es ihm bei Multikraft ankommt, erzählt er im *Gespräch in Heft Nr. 27 Multikosmos* www.multikraft.com

„Weitblick bedeutet für mich auch Offenheit für Neues, die Vernetzungen mit Gleichgesinnten und ein gewisses Gespür für Themen, die es anzugehen gilt. So war Multikraft bereits in einer Zeit ein Pionier, in der ökologisches Handeln noch in kleinen Nischen zu Hause war. Vor vierzig Jahren setzten wir bereits innovative Schritte in der Landwirtschaft, mit denen wir der Zeit etwas voraus waren. Das wichtigste für unternehmerischen Weitblick sehe ich darin, eigene Ideen unbeirrt zu verfolgen. Man muss auch nötige Korrekturen und Ergänzungen am Weg beachten, und ich schätze Begegnungen mit engagierten, ähnlich denkenden Menschen. Indem wir weitblickend mit der Natur arbeiten, gestalten wir die Welt für unsere Kinder. So können Projekte über sich hinauswachsen und für folgende Generationen wichtige Grundsteine legen, wie die KinderGärtnerei aus der Obersteiermark besonders schön zeigt. Bei der Arbeit mit Effektiven Mikroorganismen (EMs) geht es immer auch um Weitblick, um vorausschauendes Handeln. Die Natur wird stets klüger sein als wir. Sie braucht uns nicht. Wir hingegen brauchen die Natur umso mehr. Intakte Kulturlandschaften sind uns wichtig, ebenso die damit einhergehenden beruflichen Perspektiven. Darum wollen wir natürlich Prozesse bestmöglich unterstützen. Denn auch die nachfolgenden Generationen haben ein gutes und gesundes Leben verdient.

Viel Freude! *Ulrike Hader.*

***Es ist nicht genug zu wissen –
man muss es auch anwenden.***

***Es ist nicht genug zu wollen –
man muss es auch tun.***

(Johann Wolfgang von Goethe)

Unser Retreat - ein Paradies für die Seele!

Schule des Lebens Mensch-Natur-Kultur

Das 1-Person-Retreat für FRAUEN



Du brauchst Zeit für Dich?

In und mit der Natur? In einem geschützten Rahmen und wohliger Atmosphäre?

Einem angenehmen Ambiente, aufgehoben und gut versorgt?

Deinen ganz persönlichen Bedürfnissen angepasst und auf Dein persönliches Wohl abgestimmt? Ganz für Dich und doch nicht allein?

Wir bieten Dir ein stilvoll ästhetisches Zimmer mit Kachelofen und ein ca. 10ha großes vielfältiges Stück Erde – Wiesen, Wald und Wildnis, Bach und Teich mit einladenden Plätzen zum Verweilen für Reflexion, Erholung und Besinnung, zur Gedanken- und Herzhygiene, zur Regeneration und Wiederherstellung des inneren Gleichgewichtes....

Überraschende Naturerlebnisse und berührende Momente in der Begegnung mit heimischen Wildtieren; das Erleben von innerer Ruhe und Naturverbundenheit helfen, für den Sinn des Lebens NEU zu erwachen, innere Gemütsruhe und Gelassenheit zu erleben.

Zur Seelenpflege und Herzhygiene hast Du täglich die Möglichkeit für ein einfühlsames Gespräch bei einem gemeinsamen Spaziergang oder einer Tasse Tee. Auf persönlichen Wunsch bist Du herzlich eingeladen, bei den täglichen Pflege- und Betreuungsarbeiten im Garten, der Wildnis und der Natur - gemäß Deinem Bedürfnis, schöpferisch tätig zu sein - stundenweise mitzuarbeiten.

Was hält Dich nun noch zurück, Dir selbst ein Stück näher zu kommen?

Anfrage unter 0664/4623105
oder schule_des_lebens@aon.at
Marion Spielmann
www.schule-des-lebens.at

Auf Wunsch
vor Ort unter/mit ärztlicher Begleitung:
individuelle ganzheitsmedizinische
Gesundheitsvorsorge - Dr. Barbara Mayer,
Allgemein- und Ganzheitsmedizin,
Homöopathie, Bachblüten u.a. mehr unter:
www.ganzheitsmedizin-praxis.at

Wertvolle Unterstützung seit 10 Jahren "Lebensqualität Bauernhof"

Ein vitaler ländlicher Raum hängt wesentlich von den Leistungen der Bäuerinnen und Bauern ab.

Grundvoraussetzung dafür ist deren gute seelische und körperliche Verfassung – ein Ziel, dem sich das Projekt „Lebensqualität Bauernhof“ bereits seit 10 Jahren verschrieben hat.

2007 als Initiative der ARGE Bäuerinnen ins Leben gerufen, präsentiert sich „Lebensqualität Bauernhof (LQB) heute als vielfältiges Projekt, dass Landwirtinnen und Landwirten bei verschiedensten mentalen Herausforderungen Unterstützung bietet. Die Zahlen sprechen für sich: Allein im Jahr 2016 fanden in ganz Österreich 204 LQB-Bildungsveranstaltungen mit über 9300 Teilnehmenden statt. Besonders von Frauen werden diese Angebote gerne in Anspruch genommen. (Andrea Zetter und Claudia Jung-Leithner – [netzwerk zukunftsraum land LE 14-20](http://netzwerk-zukunftsraum-land-LE-14-20))
weitere Infos: lebensqualitaet-bauernhof.at

Größere Ungleichheit im ländlichen Raum

Viele Frauen aus unterschiedlichen Organisationen und Regionen kamen zur Veranstaltung „Frauen am Land“, um Maßnahmen für eine Verbesserung von Entwicklungsperspektiven für Frauen zu diskutieren. Die Inputs der Expertinnen veranschaulichten den Handlungsbedarf. Die Ungleichheit ist in ländlichen Regionen stärker als in städtischen Regionen, wie auch durch Gender- und Gleichstellungsindex ersichtlich wird. Frauen sind nach wie vor in Entscheidungsgremien unterrepräsentiert. Eine systematische Verankerung der Genderperspektive in allen Programmen und Strategien sowie klare Zielsetzungen und Maßnahmen sind daher erforderlich, wenn Chancengleichheit erreicht werden soll. Nicht die Frauen müssen sich ändern, sondern die Strategien, Strukturen, Werte und Haltungen.

(Sophie Pfusterschmid, Bundesanstalt für Agrarwirtschaft, Wien – [netzwerk zukunftsraum land LE 14-20](http://netzwerk-zukunftsraum-land-LE-14-20))
www.zukunftsraumland.at

Stress bestimmt unser Leben

Es hat sich in gegenwärtigen Forschungsarbeiten gezeigt, dass der Begriff „Stress“ längst mehr als nur ein Modewort ist. Beim eigentlichen Begriff „Stress geht es um Belastungsfaktoren (z.B. finanzielle Probleme, Konflikte in der Familie, wenig Schlaf, Krankheit, unerreichte Ziele etc.) und wie wir damit umgehen. Jeder Mensch ist einzigartig und wir gehen daher auch mit den Belastungsfaktoren unterschiedlich um. Es gibt Menschen, die sogar Konflikte brauchen, um ihr Selbstbewusstsein zu stärken. Dann gibt es Personen, die mit finanziellen Engpässen gut umgehen können, andere wiederum weniger, usw. Wie wir das bewältigen, hängt davon ab, wie wir den Umgang mit Stress im Laufe unseres Lebens erlernen bzw. welche Erfahrungen wir damit machen. Die persönlich bewerteten Belastungen bewirken bei uns die sogenannten Stressreaktionen. Eine Stressreaktion wirkt sich auch hormonell aus. Einige Hormone führen zu einer Aktivierung unseres Körpers, die uns zwar motivieren, aber bei einer längeren Wirkungsweise in Alarmbereitschaft versetzen. Es kommt zu einer körperlichen Anspannung. Stress wird daher als Ursache von Rückenschmerzen, Verspannungen, Kopfschmerzen, Bluthochdruck, aber auch Schlafstörungen, Magenbeschwerden, Arteriosklerose, Diabetes, usw. angesehen. Weitere Stressreaktionen können psychische Folgen haben (z.B. Mitverursacher von Depressionen). Stress auf land- und forstwirtschaftlichen Betrieben zeigen in einer Studie der Universität für Bodenkultur (Auswertung von fast 1000 Fragebögen) fühlten sich nur 10% der Bäuerinnen und Bauern nicht gestresst.

Tipps gegen chronischen Stress:

a) Persönliche Auszeit – Bevor Sie überhaupt an eine Vielzahl von möglichen Maßnahmen denken, versuchen Sie, Zeit für sich selber zu haben...

b) Ergründen persönlicher Belastungen – versuchen Sie als nächstes aufzuschreiben, was Sie belastet...

c) Suche nach persönlichen Ressourcen – In verschiedenen Forschungen hat sich gezeigt, dass auch bestimmte Ressourcen übermäßigem Stress entgegenwirken können. Diese Ressourcen können einerseits Bewegung, Freunde, erfüllende Lebensaufgaben, Religion und Glaube, Entspannungsübungen, Pausen usw. sein. Sehr wirksam ist auch Ausdauersport, wie längeres Wandern, Joggen oder Nordic Walking. (entn. SVB aktuell 01/2018)

Leben heißt Veränderung - Gesundheit im Jahreslauf

Seit der Wintersonnenwende am 21. Dezember werden die Tage nun wieder länger. Anfangs kaum wahrnehmbar, so werden uns mit jedem Tag doch einige Minuten mehr Licht geschenkt. Wir sind – ob wir es wollen oder nicht – in die Rhythmik des Tages, der Jahreszeiten und in noch viel größere Zyklen eingebunden. Die Frage ist nur, gehen wir mit, schwingen und fügen wir uns ein oder stellen wir uns dagegen? In der Chronobiologie, der Erforschung des Lebens in seiner Abhängigkeit von der Zeit, weiß man heute, dass Menschen, Tiere und Pflanzen, ja sogar jede einzelne Zelle für sich, durch das Tageslicht mit den natürlichen Rhythmen und Zyklen synchronisiert wird: „Bis dato gehen wir davon aus, dass der wichtigste Dirigent für unseren Körper das Licht ist. In fast allen Lebewesen, sogar zum Teil in Pflanzen, wird es in ein hormonelles Signal übersetzt: das Melatonin, synthetisiert im Pinealorgan (Zirbeldrüse). Erreicht kein Licht mehr das Pinealorgan, muss Nacht sein und die Melatoninproduktion beginnt.“ (Jan-Dirk Fautek, *Medizin Interview, Ärzte Woche Nr 46, 16.11.2017*) Schlafentzug, Schichtarbeit und vor allem auch der „social jetlag“, die Verkürzung der Nachtlänge durch das elektrische Licht, begünstigen bestimmte Krebsarten, Asthma, Herzinfarkt, Unfruchtbarkeit und postmenopausale Beschwerden. In Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass Medikamente, die zu definierten günstigen Zeiten eingenommen werden, bis zu 75% weniger Nebenwirkungen und bis zu 50% mehr Wirksamkeit haben können.

Die Leber ist unser zentrales Stoffwechselorgan. Innerhalb von 2 Jahren hat sie alle ihre Zellen erneuert und Erneuerung ist auch eine ihrer wichtigsten Aufgaben. Viele Menschen denken, keine Leberprobleme zu haben, weil ihre Blutwerte im Normalbereich sind. Aber eine belastete Leber kann sich auch durch den fortgepflanzten Zug der Bindegewebsfaszien ihrer „Aufhängung“ mit Schmerzen und Entzündungen in der rechten Schulter bemerkbar machen. Artischocke, Mariendistel, Löwenzahn, Curcuma, die homöopathische Arzneien Stannum und Lycopodium, Leberwickel mit Heilmoor, basenbildende Ernährung und Lebensweise, schöpferischer Selbstausdruck und vor allem die Kraft des

Humors unterstützen die Leber bei ihrer Regeneration. Und vergessen wir nicht, auch mal in die Leber zu lächeln und ihr für ihre wunderbaren Dienste zu danken.

www.ganzheitsmedizin.praxis.at

**„Ohne die Zyklen der
Veränderung könnte der Planet
selbst nicht leben oder Leben
geben. Leben entsteht
überhaupt erst aus
Veränderung.“**

Reshad Feild, Schritte in die Freiheit

Aus dem Leben ...

Wenn ich so zurückschaue auf mein doch schon langes Leben und wahrnehme, was Krisenzeiten und Probleme für mich „heute“ bedeuten, dann bin ich sehr dankbar. Dankbar für jeden schwierigen Moment! Denn eben diese schwierigen Momente waren es, die mir zu einem inneren Wachsen, zu mehr Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit mir selbst und anderen Menschen gegenüber geholfen haben. Ich habe mich Stück für Stück, Schritt für Schritt bewusst meinem innersten Kern genähert, dort, wo Wahrheit, Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit ihr zu Hause haben; konnte mit jedem Lernschritt erkennen, was mir am Herzen liegt, was ich von Herzen leben möchte...

Und wenn ich bewusst zurückdenke, wie Stolz und Eigensinn, Verblendung und Illusion mich hinderten, einfach der Mensch zu sein, der ich in Wahrheit geschaut immer war, bin und sein werde, dann kann ich heute nur dankbar sein für jeden durchschrittenen Moment des Leidens, der Wehmut und des Schmerzes; sie haben mich letztendlich zu mir/meinem Selbst geführt.

Heute zeigt mir ganz allein mein Herz den Weg, den ich gehen möchte, und es ist ganz einfach spürbar, ob ich mich auf diesem Weg befinde! Ich schaue bewusst darauf, ob das was ich denke, spreche und tue meinen Mitmenschen und meiner Umwelt dient.

Dann ist es ganz einfach, zu staunen und dankbar zu sein; denn das Leben ist heute noch voller Überraschungen und wird es immer sein!



Der Biber

Das Tier des Jahres 2016, war in Europa fast vollständig ausgerottet, als man seinen Bestand Mitte der 1970 bis 1980er Jahre durch Freilassungsaktionen z.B. in Bayern, am Inn und an der Donau im Wiener Raum wieder aufzubauen begann. Die Tiere nutzten ihre Chance und wurden wieder heimisch. Als Gestalter ihres nassen Lebensraumes geraten sie jedoch zunehmend mit uns Menschen in Konflikt. In Nieder- und Oberösterreich wird derzeit über eine Bestandsreduktion diskutiert, zum Teil werden die Tiere sogar schon getötet. Anlass genug für den Naturschutzbund, die Biber-Experten

Österreichs an einen Tisch zu holen und gemeinsam nach einer Lösung zu suchen. Herausgekommen sind Hintergrundinformationen und Handlungsempfehlungen, die vor allem eines klar machen: Wenn der Biber mehr Platz zum Leben bekommt, ist er einer der wertvollsten Verbündeten im Kampf gegen den Artenschwund, bei der Gewässerrenaturierung und beim Hochwasserschutz. Wir sollten die Fähigkeiten des tierischen Landschaftsarchitekten nutzen – er kann es besser und billiger als jede menschliche Maßnahme vermag! (www.naturschutzbund.at)

Aktivitäten der Schule des Lebens

- Seminare zur Nachhaltigen Lebenskultur & Gesundheit
- Kreativ Workshops - Projektwochen in Zusammenarbeit mit der Natur
- Studiengruppen über:
universelle Gesetzmäßigkeiten
- Umweltprojekte zum Thema:
Biodiversität u. Gesundheit

Kontakte & Vernetzungen

www.akademie fuer potential entfaltung.org
www.plant-for-the-planet.org
www.klimabuendnis.at
www.frieden-durch-kultur.de
www.sharing.org
www.worldfuturecouncil.org
www.jungk-bibliothek.at
www.umweltdachverband.at
www.solidarregion.at
www.naturschutzbund.at
www.wamena.at
www.greenpeace.org
www.youthinkgreen.de
www.sekem.com
www.unesco.com
www.agrarumweltpaedagogik.ac.at
www.hsseitenstetten.ac.at
www.shareinternational-de.org
www.denkwerkzukunft.de
www.multikraft.com
www.ecogood.org
www.grundeinkommen.at
www.janegoodall.at
www.archenoah.at
www.wirfueruns.at
www.zukunftsraumland.at

Impressum

1. Auflage

Herausgeber:

Schule des Lebens Mensch - Natur - Kultur
schule_des_lebens@aon.at
www.schule-des-lebens.at

***"Wunder stehen nicht im Gegensatz zur Natur,
sondern nur im Gegensatz zu dem,
was wir über die Natur wissen!"***

(St. Augustin)



Schwerpunkt: Invasive Neophyten - was tun?

Verschiedene neu zugewanderte Pflanzen bereiten hierzulande zunehmend Probleme – sei es als Konkurrenz zu heimischen Pflanzen, als Bedrohung ganzer Ökosysteme oder als wirtschaftliches oder gesundheitliches Risiko für uns Menschen. Eine vollständige Entfernung dieser Arten ist wohl unmöglich, es braucht jedoch dringend Handlungsempfehlungen für den weiteren Umgang mit diesen „Problempflanzen“. Auch wenn nur einige dieser „Neubürger“ überlebens- bzw. vermehrungsfähig sind, sind es gerade

diese wenigen invasiven Arten, die unerwünschte Auswirkungen auf andere Arten und Lebensgemeinschaften wie auch auf den Menschen haben. In Heft 32017 natur&land-Zeitschrift hat der Naturschutzbund besonders problematische Neophyten vorgestellt und gezeigt, welche Möglichkeiten es im Zurückdrängen gibt, wie jeder vorsorgen kann, um das Ansiedeln zu verhindern und welche gesetzlichen Regelungen welche Maßnahmen vorschreiben. (www.naturschutzbund.at)