



Andreas König

Hilbern 23, 4521 Schiedlberg

+43 (0) 650/490 33 99

✉ andreas.k1@gmx.at

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

<https://gesundeleben.online/>

Gesundes Leben News – Juni 2019

Biblische Orientierung im aktuellen Zeitgeschehen

Wildbienenwiese anlegen mit „Herz für Bienen“



Am Dienstag, dem 11. Juni hatte ich Besuch von einer kleinen jungen, sehr lieben Familie mit einem besonders großen Herz für Bienen. Susanne und Christian machen mit deren Sohn gerade für ein halbes Jahr eine dringend notwendige Auszeit von deren IT-Beruf. So fahren sie mit deren Wohnwagen durch ganz Österreich um an verschiedenen Seen zu campen und die Zeit sinnvoll zu nutzen indem sie in verschiedenen Gärten Wildblumenwiesen anlegen und Wildbienenhotels bauen. Somit wird das Nützliche mit dem Schönen verbunden ☺

Nach dem gemeinsamen Mittagessen und einem gegenseitigen Kennenlernen – es gab wieder Spargel-Brennnesselpizza ☺ - machten wir erst einen kurzen Gartenrundgang. Dann ging es sogleich an die Planung und Arbeit zur Anlage einer Wildblumenwiese.

Die Mithilfe zur Anlage solch einer Wildblumenwiese kam für mich gerade recht, da ich direkt vor der Haustüre schon seit Monaten eine Fläche von etwa 30m² für solch einen Zweck grob vorbereitet hatte. Wichtig war es nun noch alle restlichen Wurzelunkräuter wie Quecke und Giersch rigoros zu entfernen, wie auch alle anderen eher unerwünschten Gräser und Beikräuter. Mir war es wichtig auch einige bereits wachsende Pflanzen wie z.B. Ringelblume, Vogelmiere, Gundelrebe, Veilchen, Luzerne, Gänseblümchen, Nelkenwurz... stehen zu lassen, um eine schnellere Blüte und eine größere Vielfalt zu erreichen. Stehen gelassen wurden auch die etwa 15 Walnussbäumchen, welche ganz überraschend jetzt im Frühling auf dieser Fläche aufgegangen sind – ich hoffe es sind die Nüsse von unserem Nussbaum mit den sehr feinen rotkernigen Nüssen mit einer sehr dünnen Schale.

Nachdem die Fläche schön eben gemacht war legten Susanne und Christian ein großes Herz aus Steinen in die Mitte der Fläche aus. Gesät wurde dann eine sehr vielfältige Blumenmischung mit insgesamt etwa 100 Arten! Dazu habe ich [meine 2 neu zusammengestellten Blumenmischungen](#) mit der mitgebrachten [Rewisa-Mischung](#) von Susanne und einer Mischung vom Bienenschutzgarten gemischt. Die Mischung vom [Bienenschutzgarten](#) bekam ich Päckchenweise zum weiterschicken von der Obfrau vom Verein [„Leben im Einklang“](#), als wir uns am Raritätenmarkt in Leonstein getroffen haben.

Am Rand der Fläche habe ich meine besondere Blumenmischung mit niedrigwachsenden Blütenpflanzen gesät.

Vorher wurden die Samen natürlich mit etwas Sand vermischt, um eine bessere Verteilung auf der ganzen Fläche zu erreichen. Christian hat es dann noch ganz leicht eingereicht. Gegossen wurde natürlich noch nicht, denn dann müsste ich ständig gießen, wenn mal was zum Keimen beginnt. So warte ich lieber auf den nächsten Regen und danach kann ich ja bei Bedarf den Beregner einschalten.

Wir sind jedenfalls sehr gespannt, wie diese Fläche im Spätsommer aussehen wird und sich in den nächsten Jahren entwickeln wird – jedenfalls wurde viel Liebe reingesteckt.

Das besondere Anliegen der Beiden ist es mit deren Tun andere Menschen zu Ähnlichem zu inspirieren. Bei mir haben die beiden jedenfalls ein sehr schönes nachhaltiges Andenken geschaffen, das mich immer wieder an deren selbstloses Handeln denken lässt und wovon ich all meinen Besuchern in Zukunft erzählen darf ☺

Der Kontakt mit den beiden wurde von Bernhard Gruber hergestellt – ganz herzlichen Dank dafür!

„Dieses auf Menschen zugehen, miteinander Zeit verbringen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu geben ist das schönste bei unserer Aktion.“
Susanne Guth-Orlowski

Die Flächen auf denen die beiden die Bienenwiesen schaffen, sollten am Ende ein Herz auf der Landkarte ergeben, das sich über die Bundesländer Oberösterreich, Niederösterreich, Wien, Salzburg, Kärnten, Steiermark und Burgenland erstreckt.

Ursprünglich wollten die beiden bei mir ein Wildbienenhotel bauen, da es für die Anlage einer Blumenwiese fast schon etwas zu spät ist – kurzfristig haben wir uns aber Gott-sei-Dank noch umentschieden, was auf jeden Fall viel wertvoller war!

Mir persönlich würde es auch sehr gut gefallen auf solch ähnliche Weise wie die beiden umherzuziehen und verschiedene liebe Menschen kennenzulernen – wenn es nur meine Gesundheit zulassen würde... So bin ich umso dankbarer, wenn andere Menschen mit solch positiver Motivation und Tatendrang zu mir kommen ☺

Dazwischen haben wir auch eine Teepause gemacht und nach einer kleinen Stärkung mit meinem selbstgebackenen Brot und einigen Geschenken ging es für die Drei wieder an die Rückfahrt zum Campingplatz an einem See in Salzburg.

Links:

<https://www.facebook.com/herzfuerbienen/>

www.herzfuerbienen.at

<https://bienenherz.blogspot.com/p/karte.html>

<https://gesundeleben.online/images/pdf/Blhmischungen.pdf>

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/57-permakultur-naturnutzgarten-vom-verein-leben-im-einklang-in-gruenburg>

<https://www.facebook.com/herzfuerbienen/photos/a.1761251013976194/1863903177044310/?type=3&theater>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2304303532942277>

<http://www.bienenschutzgarten.at/de/home.html>

Über den hohen Nutzen artenreicher Landschaften und Gärten habe ich hier ab Seite 17 geschrieben:

[https://gesundeleben.online/images/bibel/Gesundes Leben News - Mrz 2019.pdf](https://gesundeleben.online/images/bibel/Gesundes%20Leben%20News%20-%20Mrz%202019.pdf)

35 Likes + 8 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2361477390558224>

Juni 2019 – Heißester Juni aller Zeiten?

Dieser Juni ist mit 4,6 Grad über dem Schnitt der heißeste seit Beginn der meteorologischen Aufzeichnungen im Jahr 1767!

<https://www.wetter.at/wetter/oesterreich-wetter/40-Grad-Heissester-Juni-aller-Zeiten/385555626>

<https://www.wetteronline.de/wetterrueckblick/rueckblick-juni-2019-doppelrekord-heiss-und-sonnig-2019-06-28-jr>

Geregnet hat es bei uns hier nach dem regennass-kalten Mai mit über 190 l/m², im Juni gerade einmal 24 l/m².

Umso wichtiger ist hier das reichliche Mulchen im Garten, um die Feuchtigkeit möglichst gut im Boden zu behalten: <https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/55-der-grosse-vorteil-des-mulchens>

Ich beobachte hier in meinem Garten teils echt riesengroße Unterschiede zu ungemulchten und wenig gehackten Beeten.

Das Hitze-Jahr 1540 topt vermutlich auch den heurigen Hitzesommer:

Wetterdaten enthüllen Europas größte Naturkatastrophe

Elf Monate kaum Regen und Extremhitze: Mehr als 300 Chroniken aus ganz Europa enthüllen die grausamen Details einer gigantischen Katastrophe im Jahr 1540. Und sie zeigen: Das Desaster kann sich wiederholen.

<https://www.spiegel.de/wissenschaft/natur/hitze-und-duerre-1540-katastrophe-in-europa-im-mittelalter-a-978654.html>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2395376397168323>

Gartenschläuche als „Giftschleuder“

Nahezu alle auf dem Markt erhältlichen Gartenschläuche belasten das Wasser mit einem Cocktail von mehreren bedenklichen Giften. Diese können auch gegossenes Gemüse belasten, warnt das Verbrauchermagazin „Öko-Test“.

<https://helpv1.orf.at/index.html@story=3338>

Jetzt ist wieder Gartenschlauchzeit, sei es zum gießen von Obst- und Gemüsepflanzen, zum waschen von Salat etc. oder zum abbrausen des verschwitzten und überhitzten Körpers.

Es war mir zwar schon immer bewusst, dass das Material der Gartenschläuche nicht gerade gesund ist – habe daher das Wasser auch meist vorher rinnen lassen, bevor ich es verwende, außer beim abduschen – da ists ja doch schön, wenn es etwas warm ist. Leider habe ich da nie so wirklich nachgedacht, welchen Giftcocktail ich mir da auf die Haut gebe

Jedenfalls verwend ich diese Gartenschläuche nun immer weniger. Zum waschen von Salat und Gemüse leite ich das Wasser nun direkt vom Wasserhahn in den Eimer. Meine Pflanzen gieße ich ohnehin schon immer vorwiegend mit Gießkannen – so hab ich gleichzeitig ein hervorragendes Muskeltraining ☺. Für die automatische Bewässerung meiner Tomaten habe ich sehr hochwertige Schläuche

verwendet:

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=2343481172357846&set=pcb.2343489235690373&type=3&theater>

Es gibt auch eigene Trinkwasserschläuche für besondere Zwecke zu kaufen:

<https://www.sani-flex.de/schlaeuche/brauch-trinkwasserschlaeuche/trinkwasserschlaeuche/>

5 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2352429194796377>

Pflanzen von „Artemisia annua anamed“ zu verschenken



Vom einjährigen Beifuß (Artemisia annua anamed) habe ich noch 2-mal nachgesät und jetzt Unmengen an schönen Pflanzen - welche ins Freiland möchten. Selber möchte ich keine mehr anpflanzen - Platz hätte ich zwar genug, aber kaum Zeit für die Pflege, Ernte... 1 Beet mit 5m² habe ich bereits mit etwa 30 Pflanzen bepflanzt :-)

Sehr gerne würde ich die Setzlinge verschenken.

Ich habe auch noch Zucchiniplanzen, Yacon und Grünspargel.

Die Kirschen von meinem Kirschenbaum warten auch drauf vernascht zu werden - leider nicht vegan ;-)

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/50-artemisia-annua-anamed-die-nobelpreis-pflanze>

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/86-ursache-und-heilung-von-krebs-kurzversion>

Hier habe ich den Hintergrund beschrieben, warum ich es nur noch verschenke :-)

<https://gesundeleben.online/index.php/sonstige-dokumente-3/101-die-wahre-liebe>

24 Likes:

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=2374519329254030&set=a.1032450506794259&type=3>

Selbstversorgerhof zu verpachten

Katrin Tietz möchte ihren Hof in der Südsteiermark neu verpachten - wer hat Interesse bzw. wer kennt jemanden?

Mehr Bilder von Haus + Hof:

https://www.facebook.com/katrin.tietz.9/media_set?set=a.1811246565661865&type=3

Auch bei mir ist Ähnliches möglich - 2 Häuser in unmittelbarer Nähe zu meinem Obstsortengarten werden bald zur Vermietung freigegeben :-)

Wäre schön, wenn sich hier Menschen finden, welche Interesse am Mitwirken des Obstsortengartens haben :-)

20 Likes, 8 Kommentare + 14x geteilt:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2372602349445728>

Knollenfenchel – eins meiner absoluten Lieblingsgemüse

Knollenfenchel ist ein Gemüse, welches ich bereits seit über 15 Jahren sehr liebe– damals habe ich oft einen kleinen Radausflug gemacht, um mir die Pflanzen vom nächsten Gemüsebauern zu holen. Zubereitet habe ich ihn oft einfach gemeinsam mit Karotten und Zitronenmarinade als Salat – insbesondere die milden Fenchelherzen. Oder ich habe eine Fenchelsoße gemacht, welche mit Sauerrahm verfeinert gut zu Frühkartoffeln passt. Oder aber ich habe sie gemeinsam mit Tomaten gedünstet, wie ich sie jetzt auch noch am liebsten esse.

Nachdem ich nun von Zentrum der Gesundheit deren Artikel zum Knollenfenchel gelesen habe, weiß ich auch, warum ich den Fenchel so gern habe, immerhin enthält er im Vergleich zu anderem Gemüse enorm viel Vitamin E, bei welchem ich seit langer Zeit immer am untersten Sollwert bin, wie auch viel Betacarotin, Vitamin C und zahlreiche andere wertvolle Vitalstoffe, wie es am Ende

des Artikels noch näher erklärt wird. Insbesondere im rohen Zustand oder schonend gegart ist die Fenchelknolle aufgrund der ätherischen Öle besonders heilkräftig, welche die Verdauung unterstützen und entzündungshemmend wirken.



In meinem Garten wachsen derzeit sehr viele erntereife Fenchelknollen, welche ich etwa Mitte März im Frühbeet gesät habe, Mitte April ins Freiland gepflanzt und nun erntereif ☺ Etwa 12 habe ich in Mischkultur zu meinen Artischocken gepflanzt, welche ich unter Folie direkt am Beet gesät habe – die anderen etwa 20 Stück haben ein eigenes Beet bekommen, wo ich noch Buschbohnen dazwischen gesät habe und Saatgutvermehrung beim Mangold mache. Gerne vergebe ich noch ein paar Knollen – die schönsten 5 lasse ich jedenfalls zur Saatgutvermehrung stehen. ☺

In letzter Zeit bereite ich ihn, wie auch gestern, am allerliebsten als besonders schmackhaftes Fenchelgemüse mit Reis und Tomaten-Inkagurkensoße

Zutaten:

- 400 g Vollkornreis
- 2-3 große Fenchelknollen
- 200 g Wurzelgemüse wie Karotte oder Klettenwurzel (optional)
- 1-2 TL Salz
- 5 EL Olivenöl
- 150 g Erbsen (optional)
- 500 ml Tomaten-(Inkagurken)soße
- Majoran
- 100-200 g Pilze (optional)



Zubereitung:

Den Reis gründlich mit kaltem Wasser abspülen, dann mit 800 ml Wasser und 1 TL Salz zum Kochen bringen und für etwa 40 min zugedeckt köcheln lassen – bis das Wasser vollständig verdunstet und aufgesogen ist 10-15 min. vor Garende werden die Erbsen beigegeben.

Von der Fenchelknolle werden die äußeren harten Stiele, der Strunk und wenn erforderlich die äußeren Fenchelblätter mit dem Messer abgeschnitten – nur das Blattgrün von den innersten zwei Stielen wird zum Garnieren aufgehoben. Das feine Fenchelherz lege ich meist auch für einen Salat zum Rohverzehr beiseite.

Die restliche Fenchelknolle und das Wurzelgemüse wird nun blättrig geschnitten etwa 15 Minuten in Öl, etwas Wasser und Salz gedünstet oder gekocht.

Die Pilze fein schneiden und mit Öl und Wasser weichdünsten – Majoran und Tomaten-Inkagurkensoße hinzufügen und erwärmen. Alternativ einfach Tomatensoße zum Fenchel geben.

Eine kleine Schüssel mit kaltem Wasser ausspülen, Reis hineingeben, auf Teller stürzen und mit dem Fenchelgemüse wie auch der Tomaten-Inkagurkensoße servieren. Nun mit dem feingeschnittenen Fenchelgrün und Ringelblumenblütenblättern garnieren.



Zum Abschluss habe ich von Zentrum der Gesundheit und anderen Quellen noch den interessantesten Inhalt aus dem Artikel kopiert:

Warum ist der Fenchel so gesund?

Eine Fenchelknolle wiegt etwa zwischen 250 und 400 g. Sie ist weiß bis hellgrün und schichtartig wie eine Zwiebel aufgebaut. Oben mündet die Knolle in leuchtend grüne Stiele, die mit dem dillähnlichen, zartfedrigen Fenchelgrün versehen sind.

100 g Fenchel bestehen wie bei Gemüse üblich zu mehr als 80 Prozent aus Wasser und bringen lediglich 19 Kalorien auf den Teller, weshalb das geschmacksintensive Gemüse den Körper in keinerlei Hinsicht belastet. Das starke Fenchelaroma ist übrigens das Ergebnis eines hohen Gehaltes an ätherischen Ölen. Die ätherischen Öle sind zu einem maßgeblichen Teil für die gesundheitlichen Heileigenschaften des Fenchels verantwortlich. Sie unterstützen die Verdauung, wirken entzündungshemmend und stärken den Magen. Zudem fördern sie die Durchblutung und regen die Leber- und Nierentätigkeit an.

Je schonender der Fenchel zubereitet wird, desto weniger ätherische Öle verflüchtigen sich – also am besten roh, gedünstet oder gekocht.

Ganz frischer Fenchel ist nicht nur sehr knackig, sondern betört auch durch einen überwältigenden Duft ätherischer Öle, die sich bei der Lagerung allerdings rasch verflüchtigen.

Die frische Zubereitung ist ebenso wichtig, damit sich die gesunden ätherischen Öle nicht so schnell verflüchtigen.

Der Fenchel liefert überdies reichlich Vitalstoffe, die – isst man den Fenchel regelmäßig – enorm zur Deckung des Vitalstofftagesbedarfes beitragen können:

Betacarotin im Fenchel

Betacarotin kann im Organismus zu Vitamin A umgewandelt werden. Dieses ist wichtig für das Wachstum, die Schleimhäute, die Blutkörperchen, den Stoffwechsel und die Augen. Fenchel ist eine hervorragende Vitamin-A-Quelle: In 100 g Fenchel steckt so viel Betacarotin, dass daraus im Körper etwa 0,8 mg Vitamin A hergestellt werden kann, was beinahe 100 Prozent des täglichen Vitamin-A-Bedarfs (1 mg) entspricht.

Vitamin C im Fenchel

Fenchel ist überdies schon fast ein Vitamin-C-Wunder: Während Zitrusfrüchte um die 50 mg Vitamin C pro 100 g liefern, versorgt der Fenchel mit fast der doppelten Vitamin-C-Menge (mit 93 mg) und erfüllen somit ganze 93 Prozent des Mindesttagesbedarfs (100 mg). Vitamin C wirkt antioxidativ und fängt somit die freien Radikale. Infolgedessen wird das Immunsystem gestärkt und Infekte werden abgewehrt. Zudem fördert Vitamin C die Eisenresorption, so dass mehr Eisen aus der Nahrung aufgenommen werden kann als dies ohne Vitamin C der Fall wäre.

Vitamin E im Fenchel

Vitamin E schützt die Gefäße und das Herz, senkt das Krebsrisiko und kann Demenzerkrankungen wie Alzheimer vorbeugen. Die minimale Tagesdosis liegt für Erwachsene bei 12 mg Vitamin E. 50 Prozent dieses Tagesbedarfs können allein mit 100 g Fenchelgemüse abgedeckt werden. Das ist sehr ungewöhnlich, da Vitamin E normalerweise hauptsächlich in fettreichen Lebensmitteln (Öle, Nüsse, Saaten) zu finden ist, während die meisten übrigen Gemüse Vitamin-E-Werte von nur unter 1 mg liefern.

Je öfter Sie daher Fenchel essen, umso besser Ihre Vitalstoffversorgung und umso besser sind Sie vor aggressiven Krankheiten geschützt. Eine Sache ist es nun zu wissen, wie gesund die Fenchelknolle ist, eine andere aber, was bei der Zubereitung zu beachten ist, damit auch das Geschmackserlebnis nicht auf der Strecke bleibt.

Roher Fenchel: Wahre Fenchel-Freunde und Minimalisten knabbern ihren Liebling gerne roh und kommen somit in den umfangreichen Genuss der enthaltenen Vitamine. In Italien ist es üblich, den

Fenchel in feine Stücke zu schneiden und in Salz zu dippen. Zudem dient roher Fenchel aber auch als hervorragende Zutat für die buntesten Salate, beispielsweise mit Tomaten, Orangen, Oliven und Walnüssen. Als Dressing können Sie z. B. Olivenöl oder Haselnussöl, Zitronensaft oder einen hochwertigen Bio-Balsamico verwenden.

Fenchel ist in der mediterranen Küche zu Hause

Die Knolle ist vor allem im mediterranen Raum ein fester Bestandteil etwa der griechischen, italienischen oder französischen Küche. Der intensive [Anisgeschmack](#) des Fenchels harmoniert daher sehr gut mit mediterranen Kräutern wie Estragon, Oregano, Rosmarin und Thymian. Zitrusfrüchte, Obstsorten wie Feigen oder Äpfel, Knoblauch, Olivenöl und kräftige Käsesorten lassen sich hervorragend mit der Knolle kombinieren.

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/fenchel.html>

<https://www.gesund-vital.de/rezepte-fenchel-mediterran/3>

<https://www.fitforfun.de/abnehmen/gesund-essen/fenchel-lecker-vielseitige-heilpflanze-205136.html>

<https://kochgenossen.com/fenchel-orangensalat-mit-grana/>

Infos zum Fenchelanbau: <http://www.hortipendium.de/Knollenfenchel>

42 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2383569991682297>

Karotten-Fenchelsalat

Am 1 Juli habe ich das erste Mal seit langer Zeit wieder mal den besonders leckeren Karotten-Fenchelsalat zubereitet ☺ Diese Komposition meines vor vielen Jahren selbst kreierten Salates ist einfach herrlich und vor allem sehr gesund ☺

Dafür habe ich dieses Jahr die ersten frischen besonders zarten und süßen Karotten geerntet und am Sonntag die inneren Fenchelherzen in einem Schraubglas im Kühlschrank aufbewahrt.

Zutaten:

- 300 g Karotten (oder ähnliches Wurzelgemüse)
- 300 g zarter Knollenfenchel (insbesondere die inneren Herzen)
- Saft einer Zitrone
- 1-2 Orangen (optional)
- 2 TL Honig
- 4 EL Olivenöl
- 1 gestr. TL Salz
- 50 – 100 g Sonnenblumenkerne (gekeimt oder ~5 h eingeweicht)
- Ringelblumenblütenblätter



Zubereitung:

Karotten und Fenchelknolle säubern, Karotten raspeln, Fenchelherzen in feine Streifen schneiden. Geschälte Orangen in Spalten teilen und in mundgerechte Stücke schneiden

Honig mit Zitronensaft verrühren, mit Olivenöl, Salz, den abgespülten Sonnenblumenkernen und dem Gemüse vermischen. Mit Ringelblumen und fein gehacktem Fenchelgrün garnieren und genießen.



Das erdbeerigste Eis der Welt ☺

Vor ein paar Tagen durfte ich leckere Erdbeeren in Hülle und Fülle von meinem Garten ernten. Nur an einem Tag habe ich fast 2 1/2 kg von einem Beet mit 5 Meter Länge geerntet :-)

Meine Erdbeeren wachsen dort sicher schon seit 3-4 Jahren und sind immer noch recht schön. Meine Hauptsorte ist die Vima Zanta, die vom Ertrag, Gesundheit und Geschmack am besten ist. Gemulcht habe ich meine Erdbeeren nur mit Heu bzw. etwas längerer Rasenschnitt - kein Stroh, da zu grob und nicht so gut für den Boden. Zwischen meinen Erdbeeren wachsen riesige Salbeistauden, welche mit deren blauen Blüten zahlreiche Bienen anlocken :-)

Erdbeeren esse ich fast nur abends etwa 1-2 Stunden nach dem Abendbrot - so vertrage ich sie am besten - damit verschwindet auch der Durst ganz von selbst :-)

Selbiges mache ich auch je nach Saison mit Himbeeren, Brombeeren, Aronia, Heidelbeeren... Im Winter trinke ich stattdessen Hagebuttentee oder Lindenblütentee mit Zitrone.



Alle Erdbeeren, welche nicht gegessen werden verwerte ich für ein sehr leckeres fruchtiges Erdbeereis ☺

Dafür zerstoße ich einfach 1 kg Erdbeeren mit 150 - 200 g Honig, stelle es in einer Schüssel für etwa 4 Stunden in das Tiefkühlfach und anschließend kommt die Masse in die Eismaschine, welche mir leckeres, cremiges Eis bereitet, das ich dann in Gläser abfülle und einfriere oder eben wie heute vor dem Mittagessen gleich so halbgefroren vernasche :-)

Als Deko habe ich die wohl allerleckerste Erdbeersorte „Mieze Schindler“ und deren Verwandte „Mieze Nova „ gewählt.

Wichtig ist, dass die Eismasse beim einfüllen in die Eismaschine schon zum Teil gefroren ist - ansonsten wird sie nicht cremig.

Letztes Jahr habe ich mein Erdbeereis vorwiegend mit Hanfsamen gemacht, was auch lecker war .- eine andere Variation sind gekeimte und pürierte Sonnenblumenkerne.

29 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2373984612640835>

Fruchtfliegenalarm! So bin ich sie losgeworden“ – Video von Silke Leopold

Im Sommer herrschte bei uns in der Küche oft Fruchtfliegenalarm. Jetzt habe ich eine Lebend-Fruchtfliegenfalle gefunden, mit der unsere Küche innerhalb von 3 Tagen nahezu fruchtfliegenfrei wurde. 😊

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2393167624055867>

Hilfe bei Zahnfleischschmerzen/Entzündungen

Immer wieder habe ich schlimme Schmerzen bzw. Entzündungen an meinem Zahnfleisch. Diese behandle ich natürlich nur naturheilkundlich mit Heilkräutern - niemals mit Mitteln aus der Apotheke oder Zahnarzt.

Manchmal sind die Schmerzen auch wieder ganz schlimm, so dass ich fast nichts mehr richtig kauen kann :-)

Insbesondere beim Kauen meines morgendlichen Müslis tue ich mir sehr schwer, welches ich nun oft püriert habe - schmeckt so auch sehr lecker und wäre ein sehr gesunder Brei für Babys und Kleinkinder.

Die Ursache dessen ist, dass ich aufgrund von Karies teilweise ziemlich große Zahnzwischenräume habe, welche ich mit Zahnstäbchen reinige und dabei auch das Zahnfleisch beleidigt wird... Seit einem halben Jahr nehme ich nun Vitamin K2-Kapseln gegen die Zahnkaries, wie von einer Facebook-Freundin empfohlen - hoffe, dass es nun endlich besser wird.

Die wichtigsten Heilkräuter für die Zahngesundheit sind jedenfalls: Kamille, Salbei und Zitronenmelisse, welche ich ohnehin immer wieder sehr gerne verwende. Diese haben wie auch viele andere Kräuter antibakterielle und entzündungshemmende Eigenschaften.

Salbei und Zitronenmelisse verwende ich am liebsten fein geschnitten mit Honig vermischt - dann langsam naschen ☺

Salbei setze ich auch sehr gerne fein geschnitten als Kaltwasserauszug an - beim kochen bekommt er nämlich eine bittere Note.

Zitronenmelisse gebe ich sehr gerne fein geschnitten zum Salat.

Mit der Kamille mache ich am liebsten Tee mit Zitrone und Honig, welche aber nicht in den heißen Tee gegeben werden sollen. Mundspülungen mit diesen Heilkräutern mache ich weniger gern - wie eigentlich überall empfohlen.

Majoran und Thymian, welche auch ähnlich hilfreich sind verwende ich generell immer sehr gerne zum Kochen - am besten immer erst zu Kochende begeben, damit die wertvollen Inhaltsstoffe nicht zu sehr zerstört werden. Die entzündungshemmenden Ringelblumen streue ich auch immer sehr großzügig auf die meisten Speisen - sieht zudem sehr schön aus - insbesondere Kinder haben hier ihre Freude und Vorliebe :-)

Bei dem Zahnpulver von Karoline Postlmayr, welches ich immer sehr gerne verwende ist ja auch Salbei und Pfefferminze enthalten, welche beim Zähneputzen gleich wirksam sind.

<https://www.kraeuter-buch.de/magazin/wichtige-heilpflanzen-fuer-die-zahngesundheit-62.html>

<https://www.wunderweib.de/zahnfleischentzuendung-11-hausmittel-die-wirklich-helfen-100664.html>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2380061975366432>

Mein tägliches Müsli – mal etwas anders

Mein Zahnfleisch hat sich in den letzten Tagen zwar schon wieder sehr beruhigt, aber ich muss weiterhin drauf achten, dass ich es durch das kauen von harten Lebensmitteln nicht zu sehr reize. Daher püriere ich nun auch mein morgendliches Frühstücksmüsli - bestehend aus angekeimten Goldblumenweizen und Hanfsamen mit eingeweichten Nüssen und Früchten.



Für dieses Müsli bin ich sehr, sehr dankbar und habe dadurch einen großen Fortschritt meiner Genesung erfahren dürfen - das einzige Frühstück welches ich meist wirklich gut vertrage:

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/58-mein-absolutes-lieblingsmuesli-sehr-vitalstoffreich-und-naturbelassen>

Die Keimlinge püriere ich nun gemeinsam mit 100 g für 16 h eingeweichten Walnüssen und 80 g für 1-2 h eingeweichten Dörrbirnen, gewürzt mit gemahlenem Kardamom und Anis.

Verziert habe ich diese Leckerei dann noch mit den ersten Himbeeren vom Garten, ganzen Walnußhälften, wie auch einer Malvenblüte und wilden Stiefmütterchen.

Geschmeckt hat es fantastisch - werde es bald wieder so machen :-)

Insbesondere für Kleinkinder und ältere Menschen ist es so sicherlich eine sehr gesunde und bekömmliche Speise :-)

37 Likes + 12 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2387590101280286>

Diabetes heilen, Spätfolgen verhüten

Starke Zunahme der Erkrankungen an Diabetes

Wie die Deutsche Diabetes Hilfe berichtet, „gibt es in Deutschland aktuell mehr als 6 Millionen Diabetiker - eine Steigerung von 38 Prozent seit 1998 ... Jeden Tag gibt es fast 1000 Neuerkrankungen ... Jeder Fünfte weiß noch nicht von seiner Erkrankung ... Mehr als 90 Prozent der Betroffenen leiden an Typ-2-Diabetes ... 300.000 Menschen in Deutschland haben Diabetes Typ 1. Davon sind mehr als 30.000 Kinder und Jugendliche unter 19 Jahren.“

Dramatischer Fall führte zur Entdeckung der Heilbarkeit

Dieser ist in dem Buch auf Seite 20 geschildert: 'Die Entdeckung spezifischer Heilwirkungen dieser Intensivkost bei Diabetes wurde durch den dramatischen Entschluss des Diabetikers Karl Ettwein (damals 68 Jahre alt) im Mai 1977 ausgelöst, die von den Krankenhausärzten dringend als lebensrettend angeratene Amputation seines vom Zuckerbrand befallenen Beines abzulehnen. Er „kündigte“ im Krankenhaus und ließ sich trotz seines sehr kritischen Zustandes nach Hause holen.' 'Seine Tochter fragte mich um Rat. Ich empfahl die sofortige, genaue Anwendung der Intensivkost als Basistherapie, und zusätzlich exakte Stoffwechselkontrollen und ergänzende biomedizinische Begleittherapie durch einen in dieser und der üblichen Diabetikerbehandlung erfahrenen Arzt. Nach einem solchen suchte ich selbst für den Patienten und fand Dr. H. Meixner, der sich zur Übernahme der Behandlung bereit erklärte.'

'Schon nach wenigen Tagen war sicher, dass das Bein gerettet werden konnte. Die Durchblutung besserte sich. Die gangränösen Stellen heilten in wenigen Wochen vollständig ab. Der Blutzucker-Spiegel normalisierte sich, und die blutzuckersenkenden Sulfonylharnstofftabletten konnten abgebaut werden – während die Krankenhausärzte in ihrem Entlassungsbericht noch gemeint hatten, die Umstellung auf Insulin sei unumgänglich, weil Sulfonylharnstoffe nicht mehr genügend wirkten.'

'Der behandelnde Arzt konnte – wie einige weitere auf diese Therapie aufmerksam gewordene Ärzte – auch an weiteren zum Teil schweren Fällen, die mit den bisherigen klinischen Methoden nicht mehr zu beherrschen waren, diese spezifischen Heilwirkungen der Intensivkost bestätigen. Sein Bericht ist in diesem Buch enthalten.'

Karl Ettwein schrieb seine teils sehr dramatischen Erlebnisse auf. Sie stehen in diesem Buch weiter unten: „So konnte ich meine Zuckerkrankheit überwinden!“ Lesen Sie selbst: <http://www.dr-schnitzer-buecher-neu.de/Diabetes-heilen?fbclid=IwAR0sfhv4ecm5bGEB90yXxy0qbi2wh-AZs9dkVYy2T70lxIzJGvFocIAd81w>

Sehr gerne erinnere ich in dem Zusammenhang auch an die Heilwirkung der Inkagurke, welche ich sehr gerne zum Kochen mit Tomaten verwende:

„Inkagurke ist eine gurkenähnliche Frucht. Ein einjähriges Kürbisgewächs aus Peru, welches von der peruanischen Urbevölkerung seit Jahrhunderten als Gemüse verwendet wird. Heute weiß man: die Früchte wirken cholesterinsenkend, antidiabetisch und blutdrucksenkend und helfen bei der Gewichtsabnahme. Sie enthalten immunstärkende, krebshemmende und antioxidative Flavonoide.“

<https://gesundeleben.online/images/pdf/Saatgutliste-2019.pdf>

10 Likes + 18 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2376950115677618>

82 jährige Frau mit Demenz erhält ihr Gedächtnis zurück, nachdem sie ihre Ernährung und Lebensstil umgestellt hat

Ich esse jedenfalls jeden Tag sehr viel von den Lebensmittel, welche gut gegen Demenz sind - Walnüsse allerdings immer nur über Nacht eingeweicht - auch manche Freunde und Bekannte machen es jetzt so - und sie schmecken ihnen wie auch mir anders gar nicht mehr :-)

Andere Beeren wie Ribisel, Aronia, Himbeeren, Brombeeren... sind sicherlich genauso wertvoll wie Heidelbeeren.

In folgender Monatsausgabe habe ich ab der Seite 7 einige lesenswerte Infos zum Thema Alzheimer/Demenz angeführt: <https://gesundeleben.online/images/bibel/Biblische-Orientierung-im-aktuellen-Zeitgeschehen--Oktober-2017.pdf>

21 Likes + 31 Kommentare + 29x geteilt:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2393212934051336>

Silke Leopolds Meinung zu Anthony William/ MEDIALE MEDIZIN!

<https://www.youtube.com/watch?v=0AR5oLIvY3U&feature=em-uploademail>

Habe mir nun dieses besonders schön differenzierte Feedbackvideo von Silke Leopold zum sehr bekannten Buchautor diverser Gesundheitsbücher „Anthony William“ angehört. Aus seiner Sicht ist der [Epstein-Barr-Virus \(EBV\)](#) Hauptauslöser sehr vieler Krankheiten und Symptome.

Besonders gut gefällt mir daran, dass sie zuerst all das Positive an seinen Büchern herausstellt, insbesondere seiner empfohlenen Ernährung welche vorwiegend aus Früchten, Gemüse, Wildgrün... besteht, wie ich und Silke es ja auch handhaben.

Sehr gut finde ich es auch, dass sie seine Bücher nicht gleich verwirft, obwohl er das meiste Wissen seit seiner Kindheit von einem medialen „göttlichen Geist“ durch Eingebungen bekommen hat. Sie stellt diesen „göttlichen Geist“ aber auch deutlich in Frage, aus welcher Quelle der wohl sei... und warnt gleichzeitig sich nicht auf Gesundheitsgurus zu fixieren, sondern sich möglichst vielfältig zu informieren – dabei nennt sie auch einige, welcher ihrer Ernährungsform nahekommen. Ergänzen möchte ich hier noch Dr. Schnitzer. Immerhin ist jeder Mensch ja total verschieden – der eine verträgt dies besser, der andere jenes – man kann nicht alle Menschen mit einem bestimmten Ernährungsprogramm über einen Kamm scheren.

Ich selber habe für meine Ernährungsweise von sehr vielen Experten alle mir nützlichen Infos und Tipps herausgenommen, um eine Ernährung zu kreieren, die mir Heilung verschafft – dieser Prozess war alles andere als leicht und sehr zeitaufwendig. Da ich sehr, sehr sensibel auf alles Mögliche reagiere bin ich mit keinem Ernährungsplan aller Experten nicht einmal im Ansatz wirklich zufrieden, da diese mir einfach nicht wirklich guttun.

Silke Leopold kritisiert stark die Empfehlung von „Anthony William“ alle 2 Stunden etwas zu essen oder zu trinken – nur weil es ihr persönlich mit 2 Mahlzeiten am besten geht. Bis vor etwa 20 Jahren bin ich auch noch leicht mit 2 Mahlzeiten ausgekommen, aber seitdem ich mich während meiner Arbeit bei BMW mit vielen eher ungesunden Nahrungsmittel zusätzlich vergiftet habe, brauche ich deutlich mehr Mahlzeiten um ein Wohlbefinden zu erlangen.

Mich erinnert die Empfehlung alle 2 Stunden etwas essen an die Empfehlung von KEAC für HPUler, worin ich mich auch sehr deutlich sehe – sehr gerne würde ich aber viel weniger oft etwas essen.. Über die optimale vitalstoffreiche und möglichst giftfreie Ernährung bei HPU hab eich hier einen Beitrag geschrieben: https://gesundeleben.online/images/pdf/Optimale_Ernhrung_bei_HPU.pdf

Bei Interesse gebe ich auf Anfrage auch gerne meine Artikel über meine persönliche genaue Krankheitsgeschichte, der schrittweisen Genesung, wie auch meiner ganz genauen Ernährungsweise weiter.

Das mit dem PH-Teststreifen hat Silke auch sehr schön erklärt. Mit diesem Thema habe ich mich vor einigen Jahren auch sehr intensiv befasst. Besonders wichtig ist es eben, dass der Morgenurin sauer ist – ein gutes Zeichen der Ausscheidung von Säuren über Nacht – tagsüber sollte er dann eher neutral sein. Meine persönliche Ernährung und meine Rezeptsammlung habe ich dahingehend optimiert, dass sie möglichst basenüberschüssig und nährstoffreich ist.

Über das Thema des Säure-Basenhaushaltes habe ich vor einigen Jahren folgenden umfangreichen Artikel erstellt: <https://gesundeleben.online/images/pdf/Gesundheitsbroschuere.pdf>

Silke kritisiert auch die Aussage von Anthony, dass Früchte zu jeder Jahreszeit von allen Kontinenten gegessen werden können – sie ist dafür sich möglichst regional und saisonal zu ernähren, was auch mir sehr wichtig ist, da diese Früchte auch am gesündesten sind und zudem meist wirklich reif geerntet – am besten direkt vom eigenen Garten. Ein großes Anliegen ist es mir durch meinen Obstsortengarten auf 2 Hektar den Mitmenschen zu zeigen, welche Fülle an verschiedenen leckeren Früchten bei uns erfolgreich kultiviert werden kann.

Darüber hinaus ist es wichtig die regionalen Bauern beim Einkauf zu unterstützen.

Von Darmreinigungskuren halte ich sehr wenig – wichtig ist vielmehr sehr gesunde Ernährung zur Darmreinigung. Hilfsmittel wie Bentonit, Life Plus, Tee aus amerikanischer Ulmenrinde und Süßholz, Tee aus Gundelrebe, Schafgarbe etc. tun mir auch sehr gut. Zudem auch Bifidus Probiotika und Hylak forte Tropfen – Probiotika zur Wiederherstellung der Darmflora. Sehr wichtig ist mir insbesondere Wasser sehr hoher Qualität – bei Wasser mit über 40 Nitrate bekomme ich z.B. sofort Verdauungsprobleme.

<https://gesundeleben.online/index.php/permakultur>

<https://www.onmeda.de/krankheitserreger/epstein-barr-virus.html>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2364469503592346>

Achtung: „Freudenräuber“ von Thomas Lange

Sie gehört zur Frucht des Geistes und steht zwischen der Liebe und dem Frieden – die Freude (Gal 5,22)! Diese Freude breitet sich im Herzen der Menschen aus, die diesen lebensverändernden Moment erfahren haben: Die Wiedergeburt aus Gott zum ewigen Leben (Joh 3). Vom alten, verlorenen Menschen zur neuen Schöpfung (2Kor 5,17). Vom Tod zum Leben (Joh 5,24). Aus der Finsternis zum Licht (1Pet 2,9). Von Krieg und Rebellion gegen den lebendigen und heiligen Gott zum Frieden mit Ihm durch den Herrn Jesus Christus (2Kor 5,18.19).

Wer das erfahren hat, dessen Seele ist zur Ruhe gekommen. Im wiedergeborenen Menschen möchte Gott die Frucht des Geistes immer mehr zur Entfaltung bringen, wie die Verwandlung eines Schmetterlings: Er streift die hässliche Puppe – sein „altes Leben“ – ab und entfaltet langsam seine farbenprächtigen Flügel, um so schnell wie möglich fliegen zu können. So ist auch die Freude ein wichtiger Teil der Geistesfrucht, welche sich in uns Gläubigen entfalten soll.

Jemand bemerkte einmal: „Freude ist ein Ausdruck des Wohlergehens der Seele.“ Tiefe und echte Freude hat nur der Mensch, der innerlich glücklich, ja glücklich ist (Rö 4,7.8). Und wer sonst, wenn nicht der an Christus Gläubige, hat dieses innere Glück erfahren? Charles Spurgeon sagte: „Aus der Wurzel des Glaubens wächst die Frucht der Freude.“

Daraus können wir schlussfolgern, dass eigentlich alle wiedergeborenen Menschen voller Freude sein müssten. Natürlich geht es nicht um eine vorgespelte Fröhlichkeit, sondern um eine innere, von Gott gewirkte Freude, die auch nach außen sichtbar wird. Salomo erkannte den Zusammenhang, als er sagte: „Ein fröhliches Herz macht das Gesicht heiter.“ (Spr 15,13)

Doch leider ist es eine traurige Tatsache, dass zunehmend auch Christen und zum Teil ganze Gemeinden von Freudlosigkeit geplagt und geprägt sind. Obwohl die Bibel die Wichtigkeit der Freude immer wieder herausstellt, beobachtet man, dass bei vielen Gläubigen ein Freudenmangel

vorherrscht – bis hin zur Verbitterung. In so manchen Gemeindestunden sehen wir Mundwinkel, die fast „den Fußboden“ berühren und lange Gesichter, welche ihren Widerhall in gedrückter und schweigender Stimmung finden. Die kraftvollen Glaubenslieder werden zum „Beerdigungsgesang“ und die Bibeltexte monoton heruntergeleiert. Dass damit die jüngere Generation, und besonders auch ungläubige Menschen, eher abgestoßen werden, ist eine traurige Konsequenz.

Gott möchte, dass wir uns freuen und diese Freude auch ausstrahlen!

John Piper geht sogar so weit zu sagen: „Christus wird in unserem Leben am meisten verherrlicht, wenn wir uns in ihm völlig freuen und zufrieden sind.“

Fröhlichkeit und Freude sollten also ein Grundbestandteil unseres Glaubenslebens sein. Sie sind eine Folgeerscheinung des Wirkens des Heiligen Geistes in unseren Herzen – eben Teil der Frucht des Geistes. John Wesley war davon überzeugt als er sagte: „Glaube ist Liebe, Frieden und Freude im Heiligen Geist. Es ist die fröhlichste und heiterste Sache der Welt. Glaube ist völlig unvereinbar mit Griesgrämigkeit, Missmut und Hartherzigkeit.“

In der Realität mangelt es uns jedoch leider oft an von Gott gewirkter Freude. Das führt uns zu der Frage, wo die Gründe hierfür liegen. Die Bibel gibt uns an mehreren Stellen wichtige und interessante Hinweise, welche bei Beachtung die Freude in unserem Leben fördern. Nennen wir sie „Freudenförderer“.

Andererseits wird dadurch auch deutlich, dass diese „Freudenförderer“ bei Nichtbeachtung zum „Freudenräuber“ werden können. Der Freude wird somit die Wachstumsgrundlage entzogen und großer geistlicher Schaden verursacht.

Hier erfährst du von den 9 Freudenräubern: <https://clv.de/clv-server.de/wwwroot/pdf/fut/113/fut113%20Bibelarbeit.pdf>

Bei mir persönlich sind meine unregelmäßigen depressiven Verstimmungen etwa 8 Wochen nach der Einnahme von „Symbio Krypt“ völlig verschwunden und nun bin ich fast immer freudvoll und gutgelaunt!

Seit etwa 1 Jahr darf ich Gott-sei-Dank wissen, dass ich die Stoffwechselstörung HPU habe - darauf habe ich die Kapseln „Symbio Krypt“ bekommen, welche aktiviertes Vitamin B6, Mangan und Zink enthalten und ich seitdem täglich zu den Mahlzeiten einnehme.

Bei Interesse stelle ich gerne mehr Information dazu zur Verfügung.

Weiterführende hilfreiche Infos rund um das Thema Freudevoll leben - Frei von Angst und Depression, habe ich hier zusammengestellt:

<https://gesundeleben.online/images/bibel/FREUDEvoll-frei-von-Angst-und-Depression.pdf>

FREUDE – Warum wir nicht genug kriegen – Predigt von Klaus Eickhoff:

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/68-freude-warum-wir-nicht-genug-kriegen>

Ist Gottes Liebe wirklich bedingungslos?

Da ich mich in [letzter Zeit mit Gottes bedingungsloser Liebe etwas intensiver befasse](#), ist in mir die Frage hochgekommen, ob Gott denn wirklich alle Menschen dieser Erde gleich viel liebt, wie es die meisten Christen lehren?

Es ist ja schon bei uns Menschen so, dass wir unterschiedlich große Liebe zu verschiedenen Menschen haben - so liebe ich z.B. ja auch alle Menschen bedingungslos, aber eben nicht alle gleich.

Man sagt oft, dass wenn man etwas nur oft genug wiederholt, dann werden die Leute daran glauben, auch wenn es falsch ist. Das scheint jedenfalls auf einige oft wiederholte Klischees über Gottes Liebe zuzutreffen. Betrachten wir die folgenden Aussagen, die in unseren christlichen Kreisen so oft mit langem Nachhall erklingen:

- Gott liebt jeden Menschen bedingungslos
- Gott liebt alle Menschen gleich
- Du kannst nichts tun, um, dir die Liebe Gottes zu verdienen
- Die Liebe Jesu gründet nicht auf unseren Leistungen
- Du kannst nichts tun, aufgrund dessen Jesus aufhören würde, dich zu lieben
- Du kannst nichts tun, damit Jesus dich mehr oder weniger liebt, als er es jetzt tut

All diese Sätze haben wir immer wieder gehört, aber stimmen sie mit der Schrift überein? Schauen wir uns die folgenden Worte Christi an, die Er direkt an Seine eigenen Jünger gerichtet hat:

„Gleichwie der Vater mich geliebt hat, habe auch ich euch geliebt; bleibt in meiner Liebe. Wenn ihr meine Gebote haltet, so werdet ihr in meiner Liebe bleiben, gleichwie ich die Gebote meines Vaters gehalten habe und in seiner Liebe bleibe.“ (Joh 15,19-10)

DIE SCHLUSSFOLGERUNG der sechs Klischees ist hier nachzulesen:

<https://hausgemeinde.wordpress.com/gottes-liebe-ist-nicht-bedingungslos/>

Dennoch bin ich von der Schrift her überzeugt, dass Gott alle Menschen liebt. Das können wir doch klar schlussfolgern.

Johannes 3,16: *„Also hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verloren gehe, sondern ewiges Leben habe.“*

In Psalm 5,6 heißt es, dass Gott alle hasst, die Frevel tun. Was ist nun mit dieser Stelle? Liebt Gott den, der Böses tut, oder hasst er ihn?

In Maleachi 1, 2 -3 lesen wir: *„Ist nicht Esau Jakobs Bruder? spricht der HERR; und doch hab ich Jakob lieb und hasse Esau.“*

Die besten Antworten auf die Frage bezgl. Gottes Liebe habe ich auf nachfolgenden Internetseiten gefunden:

<https://www.bibelstudium.de/articles/779/genau-lesen-52-liebt-gott-alle-menschen.html>

<https://fragen.evangelisch.de/frage/5794/wo-steht-der-bibel-dass-gott-alle-menschen-liebt>

https://www.auftanken.de/bl_andachten/2011-04-20/

<http://pv-bad-driburg.de/Liebt-Gott-eigentlich-alle-Men.1324.0.html>

Eine sehr gute und kurze Antwort auf die Frage: „Liebt Gott jeden Menschen oder nur die Christen?“ habe ich hier gefunden, welche ich im Anschluss zitiere:

<https://www.gotquestions.org/Deutsch/Gott-liebt-jeden-Menschen.html>

„In einem gewissen Sinne liebt Gott jeden Menschen in der ganzen Welt (Johannes 3,16; 1. Johannes 2,2; Römer 5,8). Diese Liebe ist nicht bedingt – sie basiert auf dem Fakt, daß Gott, der Gott der Liebe ist (1. Johannes 4,8&16). Gottes Liebe für die ganze Menschheit resultiert im Fakt, daß Gott Seine Gnade zeigt, indem Er nicht unmittelbar die Menschen für ihre Sünden bestraft (Römer 3,23; 6,23). Gottes Liebe für die Welt wird durch die Tatsache offenbart, daß Gott den Menschen die Möglichkeit zur Buße gibt (2. Petrus 3:9). Doch bedeutet Gottes Liebe für die Welt nicht, daß Er die Sünde ignoriert. Gott ist auch Gott der Gerechtigkeit (2. Thessalonicher 1,6). Sünde kann nicht für immer unbestraft bleiben (Römer 3,25-26).

Die größte Liebestat aller Zeiten wird in Römer 5,8 beschrieben: „Wie sehr Gott uns liebt, beweist er uns damit, dass Christus für uns starb, als wir noch Sünder waren.“ Jeder, der Gottes Liebe ignoriert, der Gott als Erlöser abweist, der den Retter, der ihn freigekauft hat, verleugnet (2. Petrus 2,1) wird

für immer Gottes Zorn (Römer 1,18) und nicht Seine Liebe (Römer 6,23) empfinden. Gott liebt jeden Menschen bedingungslos und Er zeigt Seine Gnade mit jedem Menschen, indem Er die Menschen nicht sofort wegen der Sünde vernichtet. Gleichzeitig ist Gott nur mit denjenigen „im Liebesbündnis“, die Jesu Christi für ihre Erlösung vertrauen (Johannes 3,36). Nur diejenigen, die an den Herrn und Retter Jesus Christus glauben, werden für immer Gottes Liebe genießen.

Liebt Gott jeden Menschen? Ja. Liebt Gott die Christen mehr im Vergleich zu Nicht-Christen? Nein. Liebt Gott die Christen in einem anderen Ausmaß im Vergleich zu Nicht-Christen? Ja. Gott liebt jeden Menschen gleich, indem Er Gnade mit jedem Menschen hat. Gott liebt nur die Christen in dem Sinne, daß nur die Christen Seine ewige Gnade, Barmherzigkeit und das Versprechen Seiner ewigen Liebe im Himmel erhalten. Die bedingungslose Liebe, die Gott für jeden Menschen empfindet, sollte uns dazu bringen, Ihm zu vertrauen, seine großartige bedingte Liebe dankend zu erhalten, die Er denjenigen schenkt, die Jesus Christus als Erlöser empfangen.“

12 Likes + 14 Kommentare:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2381179885254641>

Die Gott lieben (werden sein wie die Sonne)

Als Gotteskinder dürfen wir seinen Verheißungen vertrauen:

„Die, die Ihn lieben, sind wie die Sonne, wenn sie aufgeht in ihrer Pracht.“ Richter 5, 31

Unsere Sonne ist der Herr Jesus. ER erleuchtet unser Leben, erwärmt unser Herz, umfaßt mit Seinen Strahlen unser Leben, durchdringt uns bis ins tiefste Sein und ist das Licht der Hoffnung. Wie gut, wenn Jesus uns und unser Leben beleuchten darf!

Wenn wir uns an Ihn halten und Ihn lieben, wenn wir Ihn im Gebet, in unseren Gedanken, in der Bibel und in der Predigt suchen, färbt Sein Charakter auf uns ab. Wenn wir alle Hindernisse für Sein Wirken und Seine Heiligkeit ablegen, durchströmt ER uns und drückt uns Seinen Stempel auf: Wir werden sein wie die Sonne, die aufgeht in ihrer Pracht.

In Maleachi 3, 20 steht: *„Für euch aber, die ihr meinen Namen fürchtet, wird die Sonne der Gerechtigkeit aufgehen, und ihre Flügel bringen Heilung. Ihr werdet hinausgehen und Freudensprünge machen, wie Kälber, die aus dem Stall kommen.“*

Ja, die Sonne der Gerechtigkeit, – das ist mein Jesus, – kommt und Seine Flügel bringen Heilung. Freude macht sich breit; Friede und Heilung geschieht. Wie wunderbar, wenn ER die Sonne ist!

Und wenn wir irgendwo hingehen, sollen wir dort wie die Sonne sein, die am Morgen nach langer Nacht aufgeht. Wir sollen Freude und Hoffnung bringen, wo Verzweiflung und Not ist. Alle sollen sich freuen, wenn sie uns sehen, denn wir verkörpern Jesu Sonne, Sein Hoffnung, Seine Freude, Seinen Frieden. Und das wollen wir überall verbreiten.

Wir wollen nicht sensibel sein, falls uns jemand angreift. Oder auch nur befürchten, daß jemand ein schlechtes Wort über uns sagt. Wir wollen nicht für uns sensibel sein, sondern für andere Menschen. Gott sorgt für uns, und wir für andere; – so herum soll es sein.

Darum bringt Jesus unter Seinen Flügeln Heilung, damit unsere Seele gesund wird und wir nicht so selbstbezogen in der Gefühlswelt leben, nur sensibel für sich selber. Das führt zu Bitterkeit, Arroganz, Abkapselung und Einsamkeit. HErr, bewahre mich vor meinen Gefühlen, die sich zu sehr um mich selber drehen!

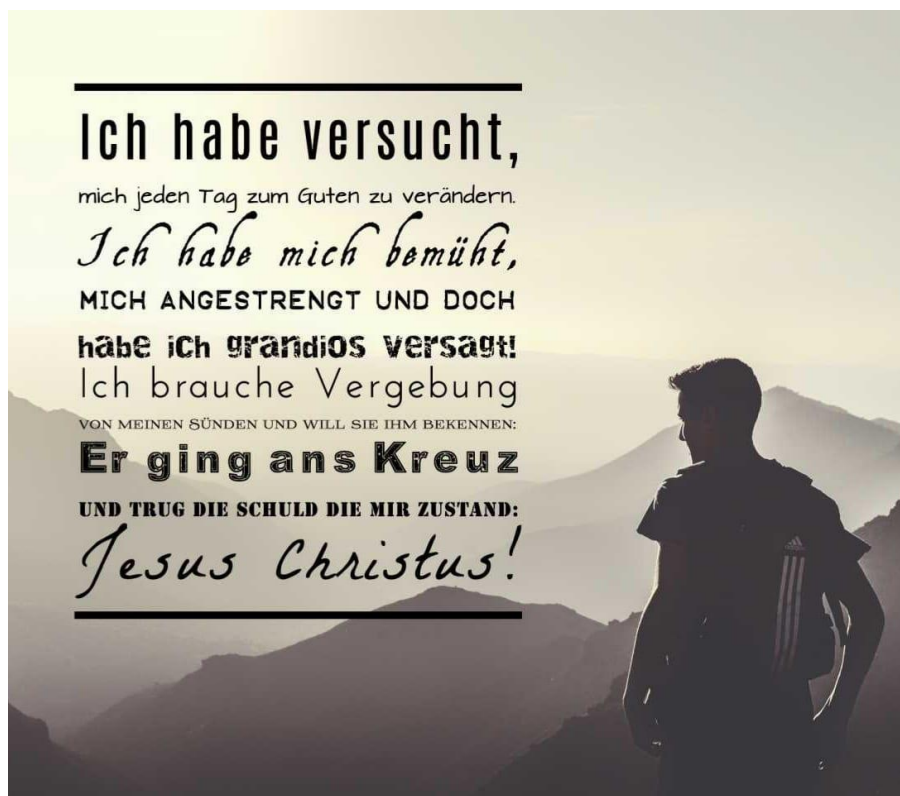
Die Freude, die Jesus schenkt, ist eine unbändige Freude. Habt ihr es einmal erlebt, wenn die Kälber im Frühjahr aus dem Stall kommen? Oder wenn die kleinen Kinder aus dem Kindergarten kommen und herumtoben, nachdem sie lange still sitzen mußten? So wird es uns ergehen, wenn Jesus sichtbar kommt. Und in den Versammlungen dürfen wir schon einen Vorgeschmack auf diese Freude Gottes bekommen. Sie soll auf unsere Umgebung abfärben, dann sind wir die Sonne, die aufgeht in ihrer Pracht.

HERR hilf, daß ich wie die Sonne bin! Gib mir Deine Freude und Hoffnung! Gib mir Heilung, Gerechtigkeit und Frieden! Hilf, daß ich mich nicht nur um mich selber drehe, sondern Deine Heilung in Anspruch nehme und mich anderen zuwende. Ohne Furcht vor neuen Verletzungen, weil Du Heilung und Bewahrung schenkst. Jesus, ich liebe Dich, meine Sonne, mein Leben, mein Hoffnung und mein Alles!!

<https://www.youtube.com/watch?v=vteOByGq1Ao>

<https://franklitauen.wordpress.com/2017/02/02/die-ihn-lieben-sind-wie-die-sonne-02-02-2017/>

8 Likes: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2353042868068343>



Sehr gut passende Predigt von Thomas Jettel zu diesem Thema - Wie ist ein Christ?

<https://www.sermon-online.de/search.pl?lang=de&id=24535&title=&biblevers=&searchstring=&author=0&language=0&category=0&play=1>

„Wachstum beginnt dort, wo alles eigene, religiöse fleischliche Bemühen endet.“

Thomas Jettel

216 Likes, 28 Kommentare + 39x geteilt:

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=124070502139395&set=a.116231732923272&type=3&heater>

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

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

Freue mich über jegliche Feedbacks. Ich bin auch sehr interessiert an ausführlichen persönlichen Gesprächen und Austausch über solche von mir behandelten Themen.

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