



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/>

„Die wahre Liebe“

*„Und wenn ich meine ganze Habe in Form von Speise austeile,
und wenn ich meinen Leib hergebe, damit ich verbrannt werde,
aber nicht Liebe habe, nützt es mir nichts.*

Die Liebe ist geduldig, ist freundlich.

Die Liebe neidet nicht.

*Die Liebe tut nicht groß, ist nicht aufgebläht, gebärdet sich nicht in unanständiger Weise,
sucht nicht das Ihre, ist nicht schnell gereizt, rechnet das Böse nicht an,
freut sich nicht über die Ungerechtigkeit, freut sich aber mit der Wahrheit.*

Sie deckt alles zu, glaubt alles, hofft alles, erduldet alles.“

1 Kor. 13, 3-7

Wir haben gute Straßen notwendig. Nur auf solchen Straßen ist der schnelle Austausch von Waren und die Begegnung von Menschen möglich. Aber wir haben nicht nur Straßen von Ort zu Ort notwendig, sondern auch Straßen von Herzen zu Herzen. Die beste Straße von Herz zu Herz ist die Straße der Liebe. Wer wollte auf die Liebe verzichten? Auf vieles können wir leichter verzichten als auf die Liebe. Verlieren wir Reichtum, Macht, Ehre und Ansehen, so ist das natürlich sehr schwer zu ertragen. Aber ungeliebt durchs ganze Leben zu gehen, ist der schwerste Kreuzweg. Eine Bedingung aber haben wir: Die Liebe muss echt sein!

Der Schriftsteller Albert Reinecke schildert in seinem Buch „Die wahre Liebe“ das tragische Schicksal des Malers Ambrosius. Er hatte schon alles Erdenkliche gemalt, nur eines wollte ihm nicht gelingen – was wahre Liebe ist. Er glaubte, die wahre Liebe in seiner Braut gefunden zu haben. So gab er dem Bild der Liebe den ersten Preis. Bald aber geschah es, dass er eine große Enttäuschung in seiner Liebe erleben musste. Seine Braut wurde ihm treulos. Da ging er eilends in die Kunstausstellung, in der sein Bild ausgestellt war, und zerriss es mit eigener Hand. Wie ein Wahnsinniger lief er durch die Straßen der Stadt und rief: „Ich suche die wahre Liebe!“

Lange hörte man nichts mehr von dem enttäuschten Maler. Er wurde alt und grau. Eines Tages fand man ihn in seinem Atelier vor einem großen Gemälde tot auf. Das Bild stellte in ergreifender Weise die Kreuzigung Christi dar. Das Ergreifendste waren die Augen Christi, die, von Todesschatten schon umflort, voll unendlicher Güte den flehenden Blick zum Himmel erhoben. Mit letzter Kraft hatte der Maler unter das Bild die Worte geschrieben: „Die wahre Liebe!“

Wenn wir die wahre Liebe suchen, die echt, beständig, treu in allen Lebenslagen uns umhegt, so kann das nur eine sein: Die Liebe Gottes! In Christus hat sie sich uns offenbart. Du kannst arm sein, dein Antlitz von Sorgen und Leid gezeichnet, der Zauber der Jugend, Kraft und Schönheit können entschwunden, du kannst von Menschen kaum beachtet sein und einsam durchs Leben gehen. Er weist dich nicht zurück. Er schaut nicht auf das Äußere. An Ihn kann sich jeder vertrauensvoll wenden, selbst dann, wenn er schwere Schuld auf sich geladen hat. Er will von uns nur eines: Gegenliebe! Wie aber können wir die Liebe Gottes erfahren? Er kommt doch nicht vom Himmel herab, um uns zu umarmen. Die Boten seiner Liebe sind Menschen, durch sie offenbart Er seine Liebe.

In Finnland machte es sich die vornehme junge Frau Mathilde Wrede zur Lebensaufgabe, den Gestrandeten in Gefängnissen die Liebe Gottes erfahren zu lassen. Man nannte sie „Engel der Gefangenen“. In Kakola, dem großen finnischen Zuchthaus, war ein Mann, der zu lebenslanger Haft verurteilt war. Sie hatte ihn wiederholt besucht. Einmal bat er sie, ihm auf kurze Zeit ihre Brosche zu geben. „Was wollen Sie damit?“, fragte Mathilde verwundert. „Fragen Sie nicht! Nach einer Stunde werden Sie Ihre Brosche unbeschädigt zurückbekommen“, war die Antwort. Sie gab ihm die Brosche.

Als sie nach einiger Zeit den Häftling wieder besuchte, überreichte er ihr eine Brosche, die der ihren gleich war, anscheinend aber aus Elfenbein. Überrascht fragte Mathilde: „Woher haben Sie das Elfenbein bekommen?“ „Das ist kein Elfenbein“, war die Antwort. „Vor vielen Monaten fand ich einen Suppenknochen und dachte sogleich: Daraus soll Mathilde eine Brosche haben.“ Mit Tränen in den Augen nahm Mathilde das Geschenk an. Dann sprach der Häftling: „Sie sagten, dass der große Gott auch einen solchen, wie ich bin, erlösen will. Gott hat in seinem Reich auch einen Platz für mich“. Wer von anderen Menschen selbstlose Hilfe erfährt, für den ist es leichter, an die Liebe Gottes zu glauben. Nur aus seiner Quelle fließt selbstlose Liebe ins Menschenherz. Die wertvollsten Straßenbauer der Welt sind die Menschen, die, von der Liebe Gottes erfüllt, diese anderen Menschen mitteilen.

Quelle: <http://www.adz.ro/artikel/artikel/wort-zum-sonntag-strassenbauer-der-liebe/>

Den ersten Teil dieser schönen Geschichte der Liebe habe ich zuerst im Editorial der Ethos 3/2018 gelesen: <https://ethos.ch/>

Die Leiterin der Redaktion Daniela Wagner hat dazu als Kommentar folgendes geschrieben:

„Am Karfreitag denken wir daran, was damals, vor bald 2000 Jahren geschah. Eine Menschenmenge in Jerusalem schrie aufgebracht: „hinweg mit Jesus! Tötet ihn!“ Löschten sie damit die wahre Liebe aus? Wieder nur ein Traum gewesen? Nein, Jesus ist auferstanden! Der Gerechte, der für uns Ungerechte starb, blieb nicht im Grab. In ihm lässt Gott Gnade vor Recht ergehen und begnadigt uns Sünder, die wir den Tod verdient hätten. Das ist wahre Liebe! Kein Traum, sondern ewige Realität für jeden, der dieses Geschenk annimmt Jesus lebt und wird wiederkommen um seine Kinder zu sich zu holen und sein gerechtes Reich aufzurichten!“

„Bei einem Waldbrand gibt es immer eine Stelle, die das Feuer nicht mehr erreicht: den Platz, den das Feuer schon ausgebrannt hat. Golgatha ist die Stelle, wo das Feuer vom Gericht Gottes über unsere Sünde schon ganz erloschen ist.“

Corrie ten Boom

Gottes reine Liebe

Agape ist ein griechisches Wort für Liebe, welches durch das Neue Testament auch außerhalb des Griechischen zum festen Begriff geworden ist. Es bezeichnet eine göttliche oder von Gott inspirierte wohlwollende, uneigennützig, aufopfernde, auf andere zentrierte Liebe.

Im Gegensatz dazu werden für menschliche Liebe oft die Wörter Eros, Storge und Philia gebraucht.

„Die Liebe will nichts von dem anderen, sie will alles für den anderen.“
Dietrich Bonhoeffer

Zu der Frage, ob Gottes Liebe denn wirklich bedingungslos ist, welche in vielen christlichen Kreisen ein großes Diskussionsthema ist, habe ich hier einen eigenen umfangreichen Beitrag auf Facebook geschrieben: <https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2381179885254641>

Oder hier in meinem „Gesundes Leben – News“ ab Seite 13:

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

[Im Ethos 5/2018](#) habe ich folgendes zu Gottes Liebe gelesen:

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

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

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

Unsere Freiheit in Christus (Galater 5,1; 13) ist uns gegeben, damit wir Gott freiwillig und von Herzen dienen in der Kraft des Heiligen Geistes und ein Leben zu seiner Ehre führen. Wer wirklich begriffen hat, wie sehr Gott uns liebt und welchen unermesslich hohen Preis ihn unsere Erlösung gekostet hat, wird seine Liebe erwidern.

Als Nachfolger Jesu sollen wir Gott ähnlicher werden, immer mehr so denken und handeln wie er. Er möchte unser Herz und unseren Sinn verändern, uns umgestalten. Wir sind dazu berufen, ein Licht zu sein und anderen in Wort und Tat seine Liebe zu bezeugen.

Diese Liebe dient uns auch zum Vorbild und lehrt uns, dass unsere Erfüllung nicht darin besteht, uns selbst ins Zentrum zu stellen, sondern uns selbstlos zu verschenken.“

<https://www.ethos.ch/blog/gott-liebt-mich>

Liebe als Frucht des Glaubens

Die Liebe ist das Wichtigste (Galater 5,22A). Die Liebe ist das, worauf es immer ankommt.

Wenn Glaube echt ist, wird er sich zeigen in einer Liebe, die barmherzig ist.

Das erste Gebot ist: Du sollst nichts neben Gott lieben! Deine ganze Liebe soll Gott gehören. Nicht 99,9 %. Gott möchte, dass er bei den Seinen an erster Stelle steht. Er will den gesamten Raum des Herzens einnehmen.

Gott hat alles getan: Er sandte Christus (das sühnende Blut am Kreuz) und den Heiligen Geist (das lebende Wasser, das neue Leben), damit wir diese Liebe nun leben können.

„denn was das Gesetz nicht vermochte – es war ja schwach durch das Fleisch –, das machte Gott möglich: Er schickte seinen eigenen Sohn in der Ähnlichkeit des Fleisches der Sünde und <als das Opfer> für Sünde und verurteilte die Sünde im Fleisch, damit das Gerechte des Gesetzes in uns erfüllt werde, die wir nicht nach dem Fleisch wandeln, sondern nach dem Geist“.

Römer 8,2-4

Nun ist es möglich, wenn wir uns nach dem Geist ausrichten, d. h., wenn wir mit Christus und in seiner Kraft leben.

5,5: *„Gottes Liebe ist in unseren Herzen, weil nun Gott in unseren Herzen ist.“* Der Heilige Geist ist Gott.

Es braucht Gott, um wirklich „Mensch“ zu sein. Nur Gott kann das Leben führen, wie Gott es verlangt. Wir haben nicht Kraft in uns selber. Weil Gott nun in mir ist, kann ich Mensch sein – so Mensch sein, wie Gott es wollte, Gott ähnlich, als Ebenbild Gottes.

Echter Glaube zeigt Frucht: Liebe. Und die Liebe äußert sich in Barmherzigkeit.

Im NT haben wir Jesus Christus zum König. Das neue Gesetz (das Evangelium) ist daher das königliche Gesetz (das Gesetz der Freiheit; 1,12). Das neue Gesetz ist das Gesetz der Liebe.

Wenn du das Gesetz gehalten hast – durch Christi Kraft und Liebe, die in dir wohnt, Römer 5,5 –, kannst du gelassen in die Ewigkeit gehen, kannst jauchzen, dich rühmen: *„Ich habe in Christus neues Leben, das Leben des Gottes der Liebe.“*

Wenn jemand wirklich glaubt, wird Frucht entstehen. Wer neues Leben hat, hat Christus, und dieser wird sich durch ihn auswirken – als Frucht im Reden, Denken, Handeln: in Liebe.

Zeigt sich nichts, so ist wohl die Ursache, dass kein Leben vorhanden ist. Zeigt sich die Liebe nicht, muss ich mich fragen, ob ich wirklich Christ bin.

Quelle: Aus „Unterwegs Notiert“ Nr. 119: November, Dezember 2019 Hilfen zur Bewährung in Glaubensprüfungen – Der Jakobusbrief (3) von Thomas Jettel und Herbert Jantzen

Freiheit in Jesus Christus – Was darf man als Christ?

Alles ist dir erlaubt, aber...

Christen sind zur Freiheit berufen. Dennoch fragen sich viele: Was ist vor Gott richtig, was falsch?

Das ist nicht mit einem Satz zu beantworten.

Wir dürfen grundsätzlich alles (!), aber es ist nicht alles auferbauend, darüber sollen wir uns im Klaren sein.

„Alles ist erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten. Alles ist erlaubt, aber nicht alles baut auf. Niemand suche das Seine, sondern was dem andern dient“

1.Korinther 10,23-24

Unser Maß, unser Gewissen sollte an dem geschärft und ausgerichtet sein, was wir wirklich, und damit meine ich jetzt wirklich „wirklich“ aus Liebe zu unserem Erlöser, unserem Herrn Jesus Christus tun.

Wenn man aus diesem Sehnen heraus lebt stellt sich die Frage nach dem „was darf ich“ überhaupt nicht, weil wir stets damit befasst sind zu fragen und zu leben „was willst DU?“ (als Frage an den Herrn Jesus gerichtet).

Erst wenn wir aufgehört haben aus wirklicher Liebe zu IHM heraus zu leben, taucht irgendwann die Frage auf „was darf ich“.

Das ist m.E. die Bedeutung des Wortes: „Wo der Geist des HERRN ist, da ist Freiheit“ Ich betrachte auch immer den Umkehrschluß dieses Verses: >wo der Geist des HERRN nicht ist, ist auch keine Freiheit [möglich]< (diese Formulierung stammt aber nicht aus der Bibel, sondern von mir!)

Eigentlich kann ein Außenstehender kaum beurteilen, was ein anderer „darf“, bzw. welche Freiheit jener hat.

Wenn man die neue Natur eines Menschen (in Christus) nicht sehen kann (anhand von Werken und dem ganzen leuchtenden Wesen), dann stimmt offensichtlich etwas mit jenem Menschen nicht. Gott ist geduldig, wir sollten es ihm gleich tun und auch geduldig sein. Aber irgendwann stellen sich Früchte ein, gute oder schlechte...

Was wirklich frei macht: die Früchte des Heiligen Geistes

„Die Frucht des Geistes aber ist: Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut, Enthaltbarkeit.“

Galater 5,22.23a

Der Bibeltext macht deutlich: Ich erfahre etwas noch viel Besseres als bloße moralische Pflichterfüllung, wenn ich mich auf eine tägliche und lebenslange Beziehung mit Jesus Christus einlasse. Dann wird der Heilige Geist mein Leben verändern und mir immer mehr Freiheit ermöglichen.

Frage zum Nachdenken: Es ist mein Recht, alles zu tun, aber ist es richtig, alles zu tun?

„Wenn ich nicht mehr unter dem Gesetz bin, sondern unter der Gnade, kann ich endlich tun und lassen, was Christus will.“

H. J. Eckstein

Wahre Liebe bewährt sich im Alltag: Wie verhalte ich mich dem anderen gegenüber, wenn ich enttäuscht von ihm bin? Wie reagiere ich, wenn die Ecken und Kanten des anderen mir auf die Nerven gehen? Gar nicht so leicht, auch dann noch seine Liebe in Taten sprechen zu lassen und nicht nur davon zu reden.

Jesus ist das beste Beispiel für eine Liebeserklärung, die nicht nur aus schönen Worten besteht:

„Denn so [sehr] hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verlorengelht, sondern ewiges Leben hat.“

Joh. 3,16

Doch Jesus beließ es nicht bei diesem Versprechen. Am [Kreuz](#) hat diese Liebe zu uns ihren sichtbaren Ausdruck gefunden. Jesus starb unschuldig an unserer Stelle – das ist wahre Liebe. Eigentlich hätten wir es verdient, dort zu sterben. <https://heukelbach.org/wahre-liebe/b>

Weiterführende Gedanken hierzu findest du [hier](#).

Ich sage „Ich liebe dich“ (Von Ute Ludwig)

Ich liebe meine Eltern und Geschwister. Die Menschen sagen: Klar!

Ich liebe meine Freundinnen. Ich sage ihnen: Ich liebe dich. Die Freundinnen sagen mir: Ich liebe dich auch. Denn das fühlen wir füreinander. Liebe. Die Menschen überlegen. Ist Freundschaft Liebe? Die Menschen fragen sich: Ist das jetzt sexuell?

Ich habe Kinder, mit denen kuschle ich morgens im Bett. Ich sage zu meinem 5jährigen Sohn: Ich hab dich lieb. Die Menschen nicken. Ich sage zu meinem Sohn: Ich liebe dich. Ich liebe dich bis zum Mond und zurück. Er sagt: Mama, ich liebe dich. Wir drücken uns ganz lange und ganz fest bis wir merken, dass die Liebe zwischen uns fließt und uns vereint.

Ich stehe im Supermarkt irgendwo an einem Regal und wähle aus. Ich bemerke eine ältere Person neben mir. Sie steht dort ebenfalls länger. Ich beginne, diese Person tiefer wahrzunehmen. Das Gefühl, das dabei in mir hochkommt ist: Liebe. Ich mache natürlich nichts, ich wähle aus und gehe weiter. Ist es möglich, dass Nächstenliebe ein echtes Gefühl von Liebe ist? Dass Nächstenliebe nicht bloß ein christlicher Wert ist, der sich im Helfen äußert? Was wäre ein Ausdruck von Nächstenliebe? Zu sagen: „Ich liebe dich“? Eine Umarmung im Supermarkt?

.....

Ich treffe einen Mann wieder, den ich seit 20 Jahren nicht gesehen habe. Damals waren wir uns nah. Verliebt. Wir erzählen uns, was uns die letzten 20 Jahre geprägt hat, bewegt hat, wo wir jetzt stehen in unserem Leben. Wir fühlen uns verbunden. Wir schauen uns tiefer in die Augen und sagen uns, dass wir damals in schöner Erinnerung haben. Nach 4 Stunden verabschieden wir uns. In mir ein Gefühl von Liebe. Wir umarmen uns zum Abschied. Ich möchte meine Liebe zum Ausdruck bringen. Aber das tue ich nicht. Ich höre die Prägung in mir: Das darf nicht sein. Wir lösen die Umarmung innerhalb der erlaubten Zeit. Bevor die Liebe beginnt zu fließen.

Ich fahre nach Hause und denke nach...

Liebe möchte zum Ausdruck gebracht werden. In all ihren Farben und Formen. Liebe ist universell. Sie möchte gefühlt und geteilt werden. Sie möchte fließen und erlaubt sein, im sprachlichen Ausdruck, in ihrer körperlichen Form. Die Liebe möchte unser menschliches Leben durchdringen denn sie ist das Leben selbst.

Wie lange dauert es, bis wir die Liebe wieder befreien? Unseren natürlichen Umgang mit Liebe wiederfinden? Ich denke: Hoffentlich erlebe ich das noch.

Denn: Liebe heilt.

Quelle: <https://www.facebook.com/ute.lu/posts/10219823991967536>

Mein persönlicher Weg der Liebe

Aus Liebe zu meinen Mitmenschen habe ich zahlreiche Projekte entwickelt, welche für möglichst viele Menschen ein Segen sein dürfen. Durch den Erhalt einer [Art von bedingungslosen Grundeinkommen](#) ist es mir auch leicht möglich das meiste davon kostenlos zu geben.

Immer wieder erhalte ich sehr schöne, berührende Rückmeldungen von Menschen, denen ich mein Saatgut oder den einjährigen Beifuß kostenlos geschickt habe, da es denen finanziell nicht so gut geht:

„Hallo Andreas;

Heute kam Deine Sendung. Ich es überwältigt ehrlich. Ich weiß gar nicht wie ich Dir danken soll. 

Angelika W

„Ich habe im Postkasten dein Briefchen gefunden und dachte nicht, dass du mir jetzt einfach ohne Bezahlung was schicken würdest, ich bin fast in Tränen ausgebrochen vor Freude!“

Katharina G

„Heute ist dein Päckchen angekommen.

Ich danke dir von ganzem Herzen. Du hast dir so viel Mühe gegeben mit dem Packen und auch den einzelnen Tütchen.

Deine schöne Karte hat mich sehr berührt und sehr froh gestimmt 😊
das kam gerade zur richtigen Zeit 😊

Lieber Andreas, ich danke dir von Herzen für dieses schöne Geschenk 😊 ich freue mich immer noch sehr darüber und ich denke, die Freude wird mich und die Pflanzen auch begleiten 😊“

Lieber Andreas,

jetzt in der Erntezeit muss ich viel an dich denken.

Deine Tomaten sind so köstlich und wenn ich deinen wunderschönen bunten Mais ernte, bin ich ganz hin und weg wie die Natur sowas schönes macht.

Dann kann ich mir gut vorstellen, wie viel Herzblut du in deine Pflanzen steckst und wie gut das ist. Ich merke auch immer mehr, wie wichtig hochqualitative Lebensmittel sind und wie gut sie mir tun.

Johanna K

Solch schöne Feedbacks des Dankes bedeuten mir oft viel mehr als Geld. Bei manchen Menschen sehe ich allerdings, dass sie sich nichts schenken lassen wollen – sie meinen, dass sie einer Gegenleistung schuldig sind. Aber so ist Gottes Agape-Liebe nicht – er gibt bedingungslos – er gab sich in seinem eingeborenen Sohn Jesus Christus für uns sogar bis zum Tode, damit wir aus reiner Gnade für ewig gerettet werden, wenn wir dieses Geschenk im Glauben annehmen. Die Folge davon darf Gegenliebe aus dankbarem Herzen sein.

„Denn aus Gnade seid ihr gerettet durch Glauben, und das nicht aus euch, Gottes Gabe ist es; nicht aus Werken, damit niemand sich rühme.

Denn wir sind sein Gebilde, in Christus Jesus geschaffen zu guten Werken, die Gott vorher bereitet hat, damit wir in ihnen wandeln sollen.“

Epheser 2, 8-10

„Gott ist Liebe, und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott und Gott in ihm.“ 1Johannes 4,16b

„Gnädig ist der HERR und gerecht, und unser Gott ist barmherzig.“ Psalm 116, 5

[Als Gotteskinder dürfen wir seinen Verheißungen vertrauen:](#)

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

Das Gebot Jesu

„Wie mich der Vater geliebt hat, so habe auch ich euch geliebt. Bleibt in meiner Liebe!“

Johannes 15, 9

Die besonders liebe und herzliche Heilpraktikerin Beata G., welche kürzlich gemeinsam mit einer Ärztin Beifußsetzlinge bei mir geholt hat, schrieb mir am Ende eines darauffolgenden Mailaustausches folgendes:

„Du bist ein Botschafter der Liebe! Es ist echt schön, dich kennengelernt zu haben!“

Ein besonders großes Geschenk an meine Mitmenschen ist insbesondere meine umfangreiche [Rezeptsammlung](#), für die ich sehr viel Zeit und Liebe investiert habe. Früher habe ich mir teilweise sehr schwergetan eine gute Entscheidung dafür zu treffen was ich kochen sollte, da ich die Zubereitungsart und Kombination von Lebensmitteln von den meisten Rezepten aus Kochbücher und Internet einfach nicht gut vertragen habe oder mir nicht gut geschmeckt hat.

So bin ich nun umso dankbarer für meine sehr schmackhaften selbst kreierte vielfältigen Rezepte für jede Jahreszeit, wodurch es mir in den letzten Jahren gesundheitlich schon deutlich besser geht ☺ Gesundheit ist eben praktisch unbezahlbar, was sicher schon jeder erkannt hat, der/die schon mal jahrelang krank war.

Allein mit der Zubereitungsart und der richtigen harmonischen Kombination hochwertiger Lebensmittel kann man schon sehr viel erreichen, dass die Speisen besser verdaulich sind und die Nährstoffe besser verwertet werden können. Besonders wichtig war mir die Naturbelassenheit der Speisen mit natürlichen Zutaten, vorwiegend vegan, aber ganz ohne Ersatzprodukte für Milch, Käse, Sahne oder Fleisch.

Oft merke ich, dass meine Rezepte zu gering wertgeschätzt werden, da sie ja kostenlos sind – immerhin gibt es ja bereits schon überall zahllose Rezepte. Meist sind es insbesondere etwas reifere Menschen, die sich schon lange mit Gesundheitsthemen befassen, welche den wirklichen Wert in den Rezepten erkennen. Eine Freundin auf Facebook und Buchautorin hat mit vor 2 Jahren bezgl. meiner Rezeptsammlung geschrieben, dass ich den meisten Leuten damit meilenweit voraus bin ;-)

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

Immer wieder erhalte ich begeisterte Rückmeldungen zu meinen Rezepten, die mein Herz erfreuen:

„Deine Rezeptsammlung ist großartig! Auch deine Einleitung ist schon sehr interessant. Und wie schön du die Gerichte dekorierst und präsentierst - das allein ist eine Freude! Dafür sage ich dir schon einmal herzlich Dankeschön. Meine Freundin ist auch begeistert davon! 😊“

Verena S.

Insbesondere für mein [Vollkornsauerteigbrot](#) bekomme ich laufend sehr positive Rückmeldungen meiner Kunden – es wird besser vertragen, schmeckt ausgezeichnet und hält sehr lange frisch.

Auch per E-Mail bekomme ich sehr schöne Feedbacks zu meinem Brotrezept, wie z.B. diese:

„Lieber Andreas,

Herzlichen Dank für dein Brotrezept, es ist genial!!! Ich habe es gestern ausprobiert und das Brot ist fabelhaft! Es schmeckt so gut, wie kein anderes. Nun kann ich alle Brotrezepte wegschmeißen, weil ich nur mehr dein Rezept verwende.

Ich finde es wirklich super von dir, wie du dir das erarbeitet hast und dann mit anderen teilst – das findet man nicht alle Tage.

Außerdem besitze ich auch eine KÖNIG-Getreidemühle von deinem Vater und das schon sicher seit 25 Jahren und seither mahle ich das Getreide immer frisch.

Nochmals ganz herzlichen Dank und eine schöne Zeit

Mit lieben Grüßen

Rosa S. “

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/92-die-gesundheitlichen-vorzuege-von-vollkornsauerteigbrot>

Schließen möchte ich diesen Artikel über die wahre Liebe mit den Worten vom bereits heimgegangenen Ethos-Gründer Bruno Schwengeler aus dem [Artikel „Ein erfülltes Leben“ \(ethos 4/2018\)](#):

Was uns wirklich zufrieden macht

„Gott bietet uns die Erfüllung unserer Herzenssehnsucht nach wahrer Intimität, eine dauerhafte Umwandlung unseres Charakters, Freude und Frieden an. Er bietet uns alles, was unsere Seele wirklich zufrieden stellen kann. Aber wir bleiben so oft fixiert auf alles andere. Statt inneren Frieden, Sinn, Freiheit und Erfüllung von Gott anzunehmen, sehnen wir uns nach Dingen, die unser Ego für kurze Zeit begeistern. Und Gott der jedes echte Bedürfnis stillen kann, schieben wir zur Seite und richten unsere Sehnsucht dagegen auf weit geringere Dinge. Vielleicht fühlen Sie sich von Gott verlassen, übergangen. Sie sind es nicht!

Der Herr schenke es, dass unser Herzschlag mehr und mehr im Einklang mit seinem ist!“

<https://www.ethos.ch/blog/ein-erfuelltes-leben---trotz-unerfuellter-wuensche>

Dieser Beitrag kann auf Facebook sehr gerne kommentiert und geteilt werden:

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2353169544722342>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2701609456545014>

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604/posts/2751774771528482>

„Darin ist die Liebe Gottes zu uns geoffenbart worden, dass Gott seinen eingeborenen Sohn in die Welt gesandt hat, damit wir durch ihn leben sollen.

Darin besteht die Liebe – nicht dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt hat und seinen Sohn gesandt hat als Sühnopfer für unsere Sünden.

Geliebte, wenn Gott uns so geliebt hat, so sind auch wir es schuldig, einander zu lieben.

Niemand hat Gott jemals gesehen, wenn wir einander lieben, so bleibt Gott in uns und seine Liebe ist in uns vollkommen geworden.

Daran erkennen wir, dass wir in ihm bleiben und er in uns, dass er uns von seinem Geist gegeben hat.

Und wir haben gesehen und bezeugen, dass der Vater den Sohn gesandt hat als Retter der Welt.

Wer nun bekennt, dass Jesus der Sohn Gottes ist, in dem bleibt Gott und er in Gott.

Und wir haben die Liebe erkannt und geglaubt, die Gott zu uns hat.

Gott ist Liebe und wer in der Liebe bleibt, der bleibt in Gott und Gott in ihm.“

1 Joh 4, 9-16