



Vitamin C-Lieferant während der Wintermonate. Diese alte Heilpflanze gilt als Aphrodisiakum, appetitanregend, stoffwechselfördernd und harntreibend. Es ist das in der Kresse enthaltene Senföl, das eine starke antibiotische Wirkung besitzt. In Zeiten der Grippe, oder wenn die eigenen Abwehrkräfte geschwächt sind, also ruhig mal etwas mehr Kresse essen.

Je nach Geschmack finden Sie im Handel viele verschiedene Sorten. Meine liebste Sorte sind Radies Raxe-Keimsprossen. Diese direkt aufs Butterbrot – besser geht's nicht. Für Freunde von Asia-Gerichten sind ASIA-Keimsprossen-Mischungen, Mungo- oder Lunjabohnen empfehlenswert.

Die Zubereitung ist einfach. Am besten verwendet man BIO-Starter-Keimgeräte. Hier können Sie gleich 3 Sorten auf einmal keimen lassen. Wichtig ist, die Sprossen täglich gut durchzuspülen, damit sie nicht schlitzig werden. Achten Sie beim Kauf eines Keimgerätes darauf, dass es spülmaschinenfest ist. So haben Sie lange Zeit Freude dran.

Mit diesen Anregungen und einem Zitat von Marie-Luise Kreuter aus dem Buch Der BIO-Garten möchte ich das heurige Jahr beschließen

Der Kreis eines Gartenjahres hat sich geschlossen. Ein neuer Zyklus der Jahreszeiten beginnt schon im nächsten Augenblick. Unaufhörlich wächst, reift und

vergeht das Leben – solange unsere Erde besteht. Der BIO-Gärtner gehört zu denen, die dafür sorgen, dass die Natur ihre Kraft für das ewige Stirb und Werde behält. (Zitat Marie-Luise Kreuter)

Daher lautet mein Vorsatz für's nächste Jahr als BIO-Gärtner auch in Zukunft mit Liebe zur Natur und ökologisches Verhalten einen Beitrag dazu zu leisten, unsere fruchtbare Erde auch unseren Kindern zu bewahren.

Bio Furtner

Fachhandel für Gartenbau
3031 Rekawinkel, Hauptstr. 5
Telefon 02233/57025
office@biofurtner.com
www.biofurtner.com

Tugenden & Laster

Hochmut & Demut

Die erste Erscheinung hatte das Gesicht einer Frau, deren Augen im Feuer brannten, während die Nase vor Dreck strotzte und der Mund geschlossen war.

Arme aber und Hände hatte sie nicht, vielmehr ragte an jedem Oberarm der Flügel einer Fledermaus heraus, und zwar so, daß der rechte Flügel nach Osten, der linke aber nach Westen zeigte. Ihre Brust war die eines Mannes; Beine und Füße hingen direkt daran wie die Beine und Füße einer

Heuschrecke, während Bauch und Rücken fehlten. Den Kopf aber sowie den übrigen Körper sah ich weder mit Haaren noch mit irgendeinem Gewande bedeckt; nur von der erwähnten Finsternis war sie ganz und gar umschlossen, mit Ausnahme eines sehr dünnen Fadens, der sich wie ein goldener Reif vom Scheitel über beide Wangen hinüberzog bis unter ihr Kinn. Und die Gestalt sprach:

Der Hochmut spricht

"Meine Stimme schreit weithin über die Berge. Wer ist's, der sich mit mir messen könnte?"

Ich breite meinen Mantel über die Hügel und Felder und will nicht, daß auch nur einer mir Widerstand leiste. Ich weiß, daß keiner mir gleich ist."

Die Demut antwortet

Und ich hörte eine Stimme aus der erwähnten Sturmwolke, die sich vom Süden zum Westen hin erstreckte; und sie gab dieser Gestalt folgende Antwort:

"Ich bin die Säule der Wolke. Warum sollte ich nicht dulden, daß einer mir wenn auch noch so schreckliches Unrecht zufügt, da doch der Schöpfer vom Himmel herniederstieg, um den



Menschen an sich zu ziehen? Ich hatte in den Höhen beim Schöpfer meine Heimat und stieg nieder mit Ihm auf die Erde, und so kann ich an allen Enden der Erde wohnen. Daher bringe ich kein noch so flüchtiges Wort trügerisch über die Lippen, so als wollte ich behaupten, ich sei dieser oder jener, wo ich doch gar nichts bin. Würde ich solches behaupten, so wäre ich nicht die Sonne, die das Dunkel erleuchtet. Denn mit Gott durchdringe ich alle Finsternisse. Daher vermöchte kein Sturm mich zu erschüttern, da ich in der vollen Güte mit Gott weile."

Der Hochmut

Und siehe: Ich sah innerhalb der weiter oben erwähnten Menge andere Geister, die ein Geschrei erhoben und riefen: "Wer ist der Herr? Luzifer ist der Herr, und ein anderer existiert nicht!" Diese Geister zeigen den Menschen den Hochmut, und sie reden auf sie ein, bis sie glauben, sie seien mehr wert als andere.

Von den Strafen der Hochmütigen

Und ich sah ein gar großes Feuer, das überall loderte in schlimmster Glut. Eine Masse von riesigen und schauerlichen Würmern wimmelte darin. In diesem Feuer wurden die Seelen derjenigen gepeinigt, die in Wort und Tat den Hochmut in sich aufkommen ließen, solange sie noch in der Welt weilten. Ihres Hochmuts wegen wurden sie in diesem Feuer gepeinigt, und wegen ihrer

Prahlerei wurden sie von den Würmern geplagt, die darin wimmelten.

Von der Buße der Hochmütigen

Und ich sah und erkannte dies. Und wieder hörte ich aus dem lebendigen Licht die Stimme zu mir sprechen: Das, was du siehst, ist wahr. Die Menschen sollen aber, falls sie die bösen Geister und deren Übermut ablegen und die Strafen für dieses Laster vermeiden wollen, ihren Körper durch ein Bußgewand und durch Kniebeugen, ferner mit Rutenstreichen, Seufzen und Tränen im Zaume halten und züchtigen.

Vom Kampf gegen den Hochmut

Durch solche Art Bedrängnis wird der Hochmut im Menschen überwunden. So nämlich ist der Kampf gegen den Hochmut zu führen: Das Bußgewand hindert den Höhenflug des Geistes daran, sich zu erheben; das Beugen der Knie bringt den Geist zur Zerknirschung; die Rutenschläge zermalmen seine Aufgeblasenheit; die Seufzer verletzen ihn, und die Tränen ertränken ihn. Das Seufzen nämlich sieht auf Gott, und die Träne bekennt Ihn.

Hochmütigkeit ist die Mutter der Laster

Auf diese Weise kann man dem Hochmut Einhalt gebieten. Denn im Hochmut liegt jener erste Betrug, der Gott verachtete, weshalb die Hochmütigkeit auch zur Mutter aller anderen Laster wird. Wie der Mensch seinen ganzen Organismus mit

den fünf Sinnen beherrscht, so zieht auch der Hochmut mit den übrigen Lastern, mit dem Haß nämlich und dem Ungehorsam, mit der Ruhmsucht und mit dem Betrug das ganze Geschlecht der Laster an sich und führt es auf die Bahn des Irrtums. Denn der Hochmut wollte noch über Gott hinaus; er hat auszuforschen versucht, wie weit er mit seinen Fähigkeiten kommen könne. Der Haß aber wollte nicht auf Gott sein Vertrauen setzen, sondern kämpfte gegen Seine Gerechtigkeit, wobei er zahlreiche Verwundungen hinnehmen mußte. Der Ungehorsam unterwarf sich nicht Seinen Satzungen und behauptete, Gott habe in Wirklichkeit keinerlei Macht. Die Ruhmsucht erstrebte gerade das, was nicht geschehen durfte, da sie sich Gott nennen ließ. Der Betrug aber begehrte, daß es mit Gott ein Ende nehmen müsse. Er hat den lebendigen Gott verachtet, um sich einen stummen Gott zu wählen. Wie aber aus Eva das ganze Menschengeschlecht hervorging, so sind auch aus dem Hochmut alle Übel der Laster entstanden. Daher hat der Teufel dieses Weib mit dem Hochmut zu Fall gebracht, als er es überredete, den Apfel zu essen. Wer sich aber dem Hochmut anheimgibt, der entbehrt der Liebe Gottes, und er keimt nicht im Tau des Segens der Tugenden. Daher soll ein Mensch, der Gott demütig dienen will, dieses Laster fliehen und es gänzlich aus sich vertreiben.