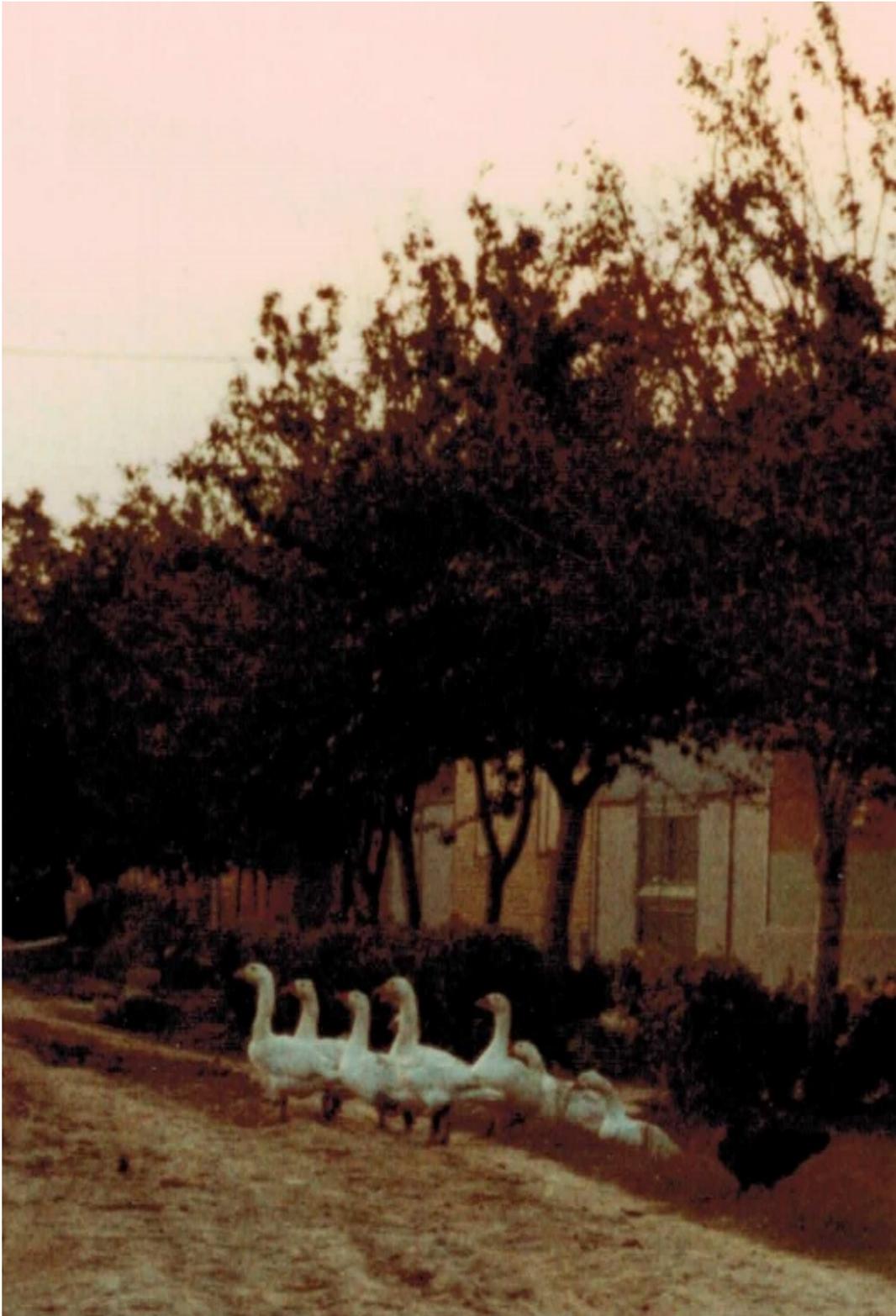


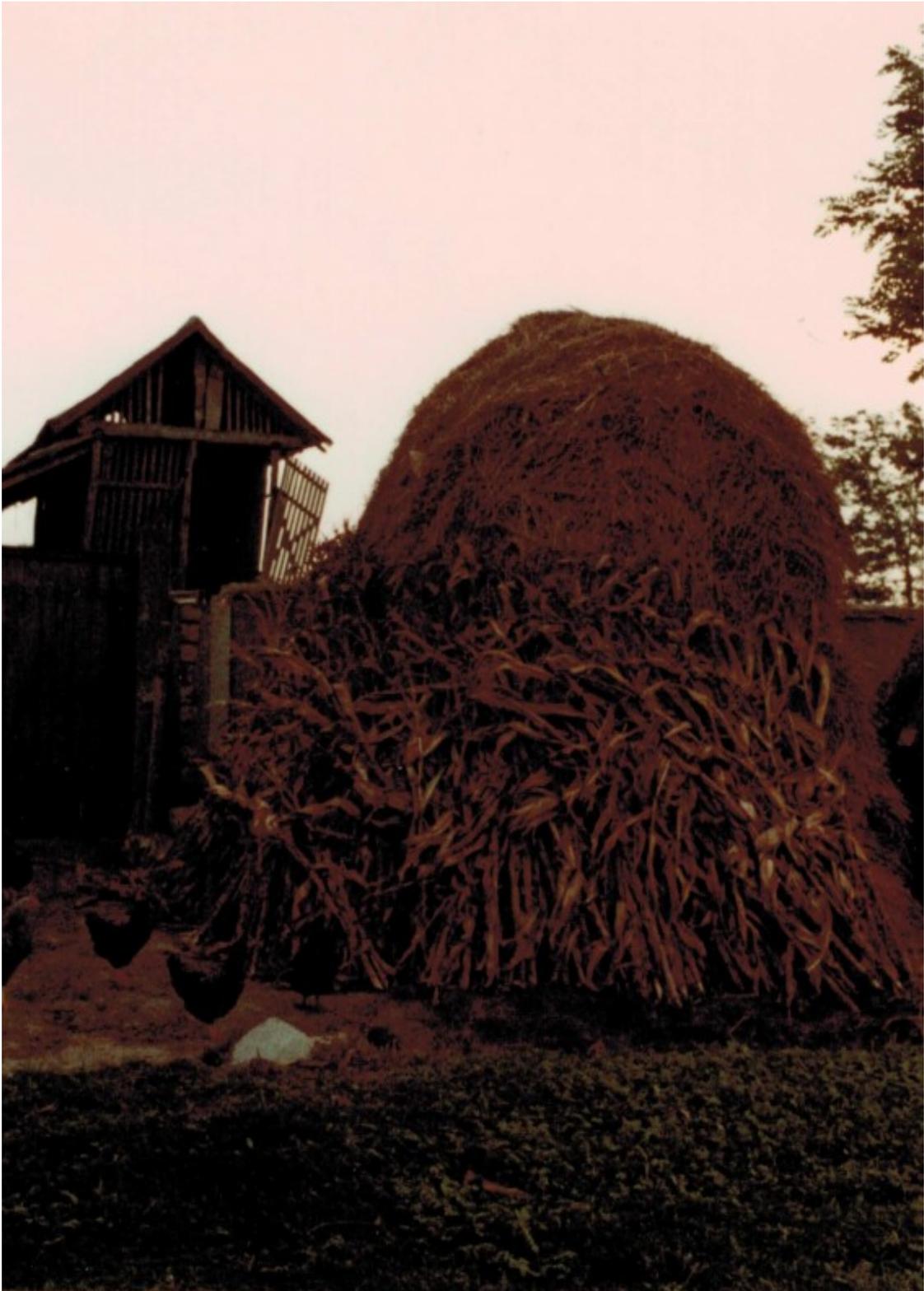
Warum ich esse, was ich esse oder warum ich bin, wie ich bin

Meine Mutter wurde als Serbin geboren. Sie lernte meinen Vater in der Schweiz kennen und lieben. Ich wurde in der Schweiz geboren und wuchs in der Schweiz auf. In den Sommerferien erlebte ich viele wundervolle Wochen in Serbien bei meinem Grossvater und meiner grossen Verwandtschaft in einem kleinen Bauerndorf. Auf dem Hof von meinen Verwandten lebten Hühner, Gänse. Schweine, Hunde und Pferde. Sie lebten frei auf dem Hof und halfen bei der Feldarbeit. Traktoren gab es nur wenige im Dorf. Nur wenige besaßen auch eine Kuh. Wenn sie kalbete, trank das Kalb die Milch und gleichzeitig gab es auch etwas Milch für die Menschen. Als Kinder suchten wir gerne nach Eiern, die nicht einfach zu finden waren, denn die Hühner nisteten überall auf dem Hof. Die Hühner lebten solange bis sie eines natürlichen Todes starben, denn sie dienten als Eierlieferanten und Insektenfresser oder sie wurden von meinem Grossvater erwischt und getötet. Danach wurde das ganze Huhn von den Krallen bis zum Gehirn gegessen und die Federn verwendet. Meinen Grossvater sehe ich noch immer vor mir, wie er an einem Hühnerfuss, welcher mehrere Stunden in einer Suppe kochte, nagt. Auch wenn ein Schwein geschlachtet wurde, auf dem Hof, wurde das ganze Tier gegessen. Fleisch gab es dennoch selten und wenn ein Tier geschlachtet wurde, ernährte es eine Grossfamilie. Damals stimmte es für mich, Fleisch zu essen, obwohl ich schon als Kind mir die Frage stellte, weshalb gewisse Tiere gegessen werden und andere nicht. Trotzdem sah ich die Nutztierhaltung in einem noch naturnahen Kreislauf. Es war auch damals in Serbien nicht alles tierfreundlich und auch nicht umweltfreundlich. Nach der Ernte wurden zum Beispiel Brände entfacht, um den Boden fruchtbar zu halten. An den Geruch von verbrannter Erde kann ich mich noch immer erinnern.

Auch das Gekreische von Ferkeln, die ohne Narkose kastriert wurden, brannte sich in mein Gedächtnis. Ich brach damals in Tränen aus, weil mich ihr leidvolles Geschrei tief berührte. Damals wusste ich noch gar nicht, was ihnen angetan wurde. Ich spürte jedoch auch die echte Fürsorge der Bauern für ihre Tiere. Die meisten meiner Verwandten waren Selbstversorger. Das beeindruckte mich schon als Kind und ich denke, dass damals der Same für meinen jetzigen Gartenanbau (Permakultur, Mischkultur, Biokultur) gelegt wurde.



Immer wieder kreuzten Tiere die Wege. Gänse lebten wie die Hühner auf den Höfen frei.



Unten links sind Hühner zu sehen.



Die Pferde waren für die Bauern wichtig. Sie hielten sie gut, denn sie halfen bei der Arbeit.



Auf ein starkes Pferd zu sitzen war für mich ein Traum (hinterstes Mädchen). Jedoch die Wolldecke juckte!

Umbruchzeit

1992 starb meine Mutter. Dieses noch heute für mich unbeschreiblich schmerzhaftes Ereignis, begann mich und meine Welt zu verändern. Mit meinen damals 21 Jahren setzte ich mich mit Geburt und Tod und dem Leben dazwischen auseinander. Ich erkannte immer mehr die Rhythmen und Kreisläufe des Lebens. Ich las das Buch „Wahre Kraft kommt von Innen“ von Louise L.

Hay. Ihre Ansichten, beispielsweise die Ereignisse in positive Schwingungen zu bringen, prägen noch immer meine Weltanschauung.

1996 besuchte ich, nach der Trennung von einem Mann, der viele Jahre an meiner Seite ging, ein Seminar in Italien. Ich lernte dort mich ein grosses Stück mehr lieben, liebe Menschen und fleischlose, variantenreiche, mir unbekannte und mir wohlschmeckende Mahlzeiten kennen.



Gemüsesorten gab es in einer Form, die ich nicht kannte.



Ich lernte vegane Salatsaucen zuzubereiten.

Ich realisierte kurze Zeit später, dass ich weder fähig bin, ein Tier zu töten, noch das ganze Tier zu essen. Ich fand es feige, das Töten jemand anderem zu überlassen und zudem nur die „edelsten“ Teile eines Tieres zu essen. Mein Entschluss deshalb kein Fleisch mehr zu essen, setzte ich in die Tat um. Eine neue kulinarische Welt tat sich mir auf. Vor allem die italienische Küche sagte mir zu. Es tat mir gut, lustvoll zu essen und dennoch kein Tier mehr direkt zu töten. Damals dachte ich noch, dass Eier und Milchprodukte keine Tiere töten. Ich hatte das Bild aus meiner Kindheit noch in Erinnerung.

In der Ausbildung zur Lehrerin belegte ich ein Modul zum Thema Ergänzungsstoffe (E-Stoffe) in Lebensmitteln. Für mich war dieser Kurs ein Aha-Erlebnis. Ich begann mich für die Zusammensetzung von Lebensmitteln zu interessieren. Ich lernte darauf zu achten, was ich ass und welche Nahrung wie auf mich wirkte. Türen öffneten sich mir und mir wurde immer bewusster, welche Folgen Nutztierhaltung auf die Umwelt hat. Mein

jetziger Mann eröffnete mir die Welt von BIO. Biologisch heisst für mich nachhaltig und umweltfreundlich. Ich für mich kam zum Schluss, dass ich mich nach Möglichkeit von naturbelassenen Nahrungsmitteln, die nachhaltig, umweltfreundlich und möglichst saisonal und regional erzeugt werden, ernähren möchte. Dies tue ich nun auch schon seit vielen Jahren. Inzwischen ist mir klar, dass auch Milchprodukte und Eier unglaubliches Tierleid auslösen.

Ich

Meine Erfahrungen sind die Grundlage, die Erde, die Lebewesen und die Natur zu achten. Zu den Geschöpfen der Erde gehöre auch ich. Da für mich Käse ein Genussmittel ist und ich mich selber achten gelernt habe, esse ich ab und zu Käse mit viel Genuss, Dankbarkeit und ohne schlechtes Gewissen. Für mich ist das stimmig. Bei genauem Betrachten esse ich auch nichtveganes Gemüse. Ich kenne ehrlich gesagt nur einen Biobauernhof, der komplett vegan wirtschaftet und zum Beispiel ausschliesslich veganen Dünger benützt. Deshalb bevorzuge ich Demeterprodukte. Die [Demeterbauernhöfe](#) setzen sich zur Grundlage in einem Kreislauf zu wirtschaften. Ich finde meine Art zu leben vegan. Vegan heisst für mich, Achtung vor dem irdischen Sein.

Die Natur ist meine Religion, die Liebe mein Glaube und die Erde mein Tempel. (Ein ähnliches Zitat habe ich kürzlich gelesen und ist mir so in Erinnerung geblieben.)

Dieser Artikel wurde am 04.11.2015 veröffentlicht.

Ein Gebet für Mutter Erde

Ein für mich wunderschönes Lied fand den Weg zu mir. Es ist von einer Frauengruppe gesungen. Der Text spielt mir keine Rolle. Es ist der Klang, der mich berührte. Als ich mir das Lied anhörte, bekam ich Gänsehaut, Tränen flossen mir über die Wangen und meine Seele wurde berührt. Es ist Musik, die mich in meine Welt tragen, die mich mit mir und mit der Erde verbinden. Indianische Musik oder Musik von erdverbunden „alten“ Völker berühren mich auf ähnliche Weise. Ein Gebet eröffnete sich mir. Sei eingeladen mit mir oder alleine oder auf andere Weise für unseren wunderbaren Planeten zu beten.

Ich danke dir liebe Mutter Erde.

Du bist wunderbar.

Du nährst mich, schützt mich und gibst mir all deine Liebe.

Ich fühle dich.

Ich verbinde mich mit Vater Himmel und allen Menschen, die es möchten, um dir Kraft zu geben.

So ist es.

Dieser Artikel wurde am 25.08.2015 veröffentlicht.

Liebster Award – Fragen an mich

Der Liebster Award hat es sich zum Ziel gemacht, Blogs untereinander bekannt zu machen und somit neue Leserinnen und neue Leser für eben diese anzusprechen. Idealerweise sind es eher kleinere Blogs, mit weniger als 500-1.000 Followern (auch hier divergieren die Zahlen), die noch nicht so bekannt sind bzw. die man einfach gerne hat und anderen empfehlen möchte. Damit schafft man für sich und andere ein schönes Netzwerk, wo man sich gegenseitig empfiehlt, indem man aufeinander hinweist. Wenn man nominiert wird, erhält man gleichzeitig 11 Fragen, die man im eigenen Blog beantwortet. Danach nominiert man selber 5 bis 11 andere Blogs und stellt 11 eigene Fragen. Ich wurde von [Mary Mattiolo](#) nominiert. Dafür danke ich dir, liebe Mary von Herzen. Ich lese deinen Blog sehr gerne. Auch dein [Forum](#) zum Blog gefällt mir super. Ich danke dir für die viele Arbeit. Ich freue mich, dir auf deine Fragen zu antworten.

Fragen an mich und meine Antworten

Wenn du JETZT einen Wunsch frei hättest und alles wäre so wie du es dir wünschst, was wäre das? Und was würdest du danach tun? (Ja ich weiss, es sind zwei Fragen und die Kinderantwort unendlich viele Wünsche zählt nicht)

Wünsche sind für mich Bestellungen ans Universum oder Gebete. Es sind für mich auch formulierte Gedanken, die materialisiert werden möchten. Täglich wünsche ich. Es sind jedoch Wünsche an deren Erfüllung ich glaube, auch wenn es manchmal zur Zeit des Wünschens kaum vorstellbar ist. Viele

meiner Wünsche sind schon in Erfüllung gegangen. Dafür bin ich sehr dankbar. Wenn ich einen Zauber-Wunsch frei hätte, würde ich mir meine verstorbene Mutter zurückzaubern. Ich würde sie umarmen, ihrem Herzschlag lauschen, ihre Wärme spüren und mein Gesicht in ihre Hände kuscheln.

Was sind deine persönlichen Potenziale/Stärken die du in dir siehst?

Ich bin kreativ, vielseitig, lebendig, neugierig, positiv denkend, fröhlich, intuitiv und eigenverantwortlich. (Über mich) Ich kreiere mir Strukturen, Rhythmen und/oder Rituale, damit ich im Moment leben kann und flexibel bin. Ich kann gut zuhören, auf Menschen zu gehen und fühle viel Empathie für Menschen, Tiere, Pflanzen und die Erde. Besonders gerne bin ich mit Kindern und Jugendlichen zusammen. Ich liebe und ehre die Mutter Erde. Deshalb achte ich die Natur, schütze sie so gut ich kann und Nachhaltigkeit ist mir in allen Bereichen ein grosses Anliegen. Seit vielen Jahren gehören Fotoagrafie, Gartenanbau, Rituale, Tanz, Bewegung und Theater zu meinen Leidenschaften. (Mein Bewegungsangebot) Ich schreibe gerne und kommentiere eigene Fotos. Lebensgeschichten von anderen Menschen faszinieren mich. Deshalb entstand auch dieser Blog. Sinnliches Kochen und genussvolles Essen ist mir wichtig und ich stehe viele Stunden dafür in der Küche. Ich bereite möglichst viel selber zu. Viele dieser Themen finden auf meinem Blog Platz.

Was wünschst du dir am meisten für die Wesen dieser Erde?

Ich glaube, dass es der Menschheit gelingen wird, in Frieden und Liebe mit der Natur, mit den Tieren und den Pflanzen der Erde zu leben und dass alle und alles bewusst mit der Erde und dem Universum verbunden sein wird.

Was ist deine grösste Angst und weshalb?

Im Laufe meines Lebens konnte ich meine Ängste ablegen. Ich

besitze ein Urvertrauen ins Leben und in alle Prozesse des menschlichen Seins. Es gibt für jedes Problem eine Lösung. Ich habe auch festgestellt, dass ich früher, mir schon im Voraus Probleme vorstellte, die aber gar nie eintraten. Deshalb versuche ich nach meinen Möglichkeiten, erst ein Problem anzugehen, wenn es eines gibt. Ich kann mich immer gegen die Angst entscheiden. Das heisst jedoch nicht, dass ich keine Trauer, keine Schmerzen, keine Wut, keine Ratlosigkeit, keine Panik oder keine andere oft als negativ bezeichnete Gefühle habe. Jedes Gefühl hat für mich Berechtigung und gehört zu meinem Leben. Gefühle kann ich anschauen, durchleben, anerkennen und wertschätzen und somit mich für Lieben entscheiden. Dabei half und hilft mir seit vielen Jahren ein Kanontext *„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht. Alles ist Liebe. Fürchte dich nicht.“* und die Affirmation *„Alles geschieht zur richtigen Zeit, am richtigen Ort und in der richtigen Reihenfolge.“* Gefühle kann ich jedoch auch verdrängen, nichtwahrhaben wollen, unterdrücken und negieren und mich somit für die Angst entscheiden. ([Mein Weltbild](#))

Bist du dankbar über dein Leben und wie es bis jetzt verlaufen ist?

Ich liebe mein Leben. Das Leben ist einfach genial. Ich möchte nichts missen, auch nicht die schwierigen, traurigen und trostlosen Momente in meinem Leben. Schon so viele wundervolle, lehrreiche und bereichernde Erfahrungen durfte ich hier auf unserem Planeten machen. Ich bin äusserst dankbar, auf diesem Planeten leben zu dürfen und einen Körper zu haben mit dem ich wahrnehmen kann, gehen kann, atmen kann, fühlen kann, essen kann, geniessen kann, denken kann, Prozesse miterleben kann und Mensch sein darf.

Wenn du jetzt sterben würdest, was würdest du bedauern (noch) nicht getan zu haben?

Bedauern würde ich nichts, (noch) nicht getan zu haben. Dass

ich meine Kinder nicht mehr physisch auf ihrem Weg begleiten könnte und ich meine erwachsenen Kinder und ev. Grosskinder nicht mehr erleben könnte, würde ich bedauern.

Was ist dir in einer Beziehung (Partner, Kinder, Familie, Freunde, fremde Menschen, ...) am wichtigsten?

Toleranz, Vertrauen, Ehrlichkeit, Authentizität, Akzeptanz und Kommunikation und vor allem Liebe für sich selber, für den anderen Menschen und für das Leben.

Welche "grossen" Fragen hast du an das Leben?

Ich habe keine Fragen ans Leben. Das Leben hat Fragen an mich und zu meinem Lebensprozess gehört, dass ich darauf für mich Antworten finde.

Was macht dich zu dem Menschen der du bist (worin unterscheidest du dich von der Masse, was macht dich speziell?)

Jeder Mensch unterscheidet sich von einem anderen Menschen, ist in meinen Augen speziell und eigen. Wenn ich mit Menschen zusammen bin, die ähnlich schwingen wie ich, gehöre ich zur Masse. Wenn mich jedoch Menschen umgeben, die anders schwingen als ich, bin ich Einzelgängerin. Ich bin jedoch immer ich und ich erlebte und erlebe beide Situationen. Meine Erfahrungen, mein Umfeld, mein Zuhause, alle Begegnungen mit Menschen, Tieren und Pflanzen, meine Taten und mein bisheriges Leben machen mich aus. ([Meine Lebensaufgabe](#))

Wenn etwas nicht so läuft wie du es dir wünschst, suchst du die "Schuld" im Aussen oder trägst du selbst Verantwortung? Gib ein Beispiel.

Ich glaube nicht an Schuld. Ich glaube, dass ich mein Leben selber gestalte. Ich glaube, dass jede schwierige Situation z.B. eine Krankheit oder ein Konflikt dazu beiträgt, mein Leben bewusst wahrzunehmen. Ich glaube, dass das Leben mir

stets den Weg bereithält, den ich gehen möchte. Auch Probleme gehören dazu und haben mit mir zu tun. Sie spiegeln mir etwas. Sie helfen mir, mich zu entwickeln. Es bringt mir Licht und Klarheit, bei mir nach Veränderung zu suchen. Ich glaube nämlich, dass ich nur mich selber verändern kann und keine andere Person. Wenn ich mich jedoch verändere, kann es sein, dass auch andere sich verändern oder nicht. Ich hatte vor einiger Zeit einige schwierige Gespräche zu führen. Ich konnte nicht verstehen, weshalb uns die Personen grosse Steine in den Weg legten. Ich war wütend, taurig und niedergeschlagen. So entschied ich mich, im nächsten Gespräch, ihnen von meinen Gefühlen (Wut, Ablehnung, Unwohlsein, Unverständnis und Rache) zu erzählen. Ich sagte ihnen auch, dass ich ihnen nichts Schlechtes wünschen möchte und gleichzeitig merke, dass dies in mir schlummerte. Ich berichtete auch in welcher Lebenssituation wir uns befanden. Dies gab mir Klarheit und ihnen auch. Gemeinsam konnten wir daraufhin die Steine aus dem Weg räumen.

Wenn du heute Nacht ganz alleine ohne Ausrüstung tief in einem dunklen Wald schlafen müsstest, ohne Strom oder die Möglichkeit mit jemand anderem Kontakt aufzunehmen, hättest du Angst? Wieso?

Ich hätte keine Angst. Jedoch schlafen würde und könnte ich wohl kaum ohne Ausrüstung, da ich schnell friere. So denke ich würde ich mich auf Wanderschaft begeben, in Bewegung bleiben und um mich herum die Natur mit ihren Nachtgeräuschen wahrnehmen. Ab und zu würde ich mich hinsetzen und in mich hineinhören, Wasser an einer Quelle oder von einem Blatt trinken und mich, wenn es das Wetter zu lassen würde, am Sternenhimmel erfreuen. Ich bin oft und gerne in der Natur.

Nominierungen und Fragen an andere Blogs

Ich nominiere diese Blogs, weil ich sie mag und ich die Personen dahinter persönlich kenne. Der Liebster Award passt nicht in alle von mir nominierten Blogs. Deshalb werden voraussichtlich nicht alle meine Fragen beantwortet. Dennoch kann ich sie sehr empfehlen und danke ihnen für die Arbeit und die Zeit, die sie alle in ihre Blogs investieren.

www.waldpiraten.ch

www.charlottesspinnennetz.wordpress.com

anowaday.wordpress.com

www.thierryandreoli.ch

www.smokey-taschenbecher.ch

Meine Fragen an dich als nominierter Blog oder auch an dich als Leserin und Leser

1. Was möchtest du der Nachwelt hinterlassen?
2. Welches Land würdest du gerne bereisen und weshalb?
3. Wofür bist du Feuer und Flamme?
4. Wie würdest du dich mit drei Adjektiven beschreiben?
5. Was sind deine Lieblinge (Essen, Trinken, Farbe, Tier, Freizeitbeschäftigung, Ortschaft, Menschen, Wohnort, Film, Musik, Buch, Zitat, Jahreszeit, ...)?
6. Was bedeutet für dich lernen?
7. Welches Erlebnis in deinem Leben würdest du nochmals erleben wollen?
8. Was machst du an einem grauen Regentag am liebsten?
9. Was beinhaltet für dich ein rundum gelungener Tag?
10. Singst du unter der Dusche?
11. Wenn du einen Zauber machen könntest, was würdest du zaubern?

Spielregeln

1. Dankeschön sagen & verlinken

Man bedankt sich bei der/demjenigen, der/die dich nominiert hat, mal ganz herzlich und verlinkt dazu auf diese/jenen in dem Artikel, wo man die gestellten Fragen beantwortet.

2. Bild mit Award-Plakette dazu

Den Artikel, in dem man die Fragen beantwortet, schmückt man mit der Liebster-Award-Plakette in Bildform. So kennt sich jeder gleich aus.

3. 11 Fragen beantworten

Die gestellten 11 Fragen beantwortet man so gut und ehrlich als möglich und gewünscht und gibt damit 11 mehr oder weniger bekannte Details aus seinem Blog-und-Lebens-Dasein preis.

4. 5-11 andere Blogs nominieren

Man nominiert dann 5 bis 11 andere Blogs, die diese Ehre auch verdient haben, zu den persönlichen liebsten Blogs zählen und reicht damit das Liebster-Blog-Blogstöckchen weiter. Idealerweise sind es eher kleinere Blogs, mit weniger als 500-1.000 Followern (auch hier divergieren die Zahlen), die noch nicht so bekannt sind bzw. die man einfach gerne hat und anderen empfehlen möchte. Damit schafft man für sich und andere ein schönes Netzwerk, wo man sich gegenseitig empfiehlt, indem man aufeinander hinweist.

5. Die Nominierten 11 neue Fragen stellen

Man verfasst 11 eigene Fragen, die man den neu Nominierten stellt – der Fantasie sind dabei nur die Regeln des Anstands voran gestellt  ... lieb, lieber, Liebster Award!

6. Regeln aufschreiben

Außerdem ist es sehr sinnvoll, wenn man die Regeln, nach denen der Liebster-Award abläuft, dazu schreibt – nicht jeder will erst bei Tante Google nachfragen.

7. Nominierungsmail schreiben

Damit die Glücklichen von ihrer Nominierung wissen, schreibt man ihnen das in einer netten Mail und informiert sie, was nun zu tun wäre.

8. Das ist alles

Ergänzen kann man diese halboffiziellen Regeln noch mit einem netten Kommentar im Blog der ursprünglichen Nominierung – das macht auch Freude und ist so was wie ein virtueller Blumenstrauß als Dankeschön.

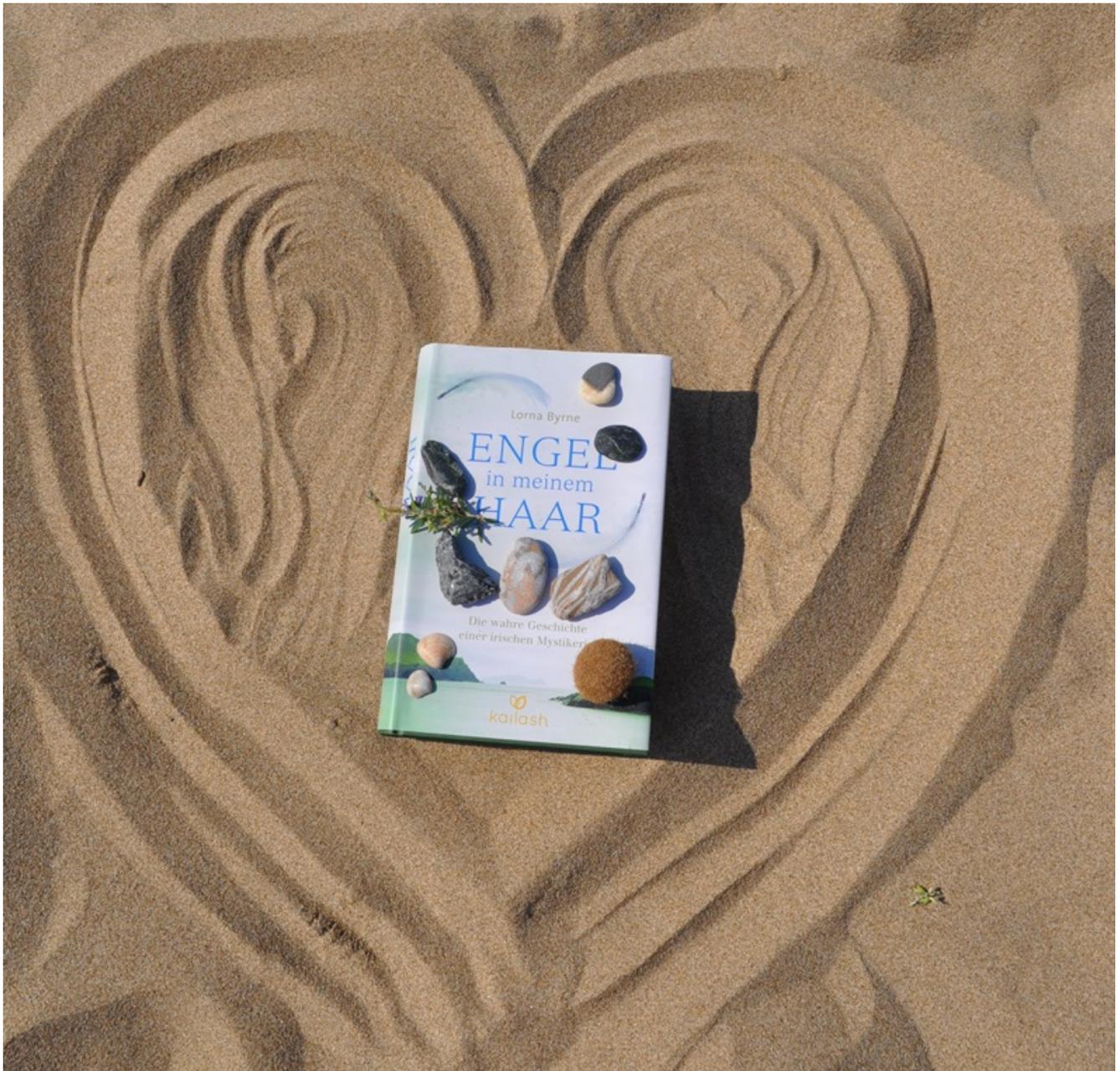
9. Und zu guter Letzt

Das Ganze ist natürlich freiwillig.

Engel in meinem Haar (Buch von Lorna Byrne)

Immer wieder in meinem Leben fällt mir ein Edelstein zum Beispiel in Form von einem Buch für meine Schatzkiste zu.

Diesen Herbst (2014) nahm ich nach langer Zeit wieder einmal ein Buch in die Ferien mit. Normalerweise komme ich selbst in den Ferien kaum zum Lesen. Doch dieses Mal am [Meer](#) bekam ich viel Zeit für mich geschenkt. Die Kinder beschäftigten sich stundenlang alleine. So las ich das wundervolle Buch [Engel in meinem Haar](#). [Lorna Byrne](#) erzählt darin ihre mich sehr berührende Lebensgeschichte. Ihre Geschichte brachte mich den Engeln, die ich feinstoffliche Licht-Wesen zu nennen pflege, wieder näher.



Herzlichen Dank ans wundervolle Buch Engel in meinem Haar, an Lorna Byrne und an die Engel!

Klappentext zu „Engel in meinem Haar“

Bereits als Kind erkennt Lorna Byrne, dass sie über außergewöhnliche Fähigkeiten verfügt: Sie kann Engel und Lichtwesen wahrnehmen. Ihr Leben lang begleiten sie diese Wesen von großer Schönheit, unter ihnen auch Erzengel und der Prophet Elija. Ihre Umgebung hält sie für zurückgeblieben, und Lorna lernt, dass sie ihr Wissen sorgsam hüten muss, um von anderen ernst genommen zu werden. In diesem Buch öffnet sie sich erstmals und erzählt die berührende Geschichte ihres

Lebens, in dem Glück und Tragik oft nah beieinander liegen: Aufgewachsen im Irland der 60er Jahre, erfährt sie Armut, Ausgrenzung und persönliches Leid, aber auch Freundschaft, Familienglück und die große Liebe. Und es sind immer wieder die Engel, die ihr nach Schicksalsschlägen neuen Mut schenken und ihr helfen, ihrem Leben eine positive Wende zu geben. Mehr und mehr beginnt sie, zu ihrer Gabe zu stehen und sie für das Wohl anderer Menschen zu verwenden. Heute ist Lorna Byrne eine bekannte Heilerin und Mystikerin, die von zahlreichen Menschen aufgesucht wird, um bei ihr Rat und Heilung zu suchen. Wie keine andere versteht sie es, ihren Lesern das große Vertrauen in die Kraft der Engel zu vermitteln, das auch ihren eigenen Weg prägte. ‚Engel in meinem Haar ist mehr als eine autobiografische Erzählung. Es ist eine Offenbarung, die deine Augen öffnen und dein Leben verändert wird. Engel in meinem Haar transportiert eine Botschaft, die die heutige Welt notwendig wahrnehmen sollte.‘

– Matt Adams, New York Times