

## Gedanken um Weihnachten - Und ein herzliches Danke an Sie!

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Weihnachten steht vor der Tür. Aber das wissen Sie ja schon. Seit Wochen schon werden wir überall mit den entsprechenden Dekorationen auf das Fest vorbereitet, welches - politisch korrekt - inzwischen als das „Gabenfest“ bezeichnet wird. Ich selbst hatte immer ein gespaltenes Verhältnis zu diesem Fest. In meinen jungen Jahren war mir die zu große Portion Sentimentalität in diesen Tagen ein Graus und wusste mich in dieser ablehnenden Haltung mit meinen Freunden einig. Wir versuchten alles, um der „Gefühlsduselei“ zu entkommen. So manche - aus heutiger Sicht - eigenartige und fast befremdliche Versuche und Aktionen haben wir unternommen, um dem Trubel zu entgehen.

Meine mit dem Weihnachtsfest verknüpften Jugendsünden werde ich nicht vergessen. Sie passten in das Weltbild eines jungen Erwachsenen und ich würde solche Sachen wie damals heute natürlich nicht mehr machen.

Weihnachten als das Fest der Liebe war für uns damals eher ein Graus denn Erbauung. Wir waren dabei, uns von unseren Eltern abzunabeln und andere Menschen, denen wir unsere Liebe hätten geben können, gab es noch nicht. Wir waren nicht verheiratet und Kinder hatten wir auch noch keine. Mit dem Wort Liebe konnten wir damals auch nicht sonderlich viel anfangen.

Genaugenommen hat es sogar viele Jahre gedauert, bis ich mit dem Wort Liebe auch Inhalte und menschliche Werte verbinden konnte, die mir in den jungen Jahren meines Lebens verschlossen waren. Vielleicht ist es Ihnen ja ähnlich ergangen.

Weihnachten ist ein guter Grund, sich einmal ein paar Momente lang zurückzulehnen und in sich zu gehen. Nicht grübeln. Das führt zu nichts. Aber reflektieren und darüber nachdenken, wie man sich selbst in dieser Welt sieht und was man tun kann, diese Welt für sich selbst und andere ein wenig besser zu machen.

2011 war ein aufregendes Jahr. Deutsche und europäische Behörden sind uns auf die Pelle gerückt und haben alles unternommen, um uns daran zu hindern, Sie mit solchen Informationen zu versorgen, die ich für jeden mündigen und denkenden Bürger als wichtig ansehe: Informationen darüber, was Sie tun können, um Ihre Gesundheit zu erhalten und zu fördern. Ich möchte mich heute bei Ihnen bedanken, dass Sie nicht nur Verständnis gezeigt haben sondern uns mit ungezählten Emails Ihre Unterstützung bekundet haben. Ich habe mich sehr darüber gefreut, denn es gab mir das gute Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein. Ihre Unterstützung hat

mir die Kraft gegeben, auf diesem Wege weiter zu gehen. Wir sind zufrieden, denn wir haben Lösungen gefunden. Ihnen allen meinen herzlichen Dank.

Es ist schon fast ein alter Brauch, dass ich um Weihnachten herum nach einer kleinen Geschichte suche, die ein wenig zum Nachdenken anregen soll. Auch dieses Jahr bin ich fündig geworden. Die Geschichte hat weniger mit Weihnachten zu tun. Und sentimental ist sie auch nicht. Aber sie passt in unsere Zeit, in welcher in kleinen Schritten beharrlich daran gearbeitet wird, unsere Mündigkeit als Bürger einzuschränken. Die Gesetze, auf europäischer Ebene beschlossen, die uns in diesem Jahr einige Probleme gegeben haben, sind ein Beispiel für diese schleichende Veränderung. Doch lesen Sie selbst. Die kleine Geschichte wird deutlich machen, warum so viele Veränderungen im Kleinen und Verborgenen geschehen.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Lieben ein frohes Weihnachtsfest. Ich wünsche Ihnen, dass Sie das Fest der Liebe so erleben, wie Sie es sich selbst wünschen. Wenn Sie das Fest als Gabenfest verstehen, wünsche ich Ihnen jene Gaben, die Sie für sich ersehnen. Ich wünsche Ihnen Liebe und die Gabe, Liebe zu geben.

## **Eine Geschichte vom Frosch, dem alten Mann und dem kochenden Wasser**

---

Es war einmal ein alter Mann, der vor seiner Hütte saß und über das Leben nachdachte. Und während er so da saß, entdeckte er am Ufer des kleinen Sees einen Frosch. Der alte Mann packte den Frosch und nahm ihn mit in seine Hütte, wo er ihn sogleich in einen großen Topf mit kochendem Wasser gab. Der Frosch machte einen entsetzten Sprung aus dem Topf und sprang schnell wieder aus der Hütte hinaus, noch ehe der alte Mann es bemerkte.

Wieder saß der alte Mann vor seiner Hütte, und wieder dachte er über das Leben nach. Er dachte an den Frosch, der sich sicherlich ordentlich verbrannt hatte, sich aber beherzt der Situation entzogen hatte, um weiter leben zu können.

Da bemerkte der alte Mann wiederum einen Frosch am Ufer des Sees und der alte Mann nahm auch diesen Frosch mit in die Hütte. Da er dieses Mal keinen Topf mit kochendem Wasser auf dem Ofen stehen hatte, setzte er den Frosch in einen Topf mit kaltem Wasser und zündete dann den Ofen an. Kurze Zeit später setzte er den Topf auf das Feuer.

Zu seinem Erstaunen stellte der alte Mann fest, dass der Frosch im Topf sitzen geblieben war und auch weiter blieb. Das Wasser wurde immer wärmer, schließlich heiß und dann kochend, doch der Frosch blieb selbst im kochenden Wasser sitzen und machte keinerlei Anstalten der bedrohlichen Situation zu entkommen. Der alte Mann freute sich über das unerwartete Abendmahl und dachte weiter über das Leben nach, während er genüsslich seine Froschsuppe schlürfte.

Eine Frage ließ dem alten Mann einfach keine Ruhe: Warum war der Frosch nicht irgendwann doch aus dem immer heißer werdenden Wasser gesprungen, sondern lieber gestorben, als sich zu retten?

Der alte Mann dachte an die Menschen und er glaubte, eine gewisse Ähnlichkeit im Verhalten des Frosches und der Menschen entdeckt zu haben: Gab es nicht auch Menschen, die in ihrem Leben nichts änderten, obwohl es ihnen immer schlechter und schlechter ging oder eine Situation immer bedrohlicher wurde? Lieber starben diese Menschen, als sich durch einen beherzten Sprung heraus aus der Problemsituation zu retten. Oder hatte der Frosch erst viel zu spät bemerkt, wie heiß das Wasser war und er hatte dann keine Kraft mehr für die rettende Veränderung und ergab

sich so seinem Schicksal.

Verfasser unbekannt

**Fazit/Frage:** Wenn die Verschlechterung nicht schleichend sondern immer schlagartig käme, würden die Menschen dann aus dem kochenden Wasser springen? Würden die Menschen dann ins Handeln kommen und etwas verändern?

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



## Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Preise und Versandkosten: Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln