

UMADUS

Glücksinseln pflanzen

Heft 1

2024

umadus.de



**Bedeutung
Meister Lampe**

Shagai spielen

**Onlinekauf - Garantie
futsch**

Malen - Raten



**Schwermetalle einfach
ausleiten**

Liebe Lesesr.

kaum haben wir uns umgedreht und schon klopft der Frühling an unsere Türe. Der Frühling startet immer ein wenig mit Stress, denn Ostern steht schnell vor der Türe.

In einem Beitrag wird die Frage gestellt, wer Meister Lampe ist und welche Bedeutung er hat. Er steht symbolisch da. Jedoch müssen wir einen kleinen geschichtlichen Exkurs machen, damit wir die Gründe für die Geheimsprache verstehen können. Diese Beiträge sind bei den Recherchen und dem Lesen der entsprechenden Bücher immer wieder Augenöffner mit unerwarteten Ergebnissen.

Der Frühling ist die Zeit der Kraft und Energie. Wir wollen raus in die Natur und das Leben genießen. Es geht raus. Der Mai kommt mit seinen zahlreichen Maifesten, gefolgt von Schützen- und Volksfesten. Das Leben ist wieder im vollen Gange.

Bauern und Gärtner bewirtschaften ihre Felder, Gärten und Balkone. Wir wünschen allen eine gute Ernte.

Eine fröhliche Frühlingszeit wünschen wir Dir!

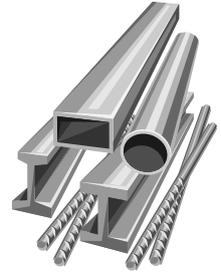
UMADUS - team



Wir uns über Ihre Unterstützung (Spende):
paypal.me/uteduesterwald



Schwermetalle leicht ausleiten!



Wage den ersten Schritt

Wasser mit Salzsole helfen Dir. Sie sind Informationsträger und -leiter. Ist das Blut energetisch immer gut geladen, haben Viren, Pilze und Bakterien keine Chance. Dann sind Körper, Geist und Seele gesund.

Wasser und Salz – Gott erhalt's!



Sicherlich kennst Du den Spruch ein wenig anders, doch so ist es genau richtig.

Der menschliche Körper besteht überwiegend aus Wasser. Genauer gesagt: 90% das Gehirn und 70% der restliche Körper.

Dieses deutet eindeutig daraufhin, dass wir viel viel Wasser trinken müssen. Alles im Körper auch das Denken und die Gefühle funktionieren auf Wasserbasis. Wasser ist das Element, das durch den Körper fließt und für die richtige Funktionsweise selbst der kleinsten Zelle sorgt.

Zuerst wäre die Frage zu lösen, welches Wasser man trinken soll. Was das beste Wasser sein soll, darüber streiten sich die Menschen. Der eine empfiehlt osmotisches Wasser, der nächste destilliertes. Dann soll es nach Viktor Schauberger verwirbelt werden ... Ein Wirrwarr ohne Ende, denn jeder will es wissen.

Das beste Wasser soll das reine Quellwasser sein, wenn man es denn bekommt. Was ist Quellwasser?

Irgendwann war das Wasser in Form von Regen auf den Boden gefallen und versickerte. Es passierte verschiedene Schichten und landete dann in einem der zahlreichen großen unterirdischen Flüsse. Man muss sich vorstellen, dass überall auf der Welt unter unserer Erdoberfläche riesige Flüsse fließen. Diese sind miteinander verbunden.

Irgendwann wird das Wasser dann die ganzen Schichten wieder „hochwachsen“ und somit erneut das Licht der Welt erblicken. Dieses Wasser war vollgepumpt mit Kraft und Energie. Sämtliche Informationen hatte es auf seinem Weg nach oben mitgenommen. Als Geschenk hatte es Mineralien eingesammelt und brachte diese mit. Dieses „reife“ Wasser nennt man artesisches Wasser. Kaufbar ist dieses in Reformhäusern und Bioläden. Vielleicht gibt es auch eine Quelle, Heilquelle in Deiner Nähe. Versuche alles aus, Du wirst das Richtige für Dich finden.

Das Wasser sollte still sein und ohne Kohlensäure enthalten. Diese ist wieder ungesund. Nicht umsonst rülpsen viele nach dem Genuss kohlenstoffhaltiger

Getränke. Der Körper möchte das Schädliche sofort aus seinem Körper entfernen.

Bei Stillen des Babys ist nicht nur zu beachten, was gegessen wird, sondern auch was getrunken wird. Kohlensäurehaltige Getränke sind ein Tabu und sorgen für Blähungen beim Kind und bei Dir für unruhige Nächte.

Zahlreiche Therapien funktionieren einfach nicht, da der Körper unter Wassermangel leidet. Einiges geht von alleine Weg wie der Pickel auf der Nasenspitze und anderes bedarf der Anleitung des Fachmannes.

Eines der großen Projekte Muammar Muhammad Abdassalam Abu Minyar al-Gaddafi in Libyen war aus der Wüste in riesigen Wasserrohren Wasser in die Hauptstadt Tripolis zu bringen, damit die Bewohner gutes Wasser erhalten. Wasser ist das eigentliche Gold der Wüste.

Exkurs: Salz

Das normale raffinierte Haushaltssalz besteht aus NaCl (= Natriumchlorid). Es ist schädlich. Iss einmal einen Suppenlöffel Salz. Meine Erfahrung ist, dass der Magen es sofort wieder auswirft. Es ist schneller draußen als Du reagieren kannst. Dieses deute ich als Zeichen, dass es sehr sehr ungesund und schädlich ist. Denn sonst würde der Körper es behalten und verdauen.



Nicht „behandeltes“ Salz, wie z. B. das Himalayasalz besteht auch aus über 90% NaCl. Doch hat es noch etwas Gutes im Gepäck die 92 Elemente aus dem Periodensystem. Diese sind die Mineralien, die wir benötigen. Auch sind diese die Transportmittel im Körper. Sie gleichen auch den sogenannten Säure – Basen – Haushalt aus. Je mehr dieser Elemente im Blut nachweisbar sind, umso wohler fühlt man sich.

Anleitung Salzsole selber herstellen:

https://youtu.be/cnQCFvX9svc?si=KU_CD882FJIAoIiN



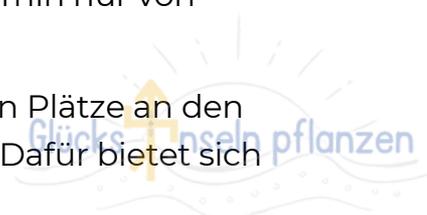
Rückvergiftung und Erstverschlimmerung

Wenn man mit dem Wassertrinken anfängt, besteht die Möglichkeit einer Verschlechterung des Allgemeinzustandes. Es kommt nicht zum Ausgleich des sogenannten Säure – Basen – Haushaltes.

Wieso?

Immer mehr Giftstoffe, Schwermetalle werden ausgeschwemmt und gelöst. Diese frei gewordenen Plätze an den Synapsen werden weiterhin nur von Schwermetallen besetzt. So kommt es zur Rückvergiftung.

Die Idee war gut. Doch fehlt noch etwas! Diese frei werdenden Plätze an den Synapsen müssen von einem „guten“ Metall besetzt werden. Dafür bietet sich das Zink an.



Einfach, kostengünstig und unkompliziert kann der Körper mit Hilfe des Solewassers die Schwermetalle ausschwemmen. Es geht einfach und unkompliziert. Jeder Körper wird in seinem Tempo, die für ihn schädlichen Stoffe ausscheiden.

Die Sole informiert das Wasser. Nun kann es dem Körper sagen, welche Aufgaben er zu erfüllen hat

Der erste Schritt

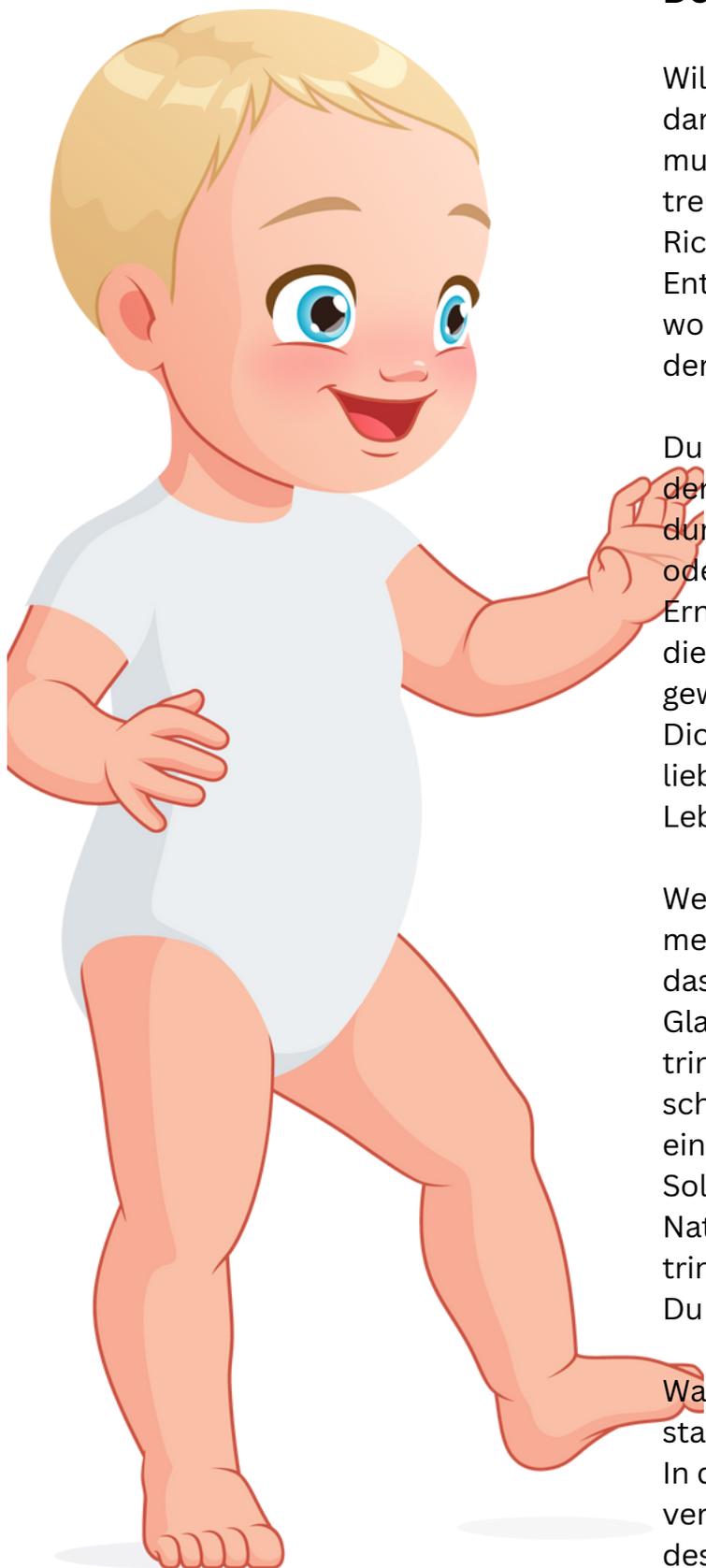
Willst Du etwas in Deinem Leben verändern, dann musst Du Entscheidungen treffen. Du musst Dich von lieben Gewohnheiten ... trennen. Willst Du den ersten Schritt in Richtung Gesundheit gehen, gehört dazu eine Entscheidung. Diese heißt Selbstverantwortung für Dein Leben übernehmen. Weg von der Einstellung, dafür gibt es eine Pille.

Du kannst jede Menge Geld sparen, wenn Du den folgenden Text liest und entweder wie durch ein Wunder von alleine gesund wirst oder mit einer zusätzlichen Anpassung Deiner Ernährung. Du gewinnst mit jeder Bewegung, die Du mehr kannst und die schmerzfrei geworden ist an Lebensqualität. Du beginnst Dich, Deinen Körper und Dein Leben wieder zu lieben, zu genießen. Du strahlst echte Lebensfreude aus.

Weg von den Pillchen, Pülverchen, Medikamenten und Co. sollte Dein Ziel sein. Das heißt, dass Du morgens mit einem kostengünstigen Glas heißes Wasser mit Sole anfängst. Du trinkst rund einen halben Liter. In dieses Glas schüttest Du ein wenig Sole. Ich nehme immer einen halben Dessertlöffel voll. Dieses Solewasser trinkst Du so heiß wie möglich. Natürlich solltest Du nicht alles auf einmal trinken und fertig. Nein, das Trinken verteilst Du auf eine gute halbe Stunde.

Warum morgens mit versalzenem Wasser starten?

In der Nacht wird die Leber aktiv und verstoffwechselt alles, was Du im Laufe des Tages gegessen und getrunken hast. Morgens, wenn Du aufstehst, kursieren diese Abfälle in Deinem Körper, Deinem Blut.



Trinkst Du morgens zuerst heißes Wasser dann gelangt dieses in den Blutkreislauf und kann allen „Unrat“ in Richtung zum Ausgang bringen. Startest Du Deinen Tag mit Kaffeetrinken, Essen ... dann bleibt der Abfall bis zum nächsten Tag in Deinem Blutkreislauf und zirkuliert 24 Stunden länger durch den gesamten Körper.

Wenn ich hier von Wasser spreche, ist damit auch Wasser gemeint. Keinen Tee, keinen Saft und keinen Zitrone drin. Das kannst Du nach der Aufräumaktion in Deinem Körper genießen. Ich weiß, dass andere was anderes erzählen. Doch lassen wir in diesen frühen Stunden den Körper konzentriert eine Aktion nach der anderen ausführen.

Du kannst 20 sogenannte Krankheiten haben. Diese sind unterm Strich immer auf Wassermangel und Salzverlust zurückzuführen. Jeder Schmerz ist ein Anzeichen für Wassermangel. Dicke Füße zeigen Dir Wassermangel an. Selbst die morgendliche Übelkeit bei der Schwangerschaft und auch das Übereben sind Zeichen von Wassermangel und zu wenig Salz. Das Salz sorgt für den Austausch zwischen den Zellen und hält die Spannung der Zellwände aufrecht.

Dein Wasser sollte keine Schadstoffe enthalten. Viele sprechen vom hexagonalem Wasser. Dieses müsse man trinken. Doch kann unser Körper dieses auch selber herstellen.

In der Wirbelsäule wird das Körperwasser verwirbelt. Fehlt dem Körper Wasser, so hat er weniger Wasser zur Verfügung. Je weniger Wasser er hat, umso mehr Wasser wird von anderen Stellen abgezogen. So wird irgendwann die Rückenmarksflüssigkeit angezapft. Du bekommst Rückenschmerzen, Hexenschuss, Bandscheibenvorfälle usw.

Man geht zum Arzt. Es wird gespritzt, chemische Pillen werden geschluckt. Doch alles hilft nicht. So kommt es am Ende zur OP vielleicht sogar mit Wirbelsäulenversteifung. Doch wurde bei Allem der Wassermangel nicht behoben. Nur wegen Wassermangel im Körper kann man aufgrund der versteiften Wirbelsäule sich nicht bücken, Schuhe zu binden, anziehen und vieles mehr. Auch sagen die Ärzte immer, dass sie nicht dafür garantieren können, dass dieses hilft.

So kommt es morgens, vormittags oder auch nach dem Sport vermehrt zu Schlaganfällen und Herzinfarkten. Aufgrund von Wasser- und Salzverlust im Körper. Kommt der Notarzt so wird sofort eine Salzlösung gespritzt.

Der Körper hatte also Wasser der Wirbelsäule genommen, da er es dringend benötigte. Es gab einen Bandscheibenvorfall. Vermutlich wurde nicht nachgeforscht, wieso es dazugekommen ist. Bei jedem Bandscheibenvorfall ist der Darm mit im Spiel.



Es ist mein ungesunder Beruf! Ich muss immer so schwer heben.

Es kommt von der Computerarbeit.

Es werden Scheingründe gesucht und gefunden.

Der Auslöser von Krankheiten kommt immer von innen, aus Deinem Körper und nicht von außen! (Ausnahme natürlich Unfälle)

Lasse Dein Leben einmal Revue passieren.

Was hast Du alles schönes erlebt?

Wie war es, als Du noch jung und stark warst?

Hast Du die Nächte durchgezecht?

Wann hattest Du erstmalig Deinen kleinen Zeh nicht mehr bewegen können?

Hast Du Narben?

Wie oft wurdest Du verletzt (seelisch)?

Wie oft bist Du in der Angst? Warum? Wovor?

Was kannst Du dagegen machen?

Was isst Du? Wäre da etwas zu ändern?

Und meine Lieblingsfrage:

Liebst Du Dich?

Was gefällt Dir an Dir?

Die Augenfarbe?

Die einzige Locke?

Dein Selbstvertrauen?



Stelle Dich vor den Spiegel

„Du siehst den einzigen Menschen auf der Welt, der Dir wirklich helfen kann und Dich in einigen Monaten aus der gesundheitlichen, finanziellen, desaströsen Situation herausbringen kann.

Du bist der einzige Mensch, der Dein Glück mehren kann. Der Dich in Harmonie, in die Liebe bringen kann!“

Strahle im Licht der Liebe!

Dieser Text dient der allgemeinen Information. Der Inhalt wurde ordentlich recherchiert. Die Autorin und der Verlag übernehmen keine Haftung für eventuelle Schäden. Bei gesundheitlichen Problemen ist eine medizinische Fachkraft zu konsultieren.



Trinken Sie nicht nur Wasser, trinken Sie Leben!

Mit dem Trinktagebuch begleiten Sie Ihr kraftvolles Wasserabenteuer für die nächsten 5 Monate. Gönnen Sie sich und Ihren Zellen die Aufmerksamkeit, die sie verdienen. Trinken Sie nicht nur, sondern dokumentieren Sie täglich Ihr Wassererlebnis, verleihen Sie Ihrem Tag die nötige Frische und lassen Sie Ihre Zellen nicht schweigen!

Die Autorin Ute Düsterwald versteht, dass tägliches Wassertrinken mehr ist als nur eine Pflichtübung – es ist ein Akt der Selbstliebe. Dieses Tagebuch wird Ihr vertrauensvoller Begleiter auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil. Finden Sie heraus, wie das richtige Trinken Ihr Wohlbefinden verändern kann. Ihr Trinktagebuch wartet darauf, über den Buchhandel oder direkt unter <https://www.epubli.de/shop/autor/ute-dusterwald/42477> Ihre Reise zu beginnen.

Meine Bücher: (direkter Link zum Shop)



<https://www.epubli.de/shop/autor/ute-d-sterwald/42477>



Öde Ödeme – Ihr Körper ist kein Gläubiger, er ist ein Wissender!
Viele Menschen haben dicke Beine und Füße.

Wie geschieht so etwas?

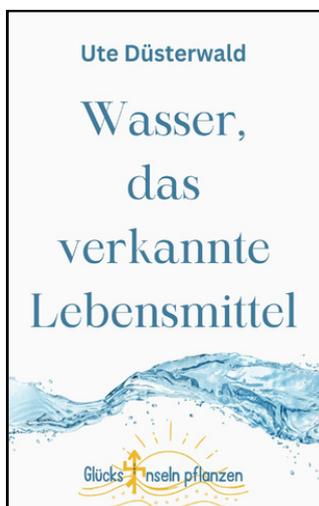
Ist es ein Schrei um Hilfe? Was will der Körper mir mit diesen Wasseransammlungen sagen? Der Körper muss verstanden werden. Wonach schreit er? Was benötigt er?

Wasser trinken sowie eine gesunde Ernährung, sind ein Schlüssel dazu. Eine gute Versorgung des Körpers mit Wasser, Salz und Mineralstoffe sind der Weg für körperliches Wohlbefinden.

ISBN:

9783756501892

<https://www.epubli.com/shop/oede-oedeme-9783756501892>



Entdecke die faszinierende Welt des Wassers! Hast du dich schon einmal gefragt, wie Wasser einen entscheidenden Einfluss auf unsere Gesundheit

hat? In meiner intensiven Auseinandersetzung mit diesem Thema bin ich auf spannende Erkenntnisse gestoßen, die ich nun gerne mit dir teilen möchte. Hier geht es nicht um langweilige Kalorienzählerei, sondern darum, die essentielle Rolle des Wassers für unseren Körper zu beleuchten und die Auswirkungen von Wassermangel auf unsere Gesundheit zu verstehen.

Wie viel Wasser sollten wir täglich trinken, und warum ist Salz so wichtig für unsere Zellen? Alle diese Fragen beantworte ich, während wir gemeinsam auf eine faszinierende Reise in die Welt des Wassers gehen. Erfahre, wie du durch die richtige Menge Flüssigkeit deine Gesundheit nachhaltig verbessern kannst. Bist du bereit, dich von der Magie des Wassers verzaubern zu lassen? Begleite mich auf diesem aufregenden Abenteuer!

ISBN: 9783758420429

<https://www.epubli.com/shop/wasser-das-verkannte-lebensmittel-9783758420429>



Eine wahre Geschichte

Du bist krank?
Du bist übergewichtig?
Du fühlst Dich schlapp und müde?
Deine Fußsohlen schmerzen beim Auftreten?

So oder so ähnlich fängt jede Werbung an, oder?

Ich werde Dir nun kein Nahrungsergänzungsmittel oder irgendein Pülverchen verkaufen. Wir brauchen es nicht. Wie ich nach langer Suche und Versuchen feststellte.

Je mehr ich über alles nachdenke, werden jährlich eine oder mehrere neue Kühe durchs Land getrieben werden, so nach dem Motto:

„Dieses ist schädlich!“ - „Die neue Volkskrankheit ist...!“

(übersäuerter Magen war das Motto vor ca. einem Jahr. Es wurde wieder empfohlen: „Ich habe das beste und neueste Produkt für Dich. Es hilft Dir bei ... und Dein ... ist für immer verschwunden. Kaufe, jetzt von mir ... Vor Dir sitzt ein wirklich inhaltlich guter Ernährungsberater, Biochemiker ... mit sehr viel Wissen. - Jetzt war ich ganz frustriert. Persönlich empfand ich es als Frechheit. Genau diese sogenannte neueste Volkskrankheit mit zu viel oder zu wenig Magensäure kann ganz einfach durch das Trinken von Wasser mit Sole im ersten Schritt signifikant verbessert werden. Denke natürlich immer daran den Arzt zu konsultieren.

Es gibt Dinge für die ich mittlerweile kein mehr Verständnis habe. Spare Dir Dein ganzes Geld und lege es in Wasser und gutem Salz an. Dieses fördert Deine Gesundheit und sicherlich mehr.)

Doch ich will Dir ein wenig von meiner Geschichte erzählen. Nach meiner letzten Schwangerschaft wurde ich nicht mehr dünner. Ein wenig ging noch, doch dann blieb ich über 10 Jahre auf gut 85 kg stehen. Irgendwie schaffte ich es noch auf 80 kg. Doch dann war endgültig Ende.

Ich recherchierte sehr viel. Änderte noch ein wenig in der Ernährung und dann waren es nochmals drei Kilogramm weniger. Es ging mehr rauf als runter.

Dann las ich von Zivilisationskrankheiten. Machte meinen Ernährungsberater und wurde trotzdem nicht schlauer. Denn irgendwie fruchtete alles nicht besonders. Körperlich fühlte ich mich nicht besonders toll. Doch klagte ich selten und ignorierte vieles.

Doch dann hörte ich eines Tages von einer vollwertigen Ernährung. Ich buchte das Grundlagenseminar. Eine Woche dauerte die Schulung.

Damals schlief ich sehr schlecht. Nachts schwitzte ich alles durch, konnte schlecht laufen, vom Bücken und Knien, in die Hocke gehen ganz zu schweigen. Auch konnte ich meine Knie nicht schmerzfrei aufeinanderlegen.

Der eine oder andere Leser kennt dieses bestimmt.



Sonntagabend bei unserer ersten Mahlzeit erhielten wir selbstgemachtes Brot, Aufstriche dazu gab es sehr viele Rohkostsalate. Ich spürte regelrecht beim Essen, wie sich meine Zellen auffüllten und vor lauter Gier nach mehr schrien.

Ich folgte dem Seminar. Mir fiel die ganzen Tage nichts auf. Keine Verbesserung, gar nichts. Ich erwartete auch nichts.

Doch dann wurde ich donnerstags morgens in meinem Bett wach und fuhr auf. Ich war nicht mehr durchgeschwitzt und fühlte mich ausgeruht. Geweckt hatte ich mich selber. Irgendwie stellte ich im Schlaf fest, dass meine Knie ohne Kissen dazwischen schmerzfrei aufeinanderlagen.

Nun war ich vollends wach. Ich sprang auf und konnte sofort losgehen, wie ein junger Gott. Seit diesem Tage vor über zehn Jahren, habe ich diese Themen nicht mehr.

Ich hatte bereits bemerkt, dass meine Schilddrüse dünner wurde und nicht mehr beim Essen anschwell. Auch vergaß ich immer öfter diese Tablette zu nehmen. Gute drei Monate später legte ich diese Tabletten für immer zur Seite, vor allem nachdem ich die Nebenwirkungen gelesen hatte. Da stand unter anderem: „Osteoporose“. Darauf kann man auch verzichten.

Ich bin heute noch erstaunt, wie schnell dieses ging. Zu Hause angekommen, fuhr ich meine Nahrungskomplett weiter runter. Zuerst gab es nur Kartoffeln mit Butter und Tee.

Zu Hause führte ich genau über meine Ernährung Buch. Alle vier bis sieben Tage kam ein neues Produkt hinzu. Ich beobachtete meinen Körper. Gab es Reaktionen? Keine? Eine? So entwickelte ich meine eigene „Du darfst Liste“. Es funktionierte wunderbar.

Sehr stark litt ich unter den sogenannten Zivilisationskrankheiten. Darunter fallen: „Gicht, Karies, Gebissverfall, Rheuma, Arthritis, Wirbelsäulenschäden, Fettsucht, Herzinfarkt, Schlaganfälle, Arthrose, Allergien ...“ Dass es so etwas gibt, hatte ich vorher noch nie so richtig gehört. Dass die Qualität der Ernährung vom Verarbeitungsgrad der Lebensmittel abhängig ist, war mir komplett neu. Demnach aß ich fast nur stark verarbeitete Lebensmittel.

Es kam immer frisches Essen auf den Tisch. Es wurde frisch gekocht. Vieles war auch aus dem Garten. Übersehen wurde nur dabei, dass es zumindest bei mir kaum rohes Gemüse, Salate gab. Gesüßt wurde mit Zucker, jedoch stark reduziert. In den Kuchen kam teilweise nur ein Drittel rein und Sahne wurde überhaupt nicht gesüßt.

Bleiben wir beim Zucker. Viele sagen: „Ich nehme Stevia, Xylit (Birkenzucker) ... oder andere pflanzliche Zuckeralternativen!“ In diesen Fällen empfehle ich die Zutatenliste durchzulesen. Bei allen, die ich mir bisher angesehen habe, waren neben z. B. 5% Stevia weitere Zuckerarten enthalten.



Was sollte aus der Küche entfernt werden?

Zucker: brauner Zucker, weißer Zucker, Traubenzucker, Fruchtzucker, Milchzucker, Ahornsirup, Apfeldicksaft, Birnendicksaft, Melasse ... Ebenso sind natürlich die damit gesüßten Produkte zu meiden (Kuchen, Marmelade, Süßigkeiten ...)

Mehl: Jedes Auszugsmehl (Nudeln, Weißbrot, Graubrot, Brötchen, Toastbrot, Kuchen, Schokocroissant, Plätzchen ..)

Margarine und raffinierte Öle (verwendet werden Butter (möglichst Süßrahmbutter), Sahne sowie unraffinierte kaltgepresste Öle)

Säfte und gekochtes Obst (besonders zu beachten bei Magen-, Galle-, Darm- und Leberkranken).

Alles weitere darfst man weiterhin essen. Es geht hier überwiegend um den Austausch von industriell hoch verarbeiteten Produkten.

Vollkornbrote und -brötchen sollte man zu sich nehmen.

Viel frische Kost! Damit sind neben Obst auch Salate aus rohem Gemüse gemeint.

Man soll drei Gemüsesorten die unter der Erde wachsen nehmen sowie drei, die über der Erde wachsen.

Unter der Erde wachsen: Möhren, Rettich, Pastinaken, Sellerie, Steckrüben, Radieschen, Topinambur. Rettich und Topinambur werden grob und die anderen alle fein gerieben.

Über der Erde wachsen Salate, Spinat, Rotkohl, Weißkohl, Gurken, Kohlrabi, Blumenkohl, Feldsalat, Endiviensalat, Tomaten usw.

Für Salate verwende ich: Sahne, saure Sahne, Öl, Essig, Zitrone, Salz
Meistens verwende ich Zwiebeln und/oder Knoblauch. Dieses hat eine gute Wirkung auf Deine Gesundheit.

Kräuter: Petersilie, Koriander, Schnittlauch, Basilikum, Salbei, Rosmarin, Borretsch, Liebstöckel...

Mit und mit werden die einzelnen Zutaten ausgetauscht. Die Margarine wird durch Butter ersetzt. Das jodierte und/oder fluorierte Salz, Siedesalz wird jedoch sofort durch andere Salze ausgetauscht.

Bei der Trennkost wird Fleisch (Eiweißgruppe) zusammen mit rohen Salaten und Gemüse gegessen oder Nudeln, Reis, Kartoffeln (Kohlenhydrate) mit Salaten und Gemüse. Abends sollte man möglichst eiweißhaltig Essen.

Dann ist daran zu denken, dass man viel trinkt. Je trockener die Nahrung, je aktiver man ist, umso mehr ist zu trinken. Auch ein alter Mensch, der den ganzen Tag im Bett liegt, sich ständig wälzt und nur mit den Beinen strampelt, muss viel trinken und auch entsprechend Nahrung zu sich nehmen. Er verbraucht sehr viele Kalorien durch seine Bewegung.

Wie ich geschrieben habe, ging es mir extrem besser nach dem Besuch des Grundlagenseminars. Irgendwann baute ich ab. Woran es lag, weiß ich nicht. Doch dann kam das Wasser mit der Sole zu mir. Ich trinke entsprechend Wasser mit Sole. Das heißt nach dem Aufstehen wie oben beschrieben. Ebenso trinke ich auch eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit ein bis zwei Gläser (0,3 l) Wasser.

Das brachte mir sehr viel und sogar habe zwei Falten weniger. Was ich jedoch nach über drei Jahren Wasser trinken spüre, fragst Du Dich? Ich bin ruhiger und konzentrierter. Ich kann lange an einem Stück arbeiten. Mein Geist ist sehr rege. Körperlich haben sich die Schmerzen sehr reduziert. Und nun der Hammer! Ich bin beweglicher geworden und kann mich immer besser bücken. Insgesamt wurde ich beweglicher und bin nun fast schmerzfrei. Es ist langsam gekommen und so benötigt alles seine Zeit. Ich bin sehr zufrieden mit mir.

Bevor ich ende, möchte ich mit einem Märchen aufräumen. Es gibt Menschen, die sagen, dass nur Rohkost die richtige Ernährung sei. Ja, für sie! Manche können so leben. Andere wiederum benötigen regelmäßig eine warme Mahlzeit, sonst werden sie krank.

Andere wiederum müssen sich ständig etwas in den Mund stecken, sobald sie in der Küche sind. Als Jugendliche hörte ich ständig: "Ute, ich sehe Dich immer essen!" Es ist bis heute so geblieben.

Für Dich musst Du herausfinden, zu welchem Typen Du gehörst. Auch schaue, was Du isst! Melonen, Bananen, Orangen ... sind Südfrüchte. Das Wort sagt es Dir. Diese Früchte kühlen den Körper.

Im Winter benötigen wir in unseren Breitengraden den Körper wärmendes Essen.





Mamas Sprüche

**April, April,
der macht,
was er will.**

**Warmer
Aprilregen -
großer Segen.**



**Donner im April
viel Gutes
künden will!**



**Aprilschnee
bringt Gras
und Klee.**

**Mitte Mai
ist der
Winter
vorbei!**



**Wenn's im Mai
viel regnet,
ist das Jahr
gesegnet.**

**Geld im Alter
ist
wie Schnee
im
Juli!**

**Wenn's im Mai
viel regnet, ist
das Jahr
gesegnet.**



Hilfe, meine Garantie ist futsch!

Ist Dir auch schon aufgefallen, dass die Kassensbons keine Qualität mehr haben? Sie verbleichen unwahrscheinlich schnell und manchmal kann man die Daten schon nach zwei, drei Monaten nicht mehr lesen. Was natürlich sehr unangenehm ist, da man mit einem unleserlichen Kassensbon keine Garantie mehr erhält. Damit ist dann die Garantie erloschen.

Wie kannst Du vorgehen?

Mittlerweile ist das erste, was ich mache, ein Foto dieses Bons mit meinem Handy.

Oh, Moment mal! Ein Foto?

Ja!

Doch was ist, wenn die Garantie 5 Jahre ist und nach vier Jahren habe ich einen Garantiefall. Habe ich mein aktuelles Handy noch? Oder habe ich aus versehen dieses Bild gelöscht?

Mache eine Kopie von Deinem Kassensbon. Lege oder hefte beides zusammen weg. Jetzt kommt noch ein Problemchen. Der Kassensbon darf nicht dem Licht ausgesetzt sein. Er ist in der Regel auf Thermopapier gedruckt und damit sehr lichtempfindlich. Bei Sonneneinstrahlung verschwindet mit und mit die Farbe, der Aufdruck. Deswegen ist ein dunkler Ort als Aufbewahrungsort ratsam. Ein Karton wäre gut.

Auch kannst Du den Bon in einen alten Papierbriefumschlag legen und abheften. Bitte lege den Originalkassensbon nicht in eine Klarsichthülle. Diese enthält Weichmacher und beschleunigt das Altern.

Auch das Aufbewahren der Quittung in einem Lederportemonnaie beschleunigt die Alterung. Der Grund liegt in den verwendeten Gerbmitteln. Hebe Kassensbons und weitere Belege für Deine Käufe solange auf, wie Du den Gegenstand besitzt.



Onlinekauf – Garantie futsch

Wer will nicht Geld sparen? In Zeiten, in denen alles teurer wird, müssen viele den Cent dreimal umdrehen. Doch gibt es gewisse Dinge, die angeschafft werden müssen. Andere Waren sind nicht lebensnotwendig.

Schnäppchenjäger auf ins Internet!

Im Internet hält man Ausschau nach den besten Angeboten. Um zu sein, dass es das gewünschte Produkt ist, wird kurz entschlossen zum Fachhandel gegangen. Es erfolgt eine umfangreiche Beratung. Zu Hause wird das gewünschte Produkt im Internet gekauft.

Doch nun kommt es. Nach einiger Zeit ist der Gegenstand teilweise kaputt gegangen. Man nimmt Kontakt mit dem Händler auf. Mit Glück reagiert der Händler und antwortet.

Die Misere wird geschildert. Man erhält einen Retourenschein und sendet den Gegenstand ein. Die Reklamation wurde anerkannt.

Oder es kommt die Information, dass die Reklamation nicht anerkannt wird, da dieses Produkt im Netz gekauft.

Folgende Gründe könnten angeführt werden:

- Der Preis war reduziert z. B. 100 € statt 190 €.
- Es kann sich um ein Plagiat, eine Fälschung handeln.
- Der Hersteller kann nicht zurückverfolgen, wo dieses Produkt hergestellt wurde.

Diese Punkte sind Gründe, wieso beim stationären Handel, beim Fachhändler eingekauft werden sollte. Er hilft auch unproblematisch bei der Abwicklung der Garantiefälle.

Billig kann manchmal teuer werden!



Du suchst Nebeneinnahmen?



The graphic features the API logo at the top, which consists of a stylized red and white triangle followed by the letters 'API' and the text 'AUTOMATIC PASSIVE INCOME' below it. Below the logo is a circular photograph of a diverse group of people in blue shirts and caps, cheering with their arms raised in a wooded area. In the center, a large, light green, rounded rectangular box contains the text 'AUTOMATIC PASSIVE INCOME JOIN OUR TEAM'. Below this box is a QR code, flanked by decorative green leaf-like patterns. The entire graphic is set against a dark blue background with yellow leaf motifs in the corners.

<https://tinyurl.com/imleben>

*Affiliatelink



The book cover has a light green background with a cartoon dog character wearing a brown backpack and a hat, looking up. The title 'Mystery Shopping: Als Spion unterwegs' is written in white on a brown rectangular background. The author's name 'Ute Düsterwald' is at the top. Several speech bubbles contain questions: 'Wie wird man Testkäufer?', 'Sind Testkäufe seriös?', 'Was verdient ein Testkäufer?', and 'Was macht ein Testkäufer?'. A larger speech bubble at the bottom says 'Vorbereitung auf den Testkauf: Schritt für Schritt Anleitung'.

Nebenjob gesucht?

Du beobachtest gerne und kaufst gerne ein? Dann könnte diese Tätigkeit eine gute Nebeneinnahme bei freier Zeiteinteilung sein. Ich beschreibe die Aufgaben eines Testkäufers und auch einige Erlebnisse, denn diese Arbeit ist sehr abwechslungsreich und man muss manchmal schon ganz schnell reagieren. Alle sind nett und es macht eine riesige Freude unterwegs zu sein. Ich gebe Dir einen Einblick in die Tätigkeit und natürlich teile ich meine Erfahrungen mit. Ebenso erhältst Du einen Einblick in meine Vorbereitungen. Danach gilt es für Dich einfach nur noch losfahren, lächeln ...

ISBN: 9783757556587

<https://www.epubli.com/shop/mystery-shopping-als-spion-unterwegs-9783757556587>



Was bedeutet Meister Lampe?



„Kennst Du Meister Lampe?“, fragte ich neugierig am Telefon.

„Ja, der lebt im Wald und hat dort ganz viele niedliche kleine Häuser, Schulen und Werkstätten!“, lautete die Antwort.

„Meister Lampe ist ein Hase und kein Kaninchen! Und Ostereier!“

„Ich weiß! Aber mit den Ostereiern hat er nichts zu tun. Meister Lampe lebt im Wald!“

„Hasen leben auf dem Feld in Mulden, im Gestrüpp. Kaninchen findest Du im Wald. Sie graben Baue mit ganzen Höhlensysteme. Sie sind viel kleiner als der Hase, der Feldhase.“

„Er ist nicht der Osterhase und hat überhaupt nichts mit Ostern zu tun!“

„Als Kind wurde mir gesagt, dass Meister Lampe der Osterhase ist.“

Ah, ja! Was bedeutet dann Meister Lampe?“

Wer ist Meister Lampe?



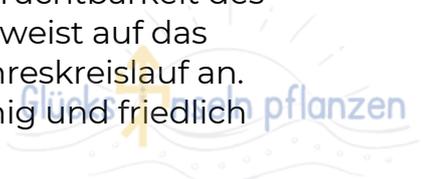
Ursprung der Menschheit

Um den Ursprung zu verstehen, müssen wir erst einige hundert Jahre oder länger zurück in die Geschichte gehen.

Es gab nur zwei Menschen auf der Welt. Sie hießen Freyr und Freya. Sie bekamen zwölf Kinder, die Asen genannt wurden. Sie lebten regelrecht im Paradies. Die Sonne ging nie unter. Die Erdachse stand noch senkrecht und die Sonne kreiste Tag und Nacht um den Nordpol. Es gab in Hülle und Fülle zu essen. Niemand litt Not. (Bock Saga)

Eines Tage kippte die Achse und der ursprüngliche Nordpol verschob sich. Die paradiesischen Zeiten waren vorüber. Die Menschen mussten Lösungen für ihre Probleme finden. Die Eiszeit fing an. (Bock Saga)

Die Menschen, die sogenannten Heiden, waren zutiefst mit dem Kreislauf der Natur verbunden. Sie kannten die Kraft, die Energie und die Fruchtbarkeit des Frühlings. In dieser Zeit wächst und gedeiht alles. Der Winter weist auf das vergehende Leben. Die Menschen passten ihr Leben dem Jahreskreislauf an. Sie waren ähnlich wie wir und waren glücklich, wenn alles ruhig und friedlich



war. Sie genossen das Leben, die Natur und integrierten das daraus gewonnene Wissen und die Weisheiten in ihr Leben. Sie waren tief mit ihrem Glauben, dem Christusglauben verbunden. Sie hatten einen sittlich edlen Geist. Sie mochten keinen Lug, Betrug, Wucher und Ehebruch. Ehre, Wahrheit, Liebe und Treue diese Eigenschaften zeichneten sie aus. Sie sorgten für das Wohl aller und keiner litt Not. Sie waren freie Menschen.

Laut Bock – Saga sollen die Religionen während der letzten Eiszeit entstanden sein. Diese breiteten sich aus. Das Leben, die Lebenseinstellung der Germanen gefiel den Römern und später den achfolgenden religiösen Führer aus Rom nicht und bestritten einen viele Jahrtausende dauernden Feldzug gegen diese Stämme.

Aus mir unverständlichen Gründen wurden diese tiefgläubigen friedliebenden mit dem Kreislauf der Natur verbundenen Menschen drangsaliert, gequält und vernichtet. Sie waren fest und tief in ihrem Glauben verankert und beteten das Licht, sprich die Sonne, aus der das gesamte Leben stammt, an.

Die Germanen wussten, dass sie dazugehörten und ein Teil von Allem waren. Ihnen war klar, dass sie zum göttlichen Plan gehörten. Das Göttliche pochte in ihrer Brust, in ihrer Seele.

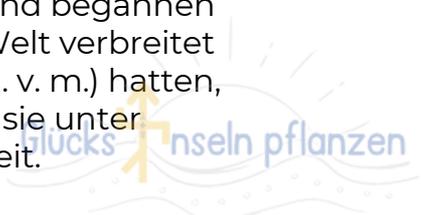
Demnach würden die Ahnen heute vermutlich als Esoteriker verschrien sein. Sie suchten Gott nicht in Kirchen oder Tempeln suchten. Ebenso war ihnen die Anbetung von Götzenbildern oder anderem fremd. Sie wussten genau, dass sie Gott nur in ihrem Herzen finden konnten. Sie trugen Gott in sich. Sie waren kleine Götter (ICH BIN).

Auch heute wird auf die Frage von Kindern, wo der liebe Gott denn wohne, geantwortet: „In Deinem Herzen!“, dabei wird mit dem Zeigefinger auf das Herz gedeutet.

Die Germanen kannten ihre mentalen Kräfte und wussten, dass alles aus ihnen selbst kommt und entsteht. Auch war ihnen der Kreislauf der Wiedergeburten bewusst bis sie sich in ihren zahlreichen Leben soweit Gott genähert hatten, dass sich ihre Seele in ihm auflöst. Deswegen hatten sie auch keine Angst vor dem Tod.

Ihnen war bewusst, dass sie bis zu ihrer Vollendung vielfach wiedergeboren werden müssen und zahlreiche Wege gehen. Sie waren freie und friedliebende Menschen. Sie glaubten an Christus. Sie sahen in ihm den „Sohn Gottes“, den „Son“, das Licht, die Sonne, Chréstos, Kristus, Kris-tall. Dieses steht für den Lichtverteiler, den Lichtsammler. Er führt den Menschen zu lichter Liebe – lichtem Geist – lichter Seele.

Und nun kamen diese Römer, siehe auch Asterix und Obelix, und begannen alles, was die germanischen Stämme entwickelt und auf der Welt verbreitet (Sprache, Kultur, Ackerbau, Wissenschaft, Schrift, Architektur u. v. m.) hatten, alles zu zerstören. Alles! Was sie nicht zerstörten, übernahmen sie unter anderem Namen und feilen bis heute an ihrer eigenen Wahrheit.



Zum Beispiel Apoll, der griechische Gott „A – poll – o“, der auf Delos seinen Tempel hatte, flog jedes Jahr zum Pol. Er kam auch ursprünglich daher. Mythologisch ist Apoll ein griechisch – römischer Gott. Er ist der Gott des Frühlings, der sittlichen Reinheit und Mäßigung, der Gott des Lichts.

Wo lag der Nordpol?

Den Ort, der damals genau der Mittelpunkt, sprich der Nordpol war, bis die Erdachse sich verschob, gibt es auch heute noch. Er liegt genauso wie die Troia – Stadt Rom, doch diese ist hier nicht gemeint, auf sieben Hügeln.

Es ist „Hel“- sinki. Hel, hal steht für Licht, Heim, Gott. Laut der Bock-Saga war hier der „Ur – sprung“. Laut Bibel wuchs hier im Paradies alles in Hülle und Fülle. Auch die Tiere hatten keine Angst vor den Menschen. Es herrschten paradiesische Zeiten. Es war das Land in dem die Sonne niemals unterging.

Diesen Ausspruch kennen wir auch über das spanische Königshaus unter ihrem König Karl V. Auch bei ihm ging die Sonne niemals unter. Man bezog sich auf sein Reich und den Kolonien u.a. in Mittel- und Südamerika. In diese Länder brachten diese „christlichen“ Eroberer brachiale Gewalt, Mord und Totschlag. Die gezielte Vernichtung ganzer Völker, Stämme sowie die Zerstörung der Bauten, der Kultur, des Wissens standen auf ihrem Plan. Sie bereicherten sich und plünderten den Kontinent gnadenlos aus. Von diesem Schlag erholten sich die Ureinwohner bis heute nicht.

Na ja, diese Eroberer wussten wie es funktioniert. Schließlich hatten sie schon Übung mit solchen Taten, diese römisch – christlichen Eroberer.

Doch nach diesem Exkurs zurück in unsere Geschichte. Die Römer hielten mittlerweile die „Wacht am Rhein“ und überfielen immer öfter die germanischen Stämme östlich des Rheins. Sie eroberten diese Lande mit ihrer bekannten Vorgehensweise. Sie brachten Mord, Totschlag und Vernichtung mit. Sie entehrten, töteten die Weisen Frauen und Männer (Hexen, Zauberer, Ketzer). Der Höhepunkt dieser Vorgehensweise gipfelte in der Hexenverfolgung, der Inquisition. Bis zu 12 Millionen Menschen wurden während dieser Verfolgungen bestialisch umgebracht.



Verbote von gotteslästerlichen Gebräuchen

5. Mose 12, 2 - 3

Alle Stätten, wo die Heidenvölker, die ihr aus ihrem Besitz vertreiben werdet, ihren Göttern gedient haben, sollt ihr vollständig zerstören; es sei auf hohen Bergen oder auf Hügeln oder unter allerlei grünen Bäumen. 3 Und reißt ihre Altäre um und zerbrecht ihre Gedenksteine und verbrennt ihre Aschera-~~Standbilder mit Feuer und zerschlagt die geschnitzten Bilder ihrer Götter und rottet ihren Namen aus von jener Stätte.~~

(https://www.schlachterbibel.de/de/bibel/5_mose/12/)

2 Zerstört alle heiligen Stätten, wo die Heiden, die ihr vertreiben werdet, ihren Göttern gedient haben, es sei auf hohen Bergen, auf Hügeln oder unter jedem grünen Baum, 3 und reißt um ihre Altäre und zerbrecht ihre Steinmale und verbrennt mit Feuer ihre heiligen Pfähle, zerschlagt die Bilder ihrer Götzen und vertilgt ihren Namen von jener Stätte.

(<https://www.bibleserver.com/LUT/5.Mose12>)

Diese Kämpfe dauerten hunderte von Jahren. Karl der Große kämpfte mindestens 30 Jahre gegen die Sachsen und ihren verbrüdernten Stämmen. Am meisten schockierte mich das Blutbad zu Verden an der Aller (782). Manche sagen, dass bis zu 4.500 Menschen getötet wurden in der Stadt. Dazu gibt es anscheinend keine Belege. Ich empfehle einen Besuch der sehenswerten Altstadt und des Museums.

Karl der Große wird der Sachsenschlächter genannt. Er wurde in Rom erzogen und dementsprechend zum „Handlanger“ des römischen Papstes geformt (Schulz, S. 28). Die Kriege gegen die Sachsen hatten das Ziel der Christianisierung. Zusätzlich störte es Karl, dass die Germanen in losen Stammesverbänden zusammenlebten und nicht wie Franken oder

Langobarden

in einem geschlossenen Reichsverband bildeten.

Bei seinen Kriegen töteten Karl der Große und sein Heer alles, was ihnen in die Quere kam. Sie ließen keinen Stein auf dem anderen.

Karl erließ härteste Gesetze gegen die Sachsen und die germanischen Stämme. Ein jeder, der sich nicht an diese hielt und nicht seinem Glauben dem „Wuotanismus“ abschwor und sich taufen ließ, wurde ermordet, eiskalt getötet.



Menschen, die diese mörderischen Feldzüge und Überfälle auf ihre Stämme und Heime überlebten, wurden in die Sklaverei gebracht oder zwangsumgesiedelt, damit sie keine Verbindungen mehr untereinander aufnehmen konnten. So verloren sie ihren Zusammenhalt, ihre Sippe, die Rückverbindung zu ihren Ahnen, ihre Kultur und ihre Geschichte. Bereits 743 wurden unter Androhung von Strafe auf der Synode von Listinae (Estinnes bei Lüttich, Belgien) heidnische und abergläubische Bräuche verboten. Diese Synode wurde von Bonifaz geleitet. Es folgen einige Beispiele. „Von gotteslästerlichen Gebräuchen bei den Gräbern der Verstorbenen. (Ahnenverehrung, heute Allerseeleentag)

... Von den unsauberen Festen im Februar.
(heute Karneval, Fastnacht, faseln = zeugen)

... Von Bildern aus Mehlteig.
(alten Bilder auf Modeln, Waffeleisen, auf Pfefferkuchen ... Brezel, Berliner, Krapfen)

... Von Götzenbildern (simulacrum), welche sie über die Felder tragen.
(Germanische Flurumgänge leben in fast unveränderter Form in den kirchlichen Prozessionen bis auf den heutigen Tag fort, nur werden jetzt christliche Heiligenbilder und Kruzifixe über das Feld zum Segnen getragen.)“ (Schulz, Seite 22 – 28)

Dieses war nur ein kleiner Auszug aus den synodialen Beschlüssen. Ergänzend ist zu sagen, dass Listinae im Hennegau liegt und von Karlsmann, einem Bruder Karls des Großen, regiert wurde. Karlsmann richtete das Blutbad von Cannstatt an, als er die Schwaben zum Christentum bekehren wollte.





Karls Blutgesetzgebung von 782

Die Beschlüsse von Listinae fruchteten nicht. Weiterhin gab es zahlreiche Kämpfe und kriegerische Auseinandersetzungen mit den Sachsen und ihren Verbündeten. Diese wehrten sich heftigst gegen die römisch – fränkische Diktatur.

Da Karl mit den Fortschritten bei den deutschen Völkern, Stammesverbänden nicht zufrieden war, legt er noch eins drauf. 782 verkündete er auf der Reichsversammlung an den Lippequellen das Blutgesetz (Capitulatio de partibus Saxoniae).

782 Blutgesetz Capitulatio de partibus Saxoniae	
1	Alle stimmen dem Prinzip der höheren Fälle zu, dass die Kirchen Christi in Sachsen nicht geringere, sondern erheblich höhere Geltung haben sollen als die Götzenstätten.
2	Wenn jemand Zuflucht in der Kirche sucht, soll er dort bis zu seiner Gerichtsverhandlung sicher sein, und niemand soll wagen, ihn mit Gewalt herauszuholen. Wegen der Ehre Gottes und der Heiligen, denen die betreffende Kirche geweiht ist, soll es dem Asylanten vor Gericht nicht an Kopf und Kragen gehen, sondern er soll seine Tat gemäß einem Urteilsspruch mit Geld büßen, soweit er es kann. Dann soll er vor den König geführt werden, und der wird ihn dorthin stecken, wohin es seiner königlichen Gnade gefällt.

782 Blutgesetz Capitulatio de partibus Saxoniae

3	Sterben soll, wer gewaltsam eine Kirche erstürmt und in ihr mit Gewalt oder mit Diebsgriff etwas wegnimmt oder die Kirche in Flammen aufgehen lässt.
4	Sterben soll, wer das vierzig tägige Fasten vor Ostern in Verachtung des christlichen Glaubens bricht und Fleisch isst. Aber es soll vom Priester geprüft werden, ob er nicht durch Not gezwungen war, Fleisch zu essen.
5	Sterben soll, wer einen Bischof einen Priester oder einen Diakon tötet.
6	Todesstrafe erleidet der, der vom Teufel getäuscht, nach heidnischer Sitte wähnt, irgendein Mann oder eine Frau sei Hexe und Menschenfresser und sie deshalb verbrennt oder deren Fleisch verzehrt bzw. zum Verzehr weitergibt.
7	Todesstrafe erleidet der, der nach heidnischem Brauch Leichen bestattet, indem er den Körper den Flammen preisgibt.
8	Sterben soll, wer Heide bleiben will und unter den Sachsen sich verbirgt, um nicht getauft zu werden oder es verschmäht, zur Taufe zugehen.
9	Sterben soll, wer einen Menschen dem Teufel opfert und nach heidnischer Sitte den Götzen als Opfer darbringt.
10	Sterben soll, wer mit den Heiden Ränke gegen die Christen schmiedet oder bei ihnen als Feind der Christen ausharren will. Und wer ihn dabei gegen König und Christenheit unterstützt, soll ebenfalls sterben.
11	Dem geht es an Kopf und Kragen, der dem König als untreu erscheint.
12	Sterben soll, wer die Tochter seines Herren raubt.
13	Genauso soll bestraft werden, wer seinen Herrn oder seine Herrin tötet.
14	Von der Todesstrafe in vorstehenden Fällen kann nach Zeugnis des Geistlichen abgesehen werden, falls der Betreffende freiwillig zum Priester geflohen war und die heimlich begangenen Taten gebeichtet hatte und Buße leisten wollte.
15	Was die niedrigeren Fälle angeht, so stimmen alle darin überein, dass einer jeden Kirche ein Haupthof und zwei Hufen Landes von den Einwohnern eines Gaus, die zu jener Kirche gehören, übertragen werde, und dass je 120 Einwohner sowohl Edelinges als auch Frilinge und Latent einen Knecht und eine Magd für diese Kirche beisteuern sollen. (Frilinge/Frielinges: Freie oder Freigelassene)

782 Blutgesetz Capitulatio de partibus Saxoniae

	<p>(... sächsischen Laten/Liten auch Leudes (Leute) genannt. Sie waren von den Adeligen abhängig. Sie waren Landarbieter, Viehhirtn, Handwerker und waren grundhörige Halbfreie Sie standen in einem grundherrlichen Abhängigkeitsverhältnis. Es wird vermutet, dass sie Nachfahren der unterworfenen Stämme waren. Die Liten waren Teil des Stammes und hatten Versammlungs- und Stimmrecht.</p>
16	<p>Und es entspricht christlichem Gebot, dass allenthalben von allen königlichen Einkünften, auch von den Friedens- und Strafgeldern, der zehnte Teil den Kirchen und Priestern zustehen soll.</p>
17	<p>In gleicher Weise schreiben wir göttlichem Gebot gemäß vor, daß alle den Zehnt von ihrem Vermögen und ihrer Arbeit den Kirchen und Geistlichen abliefern sollen, und zwar sowohl die Edeling als auch die Frilinge und die Laten; denn was Gott einem jeden Christen schenkt, muss zum Teil Gott wiedergegeben werden.</p>
18	<p>An den Sonntagen sollen keine öffentlichen Zusammenkünfte und Gerichtsverhandlungen stattfinden, wenn es nicht große Not oder feindliche Angriffe erfordern. Denn am Sonntag sollen alle zur Kirche gehen, beten und Gottes Wort hören. Genauso soll es an den hohen Kirchenfesten gehalten werden.</p>
19	<p>Entsprechend erscheint es sinnvoll, in diese Vorschriften einzufügen, daß alle Kinder innerhalb eines Jahres getauft werden. Wir setzen fest, daß derjenige, der ohne Erlaubnis des Pfarrers dieses verschmäht, dem fiscus als Edeling 120 sol., als Friling 60 sol. und als Late 30 sol. zur Buße zu zahlen hat.</p> <p>Sol sind römische Goldmünzen.</p>
20	<p>Wer eine verbotene oder unerlaubte Ehe eingeht, zahlt als Edeling 60, als Friling 30 und als Late 15 sol.</p>
21	<p>Wer Gelübde nach heidnischem Brauch an Quellen, Bäumen oder Hainen darbringt oder nach heidnischem Brauch opfert und ein Gemeinschaftsmahl zu Ehren der Götzen veranstaltet, zahlt als Edeling 60, als Friling 30, als Late 15 sol. Und wenn er das Geld nicht hat, soll er es im Dienste der Kirche abarbeiten.</p>
22	<p>Wir befehlen, daß die christlichen Sachsen in den Kirchhöfen und nicht auf den heidnischen Grabhügeln bestattet werden.</p>
23	<p>Die Wahrsager und Zauberer sollen den Kirchen und den Pfarrern ausgeliefert werden.</p>
24	<p>Wenn jemand Räuber und Übeltäter, die von einer Grafschaft in die andere geflohen sind, in seinen Schutz nimmt und sieben Nächte beherbergt ohne Absicht, sie vor Gericht zu stellen, zahle er unsere Bannbuße. Das gleiche muß auch der Graf tun, wenn er sich deswegen</p>

782 Blutgesetz Capitulatio de partibus Saxoniae

	nicht entschuldigen kann, und er verliert darüber hinaus sein Amt.
25	Niemand soll sich unterstehen, einen anderen in Pfandknechtschaft zu halten, und wer das tut, zahle die Bannbuße.
26	Niemand soll sich bei gleicher Strafe unterstehen, einem Menschen zu verbieten, sein Recht bei uns zu suchen.
27	Wenn jemand keine Bürgen stellen kann, soll sein Vermögen solange in Beschlag genommen werden, bis er einen Bürgen stellt. Wenn er aber in der Zwischenzeit wagt, sein Haus zu betreten, zahlt er entweder 10 sol. oder einen Ochsen für die Verletzung des Bannes und zahlt darüber hinaus seine Schuld. Wenn aber der Bürge den festgesetzten Termin nicht einhält, dann hat er selbst gemäß seiner Bürgschaft für den Schaden einzustehen. Der Schuldner aber muß dem Bürgen das Doppelte dessen erstatten, was der Bürge durch ihn an Schaden erlitten hatte.
28	Wer Bestechungsgelder von Unschuldigen annimmt, verfällt unserem Königsbann, und wenn er, was hoffentlich nicht passiert, ein Graf ist, verliert er sein Amt.
29	Alle Grafen sollen untereinander Frieden und Eintracht halten; und wenn unter Umständen Streit zwischen ihnen ausbricht, sollen sie sich auf unseren Beistand und unsere Entscheidung verlassen.
30	Wenn jemand einen Grafen tötet oder seine Beseitigung plant, fällt sein Erbe dem König zu, in dessen Gewalt er ausgeliefert werden: muß.
31	Wir geben den Grafen die Kompetenz, bis zu 60 sol. in ihrem Amt Bannbußen wegen Fehdehandlungen oder Hochgerichtsfällen zu verhängen, und bis zu 15 sol.... in den geringeren Fällen.
32	Wer einem anderen Mann einen Eid leistet, soll dies am Altar der Kirche an einem festgesetzten Tage tun; und wenn er es verschmäht zu schwören, schließe er einen Vertrag und büße 15 sol., wenn er säumig bleibt, und daraufhin soll er seine Schulden völlig tilgen.
33	Der Meineid wird gemäß sächsischem Gesetz bestraft.
34	Wir untersagen, daß alle Sachsen Stammesversammlungen abhalten, falls nicht unser Königsbote auf unseren Befehl hin sie aufbietet. Jeder unserer Grafen soll vielmehr in seinem Amt die Versammlungen abhalten und Recht sprechen, und Pfarrer sollen darüber wachen, daß er sich entsprechend verhält."
	Aus: Schulz, R. (2018, 4. Auflage) Germaniens reine Seele, Leipzig, Der Schelm, S. 28 - 32

Zerstört wurde alles, was Karl dem Großen und seinen Mannen unter die Augen kam. Alles was augenscheinlich heidnisch aussah wurde zerstört. Karl der Große verschärfte einen Beschluss einer Kirchenversammlung in Nantes (789). Sie lautet:

„Auch die Steine, die das durch Dämonenblendwerk getäuschte Volk an den Trümmerstätten in den Wäldern verehrt, wo es auch Gelübde ablegt und erfüllt, sollen von Grund aus ausgegraben und an einen solchen Ort geworfen werden, wo sie von ihren Verehrern niemals aufgefunden werden können. Es soll allen verboten sein, dass niemand in der Sorge um sein Seelenheil ein Gelübde oder ein Licht oder eine Opfergabe anderswo hinbringe als zur Kirche und zu seinem Herrn und Gott.“ (Schulz, S. 21)

Glaube, Sitten, Gebräuche, Wissen, Schulen und die Kultur der Germanen wurden dämonisiert. Die Feste, die Kultur, die Bauten alles, was sie jemals geschaffen hatten, wurden zerstört, überbaut bzw. übernommen und verändert und als Eigenprodukte verkauft. Der Nachwelt wurde hinterlassen, dass diese sogenannten Barbaren, Heiden, keine Kultur hatten

Doch so leicht ließen sich die Germanen nicht unterkriegen. Da mussten sich der Papst und seine Kurie etwas überlegen. Das I. Konzil von Nicäa wurde 325 einberufen. Ein Konzil ist ein Treffen von allen Bischöfen. Der Papst lädt dazu ein. Kaiser Konstantin der Große, der selber an den Sonnengott glaubte, war anwesend. Bei diesem Konzil wurde entschieden, dass die Kreuzigung Jesu immer am ersten Freitag nach dem ersten Frühlingsvollmond gefeiert wird. Das ist unser heutiger Karfreitag. Viele weitere Feste der Heiden erhielten neue Namen, Heilige, wurden zeitlich verlegt und wurden von der Kirche mit veränderter Bedeutung übernommen.

Dadurch das Ostern sieben Tage nach dem eigentlichen Ostara-/Frühlingsfest stattfindet, fand eine spirituelle Entmachtung der Menschheit statt so einige Autoren.

Noch immer war die katholische Kirche mit der Christianisierung der Heiden unzufrieden. So trafen sich die Bischöfe 462 Jahre später zum II. Konzil in Nicäa (787). Es wurde unter anderem über das Wort „Ostern“ gestritten. Es kam zu einem Kompromiss. Die Bischöfe einigten sich auf Ostern und Passah. Im deutschsprachigen Raum und in England entschied man sich für Ostern/easter. In allen anderen Ländern sagt man Passah.

Die Kirche „übernahm“ den Glauben der Germanen und überdeckte diesen mit ihren eigenen Heiligen, Glaubensregeln und -vorschriften.

Um ihren Glauben zu retten, entwickelten die Germanen eine Geheimsprache. Diesen begegnen wir heute noch. Sie ist in Märchen, Legenden, Sagen, Wappen und in der Kirche zu finden.

Daher ist es kein Wunder, dass diese vielen wunderschönen Kirchen (Gotik, Barock...) sich in den zahlreichen deutschsprachigen Ländern entwickelten. Die



Menschen waren zutiefst gläubig und versteckten ihren Glauben, verhehlten (Kala) in eine andere Sprache, die nur Eingeweihte verstanden wie die Hüttenbaumeister der Dome.

Harter Tobak, nicht wahr? Sicherlich wird der eine oder andere stark bei meinen Aussagen geschluckt haben. Mir erging es nicht anders.

Wie heißt es so schön? „Wer die Geschichte kennt, braucht sich über die Gegenwart nicht zu wundern.“

Doch kommen wir nach diesem langen geschichtlichen Vorwort endlich zu „Meister Lampe“ - unserem Osterhasen.



Meister Lampe ist da!

Beobachten wir die Natur, so sehen wir besonders im Frühling die Hasen über die Felder hoppeln und so manchen Haken schlagen. Die Herren sind im Moment auf Brautschau. Es ist die Zeit der Zeugung, der Wiedergeburt, der Energie, der Lebensfreude und der Kraft.

Der reguläre Jahreskreis beginnt mit dem Frühling, der Geburt des Lebens. Mit dem Frühling beginnt das neue Jahr. Der „Erste First“ (= Fürst, first = Erster) betritt den Jahreskreis. Es ist der Widder, das Sternzeichen des Widders. Vor noch nicht allzulanger Zeit sprach man von dem Tier (Tyr) – Kreiszeichen.

Der Widder steht für Kraft und Energie. Tiere bauen ihre Nester und viele kleine Tierkinder erblicken das Licht der Welt. Im Sternzeichen des Widders beginnen die Pflanzen wieder zu sprießen. Der Bauer bestellt den Acker und die Gartenfreunde ihren Garten. Sie pflanzen und säen. Das Leben beginnt.

Auch wir Menschen sehnen uns nach dem langen Winter und der Kälte wieder nach Wärme. Wir spüren wie mit dem Frühling das Leben in uns wieder entsteht. Wir haben mehr Schwung und Energie. Wir genießen jeden Sonnenstrahl und nutzen jede Gelegenheit im Freien zu sein und uns zu wärmen.

Mit dem Widder (= Schaf, männlich) erscheint nach langer Winternacht die Leuchte wieder am Himmel. Der Widder zündet die Lampe, sprich die Sonne, wieder an. Die Sonne steht für die Quelle allen Lebens und der sichtbaren Kraft Gottes in der Welt. (Gorsleben, Seite 227)

Das Lamm war schon in urchristlicher Zeit, lange vor Buddha, Krishna das Symbol für Jesus Christus. Dieses ist eines von zahlreichen Beispielen, dass der Kristusglaube ein Sammelkult ist und war. Dieses wusste noch der große Kirchenvater Augustinus noch.



Die Lampe steht symbolisch für das „Feuer“. Von Lam – pe leiten wir das Wort Lamm ab. Lateinisch heißt es „agnus“. Im indischen gibt es ein heiliges Lebensfeuer das „Agni“ genannt wird.

Agni ist lateinisch und steht auch für „Feuer“. „Du zündest an – du entzündest“ heißt es in der 2. Person Singular Indikativ Präsens. Als Verb im Infinitiv „ignire“ hat es folgende Bedeutungen: zum Glühen bringen, anzünden, entzünden.

Christus wird als Sonne dargestellt. Das Lamm, das Feuer, die Sonne stehen für „Meister Lampe“, dem H – Asen. Synonyme für Osterhase sind: Oster – Lampe, Oster – Leuchte, Oster- Ase, Meister Lampe, Frühlingsgott, Frühlingsgöttin „Ostara“.

Ostara, die Göttin der Morgenröte, kam vom Osten auf ihrem Wagen mit ihrem Hasen dahergefahren. Sie brachte das Licht und kämpfte gegen die Winterriesen (die Kälte). Sie verschenkte bunte Eier zu Ostern, zum Frühlingsfest. Zur Erinnerung verschenken wir heute bemalte, bunte Eier.

Der Hase ist ihr Tier. Deswegen wird Ostern Hase oder Kaninchen gegessen. Das Essen von eines Lammes kommt aus den Hirtenreligionen. (Schulz zitieren)

Der Hase, der Osterhase legte das Urei, Weltenei und brütete es aus. Dieses Ei steht für die Schöpfung.

Gottes Lamm trägt das Kreuz



Die Weltenesche wird von Gottes Lamm getragen. Es trägt dieses, das Kreuz, das Holzkreuz auf seinen Schultern. Haben wir Schmerzen im Rücken, sagen wir: „Mein Kreuz tut weh!“

Das Lamm ist die Weltensäule. An ihr hängt die „Lampe“, das „Lamm“, der „Widder“, die Sonne. Sie leuchtet „widar“ (Dialekt).

Der neue Jahreszyklus wird durch die Sonne eingeläutet. Der Widder, der Widar (Edda) ist wieder da. Er steht auch die ewige Wiederkehr im Wandel der Zeiten und auch für die Wiedergeburt des Menschen.

Aus dem Holz der Weltenesche brennt das Heilige Lebensfeuer. Dieses steht für die Welt.

So wie der Gottessohn am Kreuz auf Golgatha hängt, ist Wotan (tyr) am Kreuz der Welt gebunden und gewinnt im Tode seine letzte Erkenntnis.

Im kirchlichen Glauben wird Jesus ans Kreuz genagelt. Jesus ist das Lamm Gottes. Er trägt das Kreuz vor Ostern nach Golgatha und stirbt für die Sünden der Menschen. Damit befreite er die Menschheit von ihren Sünden. Jesus hatte stellvertretend für die Menschheit gebüßt. Dadurch machte er ihnen den Weg

frei ohne Sünden zu Gott zu kommen.

Demnach übernehmen Christen keine Verantwortung für ihre guten und schlechten Taten! Also erhalten sie eine Art Freibrief? Sie dürfen alles machen, was sie wollen. Sie tragen nicht die Folgen für ihr Handeln! Was ist mit ihrem Karma?

Zum Schluss lasse ich Friedrich Schiller sprechen:

Welche Religion ich habe?
Keine von allen,
die Du mir nennst!
Und warum keine?
Aus Religion!

Jetzt bleibt die offene Frage „Was ist Religion?“

Quellenangaben

Gorsleben R. J. (1930) Hoch-Zeit der Menschheit Das Welt-Gesetz der Drei oder Entstehen - Sein - Vergehen in Ursprache - Urschrift – Urglaube, Leipzig/ Koehler & Amelang, Leipzig

Schulz, R. (2018, 4. Auflage) Germaniens reine Seele, Leipzig, Der Schelm

Internet:

https://www.schlachterbibel.de/de/bibel/5_mose/12/

<https://www.bibleserver.com/LUT/5.Mose12>

Zum Thema Südamerika ist dieser Podcast interessant:

<https://youtu.be/WOHeulizudg?si=GvoyPaGrbHANRPWq>

Viraquchas oder Firacochas - Auf jeden Fall Feuerkutschen



Die dazugehörige pdf kann man hier runterladen:

<https://www.dhiud.de/index.php?%2Ffiles%2Ffile%2F38-28-viraquchas-oder-firacochas-auf-jeden-fall-feuerkutschen%2F>

Ich übernehme keine Haftung für die Inhalte und weiterführende Links dieser Seiten.



Meine Bücher bei amazon:



Kurzgeschichten und Gedichte zum Erheitern und Nachdenken.

Unterwegs in der Gedankenwelt entwickeln sich anhand eines Wortes oder Gegenstandes unglaubliche Gedichte und Kurzgeschichten. Sie bringen zum Nachdenken oder Schmunzeln. Kann dieses alles so sein?

(Amazon, ISBN: 979872844 5975)

[https://www.amazon.de/D%C3%BCsterwald-Stern-leuchtet-Gedichte-Kurzgeschichten/dp/B0915V5G7Z/ref=sr_1_1?](https://www.amazon.de/D%C3%BCsterwald-Stern-leuchtet-Gedichte-Kurzgeschichten/dp/B0915V5G7Z/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=1JHL6KFV25TLL&keywords=ute+d%C3%BCsterwald&qid=1695140609&prefix=ute+d%C3%BCsterwald%2Caps%2C70&sr=8-1)

[__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=1JHL6KFV25TLL&keywords=ute](https://www.amazon.de/D%C3%BCsterwald-Stern-leuchtet-Gedichte-Kurzgeschichten/dp/B0915V5G7Z/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=1JHL6KFV25TLL&keywords=ute+d%C3%BCsterwald&qid=1695140609&prefix=ute+d%C3%BCsterwald%2Caps%2C70&sr=8-1)

[+d%C3%BCsterwald&qid=1695140609&prefix=ute+d%C3%BCsterwald%2Caps%2C70&sr=8-1](https://www.amazon.de/D%C3%BCsterwald-Stern-leuchtet-Gedichte-Kurzgeschichten/dp/B0915V5G7Z/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=1JHL6KFV25TLL&keywords=ute+d%C3%BCsterwald&qid=1695140609&prefix=ute+d%C3%BCsterwald%2Caps%2C70&sr=8-1)



Anhand von zwei original geführten Unterhalten auf FB zeige ich, anhand der Verläufe, wie Betrug strategisch eingeleitet und durchgeführt wird. An den Verläufen können im Moment Betroffene sehen, wie gesprochen wird. Gezeigt wird wie die Betrüger systematisch das gesamte Drehbuch aufbauen und den Betrug durchführen. Geld und nur Geld bzw. auf andere Vorteile sind sehen Sie ab.

Ute Maria Mennicken: Warnung! Liebesbetrüger! Scam Alert auf ALLEN Sozialen Plattformen wie: Facebook, Instagram, LinkedIn, XING ... (Amazon, ISBN: 9798601543637)

[https://www.amazon.de/Warnung-Liebesbetr%C3%BCger-ALERT-Maria-Mennicken/dp/B083XWLW16/ref=sr_1_1?](https://www.amazon.de/Warnung-Liebesbetr%C3%BCger-ALERT-Maria-Mennicken/dp/B083XWLW16/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=EY8GW02UZQ3V&keywords=ute+maria+mennicken&qid=1695140980&prefix=ute+maria+mennicken%2Caps%2C80&sr=8-1)

[__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=EY8GW02UZQ3V&key](https://www.amazon.de/Warnung-Liebesbetr%C3%BCger-ALERT-Maria-Mennicken/dp/B083XWLW16/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=EY8GW02UZQ3V&keywords=ute+maria+mennicken&qid=1695140980&prefix=ute+maria+mennicken%2Caps%2C80&sr=8-1)

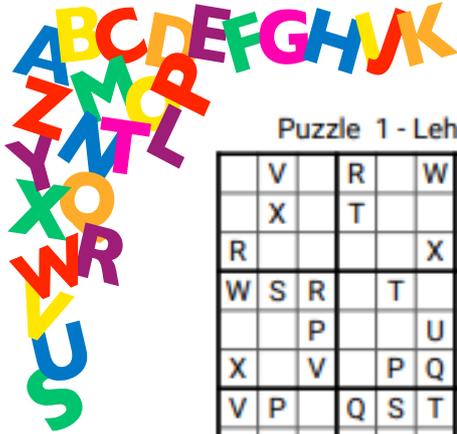
[words=ute+maria+mennicken&qid=1695140980&prefix=ute+maria+mennicken%2Caps%2C80&sr=](https://www.amazon.de/Warnung-Liebesbetr%C3%BCger-ALERT-Maria-Mennicken/dp/B083XWLW16/ref=sr_1_1?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=EY8GW02UZQ3V&keywords=ute+maria+mennicken&qid=1695140980&prefix=ute+maria+mennicken%2Caps%2C80&sr=8-1)



Using two real chat histories that actually happened, I show how the fraud is initiated and carried out. Those affected can currently see from the courses how people are speaking. How the scammers systematically build the entire script and carry out the scam. Money and only money or other benefits are what you are looking for.

Ute Düsterwald: This is a scam! Mom! On all social media like Facebook, Instagram, LinkedIn, XING ... (Amazon ISBN 9798710685303)

https://www.amazon.de/D%C3%BCsterwald-social-Facebook-Instagram-LinkedIn/dp/B08XZTYK YJ/ref=sr_1_3?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=1JHL6KFV25TLL&keywords=ute+d%C3%BCsterwald&qid=1695140692&prefix=ute+d%C3%BCsterwald%2Caps%2C70&sr=8-3



Puzzle 1 - Lehrling

	V		R		W		Q	
	X		T					
R					X	U	T	
W	S	R		T				Q
		P			U	X		
X		V		P	Q	T	R	S
V	P		Q	S	T			U
			U			V		
				W	P		S	

Puzzle 2 - Lehrling

W			V	T	R		P	
		V		W		Q	R	U
S	P	R	U					T
		X		V				
	V				X	R	T	Q
Q		S						W
X	U					W		P
	R			U	S	T		
V			T					

Puzzle 3 - Geselle

	T		S	Q		R		W
W					T		X	
U	P							
				X	W		Q	
				U		W		X
V								S
		X		S	U	V		
P	Q			V				
			W	P			R	

Puzzle 4 - Geselle

				S	X	U		V
P	X		V					
		U				R	S	
	T	P		Q	V			
					T	X		
U			X				W	
			U	V		Q		
								S
	S	V		W		T		

Puzzle 5 - Geselle

		V	Q		X	U	T	
R		T			P			Q
	Q						V	
					T		P	S
	P					V		
	X	S				W		
				W				U
	S		T		R			
	V	X		Q	U		S	

Puzzle 6 - Meisterklasse

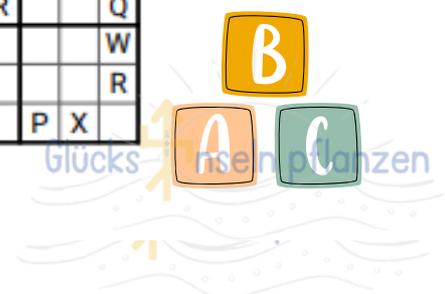
			V		T			
P		U						S
		R			T		P	U
U	S		W					T
								Q
			P	Q		U	S	
X						W		P
		V						
R		P		W				

Puzzle 7 - Meisterklasse

								P
S			Q	P	X	U		
	Q	T		S				
			X		S			V
X							S	
T		W				X		
Q					R	V	W	
	V		S		P			
				U		R		

Puzzle 8 - Meisterklasse

	V		R	X	T	S		
						X	W	
	P				U			
R						V	S	
	S		V		W			
					R			Q
		X		R				W
P			S	U				R
	V					P	X	



Lösungen

Puzzle 1

P	V	T	R	U	W	S	Q	X
Q	X	U	T	V	S	W	P	R
R	W	S	P	Q	X	U	T	V
W	S	R	X	T	V	P	U	Q
T	Q	P	S	R	U	X	V	W
X	U	V	W	P	Q	T	R	S
V	P	W	Q	S	T	R	X	U
S	T	Q	U	X	R	V	W	P
U	R	X	V	W	P	Q	S	T

Puzzle 2

W	Q	U	V	T	R	S	P	X
T	X	V	S	W	P	Q	R	U
S	P	R	U	X	Q	V	W	T
R	W	X	Q	V	T	P	U	S
U	V	P	W	S	X	R	T	Q
Q	T	S	P	R	U	X	V	W
X	U	T	R	Q	V	W	S	P
P	R	W	X	U	S	T	Q	V
V	S	Q	T	P	W	U	X	R

Puzzle 3

X	T	V	S	Q	P	R	U	W
W	S	Q	U	R	T	P	X	V
U	P	R	X	W	V	Q	S	T
S	U	P	V	X	W	T	Q	R
Q	R	T	P	U	S	W	V	X
V	X	W	R	T	Q	U	P	S
R	W	X	Q	S	U	V	T	P
P	Q	S	T	V	R	X	W	U
T	V	U	W	P	X	S	R	Q

Puzzle 4

R	W	T	Q	S	X	U	P	V
P	X	S	V	R	U	W	T	Q
V	Q	U	T	P	W	R	S	X
X	T	P	W	Q	V	S	U	R
S	V	W	R	U	T	X	Q	P
U	R	Q	S	X	P	V	W	T
T	P	X	U	V	S	Q	R	W
W	U	R	X	T	Q	P	V	S
Q	S	V	P	W	R	T	X	U

Puzzle 5

S	W	V	Q	R	X	U	T	P
R	U	T	W	V	P	S	X	Q
X	Q	P	U	T	S	R	V	W
V	R	W	X	U	T	Q	P	S
T	P	Q	R	S	W	V	U	X
U	X	S	V	P	Q	W	R	T
P	T	R	S	W	V	X	Q	U
Q	S	U	T	X	R	P	W	V
W	V	X	P	Q	U	T	S	R

Puzzle 6

Q	X	S	U	V	P	T	W	R
P	T	U	R	X	W	V	Q	S
W	V	R	Q	S	T	X	P	U
U	S	Q	W	R	X	P	V	T
V	P	W	S	T	U	R	X	Q
T	R	X	P	Q	V	U	S	W
X	Q	T	V	U	S	W	R	P
S	W	V	T	P	R	Q	U	X
R	U	P	X	W	Q	S	T	V

Puzzle 7

V	X	U	W	R	T	S	Q	P
S	W	R	Q	P	X	U	V	T
P	Q	T	U	S	V	R	X	W
U	R	Q	X	T	S	W	P	V
X	P	V	R	U	W	T	S	Q
T	S	W	P	V	Q	X	U	R
Q	U	P	T	X	R	V	W	S
R	V	X	S	W	P	Q	T	U
W	T	S	V	Q	U	P	R	X

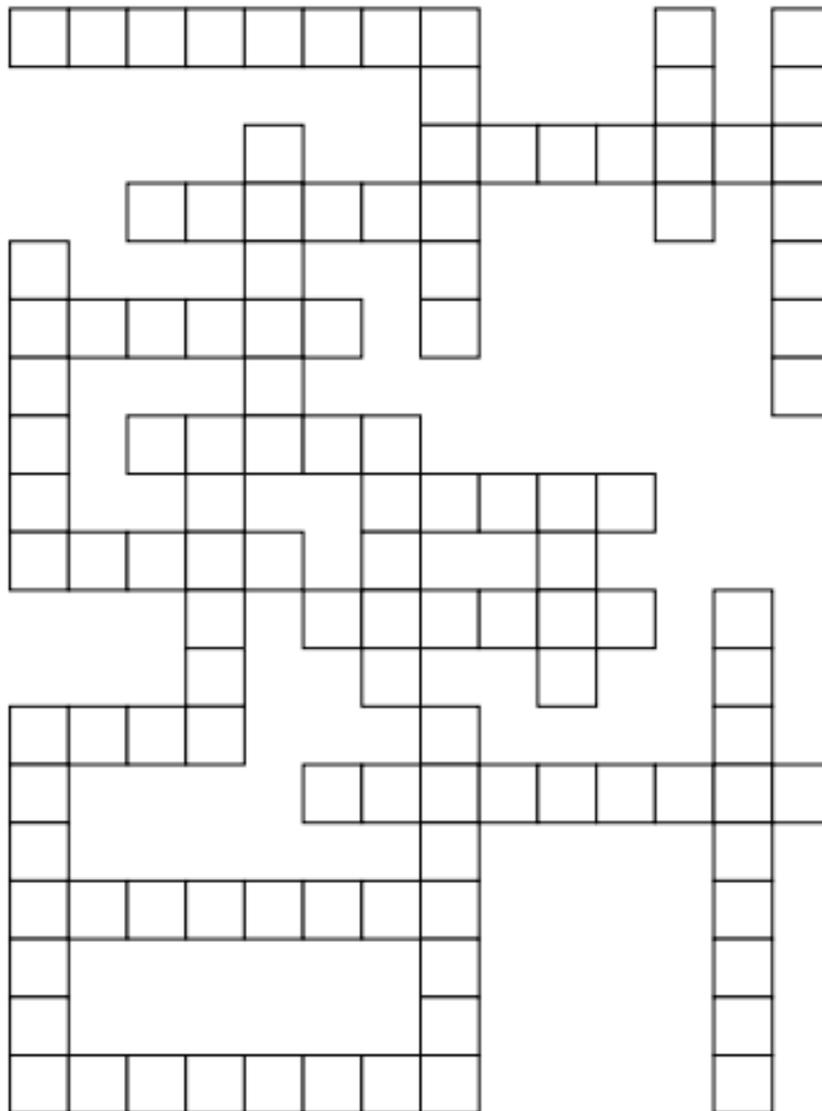
Puzzle 8

W	V	Q	R	X	T	S	U	P
T	U	R	Q	P	S	X	W	V
X	P	S	W	V	U	Q	R	T
R	W	T	X	Q	P	V	S	U
Q	S	U	V	T	W	R	P	X
V	X	P	U	S	R	W	T	Q
S	T	X	P	R	V	U	Q	W
P	Q	W	S	U	X	T	V	R
U	R	V	T	W	Q	P	X	S





Trage die Zahlen an der richtigen Stelle ein



2243
5314
5347
31363
45983
56026
95414
143908

281840
535125
546027
636204
758143
986149
1699176
3961971

5466953
5803715
30893655
41709962
68817563
798981222
923285121



Trage die Zahlen an der richtigen Stelle ein

4	1	7	0	9	9	6	2				5		3		
							8				3		9		
				6			1	6	9	9	1	7	6		
		1	4	3	9	0	8				4		1		
7				6			4						9		
5	3	5	1	2	5		0						7		
8				0									1		
1		9	5	4	1	4									
4			4				5	6	0	2	6				
3	1	3	6	3			9			2					
			0				9	8	6	1	4	9	9		
			2				3			3			2		
5	3	4	7				5						3		
4							7	9	8	9	8	1	2	2	2
6									0						8
6	8	8	1	7	5	6	3								5
9							7								1
5							1								2
3	0	8	9	3	6	5	5								1





Zur Bildung der Menschheit (Herder)

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
				o								
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z

$\overline{BZA} \quad \overline{SKIVSOF}' \quad \overline{BZA} \quad \overline{NQSJ} \quad \overline{XKABZ}$

$\overline{SPHZISVVÖ}' \quad \overline{HZBAKWLO}'$

$\overline{UZAHZVVZJ}' \quad \overline{ZRJ} \quad \overline{QZCAPKWC} \quad \overline{BZA}$

$\overline{ZAFRZCKJH}' \quad \overline{XRZ} \quad \overline{XRA} \quad \overline{OSKVZJB}$

$\overline{CSPZJ}' \quad \overline{ZRJ} \quad \overline{LEBZT} \quad \overline{HSJFZA}$

$\overline{AZHZQJ}' \quad \overline{XRZ} \quad \overline{XRA} \quad \overline{JEWc} \quad \overline{GRQQREJZJ}$

$\overline{CSPZJ} \quad \overline{XZABZJ}' \quad \overline{KJB} \quad \overline{BRZ} \quad \overline{XZQÖ}$

$\overline{XRAB} \quad \overline{PQZRPPZJ}' \quad \overline{XRZ} \quad \overline{VRZ} \quad \overline{RVO}'$

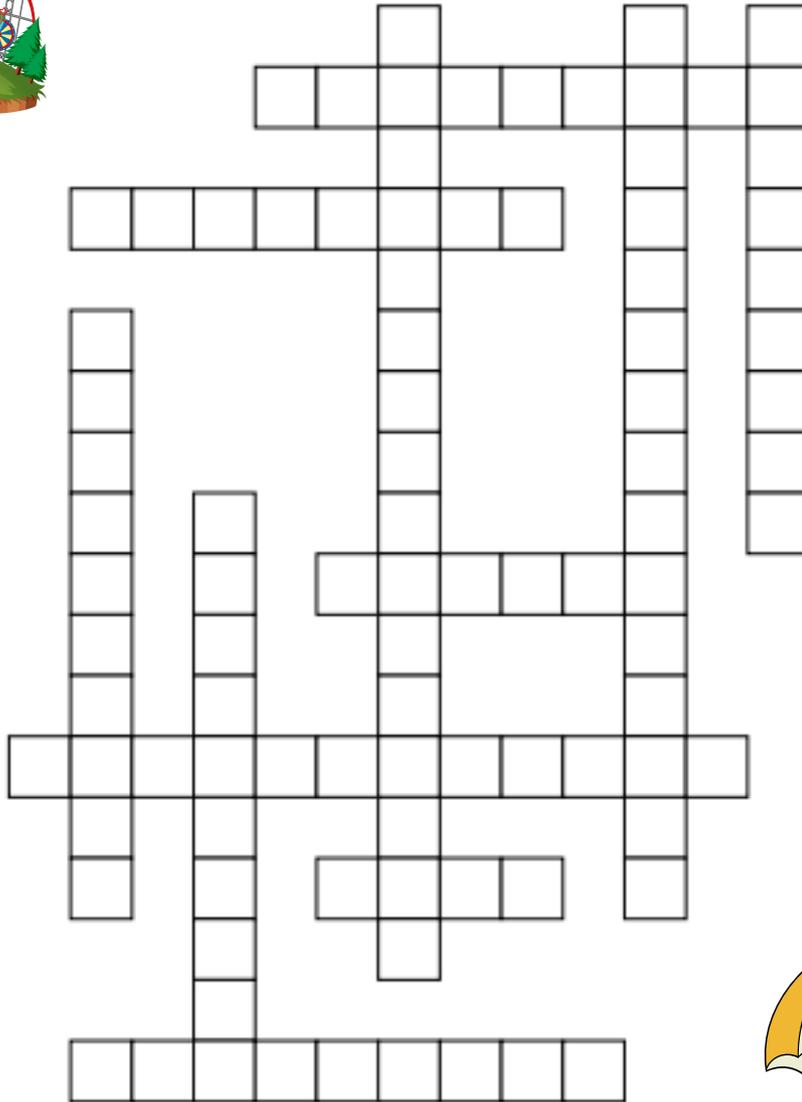




Zur Bildung der Menschheit (Herder): Der Aufsatz, der Plan wurde abgefasst, gedruckt, vergessen! Ein Lehrbuch der Erziehung, wie wir tausend haben! Ein Kodex ganzer Regeln, wie wir noch Millionen haben werden, und die Welt wird bleiben, wie sie ist.



Trage die Wörter ein 1



Lenz
Kirmes
gärtnern
Flohmarkt

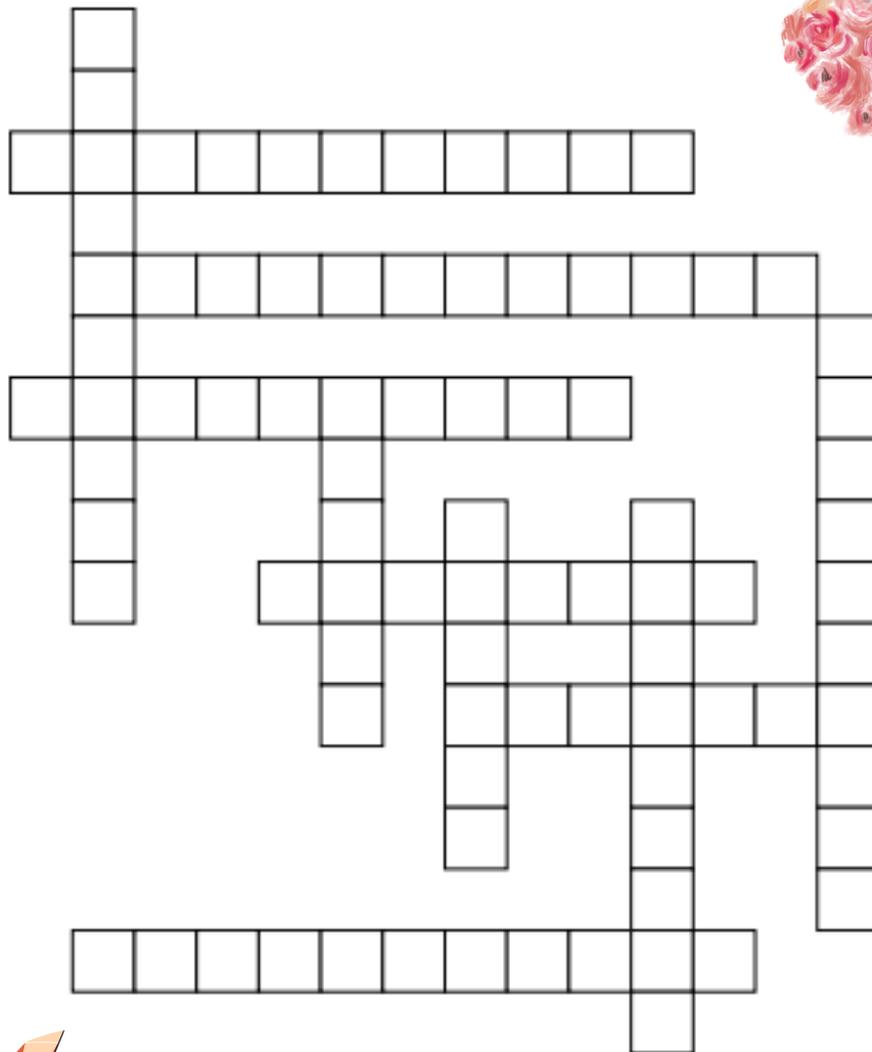
Sonnenbad
Stockbrot
Biergarten
Ständebaum



Maiglöckchen
Fruehlingskleid
Vogelgezwitscher



Trage die Wörter ein 2

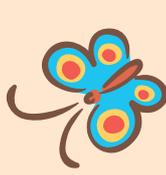


Rummel
Urlaub
Maitanz
Kanutour

Muttertag
Sommerzeit
Waldspiele
Windsurfen

Barfußpfad
Bluetenduft
Sportturnier





Mamas Sprüche

Das Jahr geht weiter, und ehe man sich's versieht, ist für die Tulpen, die man im Herbst nicht gesetzt hat, die Zeit gekommen nicht zu blühen.

(Deutsches Sprichwort)

Iß Lauch im März,
wilden Knoblauch (Bärlauch) im Mai,
dann haben die Ärzte
das ganze Jahr über frei.



Wenn Du an einem Holunderbaum vorbeigehst,
verneige Dich und zieh' Deinen Hut.
(Alter Spruch)



Welche Religion ich bekenne?
Keine von allen, die Du mir nennst.
Und warum keine?
Aus Religion!
Friedrich Schiller (1759 - 1805)

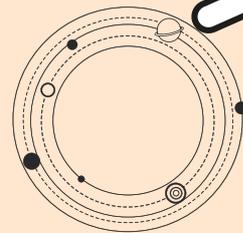


Und wäre Jesus tausendmal in Bethlehem geboren,
und nicht in dir, ging deine Seele dennoch hier verloren.
Zum Kreuz auf Golgatha schaust du vergeblich hin,
Hast du es nicht errichtet in deinen engen Sinn.

Angelus Silesius (1624 - 1677)



Was wär ein Gott, der nur von außen stieße,
Im Kreis das All am Finger laufen ließe!
Ihm ziemt's, die Welt in Innern zu bewegen,
Natur in sich, sich in Natur zu hegen,
so dass, was in ihm lebt und webt und ist,
Nie seine Kraft, nie seinen Geist vermisst."
Johann Wolfgang von Goethe (1749 - 1832)



**Mastercard mit Girofunktion auch
als Gehaltskonto nutzbar**

DEX-Anbindung
dezentrales Wallet für digitale Währung/Krypto

Keine Weitergabe deiner Daten an Dritte

**OHNE
NACHWEISPF LICHT
Pfandungssicher**

**OHNE
SCHUFA
AUSKUNFT**

Banking App



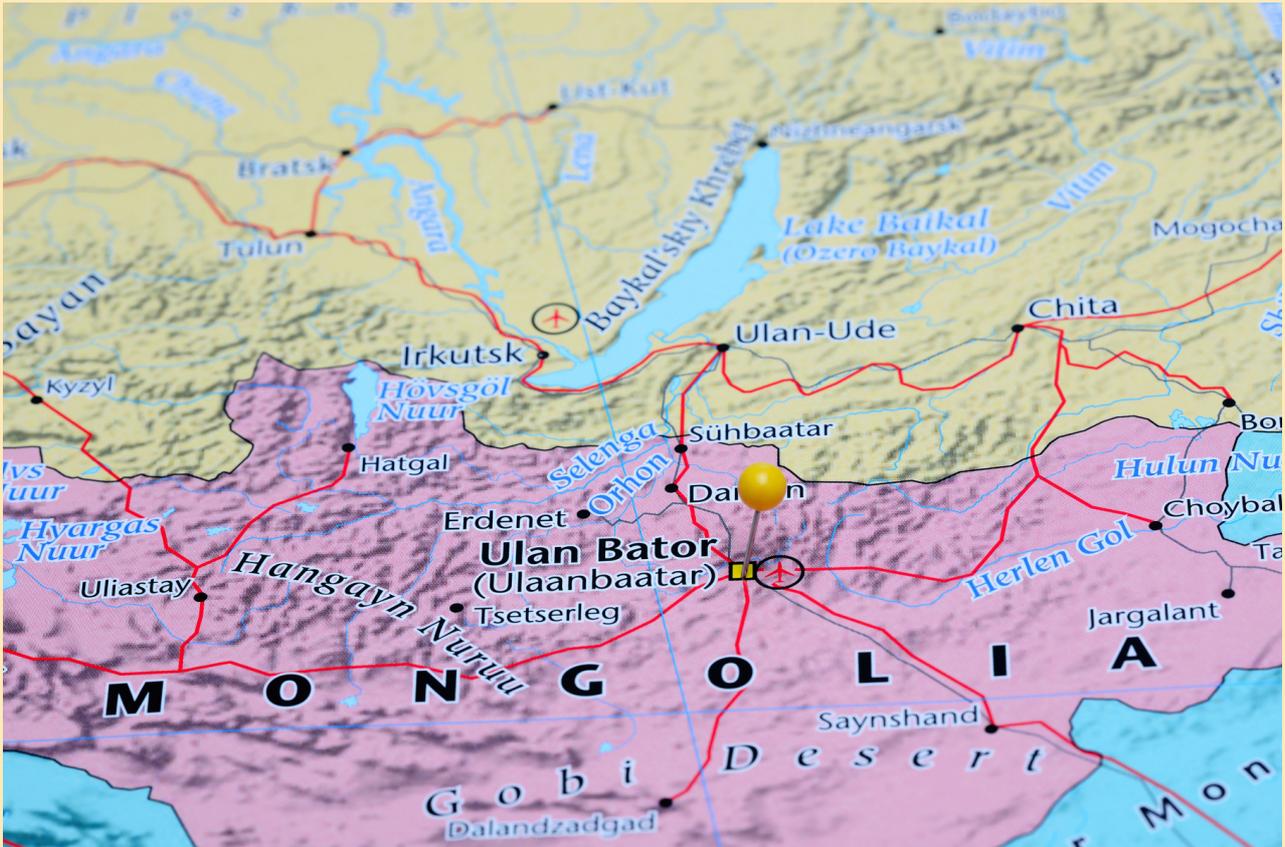
Probleme mit Deiner Bank?
Eine mögliche Alternative!

[Hier geht es zur Seite der Alphakarte!](#)

*Affiliatelink



Schagai



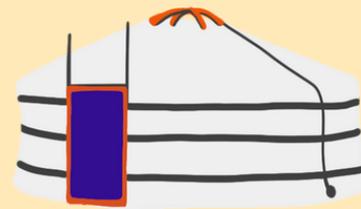
Schagai, ein traditionelles mongolisches Spiel

Orakeln und Spielen mit Knochen Freude für Jung und Alt.
Heute besuchen wir eine andere Welt. Das Shagaispiel kommt aus der Mongolei.



Geographisch liegt die Mongolei in Innerasien zwischen China und Russland. Die Hauptstadt heißt Ulaanbaatar. Dieses Land liegt auf 1.114 m bis maximal 2.664 m Höhe. (de-de.topographic-map.com/map-713f3/Ulan-Bator/). Es heißt, dass Ulan Bator mit seinen -2°C die kälteste Hauptstadt der Welt sei. Im Winter kann es bis zu -20°C kalt werden. Die Sommertemperaturen liegen bei guten $15 - 17^{\circ}\text{C}$.

Jurten



Im Winter leben die meisten Mongolen in der Hauptstadt in ihren Jurten. Sobald der Frühling kommt, bauen die meisten ihre Jurten ab und ziehen in die Berge. Jurten sind große runde stabile Wohnzelte mit fester Eingangstüre. Das Zelt ist in Bereiche aufgeteilt. Ganz hinten befindet sich der Altar. Die Mongolen verehren unter anderem den „Ewig Blauen Himmel“. Hier sitzen auch die Ältesten.

Rechts neben dem Eingang befindet sich die Küche. Es folgt die Frauenseite. Bei Besuch sitzt hier die Frau mit dem Rest der Familie. Es ist die private Seite. Die linke Seite ist die Herrenseite. Hier werden z. B. die Gerätschaften, Sättel, Ersatzteile usw. aufbewahrt. Es folgt das Bett. Als Gast geht man immer links herum. Man soll nie zwischen den Pfeilern durchgehen.

Hüte sind in der Mongolei sehr wichtig und werden im Altarbereich der Jurte aufgestellt. Sie werden nicht gefaltet oder in einen Beutel gesteckt. Die Hüte werden geehrt.











Aruul



Feste

Nadaam (10. - 13. Juli)

ist das wichtigste Fest der Mongolei. Das Fest besteht aus Wettkämpfen im Bogenschießen, Pferderennen, Schagai schießen, Ringen. Diese Wettkämpfe finden auf nationaler und regionaler Ebene statt.

1. Bogenschießen: für Männer und Frauen

2. Pferderennen: Das letzte und erste Pferd erhalten denselben Preis, Kinder um die zwölf Jahre sind die Reiter. Für den Gewinn der Pferderennen wurden Geldpreise eingeführt. Dadurch wurde das Reiten rauer und gefährlicher. Es wird sich nicht unbedingt an die Regeln gehalten.

Deswegen nehmen nur noch Jungen an diesen Rennen teil. Die Pferderennen finden das ganze Jahr statt. Dieses hat zur Folge, dass die Jungen von den Eltern aus der Schule genommen werden und dadurch monatelang die Schule nicht besuchen. Sie fangen meistens mit acht Jahren an und werden mit 12/13 Jahren ausgemustert. Die allgemeine Einstellung ist, dass Männer durch körperliche Arbeit ihr Geld verdienen können. Deswegen haben Frauen mittlerweile eine höhere Bildung als Männer.





3.Schagai schießen.

4.Ringen: Das Ringen findet meist auf Rasenplätzen statt. Es ringen nur Männer. Sie haben feste kniehohere Stiefel an und sind leicht bekleidet. Bei den Kämpfen dürfen sie nicht mit einem anderen Körperteil den Boden berühren.

Besonders bei älteren Leuten ist das Ringen wichtig. Diese finden meist auf Rasenplätzen statt. Es ringen nur Männer.



Tsagaan Sar (Neujahrsfest)

Tsagaan Sar heißt „weißer Mond“ oder „weißer Monat“. Es wird ungefähr im selben Zeitraum gefeiert wie das chinesische Neujahrsfest.

Tasagaan Sar ist ein Familienfest. Das Essen ist weiß. Weiß ist die Milch. Es ist die Farbe des Mondes. Weiß ist die Glücksfarbe. Es gibt Aruul. Diese ist zur Kuchenform plattgedrückt in der Sonne getrockneter Quark. Dieser wird oftmals als runder Kreis gestapelt. Sie bilden eine Torte daraus. Die Anzahl der Etagen sind immer ungerade. Sie haben meist 3, 7 oder 9+ Etagen. Je mehr Etagen man hat, umso reicher ist die Familie. Auf der Torte kommen oben meist noch Zucker bzw. Zuckerwürfel drauf. Dieses bringt Glück. Weiß und blau sind wichtige positive Farben.







Dschingis Khan Geburtstag

Es ist ein neues Fest. Deswegen gibt es keine Traditionen und der Tag wird nach eigenem Geschmack gestaltet.



Landwirtschaft

Ein kleiner Teil der Bevölkerung ist nur noch landwirtschaftlich tätig. Es werden überwiegend Ziegen und Schafe gehalten. Ein guter Erwerbszweig ist die Kaschmirwolle. Diese wird aus der Unterwolle der Kaschmirziege hergestellt. Dadurch kommt es zu einer Überweidung. Hauptsächlich deswegen, weil diese Tiere das Gras tiefer abbeißen als Pferde und Rinder.

Deswegen kommt es bereits zu zahlreichen sichtbaren Schäden. Die Bodenbedeckung ist dünner. Dadurch ist er bei Regen, Schnee und Tauwetter nicht mehr so gut geschützt. Es kommt zu Erosionsschäden.





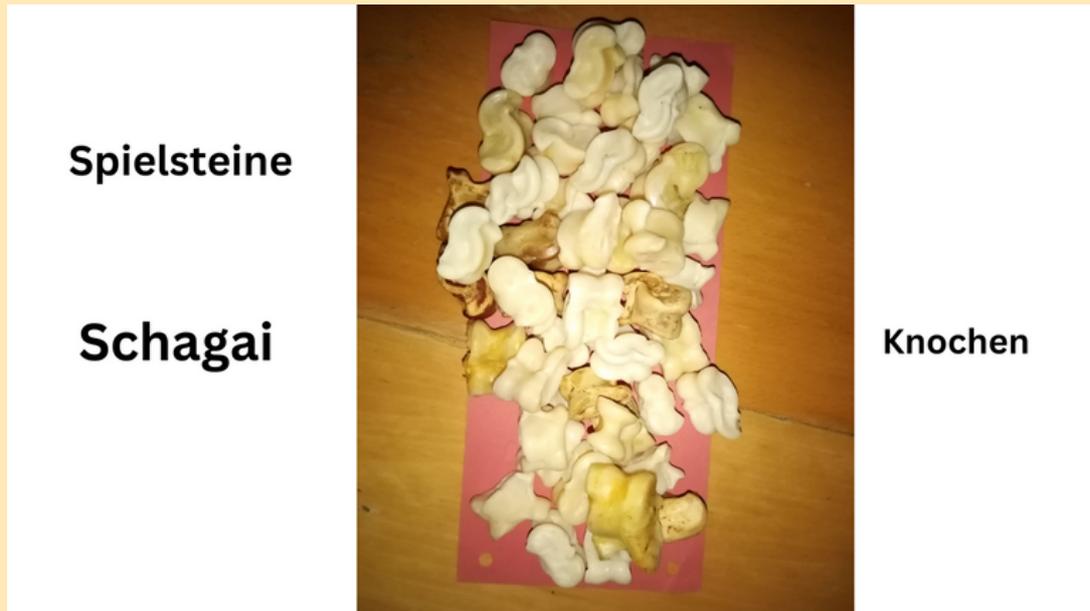
Die Herden bestehen traditionell aus allen vier Tierarten.
Die vier wichtigen Tierarten der Mongolei sind:

1. das Schaf
2. die Ziege
3. das Kamel
4. das Pferd.

Schagai

Die Mongolen lieben spielen. Schagai, auch Shagai geschrieben, ist ein mongolisches Knöchelspiel. Diese Knochen werden aus den Fersengelenken des Schafes hergestellt.

Von diesen Spielen gibt es sehr viele Varianten. Ich stelle mir vier bekannte Spielmöglichkeiten vor. Drei sind Geschicklichkeitsspiele und eins orakelt. Diese Spiele bereiten Freude und animieren zum Weiterspielen.



Das Knochenorakel

Wer möchte nicht in die Zukunft schauen oder eine Antwort auf eine Frage erhalten.

Also habe ich mir die Knochen angesehen. Sie haben vier unterschiedliche Seiten. Wir haben folgende Tiere: Schaf, Ziege, Pferd, Kamel.

Man nimmt sich vier Knochen.

Jetzt stellt man sich im Stillen eine Frage. Diese vier Knochen werden mit beiden geschüttelt. Am Ende bläst man zwischen beiden Daumen in die Hände und wirft die Knochen.

Von allem 4! Das bestmögliche Ergebnis!

4 Pferd: Glück, Zufriedenheit, Gesundheit und Erfolg

4 Kamele: Alles, was gewünscht wird, kann leicht erreicht werden

4 Schafe: Glück wird kommen, aber es wird lange dauern

4 Ziegen: Alles wird langsam passieren.

Für jede Kombination gibt es ein Orakel. Du kannst es dann entsprechend deuten oder auch mit anderen Vorhersagemöglichkeiten wie Tarot, Kartenlegen kombinieren.

Die gesamte Liste wirst Du auf meiner Seite <https://www.umadus.de> finden.



Hier siehst Du, wie man diese Spiele spielt:

<https://youtu.be/62tXQQXmxVs?si=U9AjQhxK4pHsVV-->

Knochen fangen - Wurfspiel

Dieses Spiel ist ein Werfspiel. Ein Knochen wird auf dem Spielfeld ausgewählt. Dieser wird genommen und senkrecht in die Luft geworfen. Während dieser in der Luft schwebt, wird ganz schnell ein Schafknöchelchen mit der Wurfhand vom Tisch aufgehoben und der runterfallende Stein mit der Wurfhand aufgefangen.

Man spielt dieses Spiel mit einer Hand. Wird das Knöchelchen gefangen und sind beide Steine in einer Hand, ist man weiterhin dran. Wird dieser Stein nicht gefangen, spielt der Mitspieler weiter.

Bei diesem Spiel wird die Schnelligkeit, Reaktion und Auge-Hand-Koordination geübt.

Knochen klickern

Die Knochen werden auf der Spielfläche verteilt. Jetzt heißt es ein wenig geschickt zu sein und in die richtige Richtung schießen. Man wählt einen Knochen und flitscht diesen auf den Knochen, den man treffen will.

Hat man diesen getroffen ohne andere zu berühren, dann darf man diesen nehmen. Man ist solange dran, bis man einen anderen berührt hat.

Hier wird die Auge - Hand – Koordination trainiert. Ebenso wird die Geschicklichkeit geübt.

Wettreiten

Dieses Spiel wird zu zweit gespielt. Jeder nimmt einen Knochen. Das ist das Pferd. Zwei weitere Knochen werden die Würfel sein. Mit den restlichen Knöchelchen wird eine Mauer gebaut. Im Endeffekt bestimmst Du, wie lang die Mauer wird.

Jeder stellt sein Pferd in Reitrichtung auf (siehe Bild). Und es wird gewürfelt, was die Knochen halten. Erscheint ein Pferd, dann darfst Du einen an der Mauer weiterziehen. Kommst Du ans Mauerende, so musst Du die Mauer komplett passieren und aus dem Schatten der Mauer herausreiten. Du wendest Dein Pferd. Würfelst Du wieder ein Pferd, dann darfst Du den ganzen langen Weg zurückreiten. Gewonnen hat derjenige, der als Erstes wieder in der Startposition angekommen ist.



Schagai spielen war wie ein Suchtmittel, einmal angefangen kann man schwer wieder aufhören. Mir haben alle drei Spiele und auch das Orakeln Spaß gemacht. Die traditionellen Spiele verschwinden langsam aus dem Leben der jungen Leute. Immer mehr reiche junge Menschen verbringen ihre Freizeit in Game-Center.



Schagaibilder eigenes Archiv
alle anderen auf [canva.com/pro](https://www.canva.com/pro)



In "Osterzauber: Knobeln - Malen - Rätseln - Lachen ab 7" finden Sie eine Vielzahl von unterhaltsamen Herausforderungen, unter anderem:

- Zahlen-, Buchstaben-, Wort- und Farbsudokus.
- Labyrinth
- Wort- und Zahlenrätsel
- Suchsel
- Mandalas
- Ausmalbilder

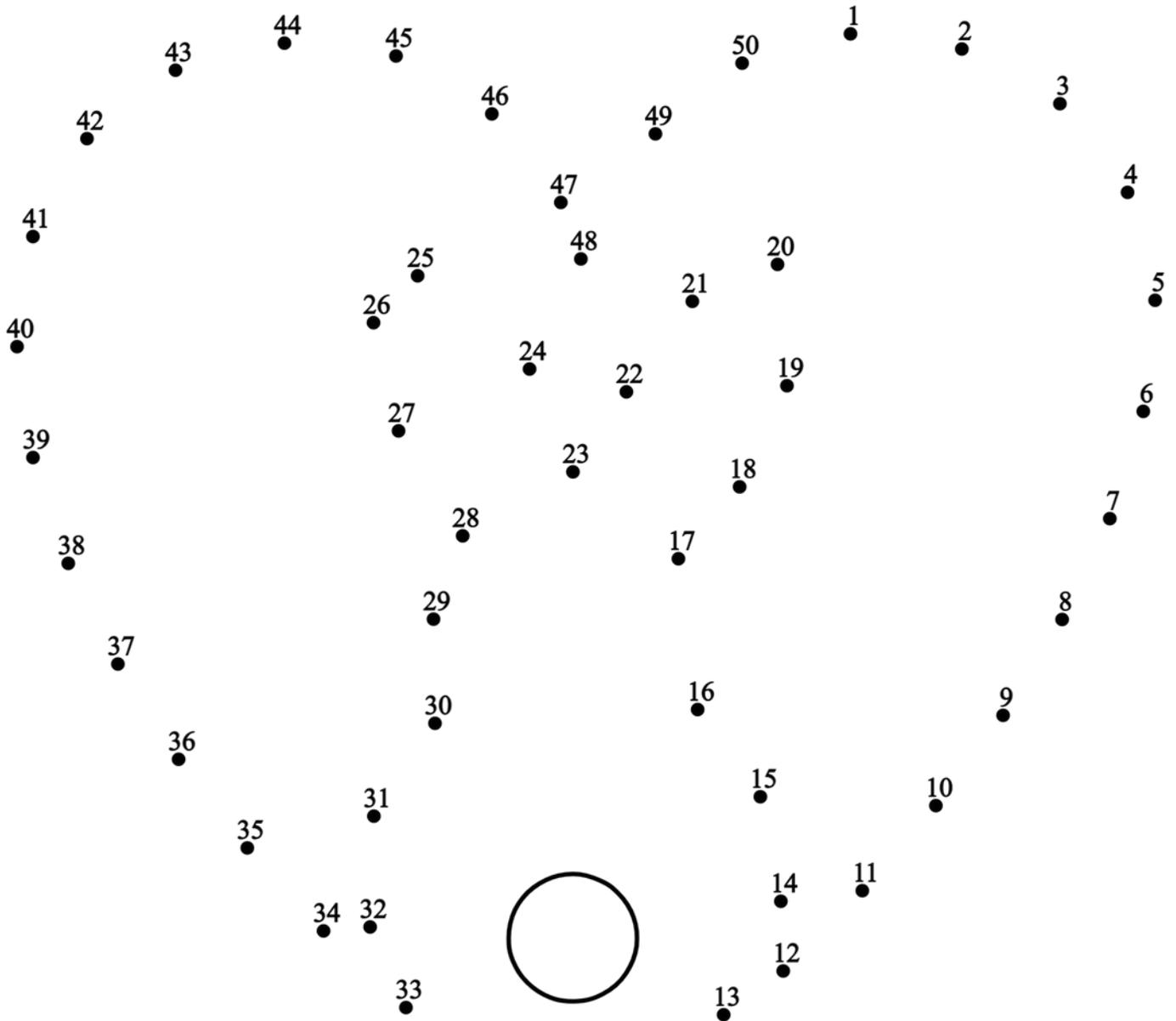
Die Lösungen zu den Rätseln sind auf der jeweiligen Rückseite der Aufgabe zu finden. Die Rückseiten der Mandalas sowie Ausmalbilder bleiben unbedruckt.

ISBN: 979-8883219084

https://www.amazon.com/Osterzauber-Knobeln-Rätseln-Lachen-German/dp/B0CWV9HLRB/ref=sr_1_3?crid=218ZFM5NU3YT2&dib=eyJ2ljojMSJ9.r3-boRx1qBSZcL5lLfaZGQ0STGjWwwUTza2RdPd0JB1gjiBIWFUWyaJImUdYXgHJVYJCfVGRuoaltFbbJ6JdLC3W2wkyDAgGTffL8pu9_CKQ_y17U5NtFye_DQs_9oHE.F21TtqZ-QccaWjo3PvGm3fMNZqjKLPtNjS0aFdUAEye&dib_tag=se&keywords=ute+Düsterwald&qid=1710364589&s=books&sprefix=ute+düsterwald%2Cstripbooks%2C701&sr=1-3



Wer wartet auf Dich?



Wie leicht!

Zahlensudoku 1 - Für Babys

4			2
3	2	1	4
		4	1
1		2	3

Zahlensudoku 2 - Für Babys

2		4	3
3	4		2
1	3		
4	2		1

Zahlensudoku 3 - Für Babys

4	1	3	2
2	3	1	4
			1
1	4		

Zahlensudoku 4 - Ich bin Gut!

1	2	4	
	4		
4	3	2	
2	1	3	

Zahlensudoku 5 - Ich bin Gut!

3		2	4
2	4	3	
4			3
1		4	

Zahlensudoku 6 - Ich bin Gut!

1		2	
	2	1	3
2	4		1
	1		2

Zahlensudoku 7 - Superknubbel

	4	2	3
3	2		
	1		4
		1	2

Zahlensudoku 8 - Superknubbel

2		4	
4	1	2	3
3		1	
			4

Wie leicht!

Zahlensudoku 1

4	1	3	2
3	2	1	4
2	3	4	1
1	4	2	3

Zahlensudoku 2

2	1	4	3
3	4	1	2
1	3	2	4
4	2	3	1

Zahlensudoku 3

4	1	3	2
2	3	1	4
3	2	4	1
1	4	2	3

Zahlensudoku 4

1	2	4	3
3	4	1	2
4	3	2	1
2	1	3	4

Zahlensudoku 5

3	1	2	4
2	4	3	1
4	2	1	3
1	3	4	2

Zahlensudoku 6

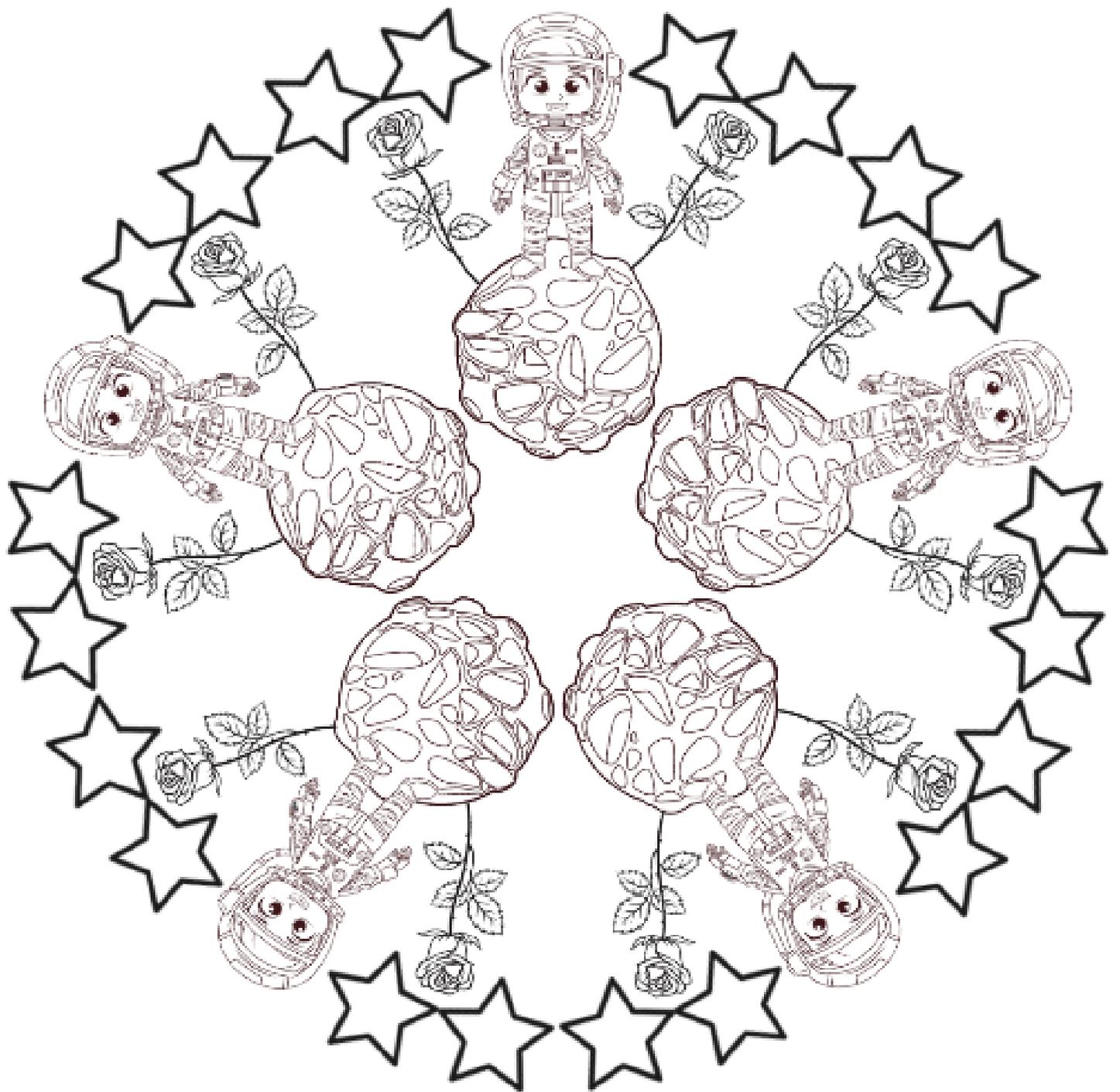
1	3	2	4
4	2	1	3
2	4	3	1
3	1	4	2

Zahlensudoku 7

1	4	2	3
3	2	4	1
2	1	3	4
4	3	1	2

Zahlensudoku 8

2	3	4	1
4	1	2	3
3	4	1	2
1	2	3	4



Albanien

Sofia

Andorra

Berlin

Belgien

Kopenhagen

Bosnien und Herzegowina

Sarajevo

Bulgarien

Helsinki

Dänemark

Tallinn

Deutschland

Tirana

Estland

Brüssel

Finnland

Paris

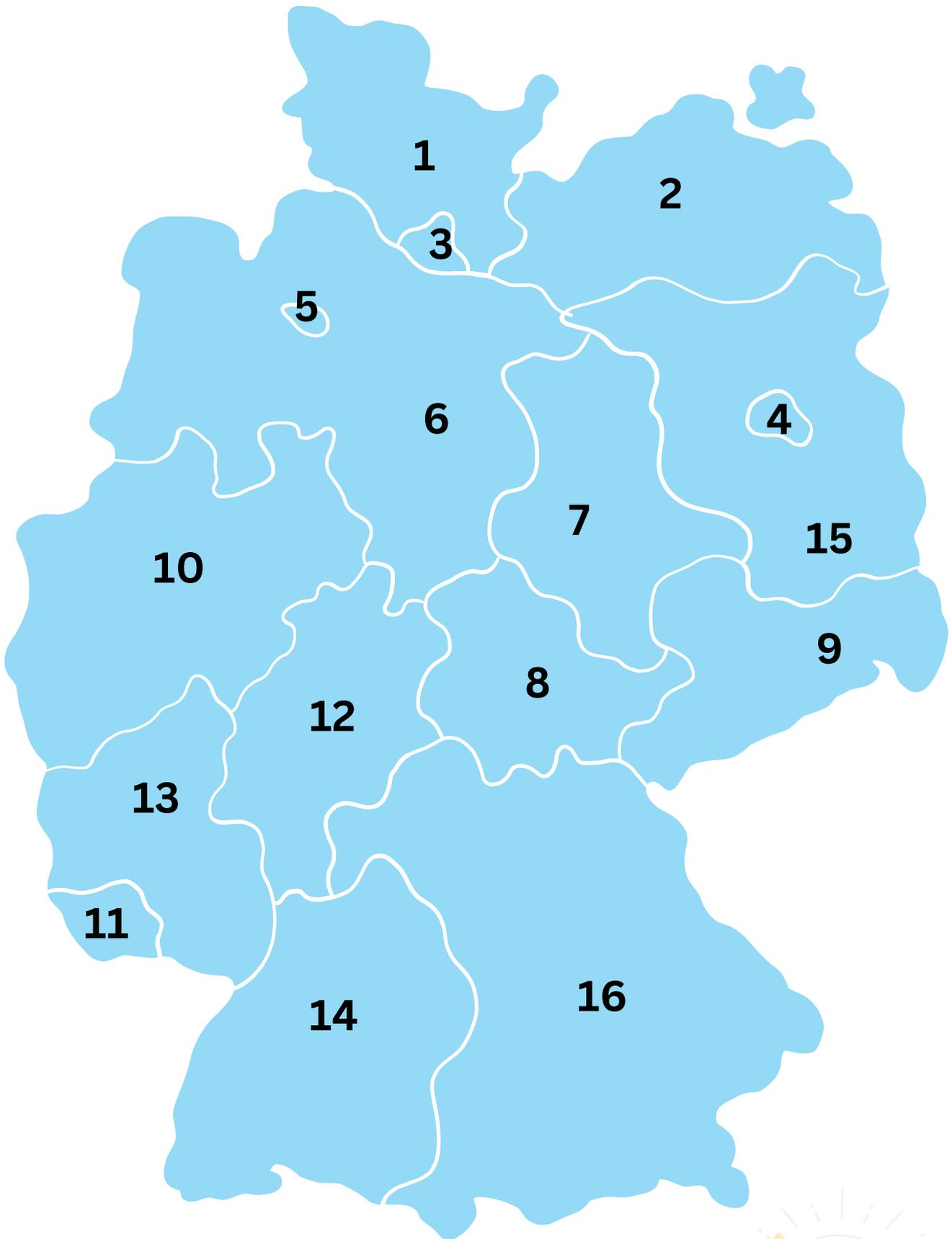
Frankreich



Albanien		Sofia
Andorra		Berlin
Belgien		Kopenhagen
Bosnien	und	Sarajevo
Herzegowina		Helsinki
Bulgarien		Tallinn
Dänemark		Tirana
Deutschland		Brüssel
Estland		Paris
Finnland		Andorra la Vella
Frankreich		



16 Bundesländer



Wie heißen die Bundesländer?

**Ordne die Länder der obigen Karte zu.
Schreibe das richtige Zahl hinter das Land!**

Schleswig - Holstein

Hamburg

Niedersachsen

Bremen

Nordrhein - Westfalen

Hessen

Rheinland - Pfalz

Bayern

Baden - Württemberg

Brandenburg

Berlin

Sachsen

Mecklenburg - Vorpommern

Sachsen - Anhalt

Thüringen

Saarland



Lösung

Schleswig - Holstein	1
Hamburg	3
Niedersachsen	6
Bremen	5
Nordrhein - Westfalen	10
Hessen	12
Rheinland - Pfalz	13
Bayern	16
Baden - Württemberg	14
Brandenburg	15
Berlin	4
Sachsen	9
Mecklenburg - Vorpommern	2
Sachsen - Anhalt	7
Thüringen	8
Saarland	11



Fix gelöst



Zahlensudoku 1 - Für Babys

5	3	9	8					7
1	8	2	3	7			6	9
6		7	9	5	2		1	3
	7		2	6	9	3	5	
9		3	5	8	1	7	2	
2		1	7	4		6		8
4	1	5		3	7	9	8	
	9		4	2			3	
3	2			9	5	4	7	6

Zahlensudoku 2 - Für Babys

7	3	9	4	2	6			1
6	8	4	5	1	9	7		3
2		5	7	8	3	9	4	6
1		3		6	2		7	
	2		1	4	5	3		
	4	6		7	8	2	1	5
	9	1		5		6		
5		8		3		1		7
	7	2	6	9	1	5	8	

Zahlensudoku 3 - Ich bin Gut!

	9	2	5			7	3	6
3	1		7	9		8	5	
5	7				6		1	9
9				3			2	7
	3		8		9	1	4	5
	4	5	1	2		9		3
7	2		6		8		9	1
8			9		3		7	2
1	5		2	7	4	3	6	

Zahlensudoku 4 - Ich bin Gut!

		6	9				8	7	
							2	6	3
	4	8			3				
6	7	5	2			9	4	1	
4	1	9	5	7		3		8	
8	3	2		4			7	6	
1	6		8	9		7		2	
9	8	7	3	1	2	6	5		
		3	7	6	4	8		9	

Zahlensudoku 5 - Superknubbel

	7	8	3			6	1	2
9		5	1	6	2		8	
6		2	7	4	8		5	
	8	9		7	5	1		4
2	5				1	7	3	
	6	1			4	2	9	
	4	6	9		3	5	7	
			4	1	7			
		7			6			9

Zahlensudoku 6 - Superknubbel

5	7			3		6	9	
	6	2	8	9	4			
		1			6		2	4
	3			4		2	6	9
6	5	9	1		2	4	7	
		7	3	6			5	
2			9		3	1	4	6
	4		6	1	5		8	2
		6				5	3	7

Fix gelöst

Zahlensudoku 1

5	3	9	8	1	6	2	4	7
1	8	2	3	7	4	5	6	9
6	4	7	9	5	2	8	1	3
8	7	4	2	6	9	3	5	1
9	6	3	5	8	1	7	2	4
2	5	1	7	4	3	6	9	8
4	1	5	6	3	7	9	8	2
7	9	6	4	2	8	1	3	5
3	2	8	1	9	5	4	7	6

Zahlensudoku 2

7	3	9	4	2	6	8	5	1
6	8	4	5	1	9	7	2	3
2	1	5	7	8	3	9	4	6
1	5	3	9	6	2	4	7	8
8	2	7	1	4	5	3	6	9
9	4	6	3	7	8	2	1	5
4	9	1	8	5	7	6	3	2
5	6	8	2	3	4	1	9	7
3	7	2	6	9	1	5	8	4

Zahlensudoku 3

4	9	2	5	8	1	7	3	6
3	1	6	7	9	2	8	5	4
5	7	8	3	4	6	2	1	9
9	8	1	4	3	5	6	2	7
2	3	7	8	6	9	1	4	5
6	4	5	1	2	7	9	8	3
7	2	3	6	5	8	4	9	1
8	6	4	9	1	3	5	7	2
1	5	9	2	7	4	3	6	8

Zahlensudoku 4

3	2	6	9	5	1	4	8	7
5	9	1	4	8	7	2	6	3
7	4	8	6	2	3	1	9	5
6	7	5	2	3	8	9	4	1
4	1	9	5	7	6	3	2	8
8	3	2	1	4	9	5	7	6
1	6	4	8	9	5	7	3	2
9	8	7	3	1	2	6	5	4
2	5	3	7	6	4	8	1	9

Zahlensudoku 5

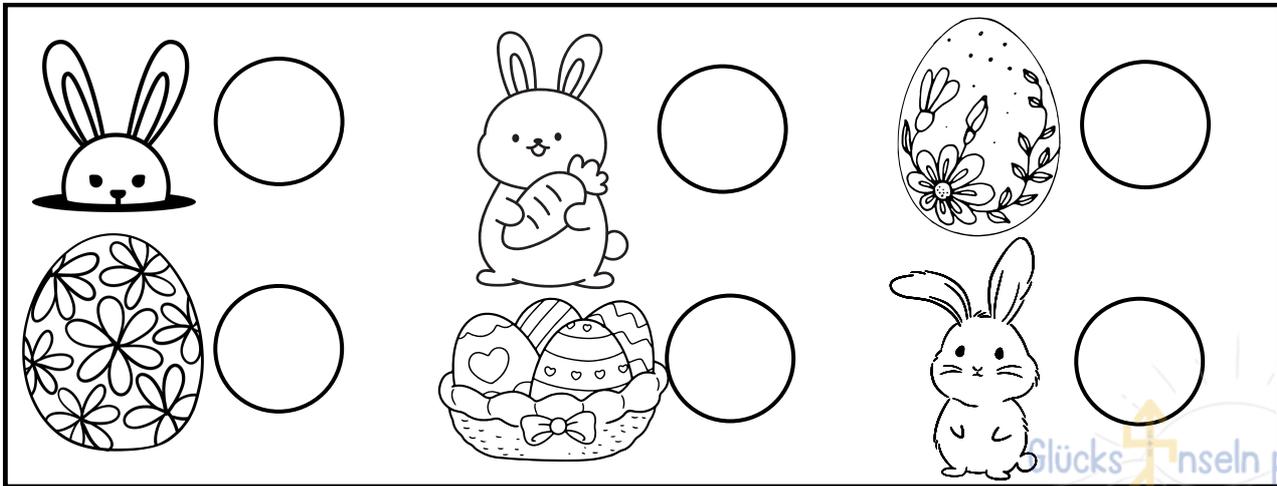
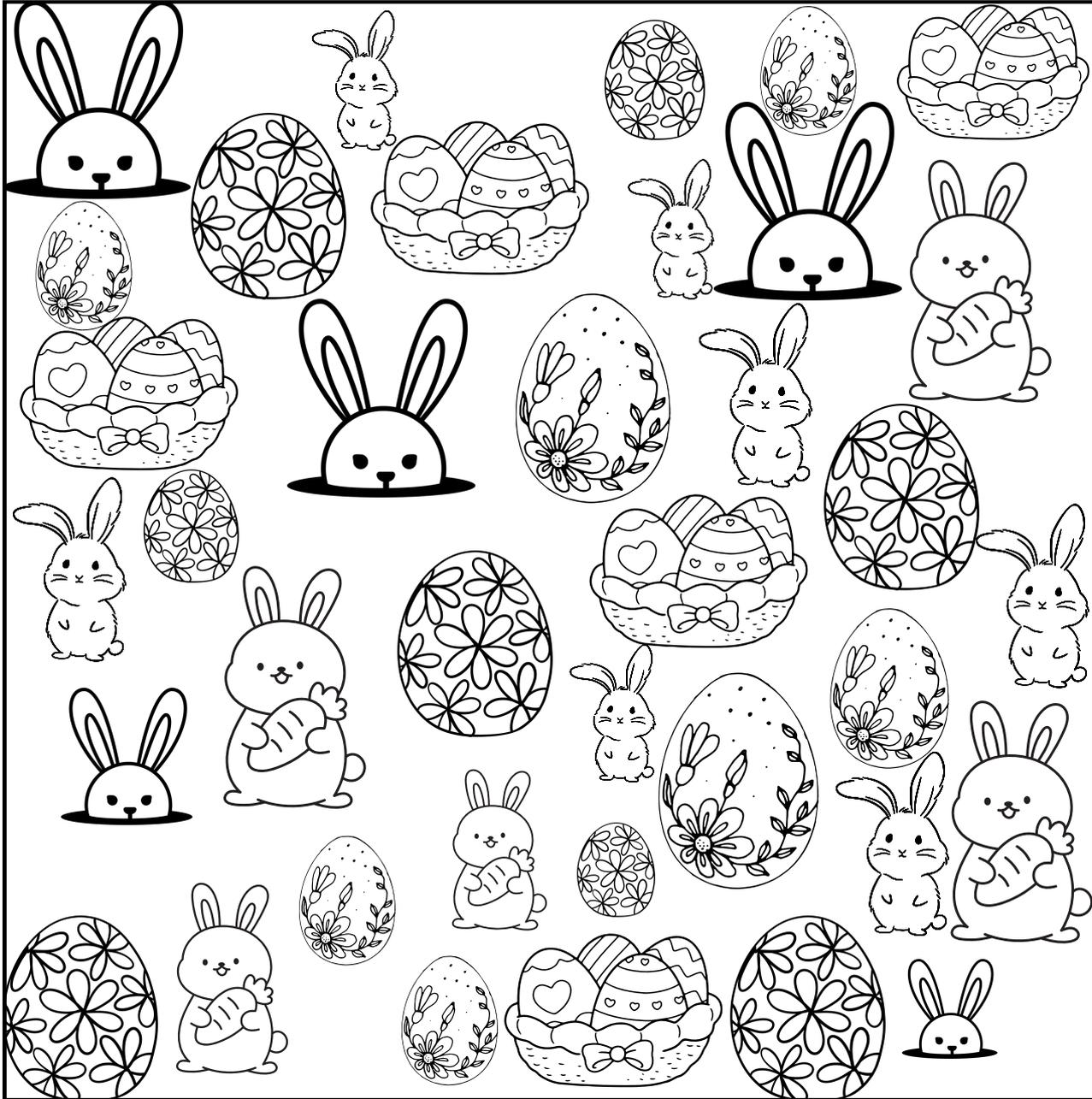
4	7	8	3	5	9	6	1	2
9	3	5	1	6	2	4	8	7
6	1	2	7	4	8	9	5	3
3	8	9	2	7	5	1	6	4
2	5	4	6	9	1	7	3	8
7	6	1	8	3	4	2	9	5
8	4	6	9	2	3	5	7	1
5	9	3	4	1	7	8	2	6
1	2	7	5	8	6	3	4	9

Zahlensudoku 6

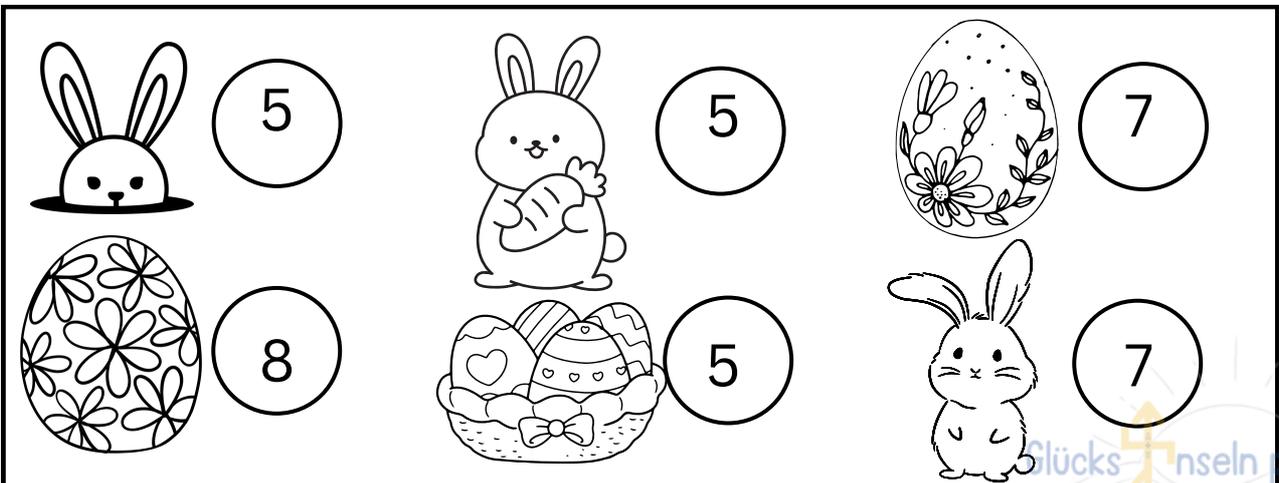
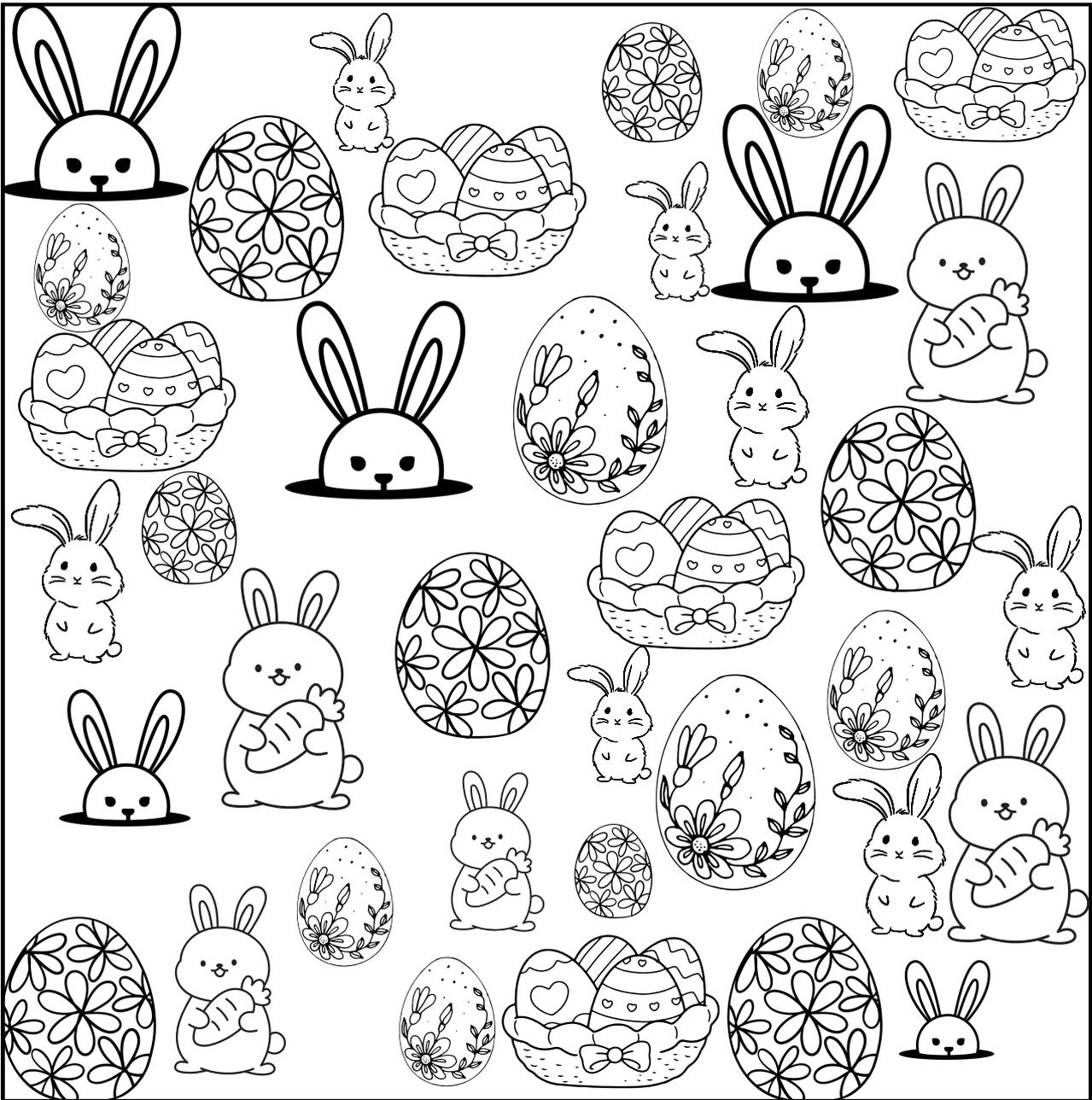
5	7	4	2	3	1	6	9	8
3	6	2	8	9	4	7	1	5
8	9	1	7	5	6	3	2	4
1	3	8	5	4	7	2	6	9
6	5	9	1	8	2	4	7	3
4	2	7	3	6	9	8	5	1
2	8	5	9	7	3	1	4	6
7	4	3	6	1	5	9	8	2
9	1	6	4	2	8	5	3	7



Wie viele siehst du?



Lösung



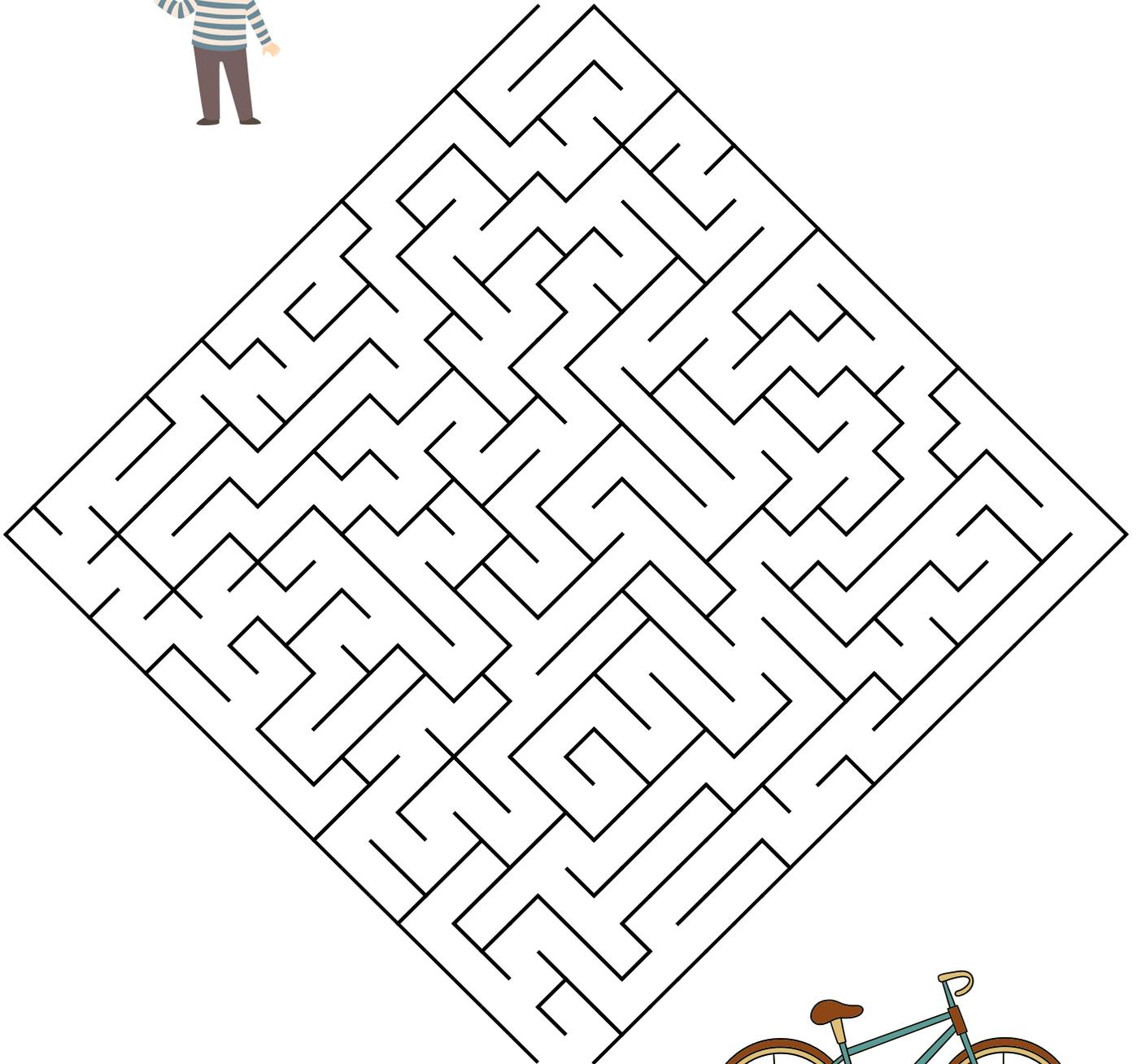
Es gibt 11 Unterschiede, hier die Lösung:



Jan hat sein Fahrrad stehen gelassen! Zeige ihm den Weg



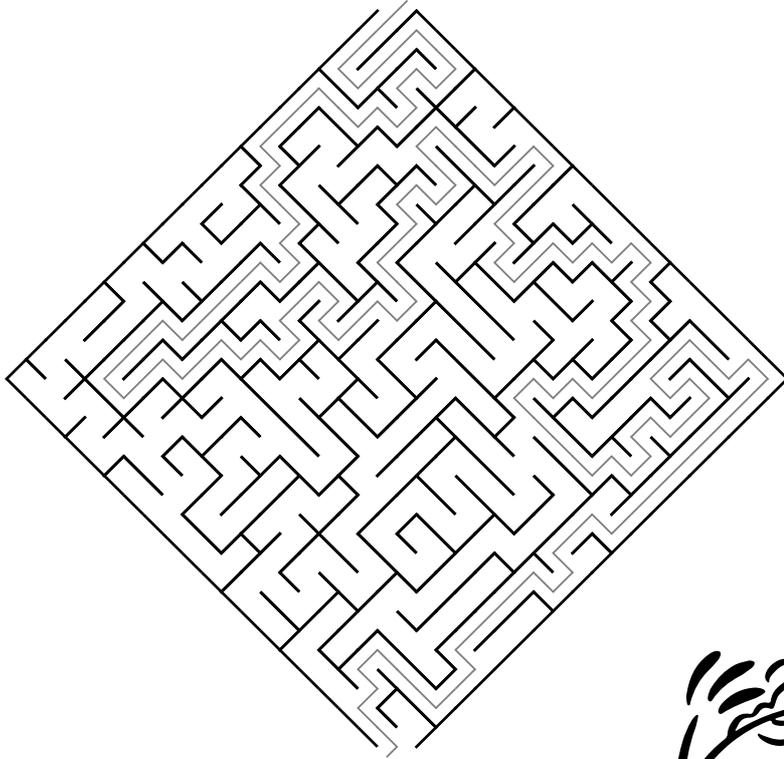
Los geht es!



Geschafft!



Jan hat sein Fahrrad





Nächste Ausgabe

Sommer
21. Juni 2024

Die nächsten Ausgaben:

Herbst
23. September 2024

Winter
21. Dezember 2024



Erstellt mit Canva Pro

Herausgeber:

Ute Düsterwald, Römerstraße 86, 52428 Jülich
redaktion@umadus.de
www.umadus.de

Jahrgang:

1 Heft 3

Erscheinungsweise:

4 x jährlich

Verlag:

Eigenverlag

Redakteurin:

Ute Düsterwald

Satz und Gestaltung:

Carina Mennicken

Leserzuschriften:

Die Redaktion behält sich die Auswahl und Kürzung vor.

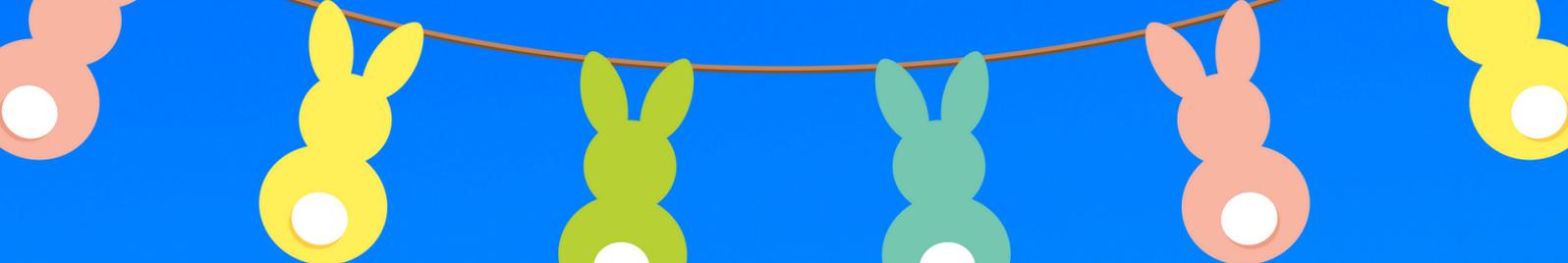
Nachdruck:

Nur mit Absprache der Herausgeberin ist der Nachdruck von einzelnen Artikeln oder Aufgaben erlaubt.

Ausgabe:

herunterladen kostenlos auf www.umadus.de





Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks und der Vervielfältigung des Werkes oder Teilen daraus, sind vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlags in irgendeiner Form (Fotokopie, Mikrofilm oder einem anderen Verfahren) sowie durch Bild, Fernsehen, Funk und Internet, Tonträger und Datenverarbeitungssystemen verbreitet werden. Auch nicht für Zwecke der Unterrichtsgestaltung dürfen Inhalte des Werkes reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutzgesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen. Trotz sorgfältigem Lektorat können sich Fehler einschleichen. Autorin und Verlag sind deshalb dankbar für diesbezügliche Hinweise.

Hinweise und Haftungsausschluss:

Die medizinischen Inhalte dienen der allgemeinen Information. Alle Inhalte beruhen auf intensiver Recherche oder persönlicher Erfahrung. Die Autorin übernimmt keinerlei Gewähr. Auch sollen Sie weiterhin zum Arzt gehen. Diese Inhalte können keinesfalls den persönlichen ärztlichen Rat und die medizinische Unterstützung ersetzen. Bei Notfällen ist sofortiges Handeln angesagt und ärztliche Hilfe anzufordern. Jede Leserin, jeder Leser ist für jede seiner Handlungen und seines Tuns selbstverantwortlich.

Ich benutze in der Regel nur die männliche Form. Darin sind alle Geschlechter (M/W/D) enthalten.

Verweisende Links zu anderen Seiten:

Jeglicher Haftungsanspruch, welche sich auf Inhalte und Schäden jeglicher Art beziehen, sind ausgeschlossen. Die Autorin und der Verlag schließen alle Haftungsansprüche, welche sich auf Schäden jeglicher Art beziehen, aus.

Unterstützung:

Wenn Sie inhaltliche Anregungen haben, freuen wir uns auf Ihre Mail.

Ebenso freuen wir uns über Ihre Unterstützung (Spende):

paypal.me/uteduesterwald

