

Ihr seid nicht allein. Habt einen langen Atem.

"Wie kommen wir möglichst gut durch diesen Winter?" wird immer wieder gefragt. Eine unterstützende Möglichkeit dazu wurde beim Wochenendeinkauf so sehr von der Sonne beschienen, dass ich nicht umhinkam, ein Foto zu machen.



(Foto: Christian Fischer)

Krautsalat ist oft eine wenig beachtete Beilage geworden. Der seit langem bekannte Vitaminreichtum und die Heilwirkung von Kohl sind heute nicht mehr so präsent. Kohl ist sowohl äußerlich als auch innerlich bei Entzündungen anwendbar. Wegen seines hohen Vitamin C - Gehaltes erlangte Sauerkraut Weltruhm. Auf Anraten des deutschen Naturforschers Georg Forster hatte der Weltumsegler Captain James Cook immer ausreichend Sauerkraut an Bord, was verhinderte, dass Matrosen an Skorbut (Vitamin C Mangelkrankheit) starben.

Schon die Griechen und die Römer kannten und nutzten Kohl. Nach der griechischen Mythologie ist Kohl aus den Schweißtropfen des Göttervaters Zeus entstanden. Ein Geschenk für die Menschen. Kohl verleiht einen langen Atem und den benötigen wir besonders in diesem Winter.

Nach dem Hinweis auf Nahrung für den Leib noch etwas Seelennahrung auf dem Weg durch den Winter.

Psalm 145, 13b - 17:

"Der Herr ist zuverlässig in allem, was er sagt. Und gütig in allem, was er tut. Der Herr stützt alle die fallen könnten. Und alle Gebeugten richtet er wieder auf. Mensch und Tier halten Ausschau nach dir. Du gibst Ihnen Nahrung zur richtigen Zeit. Du öffnest deine wohlthätige Hand. Und alles, was lebt, wird davon satt. Der Herr ist gerecht in allem, was er unternimmt. Und er ist gütig in allem, was er tut."

Seid behütet Tag und Nacht.

Liebe Segensgrüße

Christian Fischer

