

DIES & DAS

[DAS SCHNITTPUNKT:2012 MAGAZIN]

EL NIÑO

BOEING 747

Briefmarken mit
König Charles III.

Toblerone

verliert das Matterhorn

VOODOO-ZAUBER
AN DER KASSE

Fasten

Guz Savoy

Steirische

Osterjause

Ausgabe 02/2023

ANZEICHEN FÜR RÜCKKEHR VON „EL NIÑO“



Die Anzeichen für eine Wiederkehr des Wetterphänomens „El Niño“ mehren sich, wie die Weltwetterorganisation (WMO) am Mittwoch in Genf berichtet hat. Das Phänomen taucht alle paar Jahre auf und kann die globalen Temperaturen zusätzlich in die Höhe treiben.

Nach langfristigen Modellierungen für die Monate Juni bis August liegt die Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung eines „El Niño“ laut WMO bei 55 Prozent. Die Prognose unterliege aber noch großer Unsicherheit. Das Phänomen wird in Südamerika oft in der Weihnachtszeit deutlich. Im November hatte die WMO die Wahrscheinlichkeit noch mit 25 Prozent angegeben. Auch andere Experten gingen zuletzt von einem möglichen „El Niño“-Ereignis noch in diesem Jahr aus.

„El Niño“ und sein Gegenstück „La Niña“ begünstigen Extremwetter in verschiedenen Weltregionen. „El Niño“ umschreibt die Erwärmung des Oberflächenwassers im östlichen Pazifik und weltweit veränderte Luft- und Wasserströmungen. Es bringt meist starke Trockenheit in Australien, Teilen Afrikas und Südamerikas und heftige Niederschläge etwa an der amerikanischen Pazifikküste bis nach Kalifornien mit sich. „La Niña“ gilt als Kaltphase, in der die Strömung die Erwärmung über die Sonneneinstrahlung in tiefe Gewässer des Westpazifiks führt, wo sie gespeichert wird.

Wahrscheinlichkeit für baldiges Rekordjahr hoch

Erstmals seit rund 20 Jahren waren seit 2020 gleich drei „La Niña“-Jahre aufeinander gefolgt. Das sei nun vorbei, sagte WMO-Generalsekretär Petteri Taalas. „Die abkühlende Wirkung von La Niña bremste vorübergehend den globalen Temperaturanstieg, obwohl die vergangenen acht Jahre die wärmsten seit Beginn der Aufzeichnungen waren“, sagte er. „Wenn wir in eine ‚El Niño‘-Phase eintreten, dürfte das zu einem weiteren Anstieg der globalen Temperaturen führen.“

2016 war das Jahr mit der höchsten Durchschnittstemperatur seit der Industrialisierung. Sie lag etwa 1,3 Grad über dem vorindustriellen Niveau (1850 bis 1900). Es war nach Angaben der WMO von einem „El Niño“ geprägt. 2022 war das fünft- oder sechstwärmste Jahr. Die Unterschiede sind zu gering für eine Rangordnung. Die Wahrscheinlichkeit, dass eines der nächsten vier Jahre den Temperaturrekord bricht, liegt nach Angaben der WMO bei 93 Prozent.



Boeing übergibt letzten Jumbojet 747

Schluss nach mehr als 50 Jahren: Der US-Flugzeugkonzern Boeing hat seinen letzten Jumbojet vom Typ 747 an den Kunden Atlas Air übergeben.

Bei einer Zeremonie im Boeing-Werk in Everett bei Seattle feierte das Unternehmen gestern den Abschied des einst als „Königin der Lüfte“ gefeierten Flugzeugs. Vorstand Stan Deal sprach von einem „Flugzeug, das die Welt für immer veränderte“. Boeing hatte das Produktionsende aufgrund mangelnder Nachfrage bereits 2020 angekündigt.

Insgesamt stellte Boeing 1.574 Exemplare des Riesenjets her. Die Airlines ziehen inzwischen kleinere und sparsamere Maschinen mit zwei statt vier Triebwerken vor.
1969 bis 2023

Der einst größte Passagierjet der Welt hatte seinen Jungfernflug 1969 absolviert, rund ein Jahr später ging das erste Exemplar bei der damaligen US-Fluggesellschaft PanAm in den Liniendienst.

Mit der jüngsten Variante 747-8, die über ein längeres Oberdeck, neue Tragflächen sowie sparsamere Triebwerke verfügt und Platz für mehr als 600 Passagierinnen und Passagiere bietet, konnte Boeing aber nur noch bei wenigen Airlines punkten.

Inzwischen setzen die meisten Fluggesellschaften auf der Langstrecke auf nicht ganz so große Modelle wie die Boeing-Typen 787 „Dreamliner“ und 777 sowie den Airbus A350. Zuletzt wurde die 747 praktisch nur noch als Frachtversion produziert.

[<https://orf.at/stories/3303442/>]



Royal Mail zeigt Briefmarken mit König Charles III.

Die britische Royal Mail hat ihr Design für die neuen Briefmarken mit dem Antlitz von König Charles III. vorgestellt. Die neuen Marken sollen ab dem 4. April in den Verkauf gehen, wie die britische Post heute ankündigte.

Wie bereits Queen Elizabeth II. ist der Monarch darauf scherenschnittartig im Profil zu sehen. Anders als seine Mutter trägt Charles darauf jedoch keine Krone.

Allerdings dürften viele Kundinnen und Kunden auch nach Anfang April in Postfilialen noch weiterhin Briefmarken mit dem Antlitz der im September gestorbenen Queen verkauft bekommen. „Der König hat sehr klare Anweisungen gegeben, dass er nicht möchte, dass Dinge geschreddert und Bestände weggeworfen werden“, so David Gold von der Royal Mail. „Er sagte ganz klar, dass es keine Eile gibt, egal wie lange es braucht, um die Bestände aufzubrechen.“ Das stehe im Einklang mit Charles' Überzeugungen als Umweltschützer.

Beim Design entschied sich der König für Kontinuität. Seit „Penny Black“ – der ersten Briefmarke weltweit im Jahr 1840 mit Queen Victoria – waren die Monarchinnen und Monarchen auf den britischen Briefmarken immer von links im Profil zu sehen.

[<https://orf.at/stories/3304402/>]

Osterjause Steirische

Dazu braucht:

Laib Osterbrot
Geselchter Schinken
hartgekochte Eier
frische Krenwurzeln
Osterkrauter, Selchwurstel
frisches Frühlingsgemüse
Osterpinzen

Für die Osterjause wird süßliches Weißbrot mit Selchschinken, frisch geriebenen Kren und hartgekochten Eiern belegt. Ein Hochgenuss auf den sich die Steirer jedes Jahr freuen.

Den Osterschinken am Besten mit einer Schneidemaschine dünn aufschneiden und auf einer Aufschnittplatte oder einem großen Holzteller auflegen.

Die hartgekochten, idealerweise aus Biohaltung stammenden Eier in Spalten schneiden und dazulegen. Die steirische Krenwurzel schälen, frisch reiben und zur Osterjause reichen.

Das Osterbrot in nicht zu dünne Scheiben schneiden und im Brotkörbchen servieren. Nach Belieben Osterkrauter und Selchwurstel aufschneiden und frisches Frühlingsgemüse wie Radieschen mitanrichten.

Für ein fertig belegtes Osterbrot das Weibrot mit dem Osterschinken belegen, die Eier draufgeben und zum Schluss mit frisch geriebenen Kren bestreuen.



Toblerone verliert das Matterhorn

Wenn es um typische Produkte aus der Schweiz geht, ist die 1908 von Theodor Tobler und Emil Baumann erfundene Toblerone-Schokolade meist nicht fern. Ausgerechnet Toblerone verliert heutigen Schweizer Medienberichten zufolge nun ihren „Swiss made“-Status – und darf in direkter Folge auch nicht mehr mit dem wohl berühmtesten Schweizer Berg, dem Matterhorn, auf seiner Verpackung werben.

Hintergrund ist die vom US-Konzern und Toblerone-Eigner Mondelez ab Juli teilweise von Bern in die Slowakei verlagerte Produktion. Damit entspricht Toblerone nicht mehr den strengen „Swissness“-Kriterien des Schweizer Instituts für Geistiges Eigentum. Werden diese nicht erfüllt, sind Nationalsymbole wie das Schweizerkreuz, aber auch das Matterhorn tabu, so das Schweizer Nachrichtenportal Nau, demzufolge es in direkter Folge für Toblerone nun heißt: „Fertig Schweiz, fertig Swissness, fertig Matterhorn“.

Anstatt „Made in Switzerland“ werde Toblerone künftig als „Established in Switzerland“ verkauft, wie Zeitungen von CH Media berichteten. Diese verweisen zudem auf eine Mondelez-Aussendung, wonach das seit den 1970ern verwendete Matterhorn auf der Verpackung nun durch „ein modernisiertes und gestrafftes Berglogo, das mit der geometrischen und dreieckigen Ästhetik übereinstimmt“ ersetzt werde.

Das Institut für Geistiges Eigentum muss dieses allerdings noch absegnen, berichtete dazu das Nachrichtenportal 20min. Der genannte Hintergrund: Auch eine zu große Ähnlichkeit mit dem Matterhorn sei verboten. Das 2017 in Kraft getretene „Swissness“-Gesetz regelt, was als schweizerisch bezeichnet und verkauft werden darf. Unter anderem müssen etwa 80 Prozent der Rohstoffe aus der Schweiz kommen, bei Milch und Milchprodukten sind es sogar 100 Prozent. Auch wesentliche Arbeitsschritte müssen in der Schweiz erfolgen. Es gibt aber auch Ausnahmen wie etwa für Produkte, die in der Schweiz nicht vorkommen, wie etwa Kakao.

Die Ostergeschichte

Die Ostergeschichte für Kids! - Ein Bilderbuch für Kinder ab 4 Jahren - Die biblische Ostergeschichte behutsam, kindgerecht und leicht verständlich nacherzählt. Vom Einzug Jesu in Jerusalem, über das letzte Abendmahl und die Kreuzigung bis hin zur Auferstehung und Himmelfahrt.

Warum feiern wir eigentlich Ostern? So wird die biblische Geschichte leicht verständlich und einfühlsam schon für Kinder nacherzählt.



<https://amzn.to/3Liz5O6>

Ostereier aus Olivenholz

Hochwertige, klassische Deko Ostereier aus echtem Olivenholz im 5er-Set zu 100% in Handarbeit hergestellt in unserer Partnermanufaktur in Bethlehem.



<https://amzn.to/4013Nj5>

Zotter "Süße Ostern"

Zotter Osterschokolade - Dunkle Schokolade mit Amarenakirschcreme - Bio - Fairtrade - Alkoholfrei - Glutenfrei



<https://amzn.to/3i5LJWi>

Ostereier

Natürliche Dekoeier für Ihre Osterdekoration - Wachteleier 60 Stück



<https://amzn.to/3lakLwB>

VOODOO-ZAUBER AN DER KASSE

Geschichten zum Schmunzeln – Mein Krisen-Alternativ-Programm ... von Boris Reitschuster

Selbst ein einfacher Einkauf kann auf Kuba zum Abenteuer werden – und an eine strenge Zollkontrolle erinnern. Von B. Reitschuster, Havanna.

Habe ich etwas falsch gemacht? Sorgfältig und streng studiert die KassiererIn mit der Hakennase und der weißen Jacke, die in jeder südamerikanischen Seifenoper die strenge Oberschwester spielen könnte, das Rum-Fläschlein im Miniatur-Format, das ich auf ihren Tresen gelegt habe. Wird sie mir gleich sagen, dass derart Hochprozentiges nicht gut für mich ist? Schließlich hat sich ein sozialistischer Staat wie Kuba fürsorglich um seine Bürger zu kümmern.

Zauber aus der Flasche

So akkurat, als habe sie es mit einem rohen Ei zu tun, fixiert sie das Fläschlein, das einen halben Dollar kostet, zwischen Daumen und Zeigefinger, und dreht es hin und her. Verwechselt sie es mit einer Zigarre? Oder handelt es sich um eine kubanische Abwandlung des Voodoo-Zaubers? Will sie am Ende gar einen kleinen Flaschengeist zum Leben erwecken? Sie kämpft um Durchblick, indem sie ihre gewaltige schwarze Brille, die so dick ist wie eine Lupe, im Gesicht hin und her schiebt, und greift zum Stift.

Keimfreies Paradies

Es sind Momente wie diese, die für Fremde den Reiz Kubas ausmachen – einem zuweilen aber auch die Nerven gewaltig reizen: Immer wieder fühlt man sich auch in reifen Jahren wie ein kleines Kind – weil man einfach nicht versteht, was da um einen herum vor sich geht. Wie hier beim Bezahlen im Duty-Free-Shop. In Varadero, Kubas

bestem Stück: Feinster Strand mit Bettenburgen und Devisen-Läden, für Auslands-Touristen im Stundentakt herausgeputzt und keimfrei.

Von den Camel-Stangen über die Gummibärchen, die auch deutsche Kinder froh machen bis hin zu Duftwässerchen, die einem aus heimischen Hochglanzjournalen bekannt vorkommen: Man könnte in dem Laden glauben, man sei in Berlin, Paris oder Moskau.

'Pasaporte' für den Einkauf

Fast. Denn die Oberschwester an der Kasse studiert noch immer mein Rum-Fläschchen und macht sich angeregt Notizen. Mein Gott, es sind doch nur 40 Millimeter Rum, will ich mich schon rechtfertigen, wobei ich die Berufung auf den Allmächtigen hier auf Kuba im real existierenden Sozialismus wohl außen vor lassen sollte. Doch die KassiererIn mit der etwas angejahrten Dauerwelle kommt mir zuvor. „Pasaporte“, fährt sie mich so streng an wie ein deutscher Straßenbahn-Kontrollleur, der auf einen Schwarzfahrer gestoßen ist.

Staatseigene Alkoholiker-Liste?

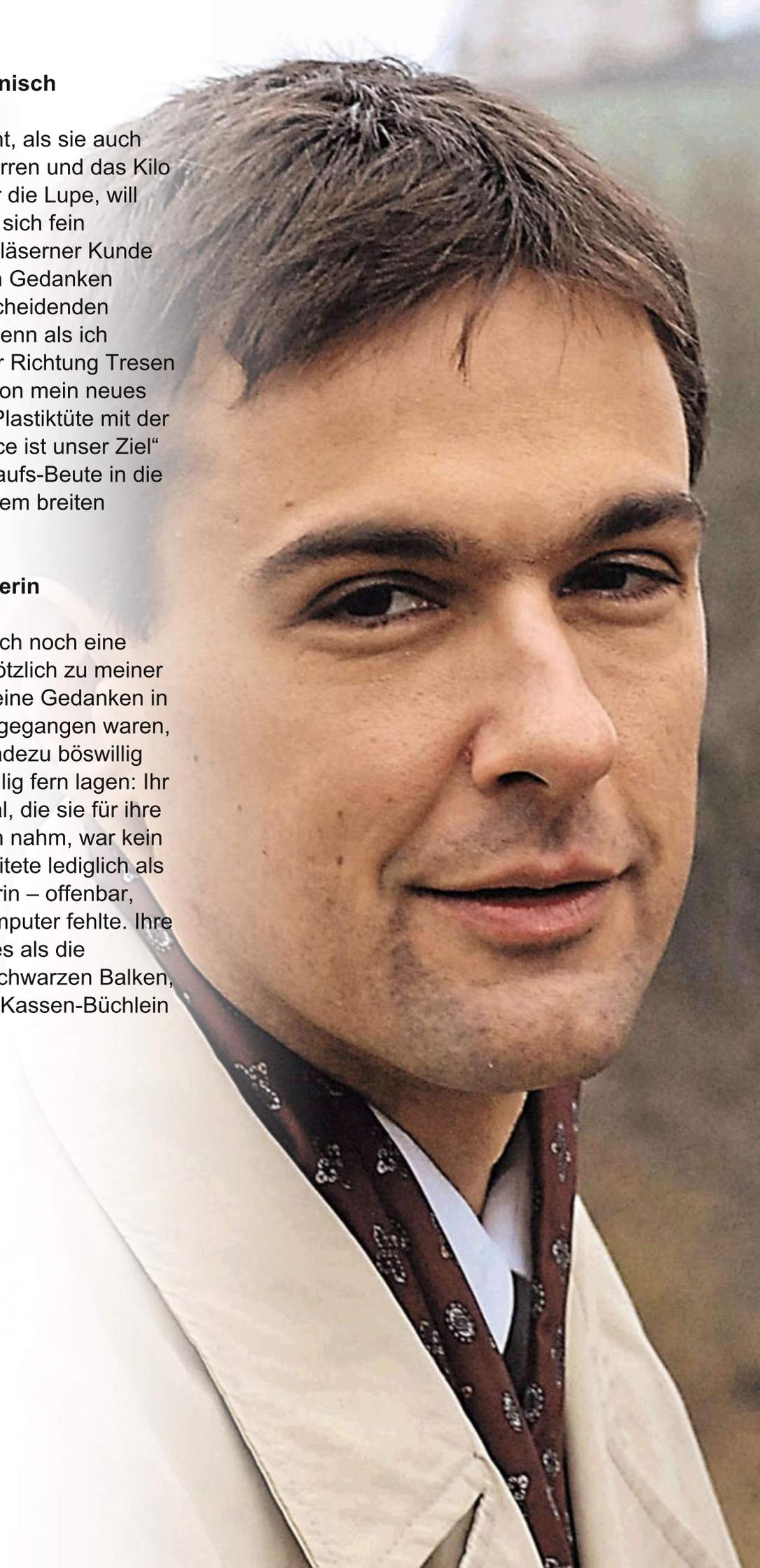
Wieder schreibt sie. Wie habe ich nur ihren Verdacht erweckt? Kommen jetzt gleich Uniformierte mit Handschellen? Werde ich in die staatseigene Alkoholiker-Liste eingetragen? Oder, im Gegenteil, gilt es als Beleidigung der kulturellen Bräuche Kubas, Nationalheiligtümer wie Rum in so winzigen, fast schon homöopathischen Mengen zu erwerben? Stand die Flasche unter Artenschutz? Habe ich mich verirrt und bin ich nicht beim Einkaufen, sondern bei der Zollkontrolle?

Gläserner Kunde auf kubanisch

Ich traue meinen Augen nicht, als sie auch die Gummibärchen, die Zigarren und das Kilo Kuba-Zucker sorgfältig unter die Lupe, will sagen ihre Brille, nimmt und sich fein säuberlich Notizen macht. Gläserner Kunde auf kubanisch? Die dummen Gedanken müssen mich für einen entscheidenden Moment abgelenkt haben. Denn als ich verdutzt meinen Blick wieder Richtung Tresen hebe, hat die arme Frau schon mein neues Hab und Gut in eine weiße Plastiktüte mit der Aufschrift „Exzellenter Service ist unser Ziel“ gepackt, drückt mir die Einkaufs-Beute in die Hand und winkt mich mit einem breiten Lächeln durch.

Lebendige Strichcode-Leserin

In meiner Neugierde bleibe ich noch eine Weile stehen – und muss plötzlich zu meiner Schande erkennen, dass meine Gedanken in eine völlig falsche Richtung gegangen waren, und ich der armen Frau geradezu böswillig Dinge unterstellte, die ihr völlig fern lagen: Ihr besonderer Einsatz, die Qual, die sie für ihre kurzsichtigen Augen auf sich nahm, war kein Spionage-Einsatz – sie arbeitete lediglich als lebendige Strich-Code Leserin – offenbar, weil ein entsprechender Computer fehlte. Ihre Notizen waren nichts anderes als die Zahlenkolonnen unter den schwarzen Balken, die sie fein säuberlich in ein Kassen-Büchlein übertrug.



Band Russkaja löst sich auf: Satire „jetzt nur noch tragisch“

Die Band Russkaja löst sich auf. „Der wütende Krieg in der Ukraine, den Russland am 24. Februar 2022 begonnen hat, macht es uns unmöglich, mit einem Image & Style weiterzumachen, die sich auf satirische Art und Weise der Soviet-Thematik und Sprache bedienen“, hieß es gestern auf ihrer Facebook-Seite. Die 2005 gegründete Gruppe rund um den in Moskau geborenen Sänger Georgij Makazaria hatte durch Auftritte in der ORF-Sendung „Willkommen Österreich“ breite Bekanntheit erlangt.

Es sei „der traurigste Tag der Bandgeschichte“, hieß es, doch was vor dem russischen Angriff auf die Ukraine „noch lustige Satire in der Musik war, ist jetzt nur noch tragisch mit einem sehr bitteren Beigeschmack, und die Bandmitglieder können nicht mehr auf die Bühne gehen, ohne diese Tragik in jeder Note und jedem Wort zu spüren. Jede Textzeile hat mittlerweile eine völlig andere Bedeutung bekommen, und niemand in dieser Band will etwas repräsentieren, das in Zeiten wie diesen ausschließlich mit Krieg, Tod, Verbrechen und Blutvergießen assoziiert wird.“

„Shitstorms“ und „Hasskommentare“

Die Band sei „auch ein Ziel im Internet geworden, jeden Tag Shitstorms und mit jedem Single-Release eine Flut von Hasskommentaren. Textzeilen werden falsch interpretiert und als prorussisch dargestellt. Die Band wird als russische Terroristen hingestellt, obwohl wir das genaue Gegenteil davon sind und mit unserer multikulturellen Herkunft mit Mitgliedern aus Ukraine, Italien, Deutschland & Österreich maximal für Frieden, Diversität & Zusammenhalt stehen.“

Die eben erst veröffentlichte Platte „Turbo Polka Party“ sei ein Abschiedsgeschenk. Daten einer bis in den April reichenden ausgedehnten Tour durch Österreich, Deutschland, Schweiz, Großbritannien, Frankreich mit Auftritten auch in Haarlem, Budapest, Warschau und Ljubljana waren heute Vormittag auf der Website der Band noch abrufbar. Auf Facebook postet die Band allerdings, „dass wir uns mittlerweile auch um die Sicherheit unserer Crew und aller anderen Beteiligten sorgen und wir wollen nicht riskieren, dass etwas Schlimmes & Gewalttätiges passiert, während wir auf Tour sind und Shows spielen“.

Band bleibt Teil von „Willkommen Österreich“

„Ihrer TV Heimat ‚Willkommen Österreich‘ bleibt die Band als Show Band natürlich erhalten“, hieß es auf der Website der Sendung, in der Russkaja seit mehr als 15 Jahren auftritt. „Unter welchem Namen und in welchem musikalischen Rahmen ist noch offen, da die Entscheidung über das unumgängliche Aus und die Enttäuschung darüber noch zu frisch sind.“



Spitzkoch Guy Savoy verlor dritten Michelin-Stern



Einer der berühmtesten französischen Spitzköche, Guy Savoy, hat seinen dritten Stern verloren. Die Entscheidung sei nach „zahlreichen Besuchen unserer Inspektorinnen und Inspektoren über das Jahr hinweg“ gefallen, sagte Gwendal Poullennec, Chef des Michelin-Restaurantführers, gestern Abend. Savoy war nicht nur seit 2002 ununterbrochen mit drei Sternen ausgezeichnet gewesen, sondern auch sechsmal in Folge von „La Liste“ zum besten Koch der Welt gekürt worden.

„Bisher hatte ich nur die besten Momente in meiner Laufbahn. (...) Wir haben in diesem Jahr das Spiel verloren, aber im nächsten Jahr gewinnen wir wieder“, sagte Savoy. Neben dem Restaurant Guy Savoy am Pariser Seine-Ufer verlor auch das Restaurant von Christopher Coutanceau in La Rochelle seinen dritten Stern. Es ist das erste Mal seit 2020, dass Michelin Dreisternrestaurants degradiert hat.

Der Gründer von „La Liste“ zeigte sich überrascht. „Weder Kommentare der Gäste noch Restaurantkritiken haben darauf hingewiesen, dass die Qualität des Restaurants Guy Savoy sich verschlechtert habe“, sagte Philippe Faure.

Viele Verluste im neuen Führer

In der Welt der Spitzgastronomie ist das ein Donnerschlag. Vor zwei Jahrzehnten hatte der Dreisternkoch Bernard Loiseau Suizid begangen, als es Gerüchte gab, dass er seinen dritten Stern hätte verlieren können. Der Spitzkoch Marc Veyrat hatte 2019 vergeblich vor Gericht verlangt, die Gründe für die Aberkennung seines dritten Sterns zu erfahren.

Michelin stellt in der kommenden Woche in Straßburg seine neue Ausgabe des Restaurantführers vor. Gleich 20 Köchinnen und Köche, die in der vergangenen Ausgabe noch einen Stern hatten, werden ihn dieses Jahr verlieren. Die Bewertung im Michelin-Führer stützt sich auf Inkognitobesuche seiner Inspektoren.



Steirer baut wertvollste Geige der Welt

Selten – seltener – Osmium: Der Geigenbauer Edgar Russ widmet sich mit der Verarbeitung des seltenen Edelmetalls einem einzigartigen Projekt. Er fertigt mit 548 kristallinen Osmiumteilchen und 282 Edelsteinen die wertvollste neue Violine der Welt.

„Viele schlaflose Nächte“ habe dem erfahrenen Geigenbauer dieses Projekt gekostet. Schon eine „normale“ Geige zu bauen, sei eine Herausforderung – mit Osmium und Edelsteinen als Intarsien werde es noch um einiges heikler. Jedes einzelne Osmiumteilchen wurde eigens vom Osmium-Institut zur Inverkehrbringung und Zertifizierung zugeschnitten und mit einem QR-Code versehen.

„Wird eigenen Klang haben“

Auf den Klang der 35,4 Zentimeter großen Violine werden sich die dekorativen Elemente jedenfalls auswirken: „Was sein wird, ist, dass das Instrument einen eigenen Klang haben wird“, so Russ. Wie viele Stunden er daran gearbeitet habe, könne er so nicht sagen, „Tausende Stunden“ seien aber übertrieben. Aktuell werden die Einzelteile der Geige noch lackiert, ehe Edelsteine und Osmium verbaut und Bauteile zusammengefügt werden. Fertiggestellt soll die Violine voraussichtlich mit Ende Februar sein.

Neu entwickelte Geigenform

Für das Instrument entwickelte der in Cremona lebende Steirer ein eigenes Geigenmodell mit dem Akronym „EROS“ („Edgar Russ Osmium“). Diese neu entwickelte Geigenform – seine bisherigen Bauten basierten immer auf den Werken bekannter Geigenbauer wie Stradivari oder Guarneri – verspricht ein „extrem ausgewogenes, aber charaktervolles italienisches Klangbild“, das rauer und kräftiger sei. Ein besonderes Merkmal des Modells seien die langen C-Bügel, wodurch der obere Teil des Korpus verkleinert wird. Gleichzeitig wurden die unteren Ecken leicht nach unten versetzt, wodurch die Spielbarkeit erhöht werden soll. Vorab baute Russ zwei Prototypen, um den Klang zu testen.



Perfektion ist „superlangweilig“

Abgesehen von Osmium, Brillanten, Rubinen, Saphiren und Tsavoriten wurden herkömmliche Materialien für den Geigenbau verwendet: Die Decke besteht aus Fichtenholz, bei Boden, Zargen und Hals mit Schnecke entschied sich der Geigenbauer für Ahorn; das Griffbrett wurde aus Ebenholz gefertigt. Beim Bau an sich legte Russ Wert auf eine gewisse „Imperfektion“: Es sei „superlangweilig“, „wenn eine Geige perfekter als perfekt ist“, weshalb er beispielsweise die Verzierungen am Rand ohne Vorlage mit bloßem Auge geschnitten habe.

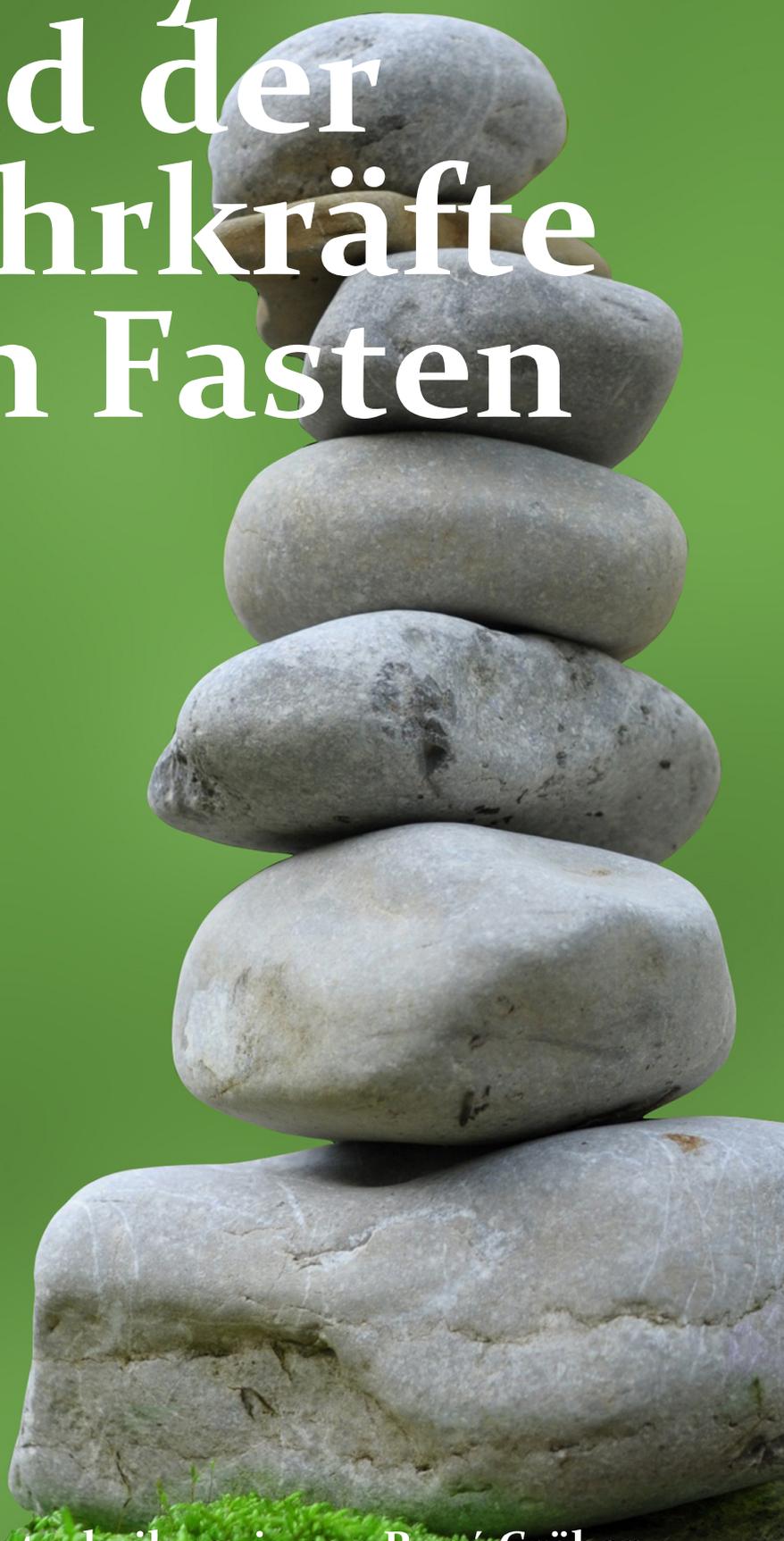
Ein derartiges Projekt würde er jederzeit wieder realisieren: „Geigenbau ist kein Beruf, den man macht, um in Pension zu gehen“, betonte Russ. Auch sonst trifft der 57-Jährige den Puls der Zeit: Auf seinem Youtube-Kanal mit rund 16.000 Abos gibt er Einblicke in seine Arbeit – seine beliebtesten Videos haben sechstellige Aufrufe.

Zustande gekommen sei das Projekt, als sich der ehemalige Schulkollege Karl Großschädl 2020 mit der Idee der Realisation einer Osmium-Violine bei Russ meldete: „Es war eine Herausforderung, die ich sofort interessant fand“, sagte dieser. Bereits 2011 hatte der Geigenbauer die teuerste neue Violine der Welt für den Sultan vom Oman gefertigt – bis zu dessen Tod 2020 war er aber an eine Verschwiegenheitserklärung gebunden. Gemeinsam mit Kurt Assam, dem Gründer von Osmium-Art und Freund von Großschädl, entwickelten die drei Österreicher das Kooperationsprojekt.

Noch kein Käufer

Noch hat die Violine weder einen Käufer noch einen offiziellen Ausrufpreis – dieser soll aber laut Assam mehrere Millionen Euro betragen, unter anderem weil Osmium um ein Vielfaches teurer als Gold sei. Interessenten für das Streichinstrument gebe es bereits aus dem asiatischen Raum. Nach der Präsentation der Geige, die voraussichtlich in Vaduz stattfinden soll, ist eine Promotiontour geplant – Städte wie Wien und Abu Dhabi seien bereits im Gespräch, so Assam.

Stärkung des Immunsystems und der Abwehrkräfte durch Fasten



Erfahrungen aus der Naturheilpraxis von René Gräber

Fasten wirkt positiv auf den Verlauf von Infektionskrankheiten. Die Meinung, dass Heilfasten unter anderem den Verlauf von Infektionskrankheiten positiv beeinflusst, wurde von verschiedenen Fastenärzten bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts vertreten.

Fasten regeneriert das Immunsystem

Dass Fasten einen regenerierenden Effekt auf die Zellen des Immunsystems ausübt, haben Valter D. Longo und sein Team von der University of Southern California (USC) herausgefunden. Publiziert wurden diese Ergebnisse im Juni 2014 in der Zeitschrift Cell Stem Cell. Dr. Longo, der Direktor des Instituts für Langlebigkeit an der USC, erklärt diesen Zusammenhang damit, dass der Körper während des Fastens versucht, Energie zu sparen. Dies tut er unter anderem, indem er Immunzellen, die gerade nicht benötigt werden oder sogar beschädigt sein könnten, "recyclet". Das ist übrigens genau das, was ich schon seit Jahren vermutet habe (wenn ich dies hier mal anmerken darf).

Das Forscherteam um Dr. Longo fand heraus, dass sowohl beim Menschen als auch bei Tieren sich die Anzahl der weißen Blutkörperchen verringert, je länger dem Körper kaum oder keine Nahrung zugeführt wird. Wenn man dann wieder zu essen beginnt, lässt sich eine Vermehrung der weißen Blutkörperchen beobachten. Das Team um Dr. Longo führt dieses Phänomen darauf zurück, dass durch das Reduzieren der Immunzellen während des Fastens die Stammzellen vermehrt dazu angeregt werden neue Zellen zu bilden. Hungert man, so fährt der Körper die Produktion des Enzyms PKA zurück: Sinkt dessen Spiegel, erhöht sich die Lebensdauer einfacher Organismen, wie frühere Forschungen der Wissenschaftler der USC gezeigt haben. Bildet der Körper weniger PKA, so stellt dies für die Stammzellen das Signal dar, in den regenerativen Modus zu schalten.

Aufgrund dieser Erkenntnisse betont Dr. Longo, dass Fasten dem Körper eine gute Möglichkeit bietet, sich von "Altlasten" zu befreien. Insbesondere nach einer Chemotherapie oder um den Körper während des Alterungsprozesses zu entlasten, kann eine Fastenkur dem Immunsystem frischen Schwung verleihen. Dr. Longo fügt außerdem hinzu, dass sein Team untersuchen möchte, ob diese Effekte nur das Immunsystem betreffen oder sich auch an anderen Organen feststellen lassen.

Der Einfluss des Fastens auf das Immunsystem

Um die Sache mit dem Immunsystem noch etwas weiter zu differenzieren, lassen Sie mich im Folgenden noch ein paar Dinge sagen.

Drei Faktoren beeinflussen das immunologische Gleichgewicht des Menschen:

- 1) Spezialisierte Zellen, wie Lymphozyten und Makrophagen, müssen normal funktionieren.
- 2) Die Quantität der von außen kommenden Antigene und die Dauer und Intensität ihrer Einwirkung spielen eine Rolle, aber auch die Durchlässigkeit der Haut, der Schleimhaut und der Zellmembranen. Von besonderer Bedeutung ist dabei die sogenannte Darmschranke.
- 3) Das System der Prostaglandine, das sind Gewebshormone, muss intakt sein.

Leider sind die wenigen Studien über die direkten Auswirkungen des Fastens auf das Immunsystem, bedingt durch inhomogene Patientengruppen und ungleiche Bedingungen sowie durch unterschiedliche Untersuchungsmethoden bei ungleicher Fastendauer und die Vermischung unterschiedlicher Fastenarten, wenig aussagekräftig. Vielleicht ist Ihnen dieses Phänomen bei der Studie von Dr. Longo (die ich oben angeführt habe) ja bereits aufgefallen.

Aber woher sollen intensive Studien zu dem Thema auch kommen? Das Interesse die Zusammenhänge intensiver zu erforschen sind soch relativ gering. Denn: Wem dienen denn die Ergebnisse? Sicher nicht der Pharmaindustrie, denn aus den Erkenntnisse lässt sich kein Medikament entwickeln.

Dennoch ergibt sich aus der bisherigen Datenlage und den Erfahrungen, dass folgende Fastenwirkungen nach meiner Erfahrung mit großer Wahrscheinlichkeit für das Immunsystem relevant sind:

Durch die Entlastung des Magen-Darm-Traktes wird die Schleimhaut und besonders die Darmschranke aktiviert. Immerhin umfasst der Verdauungstrakt circa 80 Prozent des menschlichen Immunsystems (was nur wenige Patienten überhaupt wissen).

Während längerer Fastenzeiten kommt es zum Eiweißabbau. Dies könnte bei entzündlichen Krankheiten oder allergischen und autoimmunen Erkrankungen von Nutzen sein. Wendt und Heine sprechen von einem Abbau pathologischer Eiweißspeicher und damit einer Verbesserung des immunologischen Gleichgewichts.

Auch die durch das Fasten erreichte Gewichtsreduzierung und die Entwässerung tragen vermutlich zu einer Stärkung des Immunsystems bei.

Nachgewiesen ist eine Veränderung des Hormonhaushaltes während einer Fastenzeit. Welche Auswirkungen dies auf das Immunsystem hat, ist noch nicht vollständig geklärt. Vermutet wird ein Zusammenhang zwischen der Erhöhung der Kortisonproduktion und der Verbesserung der Symptome bei der rheumatischen Arthritis.

Auch psychische und seelische Veränderungen als Resultat des Fastens können sich möglicherweise positiv auf das Immunsystem auswirken.

Fasten bei verschiedenen Abwehrlagen

Nach C. Kousmine gibt es fünf Kategorien der "Abwehrlage" (dem aktuellen Zustand der Immunabwehr):

- > die schwache, mangelhafte Abwehrlage, zum Beispiel vor, bei und nach Infekten
- > die überschwängliche Abwehrlage bei Allergien oder Rheuma
- > die verwirrte Abwehrlage bei Autoimmunkrankheiten
- > die verlorene Immunitätsabwehr, zum Beispiel bei AIDS
- > die paradoxe Abwehrlage bei Tumoren

Bei einer schwachen Abwehrlage sollte individuell über den Fastenzeitraum und die Art des Fastens entschieden werden.

Die überschwängliche Abwehrlage ist eine Indikation für das Fasten, besonders für die nicht-eiweiß-modifizierten Formen wie das Buchinger-Fasten.

Die verwirrte Abwehrlage fordert das Fasten ohne Eiweißzufuhr. Wie bei den vorhergegangenen Formen ist auch hier das individuelle Befinden zu beachten.

Bei verlorener Immunität sollte auf andere Therapieformen ausgewichen werden.

Bei der paradoxen Abwehrlage gibt es geteilte Meinungen. Sehr kurze Fastenzeiten von drei bis sieben Tagen und eine Reinigung des Darmes sind nach meiner Erfahrung hilfreich.

Modifikation des Fastens

Es gibt einige Möglichkeiten die Wirkung des Fastens auf das Immunsystem durch verschiedene Abwandlungen noch zu verbessern.

Die Zufuhr von Eiweiß ist bei langen Fastenzeiten zu überlegen. Dabei muss nicht notwendigerweise auf "synthetische Produkte" zurückgegriffen werden, zum Beispiel kann auch Buttermilch eingesetzt werden.

Die Zugabe von Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen in Form von Obstsäften, Gemüsebrühen oder auch pharmazeutischen Mikronährstoffen könnte erforderlich sein.

Essentielle Fettsäuren sind entscheidend für die effiziente Arbeit der Darmschranke.

Die Ausscheidungsorgane wie Darm, Leber, Nieren, Lunge und Haut sollten während der Fastenperiode stimuliert werden.

Auch die negative Wirkung psychischer Störungen auf das Immunsystem muss bedacht werden. Solche Störungen sollten deshalb ebenfalls therapiert werden, um den Erfolg des Heilfastens zu sichern.

René Gräber



RUSSKAJA Turbo Polka Party

Das Musik, Politik und freie Meinungsfreiheit nicht unbedingt Hand gehen durften schon viele Künstler erfahren. Doch das stört die Österreicher mit sowohl ukrainischen als auch russischen Wurzeln, rund um die Formation, Russkaja von jeher herzlich wenig. Sie nahmen und nehmen kein Blatt vor den Mund, wenn es darum geht ihre persönliche Meinung zu vertreten. So verwundert es auch sicher nicht, das man sich auch auf dem nun erschienenen neuen Werk mit Namen, Turbo Polka Party, zu allem was gerade nicht so recht passt Luft macht.



<https://amzn.to/426Jhzj>

Dies&Das - Ausgabe 02/2023

Produkttempfehlungen sind Affiliate Links mit denen du mein Projekt unterstützt, indem ich im Falle eines Kaufes eine kleine Provision erhalte, und das ohne Mehrkosten für dich :-)) Vielen Dank für deine Unterstützung.

Danke für Dein Interesse und Deine Zeit!

[SCHNITTPUNKT:2012]

Alle Dies&Das jetzt auf: <https://t.me/schnittpunkt2012>

Alle Dies&Das jetzt auf: <https://survival-scout.at>

Du kannst Dies&Das jederzeit abbestellen unter: schnittpunkt2012@gmail.com