

Themen aus der Seelsorge

Der menschliche Anspruch im 21. Jahrhundert.

Dr. Heiko Wolf



Ausgabe 2025

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

- 1 Rezept Bratkartoffeln des Hauses.
- 2 Rezept: Brokkoli-Nudeln mit gebratenen Kochschinken und Pilzen in Sahnesoße.
- 3 Rezept des Hauses: Döner.
- 4 Rezept des Hauses: Gebratenes Hackfleisch und Paprika mit Reis angereichert.
- 5 Rezept des Hauses: Hackfleisch in Letscho.
- 6 Rezept des Hauses Schafs- oder Ziegenkäse-Pfanne.
- 7 Rezept des Hauses: Zerkleinertes Hühnerfilet.
- 8 Rezept: Gulasch nach Art des Hauses.
- 9 Rezept Kartoffelsuppe dieses Hauses.
- 10 Rezept: Käsekuchen lokalisiert aus Japan.
- 11 Rezept: Salat.
- 12 Rezept Tiefkühlpizza des Hauses.
- 13 Rezept: unroher Sushi.
- 14 Aktuelle Beobachtungen im Bereich der Seelsorge in Leipzig / Deutschland.
- 15 Vorstellungsmodell der psychiatrischen Versorgung bei der Bodenständigkeit anhand von Leipzig.
- 16 Kastenwechsel.
- 17 Eine kleine Geschichte zu Halloween 2025.

Einleitung

Diese Texte verstanden nach der Corona Pandemie bis zum Ende des Jahr 2025. Wo auch anderen klar wurde, dass die Welten und Realitäten sich weiter nach ihrem Denken weiterbewegen und es nun Finsterer wird. Und es nun deutlicher wird das die Destruktivität sich freiwillig vorbereitet für ihr Todesende.

1 Rezept Bratkartoffeln des Hauses

Ungefähre Zutaten:

- Kartoffeln (entweder vorwiegend festkochend oder festkochend, nicht mehlig kochend).
- Schinken vom Rauch
- Eier
- Gewürze¹ (hier wird Oregano und etwas Pommesgewürz genommen)
- Pflanzliches Öl für heiße Nahrung

Wie viel von dem Zeug? So das alle satt werden und es keine Aufstände gibt.

Arbeitsmittel (Mindestanforderung):

- Brett
- Messer oder/und Kartoffelschäler
- Hohe Pfanne
- Schüssel

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in dickere Scheiben schneiden.

Pflanzliches Öl² (für heiße Speisen) in eine hohe Pfanne gießen bis scheinbar die Kartoffelscheiben bedeckt sind und das Öl auf dem Herdfeuer erhitzen.

Kocht der Inhalt der Pfanne (Vorsicht vor Verbrennungen, also kein Wasser oder so mit rein, etwas Abstand) die Kartoffelscheiben reingeben und das Ganze sieden lassen, bis die Kartoffeln fast gold-

¹ kein zusätzliches Salz.

² hier können sie auch noch etwas Omega 3 Öl mitgeben.

braun³ bis braun sind.

In der Zwischenzeit Küchensieb über das Küchenwasserbecken bereit halten.

Kochfeuer geringer stellen. Das Öl über das Küchensieb abgießen. Die gebratenen Kartoffeln wieder in die Pfanne geben. Beim Wasserbecken kaltes Wasser nachgeben und etwas Abwaschmittel, damit sich das Öl nicht verfestigt⁴.

Schinkenwürfel zu den Kartoffelscheiben in die Pfanne geben und alles auf geringer Flamme garen lassen.

In der Zwischenzeit Eier aufbrechen (die Schalen eher nicht mit rein, obwohl diese sehr kalkhaltig sein sollen, könnten Proteste ausbrechen, wegen den Zähnen, weil es zu hart ist) und in eine Schüssel kippen und das Gemisch verrühren. Gewürze hinzugeben und vermengen.

Ist der Schinken mit den Kartoffeln fertig, geben wir das Eier-Würz-Gemisch hinzu. Je nachdem wie die Mitesser das Ei mögen (entweder hart oder eher die Vorstufen) braten sie das Eigelb und -weißgemisch und geben die Vorstufen vorher zum Essen aus.

Herdfeuer aus machen nicht vergessen.

³ Idealzustand, den sie eh nie 100% erreichen werden.

⁴ Rest erledigt die lokale Kläranlage.

Rezept: Brokkoli-Nudeln mit gebratenen Kochschinken und Pilzen in Sahnesoße

Ungefähre Zutaten:

Wie viel? Na Hunger?

- Nudel, aber nur so viel, dass sie nicht überfressen sind, wegen den restlichen Zutaten,
- Brokkoli (gefroren, weniger Handarbeit,)
- Pilze (Champions) aus dem Glas,
- Sahne aus dem Becher, etwas Milch (soviel wie sie für die Soße wollen),
- Gewürze (hier: Oregano, Soßä-Soße),
- Kochschinken,
- Öl für heißes Essen,
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderung):

- Brett und Messer,
- Topf mit Deckel,
- Kochstelle,
- gegebenenfalls Wasserkocher,
- Pfanne
- Kochlöffel oder sowas.

Zubereitung:

- Kochschinken klein schneiden,
- Wasser aufkochen,
- in den Topf mit Deckel Nudel und Brokkoli einwerfen und Wasser drüber und das Ganze kochen bis der Brokkoli noch pflanzlich grün, aber warm (eventuell vorher die Nudel vorkochen), Deckel drauf,
- Öl in Pfanne erhitzen,
- Schinken und Pilz hinzugeben (Pilzwasser vorher abgießen), sind durch gebraten, Sahne und Milch zugeben, Gewürze einpfeffern, das Ganze auf kleiner Flamme,
- ist alles fertig in tiefe Teller oder Essschüsseln, dabei Nudeln + Brokkoli zu erst und dann das Soßengemisch drüber kippen, servieren.

Rezept des Hauses: Döner

Ungefähre Zutaten:

- Dönerfleisch (kann auch aus Huhn sein),
- Halloumi-Käse⁵,
- Fladenbrot,
- Öl für ganz heiße Speisen,
- Joghurt-Dressing,
- Tomaten,
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderungen):

- flache größere Pfanne,
- tiefe kleinere Pfanne⁶,
- Ofen
- Messer, Kochlöffel,
- Küchenpapier.

Zubereitung:

- Fladenbrot im Ofen aufbacken,
- Dönerfleisch ohne Öl in flache Pfanne durchbraten,
- Halloumi zerteilen und in der Zwischenzeit,
- Öl in kleinere Pfanne zum Sieden bringen, den Halloumi darin min. goldbraun frittieren lassen,
- Tomaten waschen.

Fladenbrot entsprechend der Personenanzahl zerteilen. Den Käse auf dem Küchenpapier von Öl befreien (Aufsaugeffekt). Das Ganze auf sehr große flache Teller servieren. Also Dönerfleisch an einer Randzone, Halloumi, dazu die Tomaten und Joghurt-Dressing. Das Fladenbrot in hohe Schlüsseln dazu stellen.

⁵ <https://ich-liebe-kaese.de/kaesewissen/kaesesorten/halloumi>, abgerufen am 01.04.2025.

⁶ https://m.media-amazon.com/images/I/6147poa2C3L._AC_SL1500_.jpg, abgerufen am 01.04.2025.

Rezept des Hauses: Gebratenes Hackfleisch und Paprika mit Reis angereichert

Teilweise vegan.

Ungefähre Zutaten:

- Hackfleisch,
- Paprika,
- Naturreis,
- Gewürze (hier: Kurkuma, Oregano, Soja-Soße, Öl für heiße Speisen),
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderungen):

- Herdfeuer,
- Pfanne,
- Wasserkocher oder etwas, um Wasser zum Siedepunkt zu bringen,
- Brett,
- Messer,
- Kochtopf mit Deckel,
- oder Reiskocher.

Zubereitung:

- Paprika abwaschen, teilen, Samen herauslösen und in kleine Teil schneiden,
- Wasser zu kochen bringen und damit der Reis auf gewünschte Stufe garen,
- Öl⁷ in der Pfanne erhitzen und dann da Hackfleisch saftig braten,
- Paprika hinzugeben und so lange garen, bis der Paprika nicht mehr hart ist, aber nicht zerkocht,
- Reis mit etwas Reiswasser hinzugeben,
- die Gewürze je nach Geschmack hinzugeben,
- Kochfeuer aus.

Das ganze Essen dann in hohen Schüsseln servieren.

⁷ hier kann wieder etwas Omega3-Öl untergejubelt werden.

Rezept des Hauses: Hackfleisch in Letscho⁸

Ungefähre Zutaten:

Denken sie beim Hackfleisch an den Raubbau an Tieren (also weniger ist mehr).

- Reis,
- Hackfleisch,
- Letscho,
- Gewürze (etwas Salz, Oregano, Kurkuma), etwas Öl für heiße Speisen,
- Wasser.

Benötigte Kochutensilien (Mindestanforderungen):

- flache größere Pfanne,
- kleiner Kochtopf oder Reiskocher (alternative Kochweise die nicht weiter beschrieben wird⁹),
- Kochstelle,
- Wasserkocher,
- tiefe Teller.

Zubereitung:

- Wasser bis um Siedepunkt¹⁰ erwärmen,
- Wasser samt Reis in den Kochtopf und auf gewünschte Garheit kochen,
- Öl in die Pfanne geben und auf Brattemperatur des Hackfleisches bringen und das Hack auf die gewünschte Stufe durchbraten,
- Letscho samt Gewürze zu den Hackfleisch geben,
- anschließend Reis auf den Boden der Teller geben und das Letscho drüber.

⁸ Gemüse Mischung aus Paprika und Tomaten aus Ungarn (<https://de.wikipedia.org/wiki/Letscho>), abgerufen am 06.02.2025.

⁹ Anleitung zum Reiskocher dazu lesen.

¹⁰ <https://studyflix.de/chemie/siedetemperatur-und-siedepunkt-3442>, abgerufen am 06.02.2025 (lassen sie sich hierbei nicht so verwirren, im Alltag dürfen sie beide Begriffe verwenden, sie messen da eher mit den Körpersensoren).

Rezept des Hauses Schafs- oder Ziegenkäse-Pfanne

Ungefähre Zutaten:

- Feta- oder Ähnliches wie Hirtenkäse,
- Kartoffeln (Knollen, verdickte Wurzeln),
- Gewürze (hier Oregano, minimal da Salami und Käse auch Salze enthalten),
- Salami aus Scheiben (kein Öl der Fettgehalt reicht zum braten).
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderungen):

- Messer und/oder Kartoffelschäler,
- Große hohe Pfanne,
- Kochlöffel,
- blaue Kochschürze,
- Kochtopf mit Deckel,
- Kochstelle.

Zubereitung:

- Herdfeuer anzünden,
- Kartoffeln schälen und halbweich kochen oder als Pellkartoffel halbweich kochen und Schale abpellen,
- In der Zwischenzeit Salami und den Käse in Stücke schneiden,
- die gekochten Kartoffeln mit der Salami und Käse in die Pfanne geben und das Ganze entsprechend so lange braten bis die Salami durchgebraten und der Käse angeschmolzen (Grad bestimmten sie selber) ist, zwischendurch die Gewürze zugeben,
- Kochfeuer aus und in flachen großen Tellern servieren.

Rezept des Hauses: Zerkleinertes Hühnerfilet

Ungefähre Zutaten:

So viel das es nicht aus der Pfanne fällt.

- Hähnchenfilet gefroren, gegart und gewürzt,
- Eier,
- Frischpilze (empfohlen braune Champions,
- Reis,
- grüner geschnittener Lauch,
- Öl für heiße Zubereitung,
- Gewürze (Oregano, etwas Pfeffer, Soja-Soße),
- Wasser.

Benötigtes Zubehör:

- Kochstelle,
- Messer und Brett
- Große Schüssel
- Eierkocher oder Ähnliches,
- Wasserkocher oder Ähnliches,
- Größere Pfanne,
- kleiner Topf mit Deckel.

Zubereitung:

- Eier fest durch kochen,
- Hühnerfilet auftauen, Pilze und aufgetautes Hühnerfilet mit dem Messer auf dem Brett klein schneiden,
- Öl¹¹ in die Pfanne kippen und erhitzen,
- das Gemisch auf zerkleinerten Pilz Und Hühnerfilet in die Pfanne donnern und solange einschmoren lassen bis die Pilze kleiner sind, zwischendrin die Gewürze reinpfeffern, außer die Soja-Soße,

¹¹ heimlich Omega3-Öl mit reingeben, aber vorsichtig Fischgeruch, das fliegt irgendwann auf, halten sie sich eine Erklärungsstrategie bereit.

- in der Zwischenzeit den Reis auf die gewünschte Stufe kochen,
- die Eierköpfe von der kalkhaltigen Schale befreien und diese an die Hausschnecken (falls vorhanden) verfüttern, ansonsten Biomüll,
- garen Reis mit in die Pfanne geben und einrühren,
- Lauch eingeben und Soß-a-Soße und vermengen, noch etwas kurz schmoren lassen, aber nicht den Lauch einkochen,
- in hohe große Schlüssel den Pfanneninhalt servieren, ob geteilt die Eier drauf pro Portion,
- Feuerstelle löschen.

Rezept: Gulasch nach Art des Hauses

Ungefähr benötigte Zutaten:

Portionen soviel bis niemand mehr rumjammert.

- Nudeln so viele, dass gerade so der Boden maximal bedeckt ist,
- Pilze nicht aus dem Glas, sondern Frische. Als Vorschlag braune Champions¹²,
- Gulasch aus der Dose (sie können auch Rohware nehmen, aber dann dauert das Garen länger¹³),
- Gewürze (hier Oregano, Kurkuma und Soja-Soße),
- Cherry-Tomaten¹⁴,
- etwas Öl für heiße Speisen,
- Crème fraîche¹⁵,
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderungen):

- ein Brett,
- hohe Pfanne,
- kleiner Kochtopf mit Deckel,
- ein Messer,
- ein Kochlöffel,
- eine Suppenkelle,
- ein Nudelsieb,
- Küchentücher,
- gegebenenfalls Wasserkocher,
- Feuerstelle¹⁶.

Zubereitung:

¹² <https://putzlowitsch.de/wp-content/uploads/2009/04/braune-champignons-1600.jpg>, abgerufen am 07.01.2025.

¹³ je nach Hungergrad... je länger es dauert desto höher die Wahrscheinlichkeit eines Aufstandes.

¹⁴ <https://de.wikipedia.org/wiki/Sherry>, abgerufen am 07.01.2025 das nur, wenn sie Gemüse nicht mögen.

¹⁵ https://de.wikipedia.org/wiki/Cr%C3%A8me_fra%C3%Aeche, abgerufen am 07.01.2025.

¹⁶ kann auch per Strom sein.

- Die Pilze waschen, in Küchentücher zum Trocknen einlegen und klein schneiden,
- Öl¹⁷ in die Pfanne geben und erhitzen,
- Pilze reinwerfen und so lange erhitzen bis die Pilze braun gebraten¹⁸ sind,
- in der Zwischenzeit Wasser im Wasserkocher erhitzen oder anderweitig,
- Wasser mit den Nudel in den Kochtopf geben und Nudel je nach Grad¹⁹ garen (Deckel drauf),
- sind die Pilze durch, dann den Gulasch²⁰ hinzugeben. Dieser kann etwas zerkleinert werden und dem Gemisch etwas Wasser dazu geben, je nachdem wie viel Soße sie wollen. Herdfeuer verringern,
- das Ganze etwas köcheln lassen,
- die Gewürze hinzugeben,
- Crème fraîche und Soja-Soße einrühren,
- am Ende die Tomaten (vorher waschen) reinkippen und solange kochen lassen, dass die Schale noch hart ist und nur außen warm,
- Nudelwasser durch Nutzung des Nudelsiebes abkochen,
- und dann Kochfeuer aus.

Etwas stehen lassen. Die Nudel auf den Bodenteller und den Gulasch zugeben.

Rezept Kartoffelsuppe dieses Hauses

¹⁷ hier kann gleich etwas Omega 3 mit hinzugegeben werden.

¹⁸ wichtig lange braten, da die Fungi sonst noch roh innen sind und zu Verdauungsproblemen führen könnten. Sie riechen das auch, dass die Pilze durch sind.

¹⁹ <https://www.gekonntgekocht.de/nudeln-richtig-kochen>, abgerufen am 07.01.2025.

²⁰ wir gehen nicht von der Rohware aus.

Ungefähr benötigte Zutaten:

- Kartoffeln²¹ (am besten mehlig kochend, da diese Wurzel eh kaputt gemacht wird). Wie viele Kartoffeln? K.A. wer will sich grad durchfressen? Bei drei Personen wird hier ein üblicher Topf Dreiviertels ungefähr vollgemacht.
- Gewürze (z. B.: Lorbeerblätter, Pigment, Thymian, Oregano, Soja-Soße). Wie viel?: „Auf die Würze kommt es an!²²“ also sie müssen das wissen, wo die Schmerzgrenze anfängt.
- ein Glas Wiener Würste²³ (achten sie auf Nichtvegan, dass andere ist nur geschreddertes Gemüse irgendwo eingepresst!).
- Wasser (günstig aus dem Wasserhahn. Von der Pleiße, dieses Wasser vorher abkochen, filtern, Sauerstoff anreichern und Mineralien rein). Menge ungefähr das die Kartoffel bedeckt sind + Verdunstung.
- Suppengrün (75g gefroren reicht aus, denken sie an die Veganische Variante wegen den Schnecken, deshalb auch gefroren).
- etwas Brot in Scheiben.

Arbeitsmittel:

- Messer,
- eventuell Kartoffelschäler, wenn nicht das Messer genutzt wird,
- Esslöffel (es muss ja geprüft werden, ob der Geschmack während des Kochens noch erhalten ist²⁴),
- Brett (Holz oder Plastik - Mikroabrieb?),
- Kochlöffel (Holz oder Plastik - Mikroabrieb?),
- Topflappen²⁵,
- üblicher Topf mit Deckel²⁶,
- Kochstelle,
- Stampfer.

Zubereitung:

²¹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Kartoffel>, abgerufen am 27.12.2024.

²² irgendso ein Zauberspruch, <https://nahrhaftesmittelalter.com/2019/09/19/auf-die-wuerze-kommt-es-an>, abgerufen am 27.12.2024.

²³ <https://charcuteria.de/wurstsorten/bruehwuerste/wiener-wuerstchen>, abgerufen am 27.12.2024.

²⁴ denken sie an ihre Zunge, wegen Verbrennungen min. ersten Grades.

²⁵ wegen den Verbrennungen min. ersten Grades.

²⁶ Verringerung Energieverlust im Form von Wärme.

- Kadoffeln²⁷ schälen (der eigentliche Foltervorgang, mit Schalen nicht so schmackhaft²⁸) und in der Hälfte teilen,
- Wasser vorher mit Wasserkocher auf 100°C erwärmen.
- Kartoffel in den Topf geben, Wasser dazu wie oben beschrieben, Deckel drauf und diese garen, bis sie weich sind,
- in der Zwischenzeit Würste in Scheiben schneiden auf dem Brett mit dem Messer²⁹,
- sind die Kartoffeln gar, von der Kochstelle nehmen und zerstampfen.
- Gewürze einrühren, Suppengrün, Soja-Soße und zerkleinerte Würste mit dem Kochlöffel,
- das Ganze auf kleinere Hitze weiter warm halten, bis Suppengrün und Würste gar,
- danach Kochfeuer aus und min. 30 min. ziehen lassen,
- nach den 30 Minuten servierfertig erwärmen, dazu in hohe Schlüsseln + eventuell Brotscheibe und Essbesteck auftischen.

²⁷ <https://die-kartoffel.de/wissen/schon-gewusst/kartoffel-deutsche-dialekte>, abgerufen am 27.12.2024.

²⁸ Autorengeschmack.

²⁹ falls das erste Mal, Pflaster bereit legen.

Rezept: Käsekuchen lokalisiert aus Japan³⁰

wahrscheinlich wegen Eiernutzung. Ideal auch um vorhandene Restezutaten zu verwerten.

- 60g Milch,
- 140g Frischkäse,
- 40g Butter,
- 65g Weizenmehl,
- 5 Eier,
- 100g Zucker,
- Puderzucker.

Arbeitsmittel:

- kleiner Topf,
- Waage,
- Backpapier und -Form, Alufolie
- Ofen mit festem Ofenblech,
- Kochlöffel,
- Mixgerät.

Zubereitung:

- die Eier trennen (Eigelb/-weiß), dabei achten, dass das Eiweiß frei von -gelb ist (also Reste können mit einem Löffel rausgeholt werden),
- Milch, Butter, Frischkäse in Topf erhitzen bis eine cremige Masse entsteht (auf kleiner Flamme / Hitzestufe),
- das Ganze vom Herd nehmen und Feuer aus,
- Mehl in die Masse einrühren (es entsteht eine Art Teig),
- Eigelb in die Masse rühren (es entsteht eine Art etwas flüssiger gelber Teig),
- Eiweiß mit Zucker aufschlagen, bis eine cremige Masse (Eiweißmasse) entsteht,
- die Eiweißmasse in die andere Masse langsam mit Kochlöffel einrühren und dann mit Mixgeräte weich schlagen
- Wände und Boden der Backform mit Butter einreiben,
- Backformboden und -wände mit Backpapier auskleiden (kann mit Lineal und Bleistift vorher ausgemessen werden. Der Boden bei Backformen ist meist herausnehmbar. Backformkreis aufzeichnen und ausschneiden),
- Masse in die Form gießen,
- Teig ruhen lassen (Vorschlag 30 min länger ist eher besser),
- Alufolie um die Backform legen (insbesondere den Boden).

³⁰ eine externe Quelle dazu: https://www.youtube.com/watch?v=_X5_gcYZ-KvE&list=PL2NLxrWcvOp5JWDEbUUUnldP7uiTAlknwA&index=1&t=3s, abgerufen am 15.10.2025.

Backvorgang:

- etwas Wasser ins Ofenblech gießen (kleine Tasse),
- Ofen auf ca. 120°C vorwärmen (5 bis 10min nicht unbedingt notwendig),
Oben- und Unterhitze,
- Backform mit Teig in den Ofen tun und bei den voreingestellten 120°C ca. 20 Minuten backen,
- Backtemperatur auf 150°C stellen und 15 Minuten den Teig backen,
- Ofen für 10s öffnen, dabei Backtemperatur auf 100°C runterstellen und für 40 Minuten endgültig backen (gegebenfalls Wasser nachgießen, bestimmt den Feuchtegrad des Kuchens), immer mal Backzustand überprüfen,
- den Kuchen noch 10 Minuten im abgestellten Ofen lassen,
- Kuchen aus Ofen und Backform nehmen,
- Puderzucker draufstreuen mehr innen weniger nach außen,
- Kuchen noch etwas stehen lassen, zu schneiden und servieren.



Rezept: Salat

Zutaten (so das danach alle wegkullern, als hätten die ein ganzes gebratenes Wildschwein³¹ gefuttert):

- Eisbergsalat,
- Cherry-Tomaten,
- Kochschinken,
- Eier,
- Dressing nach Wahl,
- Wasser.

Arbeitsmittel:

- etwas, um die Eier fest zu kochen³²,
- Brett und Messer,
- Sieb,
- kleine Schüsseln,
- große Schüsseln zum Servieren.

Zubereitung:

- die Eier fest kochen,
- Tomaten waschen und im Sieb abtropfen,
- Schinken, Tomaten und Salat klein schneiden und separat aufbewahren,
- Salat waschen und im Sieb abtropfen,
- Eier schälen und klein schneiden,
- die großen Schüsseln mit geschnittenen Salat ausfüllen, etwas Tomate, Schinken, Eis hinzugeben, darüber wieder Salat so lange wiederholen bis Schüsseln voll,
- Dressing reichlich drüber und fertig.

³¹ ohne Minzsoße und ohne gekocht (Asterix).

³² Eierkocher sind recht wassersparsam.

Rezept Tiefkühlpizza³³ des Hauses

Ungefähre Zutaten:

- Billige (also möglichst billig) aus dem Discounter (nicht Pizzeria!, daher kein Notessen sie müssen vorher hinrennen und anstehen) Tiefkühlpizza aus der Pappschachtel mit vielen Exemplaren (also die die satt werden sollen) drinne (Masse statt Klasse!),
- Reibekäse (für die Geschmacksexplosion).

Arbeitsmittel (Mindestanforderung):

- Backofen,
- Pizzaschneider oder langes Messer.

Zubereitung:

- Ofen nicht so erwärmen und Zeit einstellen, wie es auf der Schachtel steht, sondern so wie sie die Pizza haben wollen,
- Vorher die Pizzas aus der Schachtel nehmen und reintun (kostet sonst mehr elektrische Energie³⁴ und / oder Wärme³⁵ oder so),
- Käse mit drauf packen,
- Ist die Pizza fertig noch zuschneiden und mampfen.

³³ <https://duckduckgo.com/?q=tiefk%C3%BChlpizza&t=brave-ned&iar=images&iar=images&iar=images&iar=https%3A%2F%2Fimage.stern.de%2F9436400%2Ft%2FkW%2Fv5%2Fw1440%2Fr1.7778%2F-%2Ftiefkuehlpizza---corona-jahr---absatz.jpg>, abgerufen am 02.01.2025.

³⁴ https://de.wikipedia.org/wiki/Elektrische_Energie, abgerufen am 02.01.2025.

³⁵ <https://de.wikipedia.org/wiki/W%C3%A4rme>, abgerufen am 02.02.2025.

Rezept: unroher Sushi³⁶

Roher Fisch sollte vorher behandelt werden (entweder stark abkühlen oder Feuer). Schnell verderblich bzw. andere essen für sie oder entwickeln sich darin, die ihnen aber nicht guttun³⁷.

Zutaten

- Reis,
- rohes Thunfischfilet,
- Sesam,
- Soja-Soße,
- Reissessig,
- eventuell Salz, Zucker, Wasabi, eingelegter Ingwer,
- Wasser.

Arbeitsmittel

- Backofen,
- Kochutensil für den Reis (z. B. Reiskocher, Topf),
- Brett,
- Messer.

Zubereitung

- Reis nach gewünschten Gargrad zum Kochen bringen,
- Thunfischfilet in kleine Stück schneiden, auf Backpapier mit 100°C nach Wunsch backen,
- den Reis mit Reissessig (eventuell mit Salz und/oder Zucker) und Soja-Soße anreichern,
- den verfeinerten Reis in tiefe kleinere Schüsseln geben (das sind dann die ausgegebenen Portionen),
- den gebackenen Thunfisch in den Reis geben und etwas einrühren,
- eventuell Ingwer oben drauf,
- zuletzt Sesam drüberstreuen und eventuell mit Wasabi und extra Kleinstschüssel servieren.

³⁶ hat sich so entwickelt aus Zeitreduzierung.

³⁷ <https://flexikon.doccheck.com/de/Parasit>, abgerufen am 31.10.2025.

Rezept Wurstaufbau

Ungefähre Zutaten³⁸:

- Spirelli³⁹,
- Wiener (geht auch ausn Glas),
- geriebener Käse,
- Soße für Wurstgulasch⁴⁰,
- Wasser.

Arbeitsmittel (Mindestanforderung):

- Backofen,
- langes Messer und Bret,
- tieferes Backblech und Backpapier,
- Kochtopf.

Zubereitung:

- Spirelli in der gewünschten Garstufe kochen,
- Wiener in runde Stücke schneiden,
- die Soße mit Wasser anrühren,
- Backblech mit Backpapier auskleiden,
- Nudel und Wurststücke verrühren und auf das Backblech geben,
- die Soße drübergießen und am Ende den geriebenen Käse reichlich drüberstreuen,
- das ganze gut backen (Käse gut hellbraun) und danach servieren.

³⁸ so das der Mund immer voll ist und bis satt, eh genörgelt wird.

³⁹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Fusilli>, abgerufen am 31.07.2025.

⁴⁰ Beispiellink: <https://www.amazon.de/Knorr-Fix-W%C3%BCrstchen-Gulasch-Portionen/dp/B009LI9DNM>, abgerufen am 31.07.2025.

Aktuelle Beobachtungen im Bereich der Seelsorge in Leipzig / Deutschland

Zeitraum: 17.03.2025 bis 21.03.2025 allen Tageszeiten.

Hassformen alleine durch vorbeigehen. Alter unbedeutend.

Abstreifung des „inneren Therapeuten“ bei vorher Bekannten.

Null Reaktionen bei Kontaktaufnahmen.

Personen im Rücken / Anspringen.

Körpereinsätze sexbasierend oder weiße Gesichter in Nähe esoterischen Heiligtümern.

Öffentlich rechtlicher fährt nach wie vor Fickprogramm. Nicht wie Vorgabe aus Amerika oder Asien. Also Zwangsjacke und Kanone und Gewaltkanal.

Sie sind irgendwie auf dem Schirm. Fingierte Postivreden.

Die #Symbolik von #Nazi. Schmieren sie denen #Honig ums #Maul haben sie ein weiße #Seite. Dumm nur ist die haben vorher und nachher schon negativ vorgelegt. Also ihnen wird eventuell im Alltag deren #Fassaden ihnen gegenüber angezeigt.

(Eventuell Art von Therapeuten, also Gegenteil von Illusionsmagie)

Positivansätze bei Kinderbetreuung erkennbar. Aber ob nur Fassade?

Vorführung der Religion. Gruppe sitzt du imitiert Gebet und lästert über sie.

Oder Vorführung einer Fassade gegenüber anderen die noch nicht die aktuelle Lage kennen. Also berichte von diesen.

Personenzusammenfindungen.

Vorstellungsmodell der psychiatrischen Versorgung bei der Bodenständigkeit anhand von Leipzig

Grundlagen grob umrissen:

- Wesensmerkmale,
- Traumzustände,
- Grundrechte sind Therapieansätze,
- Heilberufe.

Vorstellungsmodell:

Anhand dieser Karte sehen sie, dass für bestimmte Szenarien schon die Erreichbarkeit für Traumzustände unzumutbar sind. Für gewöhnlich sollte in jedem Stadtteil eine Praxis⁴¹ in dieser Karte verzeichnet sein.

Ziel ist es, dass Abfallen in die Negativität zu verhindern. Bzw. Psychiatrie ist immer das letzte Mittel. Also das Ganze ist mehr verteilt und kleiner gestaltet.

Zu dem können vor Ort (Umgebung) Praxen⁴² über Besichtigungen den psychologischen Zustand lokal genauer Untersuchen und selbst durch Straßenmeinung (doof gucken und so nicht verboten) ist Therapie irgendwie aktiv, da selbst Mirkowetter innerhalb von Leipzig unterschiedlich ist und ebenfalls ein Faktor. Also die Ortschaften haben diverse und konkrete Erscheinungsformen. Auch die Angebotserhebung gehört dazu (wie ist die Informationsversorgung zum Beispiel anhand von Flyern da, also Internet nicht als einzige Quelle sind die einigermaßen aktuell / bei bestimmten Sammlungspunkten wie Markt Möckern anhand einer digitalen Tafel).

Die Praxen⁴³ in diesem Bereich sind auch keine reinen ärztlichen Versorgungspunkte, sondern primär ein Mix aus Informationsversorgung und Identitätsrealisierungstäten im Rahmen des festgelegte Wertekompasses der herrschenden Ordnung (Mord und Totschlag, also Chaos⁴⁴ hat nicht das sagen), da dies grundsätzlich Kopfdinge sind. Also neben minimaler Medikation, die eher in Form von herbeiführen von Schlaf maximal da ist, sind folgende Dinge zu realisieren:

- Informationsversorgung für die Ausbildung im Bereich der Zustände und Gesetze,
- Ausübung der Identität anhand der wissenschaftlichen und künstlerischen Freiheiten (gesetzeskonform), also wie Kunstatelies, Labore, Musikstudio etc. pp,

⁴¹ https://static.leipzig.de/fileadmin/mediendatenbank/leipzig-de/Stadt/02.5_Dez5_Jugend_Soziales_Gesundheit_Schule/53_Gesundheitsamt/Psychiatrie/Psychiatrie_neu_Dateien/VGP_Flyer_2023_deutsch.pdf, abgerufen am 28.01.2025

⁴² Werkstätten

⁴³ können Kirche, ehrenamtliche wie Anker (anhand von Möckern) etc. pp sein, selbst Ärzte sind eher Mixformen (also eher mehr Privatsektor)

⁴⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=DCgkCawbMGM>, abgerufen am 28.01.2025

- Ethik und Religion⁴⁵ in diversen Formen,
- der freie Sport (z. B. Bokken auf der Wiese am Auensee, Holzschild an der Seite auf dem Weg) ist zu beachten,
- Literaturvielfalt (also nicht nur in Inhalten, sondern auch in den Übertragungsmedien),
- Begegnungsorten und Orte je nach Version,
- Kataloge wie die eigene Welt im Alltag ausgelebt werden kann, da das Ziel ist, dass sie wieder in ihren Alltag stehen und nicht in der Praxis leben. Inhalte der Kataloge wie Hobbys, VR, Kulturüberblicke bzw. dann auch Vorortbetrachtungen (Messen mehr diverse, also wie Makers, IT), um das Persönliche zu finden.

30.09.2025

Um den Aspekt eines Krankenhauses für bestimmte Berufsgruppe⁴⁶ gerecht zu werden, folgende Anmerkungen.

Die Psychiatrie ist Ausbildungsstätte⁴⁷. Minimaler Einsatz von Medikamenten⁴⁸. Arbeitsplätze⁴⁹ im Sinne der Person. Die Ausbildung ist auf die Azubis ausgerichtet. Die Selbstverwirklichung liegt beim angestellten Person bei deren Arbeit nicht über den anderen Körper. Rundgänge und Einweisungen der möglichen Lokalitäten.

Weiteres Gartenarbeit, Ansätze des Ehrenamtes, heilige Dinge (die Ärzte sind auch Sonntags aktiv) und Kapelle sind verpflichtend zum Sonntag auszurichten. Tagesarbeit und Alltagsdinge täglich. Kochkurse⁵⁰, Musik, Schule. Gruppentherapie ja, aber nicht prägend. Teamarbeit als Einkauf sind zu unterlassen. Eher Sportformen, also Leistung. Alles in Form die freie Völker dodeln, die hingegen haben 24h 6 Tage Einsatzformen.

Als Hinweis. Gesetzliche Aspekte werden hier nicht mehr so beeinflusst wie bei den zu Auszubildenden gedacht. Also das ist maximal Abmilderung oder harte Formen der Prävention nach der Freiwilligkeit⁵¹. Also Möglichkeiten, die der Dienstherr über Bedienstete ausüben kann. Also der Rahmen ist sehr klein und daher Überangebote leicht sichtbar bzw. Indikator über den miesen Kopfzustand der Verwaltung. Die Heilung ist hier anders gelagert. Den Nazis wird in Vorstufen die Lehre der Menschen⁵² beigebracht, um deren selbstzerstörerisches Handeln zu unterlassen und die Gesundung und Gesundheit der freien Völker zu gewährleisten. Hier ist aber schon Schaden irgendwie eingetreten. Zwangsbe-

• ⁴⁵ nach Artikel 18 und nicht steuerliche Religionsgemeinschaften (Konfessionen) die primär Moralinstanzen sind (Grundgesetz)

⁴⁶ bei Beamte gilt, Nachweis der Krankschreibung

⁴⁷ nach dem Grundgesetz, auch im Sinne IT ist nur Arbeitsmittel, weil die meinen (die haben keine Meinung) Unterschrift in E-Mail in Schriftart nichthandschrift zählt nicht.

⁴⁸ maximal Schlafmittel

⁴⁹ z. B. Trennwände.

⁵⁰ auch Sport

⁵¹ auch verantwortlich Krankschreiben gehört dazu oder mal Urlaub.

⁵² <https://e4k4c4x9.delivery.rocketchdn.me/de/wp-content/uploads/sites/4/2019/12/UDHR-dt.pdf>, abgerufen am 30.09.2025 oder Brockhaus Recht, ISBN 3-7653-0559-6 Seite 461.

handlung⁵³ an anderen Wesen, als Vorführung sind hart zu unterlassen. Der Gang ist so zu gestalten das die betroffene Gruppe die Angebote rechtzeitig⁵⁴ wahrnehmen.

Dazu als Zitat⁵⁵:

Den Anlass einer Erziehung in besonderen Erziehungsstätten außerhalb des Familienverbands sehen Historiker bei allen Kulturvölkern ursprünglich in der Vorbereitung auf den priesterlichen Dienst an einem Heiligtum oder den Dienst an Königs- bzw. Fürstenhöfen. Geistliche und weltliche Regenten bedurften einer speziellen Vorbereitung, deren Anforderungen und Methoden die Eltern allein nicht gewachsen waren. Tempelschulen und Palastschulen, in denen eine jugendliche Elite gemeinsam auf ihre Führungsaufgaben vorbereitet wurde, dürfen daher im weitesten Sinne als Vorläufer auch der heutigen Internatschulen und Schülerheime gelten.

Weiteres aus Brockhaus Recht entnommen (Seite 461):

Rechte die jedem Menschen unabhängig von seiner Stellung⁵⁶ in Staat, Gesellschaft, Familie, Beruf, Religion und Kultur bereits dadurch zu stehen, dass er als Mensch geboren ist.

Hier schon aktiv bei Geburt, also Mensch ist bei der Geburt erkennbar und muss da schon geschützt werden. Daraus leiten die Siegermächte ihren Anspruch ab und haben dieses Modell ersonnen und in die Realität der Nazis gebracht. Das dieser Aspekt bereits länger bekannt⁵⁷ ist lesen sie zum Beispiel in diversen Artikeln über die aktiven Ärzte⁵⁸ in Heilanstalten der Geschichte der Psychiatrie. Also Psychiatrie ist abhängig von der Denkschule. War Nazis irgendwie aktiv gab es Bösartigkeiten wie erzwungene Unfruchtbarkeit, Experimente an Menschen über den Körper oder Knechtschaft und Todesformen gegenüber den Menschen. Dies wird aktiv hart angegangen.

⁵³ zudem Straftat auf der Ebene.

⁵⁴ die Bewertung legt dabei nicht beim betroffenen Auszubildenden, sondern nicht gesetzt.

⁵⁵ <https://de.wikipedia.org/wiki/Internat>, abgerufen am 30.09.2025, Erziehung ersetzen sie heute mit Ausbildung.

⁵⁶ anders Stand.

⁵⁷ es werden eigentlich nur diverse Lehrsprachen immer wieder sichtbar durch Verbesserung im Informationsstrom, der Kernanspruch ist der selbe. Also Mensch wird immer so formuliert, dass die Denkweisen darunter erfasst sind eindeutig.

⁵⁸ <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/somatiker>, abgerufen am 30.09.2025. also die Geister sind so. Die Umgebung ist das prägende was über den Körper zum Geist vordringt. Hier nur in der Sprache der Umgebung formuliert. Sedierung, Geistesimpfung passiert über den Körper. Adel zitiert gerne vor Ort. Beamte bekommen Frontallehre (siehe Videos auf Youtube über Schulformen Masse in China).

Kastenwechsel

Kaste ist eine Welt in dem sie sich selbst hineinbegeben. Also das hineingeboren ist eine bewusste Handlung wie hier bei diesem Autor die Taufe. Er ist gestorben, begraben und neu geboren ins allgemeine Priestertum übergangen. Es sind freiwillige Handlungen.

So wird das gesehen. Es ist die Psyche, die Kopfsache. Sie selbst haben es in der Hand, die Kaste zu wechseln, aber dazu müssen sie es erstmal wollen. Sie müssen sich mit der zu erreichenden Kaste beschäftigen, aktiv ihre Ausbildung machen und die Erwartungshaltungen⁵⁹ erfüllen und die täglichen Versuchungen widerstehen, und das am besten sofort. Denn je tiefer sie drin stecken, umso schwieriger wird es. Umso mehr sind die anderen Teilnehmer bemüht ihnen zu „helfen“. Weil die haben ebenfalls eine Erwartungshaltung in der eigenen und zu der anderen Kaste besitzen, dass äußer sich dann in Handlungen des Hohnes und Spottest (Missachtung) aus. Sie müssen auch einplanen, dass Erfolg nicht sofort eintritt und Misserfolge sie nicht bremsen sollten. Das sind auch die Dinge die so als Erbarmen, Rücksicht etc. pp definiert sind. Aber so etwas ist nicht unbegrenzt. Also wenn sie nicht wechseln wollen wird dies erkannt und entsprechend sanktioniert. Je nach Welt positiv oder negativ.

Und auch hier Körperdisziplin ist nicht Geistesdisziplin. Wenn sie also saufen und ihr wahres Wesen zeigen wird das so gesehen. Es liegt nicht am Alkohol, sondern die Fassade wurde gelockert. (Ein praktischer Test (Ritus) ist z. B. ein gemeinsames Essen, Bibel lesen oder in ähnlicher Form sie zitieren).

⁵⁹ Kernkompetenten der entsprechende Kaste, also z. B. bei Priestern der entsprechende Rahmen (u.a. Geistestätigkeiten, Gesetze, Seelsorge).

Eine kleine Geschichte zu Halloween 2025

Halloween, welches nicht nur zum Reformationstag⁶⁰, also am 31.10.2025 wo Sith eigentlich woanders nur zu sitzen hat, denn das Vergehen, sich auf den Winter vorbereiten, sich den Goldenen erfreuen, die Ernte begutachten geht den ganzen Herbst entlang. Und deswegen schreiben manche auch Helloween, weil Hallo und Süßes oder Saures, sie nie wissen, welcher Geist sie erblickt.

Und schon wieder die nächste Monsterwelle⁶¹ gravitativ (Filme wie Interstellar, Independence Day oder TerraX ZDF 2025? „Monsterwellen“. Die Berichtsdarstellung eines einzigen Überlebenden, Aquaman) in die Wege geleitet zur Auslöschung ganzer Landstriche zur Gründung ihres schwarzen Meeresheiligtums⁶²? Massenarbeitslosigkeit zum Winter hin⁶³? Oder unter Ausnutzung von Krisen und Sommerferien?

So eine kleine planetarische Glückseligkeit (MMORPG Spiel: SWtoR⁶⁴), da steht Sith drauf. Wie wäre es mit einer weiteren Pandemie, wie Corona zwei mit mehr paar Toten oder die Formel für den Pestzauber in Leipzig⁶⁵ aufgeschlagen und wieder verinnerlicht?. Na was denn? Oder morgen zum Sonntag ne Opferung natürlich seeweit. Das ist Sith (oder Satanei, Psychopathie oder Nazi), weswegen sie am Reformationstag gedenken sollen, weil es dabei auch ihren Nebenmann den Sanitäter, mit den die noch feiern gehen zum Sonnabend erwischt⁶⁶. Denn das sind unkontrollierte Naturgewalten⁶⁷ und deswegen mahnt⁶⁸ die Menschheit mit ihren Tugenden.

Hier auch die Geistesformen. Also eine Lehre, die sich wie eine Krankheit ausbreitet. Also wie in Form einer Opferrolle. Die aber nichts anderes ist, als eine Rolle in einer bestimmten Umgebung wie wir sie alle haben nur eher negativ und die anderen nur Anhän-

⁶⁰ gesetzlicher Feiertag, nach Brockhaus Religionen, ISBN 978-3-7653-3062-9, Seite 546, sogar als Reformationsfest bezeichnet, also ein freudiger Anlass der Thesenanschlag Luthers, also da wo irgendwas Positives ist, können sie die Vorladung der Polizei (Trooper) wegwerfen. Sith hat nie was Helles im Licht, also die wissen maximal nur Mensch.

⁶¹ welches Zusammenspiel von energischen Kräften? Oder auch nur Sinnbild wie die Sinnflut. Was dann auf den Schiff so passiert ist wissen sie erstmal nie. Auch in Kirchen. In vielen Architekturen kommt der Begriff Boot vor.

⁶² Unheligtum.

⁶³ Statistik ist erst hinterher, die Ereignisse fangen schon früher an. Also die darauf Arbeitenden im Positiven wissen noch nichts (also da liegt ihre Information noch nicht vor, also das ist wirkliches Nichts, nicht wie hier). Also die sehen nicht mal was, also die Kette im Kreis. Es sind nicht Punkt, sondern das ist eine geschlossene Geometrie (<https://mathepedia.de/Kreis.html>, abgerufen am 01.11.2025).

⁶⁴ <https://www.swtor.com/de>, abgerufen am 03.11.2025.

⁶⁵ irgendwann mal dazu ein Archiv auf Facebook erblickt.

⁶⁶ da sitzt dann er andere Jedi, damit es nicht ausartet auch wenn seine Identität eine andere ist in der Bezeichnung.

⁶⁷ nicht nur die Titanic ist unsinkbar (was?), also schwarze Arche oder Sternenzerstörer. Sie wissen nie welcher Komet oder Sonnenstrahl hier gerade Einfluss hat und die forschen da betriebsam und verzweifeln manchmal und dann kommt deren Sith-Lord, um die aufzubauen.

⁶⁸ und für die Menschen ist das auch Erbauung (also Bauen, also der Lehrenbewahrer der Jedi-Schatten bekommt so nix mit, er erbaut selber).

ger sind. Da sehen wir zum Beispiel das Spiel SWtoR eher kritisch. Weswegen der Sith-Lord auch am Ende des Geschichtenstranges abgemurkt wurde und wir Punkte in Psychopathie erleiden müssten⁶⁹ und alle erkrankten Jedi⁷⁰ (Sith) nun tot sind⁷¹.

Und nun schreibt der Adel noch 12h lang Glückseligkeit, in Vergehen liegt, also sie als Leiche im Herbst noch zum ersten November. Und die zu lernen haben, dass die anderen mit dem Stahlhammer erfüllt vom Licht als Jedi insbesondere in grau erscheinen. Es ist nicht alles fröhlich. Und das Kürbisfest ist alltäglich. Deswegen lachen die in die Welten hinein und erscheinen erst dann, wenn es denen beliebt und nicht anders rum und deswegen verblast Sith⁷², weil die selbst das ganze Ausmaß auch auf ihre Welten erst erahnen, wenn es zu spät ist. Denn die Macht ist mit den Grauen Jedi und die machen. Und die Mahnungen sind zwar immer die selben⁷³, weil es Kreise sind, also Bund verzeichnet im Symbol des Ringes irgendwie.



Bildquelle: Threads⁷⁴, 01.11.2025.

Zum Thema Monsterwelle an sich. Im Buch „Der Brockhaus Wetter und Klima“⁷⁵ gibt es auf Seite 227 einen Eintrag dazu. Hier natürlich themenbedingt in naturwissenschaftlicher Beschreibung. Also als seltene⁷⁶ Naturereignisse gemessen. Es wird auch eifrig danach gesucht durch zum Beispiel Satelliten und Radar. Und das komplexe und nicht übliche Modelle zur Erklärung notwendig sind. Also inwiefern diese als Kriegsmittel eingesetzt werden konnten schon vor 1948 durch Großtechnik⁷⁷ die ab davor so erschien und die Denkweisen sind komplexe und nicht vernunftbegabt zu erklären, also im Rahmen von Möglichkeiten.

⁶⁹ sie werden als unmenschlich auch real bezeichnet.

⁷⁰ die eine hat ihnen Energie abgezuckt, also gegen Körper, die anderen jammerten rum trotz ihrer harten Verbrechen gegen Lebewesen an ihren Körpern. Auch das Ritual an sich basiert auf Lebensenergie und ist im Licht, also sie sehen Sith nicht immer wie der Lord im Schwarzen. Warum wir danach trotzdem von welchen angesülzt worden sind wissen wir aber nicht so, war wohl doch nur ne Lüge.

⁷¹ auch ein berühmter Sith Ausspruch „und dann werden die Jedi tot sein“. Darüber haben wir uns an andere Stelle schon ausgelassen. Wieso die Welt ist so wie sie ist und wieso Sith auch Jedi am Anfang eher erstmal loben.

⁷² geprägt von Georg Lucas (* 1944 Kalifornien USA).

⁷³ (der war zu) langweilig für Sith, der ewige Geisteskampf.

⁷⁴ <https://de.wikipedia.org/wiki/Threads>, abgerufen am 01.11.2025.

⁷⁵ ISBN 978-3-7653-3381-1, 2009.

⁷⁶ selten heißt egal wie, dass dies ein Aufwand ist der irgendwie teuer ist. Also das muss erst was zusammenkommen. Konstellationen. Energieniveaus. Technikverbunde. Ozeane sind riesig.

⁷⁷ siehe eher Dinosaurier.

