



Karin Opitz-Kreher
Johannes Huber

Bibelöle

DIE KRAFTVOLLEN
ÄTHERISCHEN ÖLE
AUS ANTIKEN SCHRIFTEN



Karin Opitz-Kreher
Johannes Huber

Bibelöle

DIE KRAFTVOLLEN
ÄTHERISCHEN ÖLE AUS
ANTIKEN SCHRIFTEN

Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat, sondern dienen der Begleitung und der Anregung der Selbstheilungskräfte. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens der Autoren oder des Verlages. Eine Haftung der Autoren bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.



Wir verzichten auf das Einschweißen unserer
Bücher – **UNSERER UMWELT ZULIEBE!**

ISBN Printausgabe 978-3-8434-1548-4

ISBN E-Book 978-3-8434-6531-1

Karin Opitz-Kreher &
Johannes Huber:
Bibelöle

Die kraftvollen ätherischen Öle
aus antiken Schriften

© 2015, 2023 Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag: Murat Karaçay & Hülya Sözer, Schirner,
unter Verwendung von # 52436875 (© Pinci),
114437518 (© Arevik), # 1161424597 (© VIRTEXIE),
1898120686 (© SimoneN), # 151105607 (© JIANG
HONGYAN) und # 2063880050 (© DJOE n REIZ),
www.shutterstock.com
Lektorat: Karin Garthaus & Bastian Rittinghaus,
Schirner
Layout: Hülya Sözer, Schirner
Printed by: Ren Medien GmbH, Germany

www.schirner.com

Ergänzte Neuausgabe 2023 – 1. Auflage Oktober 2023

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige
Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe sowie
des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

INHALT

Vorwort zur Neuausgabe	5
Einleitung	11
<i>Heilpflanzen und essenzielle Öle in der</i> Evolutions- und in der Bibelgeschichte	13
Die Pflanzen und ätherischen Öle in der Evolution ..	13
Die Sicht der Bibelbewanderten	15
Welt- und Zeitreise – wie die Menschen begannen, die ätherischen Öle einzusetzen	17
»Bibelöle« oder »antike ätherische Öle«?	31
Die Gewinnungsmethoden	32
Die Qualität der ätherischen Öle	37
Die Einteilung der ätherischen Öle	38
Die chemischen Bestandteile der ätherischen Öle ...	42

12 Öle aus der Bibel

Cassia/Zimtkassie	48
Galbanum	53
Myrrhe	57
Myrte	64
Narde	68
Onycha/Java-Weihrauch	73
Sandelholz	77
Weihrauch	84

Ysop	90
Zeder	95
Zistrose	101
Zypresse	105
 <i>Flexibel bleiben,</i>	
auch wenn ein Rohstoff knapp ist	110
Elemi	112
Vetiver	113
Copaiba	114
Kiefer	115
Zimtrinde	116
Kalmus	117
 <i>Anwendung der Bibelöle.....</i> 119	
Massage	120
Badezusatz	122
Gesichtspflege	123
Parfüm.....	124
Trost und Begleitung mit den antiken ätherischen Ölen.....	131
 <i>Das Wissen aus alten Zeiten bestätigt durch moderne Studien.....</i> 136	
<i>Nachwort.....</i>	138
<i>Literatur</i>	142
<i>Die Autoren</i>	143
<i>Bildnachweis.....</i>	144



VORWORT ZUR NEUAUSGABE

Im Jahr 2015 ist dieses Buch erstmals erschienen, und wir haben ganz unterschiedliche Reaktionen darauf erlebt – ähnlich wie mit den antiken ätherischen Essenzen selbst. Manche Menschen springen genau wegen des Titels »Bibelöle« und des Covers auf das Buch an und spüren eine Verbindung zum alten Wissen. Andere assoziieren unmittelbar Religion und Kirche damit und sagen sofort: »Das ist nichts für mich.«

Wenn ich, Karin, eine Auswahl der antiken ätherischen Öle im Rahmen eines Vortrages durch das Publikum gebe, dann erkenne ich auch dort zwei Lager: Manche schmelzen dahin und fühlen die feine Schwingung, die unmittelbar in andere Sphären entrückt. Andere rümpfen die Nase und meinen: »Das riecht ja modrig wie bei meiner Oma im Keller ...«

Für uns sind die antiken ätherischen Öle ein kostbarer Schatz aus der Natur, auf den wir auch in unserer modernen, technisierten Welt, in der so vieles synthetisch in Laboren hergestellt werden kann, immer noch gern zurückgreifen. Mit ihnen können wir uns in das feine Feld der Pflanzenfrequenzen einfühlen und körperliche, emotionale, mentale und spirituelle Ebenen wieder in Einklang bringen. Aus der Erfahrung können wir bestätigen, dass diese Essenzen vielfältig in den unterschiedlichsten Lebenslagen helfen. Im Alltag sind Pflanzen wie Zitrone, Pfefferminze und Lavendel vergleichbar mit einem Schweizer Taschenmesser, da sie so ein großes Wirkspektrum haben. Das

ätherische Öl der Rose berührt viele Menschen tief in ihren Herzen und heilt emotionale Verwundungen. Die mediterranen Kräuteröle von Oregano, Thymian, Salbei, Majoran und Basilikum halten vor allem Mikroben in Schach. Die Essenzen der Nadelbäume unterstützen bei der Erdung und der Stressreduktion und fördern die gesunden Atemwegsfunktionen. Und so könnten wir noch viele Bereiche und Pflanzen nennen.

Doch die sogenannten Bibelöle katapultieren uns auf eine andere Ebene. Ich, Karin, kann mich noch genau daran erinnern, als ich zum ersten Mal eine Anwendung mit den reinen Essenzen von Zistrose, Weihrauch, Ysop, Zedernholz, Zypresse, Onycha, Sandelholz, Narde, Myrrhe, Myrte, Galbanum und Cassia bekommen habe. Vor meinem inneren Auge sah ich mich in einem weißen Gewand durch einen antiken Tempel wandeln. Beim Schreiben dieser Zeilen befindet sich mich in Kroatien auf einer Studienreise zur Immortelle. Im Palast von Diokletian (ca. 240–316 n. Chr.) in Split kommt es mir immer wieder so vor, als ob die Zeitfäden sich verweben und in meinem Geist Sequenzen aus einer früheren Epoche auftauchen.

Mit dem Duft eines antiken Öls in der Nase passiert das besonders schnell. Das moderne Leben und der Trubel des Wochenmarktes außerhalb des Palastes verschwimmen, und eine Vertrautheit stellt sich ein. Ich habe das Gefühl, die Bibelöle führen mich an Plätze aus früheren Leben zurück und stellen meine innere Ganzheit wieder her.



Auch wenn jedes ätherische Öl in seiner Reinheit und Vollkommenheit für uns beide etwas ganz Besonderes ist, sind die antiken ätherischen Öle auch deswegen eine Liga für sich.

Dieses Buch soll eine Brücke zwischen den Erfahrungen, die in Tausenden von Jahren gemacht wurden, und den Erkenntnissen aus der aktuellen Zeit schlagen und die Bibelöle erlebbar machen. Fühlen Sie sich mit uns gemeinsam in die Energien dieser Kostbarkeiten ein, und machen Sie Ihre eigenen Entdeckungen.

Als wir erstmals über die antiken ätherischen Öle geschrieben haben, war es noch eine Kollektion von zwölf besonderen Pflanzen. In der Zwischenzeit mussten leider zwei davon unter Naturschutz gestellt werden. Das zeigt, wie fragil die Natur ist. Es geht uns darum, die Pflanzen und das Wissen auch für die nächsten Generationen zu erhalten. Dafür ist Achtsamkeit bedeutend: Achtsamkeit im Umgang mit den Pflanzen, während des Verarbeitungsprozesses und bei der Anwendung. Wir brauchen uns nicht mit den ätherischen Ölen zu überschütten, oftmals reicht schon ein Tropfen, um ganz fein etwas in Gang zu bringen. Lieber wenden wir sie verdünnt an, als sie zu verschwenden und Gefahr zu laufen, dass es sie eines Tages nicht mehr geben wird. Es ist ein feiner Grat zwischen dem Erhalt des Wissens durch Anwendung und einem sorgsamen Umgang mit der Natur und ihren Pflanzenwesen.

In der Pharma industrie mit ihren patentierten Produkten und isolierten Inhaltsstoffen werden die komplexen Strukturen der Essenzen aus natürlichen Pflanzen manchmal als lästige Konkurrenz empfunden, und so drängt die Lobby darauf,

dass deren Einsatz verboten wird. Auch dadurch verschwinden manche ätherischen Öle vom Markt.

In dieser Neuausgabe benennen wir Alternativen zu den ätherischen Ölen, die nicht mehr oder nicht immer verfügbar sind. Wir alle sind Zeitzeugen großer Veränderungen in vielen Bereichen, daher wächst die Bedeutung einer flexiblen Lösungsorientierung.

Unsere Empfehlung ist, mit dem zu arbeiten, was Sie in hoher Qualität bekommen können. Manchmal müssen wir einen Zeitraum kreativ überbrücken. Gesetzliche Rahmenbedingungen oder die Situation der Rohstoffe können sich auch wieder ändern.

Ich, Karin, habe dies gerade bei der Reise zur Immortelle wieder gehört. Um das Jahr 2008 war die Pflanze bereits auf der roten Liste gelandet, da durch die Wildsammlung die Bestände stark dezimiert worden waren. Dadurch, dass Immortellen nun in Kultur angebaut werden und ein Projekt zum Ausbringen der Samen in der Wildnis durch die Bevölkerung initiiert wurde, sind sie über die Jahre nicht mehr gefährdet. Manchmal braucht es ein Umdenken und die Suche nach Möglichkeiten, wie etwas doch geht. In diesem Sinne wünschen wir uns, dass die älteste Medizin der Menschheit auch weiterhin erhalten bleibt.

Wenn ich, Karin, den Duft der Bibelöle einsauge, die Augen schließe und mich in die Energie der Zukunft hineinfühle, dann erscheint vor meinem inneren Auge eine Welt, in der die Menschen wieder den wahrhaften Zugang zur Natur gefun-

den haben. In der sie im Einklang mit Mutter Erde, der Pflanzen- und Tierwelt leben.

Mögen wir uns an das alte, ganzheitliche Wissen erinnern und es wiederbeleben! Mögen die Seelen einander wiedererkennen und gemeinsam den Wandel hin zu einer lebenswerten Zukunft gestalten!

In meiner Wahrnehmung stimulieren die Bibelöle besonders unsere Kopfdrüsen und fördern dadurch innere Ruhe und Kreativität. Das sind Werte, die enorm wichtig sind für diese herausfordernde Zeit und die Gestaltung der Welt von morgen.

Einatmen – Ausatmen – Riechen – Einatmen – Ausatmen – Fühlen. Vergangenheit und Zukunft verschmelzen zum Jetzt. Im Augenblick können wir mit Handlungen aus dem Herzen heraus die Welt bewegen.

Der Mensch ist mit fünf Sinnen ausgestattet: Hören, Riechen, Sehen, Schmecken, Fühlen. Das Riechen war in früheren Zeiten überlebenswichtig, allein schon, um verdorbene Nahrung erkennen zu können. In unserer modernen Welt sind wir sehr stark auf das Sehen fixiert, und der Geruchssinn wird oftmals nicht bewusst eingesetzt.

Das Riechen ist jedoch der Schlüssel zum limbischen System und öffnet den Zugang zu den Emotionen. Ein ätherisches Öl mit all seinen Wirkbestandteilen kann uns vielschichtig berühren: körperlich, emotional, mental und spirituell. Die Menschheit hat schon vor Tausenden von Jahren diese Eigen-

schaft erkannt. Dieses alte Wissen wollen wir lebendig halten, um es auch den kommenden Generationen zur Verfügung stellen zu können. Dieses Buch soll seinen Teil dazu beitragen.

Wir wünschen Ihnen tiefe Erkenntnisse auf der duftenden Entdeckungsreise zu den antiken Pflanzenessenzen.

Karin Opitz-Kreher und Johannes Huber

im Mai 2023



12 Öle aus der Bibel

PSALM 45, 8-9:

»Du liebst Gerechtigkeit und hassest Frevel;
darum hat dich Gott, dein Gott, gesalbt mit Freudenöl
wie keinen deiner Gefährten. Von Myrrhe, Aloe
und Kassia duften deine Kleider; aus Elfenbeinpalästen
erfreut dich Saitenspiel.«

CASSIA/ZIMTKASSIE (*Cinnamomum cassia*)



Cassia in der Geschichte

Cassia zählt zu den ältesten Gewürzen, die gezielt eingesetzt wurden. So wurde sie in der Monografie »Shennong bencao jing« des »göttlichen Bauern« Shennong 2800 v. Chr. erwähnt. Auch im »Pen Tsao« findet sie sich, einem sehr umfangreichen Werk der chinesischen Medizin, das alle Pflanzen, Tiere, Minerale und andere Substanzen auflistet, die einen medizinischen Nutzen haben. Dieses Buch wurde zu Zeiten der Ming-Dynastie geschrieben. Weitere wissenschaftliche Nachweise zur Wirkung wurden im 4. und 3. Jahrhundert v. Chr. in China erbracht. Zimtkassie wird aus der Rinde von Bäumen gewonnen, die der Lorbeerbaumfamilie angehören. Das sind immergrüne Bäume, die bis zu 18 Meter hoch wachsen können.

Cassia hat eine lange biblische Tradition. In der Bibel tritt sie als Gewürz unter dem Namen »quesiah« auf. In Ägypten war sie bekannt für die Eindämmung von Epidemien. Deshalb hat

Gott Moses vor dem Auszug aus Ägypten auch befohlen, Myrrhe, Zimt, Olivenöl und Binsen aus Ägypten mitzunehmen. Außerdem wurde es 1600 v. Chr. in einer der ältesten medizinischen Aufzeichnungen, dem altägyptischen »Papyrus Ebers«, der 877 Rezepte und Verordnungen enthält, erwähnt. Cassia wurde wegen seiner starken antibakteriellen Wirkung sehr geschätzt. Ebenso verwendete man es bei Räucherungen zum Zwecke der Tempelreinigung.

Die Griechen und Römer wurden von arabischen Gewürzhändlern beliefert, die nicht die Herkunft von Cassia preisgeben wollten. Im 16. Jahrhundert war die Suche so enthusiastisch vorangetrieben worden, dass sie einer der Hauptanlässe für die Portugiesen wurde, in See zu stechen. Dabei entdeckten sie Länder wie Indien und Sri Lanka. Den Holländern gelang es, Sri Lanka, damals Ceylon, 150 Jahre lang in Besitz zu nehmen und den Cassiahandel zu monopolisieren. Die Holländer systematisierten den Anbau von Zimtkassie um 1770, wodurch das Gewürz auch im Westen zugänglicher und preiswerter wurde.

Auch Cassia hat eine aphrodisierende Wirkung. So nannte Plinius der Ältere (ca. 23–79 n. Chr.) in seinem Werk »Naturalis historia« Zimt als ein Bestandteil für ein Männerparfüm. Außerdem wurde es oftmals benutzt, um die Bettwäsche zu aromatisieren. Aber aufgepasst: Im »Buch der Sprüche« in der Bibel wird vor Frauen gewarnt, die ihr Bett auf diese Weise verlockend machen! Vielleicht gehört das Cassiaöl auch deshalb zu den »Ölen der Freude«.

Heutzutage werden Süßigkeiten und Getränke mit Cassiaöl geschmacklich aufgewertet. Wegen seiner stark antibakteriellen Eigenschaft wird es auch gern in Produkten zur Mundhygiene verwendet.

Botanische Familie: Lauraceae (Lorbeergewächse)

Extraktionsmethode: Dampfdestillat von der Rinde. Cassia ist dem Aroma von Zimt sehr ähnlich. Die chemische Struktur unterscheidet Cassia und Zimt allerdings stark voneinander.

ORAC: 15 170 µmol TE/100g

Hauptbestandteile: Trans-Cinnamaldehyde, Trans-O-Methoxycinnamaldehyde, Cumarin, Cinnamyle, Acetate

Cassia enthält ca. 80% Phenylpropane und zählt aus diesem Grund zu den »heißen« Ölen. Man sollte es also immer mit einem neutralen Öl verdünnen, wenn man es am Körper auftragen möchte.

Vorsicht: Das Öl nicht als Badezusatz verwenden. Es könnte Verbrennungen oder Blasen verursachen!

Die Phenylpropane verstärken unsere elektromagnetische Frequenz, was einen positiven Effekt auf die körperliche und spirituelle Ebene hat.

CASSIA wurde in der Volksmedizin für folgende Eigenschaften geschätzt

stark reinigend, antibakteriell, antiviral, antifungal, anti-inflammatoryisch (entzündungshemmend)

Da es ein »heißes« Öl ist, wirkt es bei allen Kälteempfindungen wie Frösteln schön wärmend.

Cassia hat auf unser Energiefeld einen massiv reinigenden Effekt. Es ist, als wenn emotionale Belastungen durch das Feuer von Cassia verbrannt werden. In feinstofflichen Messungen mit einem Aura- und Chakramessgerät konnten wir sehen, wie sich das Feld verändert und wie kleine rote Flammen in der Aura auftauchen, sobald mit Cassia gearbeitet wird.

Anwendungsmöglichkeiten

Wer am Morgen Startschwierigkeiten hat, kann 1 Tropfen Cassia verdünnt mit neutralem Öl auf die Fußsohlen geben oder einfach den Duft aus dem Ölfläschchen inhalieren. Dies wirft den inneren Motor an.

Bitte aufpassen: Das Öl darf nicht ins Gesicht gelangen, es brennt sonst! Wenn Sie es ablöschen müssen, nehmen Sie bitte immer ein fettes Öl, z.B. Olivenöl. Versuchen Sie nie, es mit Wasser wegzuwaschen. Wasser, besonders warmes Wasser, verstärkt die



Wirkung. Denken Sie an den Chilieffekt: Wenn Sie eine Chili essen, schmeckt diese auch schärfer, wenn Sie Wasser dazu trinken!

Anwendung für den Alltag

- Verdünnen Sie Cassia unbedingt mit neutralem Trägeröl im Verhältnis 1:4, wenn es auf die Haut aufgetragen wird. Dann verteilen Sie es auf den Chakra- oder den Reflexzonenpunkten.
- Sie können es pur im Ultraschallvernebler diffundieren oder von der Hand inhalieren, aber auch hier ist Vorsicht geboten. Das pure Öl kann die Nasenschleimhaut reizen.

Kleine Übung für den Alltag

Haben Sie speziell in der kalten Jahreszeit oft kalte Füße? Nehmen Sie 1 Tropfen essenzielles Cassiaöl, und verdünnen Sie es mit neutralem Trägeröl. Energetisieren Sie die Mischung, indem Sie sie in die linke Handfläche geben und mit Zeige- und Mittelfinger der rechten Hand 3 Mal im Uhrzeigersinn verreiben. Tragen Sie das Öl anschließend auf die Fußsohlen auf. Bald wird eine angenehme Wärme von den Füßen aufsteigen.

Cassia ist ein Öl, das helfen kann, wieder zu Kräften zu kommen, wenn man über seine körperlichen Grenzen gegangen und maßlos erschöpft ist. Tragen Sie es hierfür morgens verdünnt auf die Fußsohlen auf.

2. BUCH MOSE 30, 34–35:

»Und der Herr sprach zu Mose: Nimm dir Spezerei: Balsam, Stakte (Myrrhe), Galbanum und reinen Weihrauch, vom einen so viel wie vom andern, und mache Räucherwerk daraus, gemengt nach der Kunst des Salbenbereiters, gesalzen, rein, zum heiligen Gebrauch.«



GALBANUM (*Ferula galbaniflua*)⁴

Galbanum in der Geschichte

Galbanum ist eine Art Riesenfenchel und gehört zu den Doldenblütlern. Wenn es in Wurzelnähe eingeschnitten wird, tritt das Gummiharz aus. Galbanum ähnelt dem Stinkasant, einer Pflanze, deren Harz in der ayurvedischen Medizin als Asafoetida bekannt ist und die drei sogenannten Doshas – Kapha, Pitta, Vata – ausgleichen soll.

Laut dem Alten Testament und alten ägyptischen Schriften war es wegen seiner medizinischen und spirituellen Qualitäten hoch geschätzt. Im alten Ägypten wurde Galbanum bei religiösen Zeremonien und zum Einbalsamieren genutzt. In alten Stoffbinden von Mumien konnte man Spuren von Galbanum nachweisen. Auch mochten die Ägypter Galbanum

⁴ Öle aus Galbanum und Narde dürfen mittlerweile nicht mehr weltweit gehandelt werden, da die Pflanzen unter Naturschutz stehen. Zurzeit sind sie also nicht erhältlich.

als Fixieröl in verschiedenen Parfüms, und es wurde geschätzt für seinen guten Duft und den therapeutischen Nutzen. Die Hebräer benutzten Galbanum in ihren Salben bei Hautkrankheiten, Abszessen und zur Narbenheilung.

In der Bibel wird Galbanum in Rezepten für heilige Rauchopfer zu Ehren Gottes genannt, und es durfte nicht für weltliche Zwecke eingesetzt werden. Galbanum wurde auch die Qualität zugesprochen, vor Dämonen zu schützen. Dioskurides und Plinius der Ältere schätzten seine krampflösende, harntreibende, beruhigende und das Nervensystem dämpfende Wirkung. Als sogenanntes Mutterharz wirkt es stärkend auf die weiblichen Unterleibsorgane.

In Indien und dem Iran wächst die Pflanze besonders gut. Heutzutage wird dort das Harz in Form von Pflastern verwendet, um Schlangen- und Insektenbisse zu behandeln. Die klassische Homöopathie empfiehlt es bei rheumatischen Beschwerden.

Spirituell unterstützt uns Galbanum dabei, die Konzentration aufrechtzuerhalten, und es verstärkt Energien. Zudem ist es hilfreich zum Ausgleichen von extremen Emotionen. Zusammen mit Weihrauch und Sandelholz angewendet, katapultiert Galbanum uns in höhere Frequenzbereiche.

Galbanum ist mit einem Anteil von ca. 70–80 % reich an Monoterpenen.



Botanische Familie: Apiaceae oder Umbelliferae

(Doldenblütler)

Extraktionsmethode: Dampfdestillat vom Harz

ORAC: 26 200 µmol TE/100 g

Hauptbestandteile: Alpha-Pinene, Beta-Pinene, Delta-3-Carene, Myrcene, Sabinene

GALBANUM wurde in der Volksmedizin für folgende Eigenschaften geschätzt

antiseptisch, leicht antispasmodisch, entzündungshemmend, Kreislaufstimulierend, die Verdauung harmonisierend, hilfreich bei nervösen Anspannungen, bei der Narbenbehandlung sowie bei der Anregung von Leber und Galle, allgemein harmonisierend und ausgleichend, gut bei bakteriellen Hautproblemen

Bei Panikattacken wirkt es beruhigend und stressreduzierend. Emotional/spirituell fördert Galbanum das Vertrauen in die eigenen Gefühle und in die Intuition. Es erhöht das spirituelle Bewusstsein und die Qualität der Meditation.

Anwendungsmöglichkeiten

Tragen Sie 2–4 Tropfen pur auf die gewünschte Stelle bzw. auf die Chakras oder die Fußreflexzonenpunkte auf, oder inhalieren Sie das Öl von der Hand bzw. vernebeln Sie es im Ultraschalldiffusor.

Bibelöle – ein Geschenk des Himmels!

Ätherische Öle werden seit biblischen Zeiten genutzt – zur Körperpflege und Behandlung von Krankheiten, zum Salben von Neugeborenen und Sterbenden. Myrrhe, Weihrauch, Sandelholz, Ysop ... In der Heiligen Schrift gibt es zahlreiche Hinweise auf edle Pflanzenessenzen, deren besonders feine Schwingungen und tiefgreifende Wirkung sie zu wahren Schätzen machen. Die Öle-Expertin Karin Opitz-Kreher sowie der Heilpraktiker Johannes Huber zeigen Ihnen, wie Sie die Bibelöle für Rituale, als Parfüm, in der Aromatherapie und zur Stärkung der Vitalität anwenden. Begeben Sie sich auf eine duftende Entdeckungsreise, auf der Sie die Harmonie auf allen Ebenen wiederherstellen und sich mit dem Göttlichen verbinden!

