

**„Ein Wort zum Mittwoch“ 1. September 2021
von Urs Ramseier, EMK-Pfarrer Eschlikon**



Liebe Bewohner des Wohn- und Pflegeheimes

In der Gstaader-Zeit erzählte mir mein im Thurgau aufgewachsener katholischer Pfarrkollege, dass er einmal einen Priester aus Indien im Vikariat hatte. Eines Tages sagte er ihm: „Weisst du, dass wir etwas gemeinsam haben. Ihr in Indien seid reich. Wir im Thurgau eben auch! Deshalb heisst unser Gebiet Most-Indien! Wir sind reich an Äpfeln!“ Da mussten sie miteinander lachen. Seid ihr auch reich mit dem Apfel? Ja die Apfelernte hat begonnen. 45% der Äpfel der Schweiz wachsen in „Mostindien“. - Wenn ich mir so überlege, was man damit alles machen kann, dann staune ich. Da ist der leckere Apfelkuchen, den mir mein Pfarrkollege damals servierte, dann der Apfelsaft, an den sich viele bei meinem Namen „Ramseier“ erinnern... Bald begann ich 3 Millimeter dicke Scheiben zu schneiden, um köstliche knackige Apfel-Chips zu dörren. Letzthin traf ich auf den Fruchtsaft „Tröpfel“, welcher aus Trauben-Saft zusammen mit Öpfel-Saft besteht. Ein Bekannter erzählte, dass Apfelbrot sehr gut sei. Sogleich begann ich „Chörnlibrot“ mit Apfelstückchen zu backen. Dann folgt der wohlverträgliche Apfelessig oder der Apfel-Gelee. Oder dann die heilenden Wirkungen: geriebener Apfel gegen Durchfall; das Vitamin C, welches das Immunsystem stärkt; Pflanzenstoffe drin beugen Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor und können sogar das Krebsrisiko oder das Risiko vom Schlaganfall mindern oder den Cholesterinwert verbessern. Äpfel können beim Abnehmen mit dem Pektinwert helfen. - Dürfen wir da nicht schon nur beim Geschenk des Apfels mit dem Psalmisten zusammen sagen: **„O HERR, welch unermessliche Vielfalt zeigen deine Werke! Die Erde ist voll deiner Güter!“** Psalm 104,24.

Mit fröhlichen Grüßen Urs Ramseier