

Inhaltsangabe:

Gott-Göttin finden	02
Kur	04
Kontakt	06
Partnerschaft	08
Ohrgeräusche	10
Empfängnisregelung	14
Hundekind	16
Elfenwelten	20
Ausbildung	24
Was ist jetzt dran?	26
Fragen	28
Einstiegsmeditation	30
Freundin	34
Wochenende	36
Protokoll Gemeinsamkeit	38

I N M E M O R I A M  
Lebensdialoge  
G a b e n

XXXIX



Inmemoriam



Im Namen Der L i e b e  
nel nome Dell' a m o r e

GÖTTIN - GOTT  
finden

Im Herzen sprudelt eine Quelle für mein Leben

Lieder - Gedichte - Texte - Bilder

in der  
Stille des Herzens  
empfangene Lebensdialoge  
der Inneren Stimme die mit mir-uns ist

DANK an GÖTTIN - GOTT  
für  
Mensch - Natur - Kosmos -  
das gemeinsame Schwimmen in den  
Meeren des Lebens

die Gnade des Augenblicks  
die Quelle - Fluss - Ozean -  
Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft eint  
im Tropfen des Einssein  
ICH BIN

die Erinnerung  
die Boten des Tages und der Nacht  
uns offenbaren:

Ewiges Leben - Immersein  
Seelenwanderung

Ein Leben in Liebe



Foto wk

Im Herzen hören-sehen-fühlen  
Wir bitten um Hilfe und Reinigung

Psychosomatische Kur ?

Ein wenig Abstand zu all den  
Lebensschwierigkeiten tut Dir gut

Eine Kurmaßnahme ist hilfreich,  
Dich zu einem neuen Lebensgefühl,  
neuer Kraft und Stärke zu leiten,  
damit Du die Schule, Dein Abi  
auf einem gesunden Hintergrund  
erschaffen kannst

Bedenke auch, dass Du  
Dich immer wieder innerlich stärkst  
mit Musik und Meditation, die  
große Heilkraft für Dich bergen

Nimm Deine Lage  
nicht zu erst, sondern gehe  
zur Freude in Deinem Herz,  
die dort wohnt und die Du stets  
kontaktieren kannst

Nimm zurück, all die Vorwürfe,  
die Du selbst an Dich hast und  
an die Menschen, denen Du  
sie machst und

denke auch daran,  
dass es schöne Zeiten gab,  
die Du mit den Menschen hattest

Baue die Gefühle, die Qualitäten  
in Dir auf, die Du leben willst und  
wühle nicht in Vergangenheiten -  
schreibe alles auf in dem  
Buch Deines Lebens,  
fülle die Seiten mit  
Deinen Erinnerungen

Verzeihe dann Dir und den Anderen  
und vergesse, was gewesen.  
Mache einen Punkt und

beginne Neu

die Liebe, die Du ersehnt ist in Dir  
und Du bist die, die sie lebt

+++

## Kontakt

- gespürt äußere Kälte
- Wärme im Rücken
- schöne Lebenstöne die rhythmisch klingen

In der äußeren Kälte  
Meine-Deine Innere Wärme  
zu spüren und  
mit dieser Bewusstheit  
Dein Leben zu gestalten

-

schmunzeln – kommt nichts,  
kommt nichts, kommt nichts  
vernehme das Geräusch,  
Du schreibst und bin beruhigt

Zuhause kreative Gedanken  
vorgestellt und Haus mit  
vielen Türen, so groß um  
alles unterbringen zu können

3 Türen Erweiterung Liegeterrasse  
Sonne, Natur, Parkanlagen,  
Botanischer Garten und  
Besucherzimmer für Gespräche  
kommt mir alles wie Utopie vor

Dein kleines Lächeln eben,  
wo Du Witz mit Wahrheit paartest (Poente)  
kannst Du am Morgen dem  
Neuen Tag, dem Leben schenken

-

mehr Licht – heller  
ein bisschen Farbe und  
Energiebild vorgestellt  
Farbe trinken versucht und  
es in mir aufzunehmen,  
kläglich – klappt nicht

Idee – Hauch von Vorstellung  
die Farbe ist das ganze Jahr stimmig,  
die Farbe ist grün  
(grün steht für Herz und Heilung)

+++

## Partnerschaft

Ist es richtig, diese Beziehung  
aufrecht zu erhalten?

In einer fernen Zukunft sehe ich,  
das dieser Menschenmann sich  
mit Dir auf eine Partnerschaft  
nach Deinen Vorstellungen einlässt,  
aber zuvor muß er noch eine Menge  
Barrieren abbauen – er ist richtig dass,  
was man eine „harte Nuss“ nennen könnte  
-

Sehe einen Mann  
mit grauen Schläfen im Profil,  
er hat mir seine linke Seite zugekehrt,  
erscheint mir sehr stolz und unbeugsam,  
sehr auf seine Unabhängigkeit bedacht.

Er hat Angst davor,  
dass eine Partnerschaft,  
in der beide zusammen gemeinsam  
den Alltag gestalten, schnell scheitert, dass  
sie an Langeweile und Alltäglichkeit zerbricht -

für ihn ist es außerordentlich wichtig,  
die gemeinsamen Wegabschnitte nur in  
„homöopathischen Dosen“ zu genießen,  
damit ja niemals Gewöhnungsaspekte  
einfließen können und alles so prickelnd  
und feurig bleibt, wie es ist

Ich glaube,  
dass dieser Mann  
innerlich sehr stark verletzt ist und  
sich daher so hohe Ideale gesetzt hat,  
die im Prinzip unerreichbar sind.

Beim Hineinhorchen in Deine Position,  
ob er für Dich der richtige Partner ist,  
habe ich die Sätze gehört:

„Er ist die 1.Wahl –  
es wären auch andere Partnerschaften  
möglich einzugehen, aber  
Du hättest immer das Gefühl, dass  
diese andere Beziehung nur die 2.Wahl ist...“

Wenn überhaupt, dann ist es noch  
ein sehr langer Weg dahin, bis  
Deine jetzige Partnerschaft Formen  
annimmt, die Du eigentlich mit  
Partnerschaft verbindest.

+++

Ohrgeräusche ?

Energiestatus:

Halschakra –Schilddrüse  
„dicker Hals“- Hals voll

- Innerer Streß
- Ängste um Arbeitsplatz  
(Weihnachtsaufführungsstreß)
- Wohnsituation

Spreche und tue -  
empfinde bitte:

„Ich leihe mein Ohr  
meiner Inneren Stimme –  
höre Ihre Botschaften,  
richte mich nach ihnen“

Übungen um wieder ins Gleichgewicht =  
Ausgeglichenheit zu kommen:

- Zum Liquorwasser gehen,  
und es fragen, warum Du  
die Geräusche im Ohr hast  
(evtl. unter Wasser tauchen in  
Badewanne-oder öffentlichem Bad  
und hören, wie dieses rauscht – welche  
Töne dort hörbar für Dich sind)
- Cranio-Sacral-Therapie
- Zu den Geräuschen gehen und  
sie fragen, was sie dir mitteilen wollen

Willst Du Dein Alter vorziehen und  
schon jetzt ins Kloster gehen? = Frührente ?

Dafür ist es noch zu früh –  
die Kinder brauchen  
eine Lehrerin wie Dich  
um Freude an Musik –  
am musizieren zu haben

- oder kannst Du Dich  
schon dorthin wenden und  
eine neue Stelle annehmen? evtl.  
an Internatschule eines Klosters ?  
-

Dein Herz ist da,  
wo Deine Gedanken sind -

Deine Gedanken sind da,  
wo Deine Sehnsucht wohnt  
und noch wohnt sie

im Traum von Gemeinsamkeit  
mit einem Partner –

im Traum von Nähe und Geborgenheit -  
im Traum von Armen die Dich umfassen -  
im Traum von Händen die Dich tragen

hast Du dies alles schon gespürt,  
in dieser, Deiner Welt und auch dort,  
wo Du mit MIR lebst ?  
+

Fange an, diese Gefühle  
zu tanzen und sie sind da,  
bei Dir – Jetzt im Tanz

Öffne Deine Hände (s.Mondgedicht)  
und spüre in der Meditation,  
was ICH Dir schenke –

Meditation ist Aktivität im Innen  
und kann die Ohrgeräusche heilen,  
so Du es annimmst

Wohnung:

- andere Türen-Fenster  
(3fach-5fachVerglasung)
- Wände zu Nachbarn isolieren
- Mitbewohnerin

## Mondbotschaft

Stille Freude  
der Mond  
tanzt in meinem Herzen

Musik  
erklingt im inneren Raum  
Heimatmelodie...

Tief im Inneren  
spüre den Ton  
der weich und sanft  
der Schöpfer ist

Öffne Deine Hände

empfange  
was ICH Dir schenke  
und freue Dich,  
Mein Kind zu Sein

Tanze  
im Reigen der Nacht  
spüre Meiner Liebe Macht

schenke Dich dem Leben  
und  
sei wie Ich

Reflektion  
des Immerwährenden Lichts  
+++

## Empfängnisregelung

E-Töne  
in Übereinstimmung  
mit dem Herzen  
in Spiralförmigkeit in Eierstöcke  
und Gebärmutter fließen lassen  
an fruchtbaren Tagen

1. für Empfängnis
2. für Verhütung

vorher Befreiung:

Alle Informationen in Dir

Mann & Frau löschen,

die dem entgegen wirken  
und die mit dem  
ursprünglichen Selbst  
in Uneinigkeit sind



Lebensei



Lebenssamen

Am

## Hundekind

Dieses kleine Wuschelwesen  
sprang mir vor die Füße,  
kugelte sich auf den Rücken  
- ich lachte leise und  
kraulte es am Bauch und  
es zeigte mir seine Lebensfreude,  
die aus dunklen Kulleraugen strahlt

das fast unterwürfige Winseln,  
die Vibration des ganzen Körpers  
von den Ohren bis zur Schwanzspitze  
ist Lebensausdruck total und

auch die Enkelin ist wie verzaubert -  
verliebt in dieses winzige Hundekind,  
das ihr die Ferienfreude in einem  
herbstlich-kalten Italien versüßt -  
kein Regen hält sie ab, schließlich  
ist neben der Hundehütte noch Platz  
unter dem Dach und die Kleine  
(una femina Bella Piccola Italiana)  
wird noch von der Mutter gesäugt

Tag für Tag, Stunde für Stunde  
spielen sie und die beiden Hündinnen  
und so geschieht, was geschehen muß:

Oma bekommt einen Hundekuss  
ist hin und weg und  
Picolla zieht ein bei ihr  
dem Himmel & L Dank dafür!

Auf kurzen Beinen steht sie da,  
mit kuschelpelzgem Hundehaar  
eine Hand voll Leben  
eine Schönheit, die die Abstammung  
vom Wolfsrudel - Fell in dunklem Schwarz  
mit Braun an Wangen, Ohren, um die  
Augen, an den Pfoten und Beinen und unter  
dem Kinn und auf der Brust gesprenkelt mit  
einem weißen Klecks - erkennen läßt und  
auch der Fuchs - Spitz läßt grüßen,  
denn der Vater ist unbekannt...

So klein sie ist -  
so pfiffig, schelmig, witzig  
blickt sie in die Welt und  
jeden Tag gehts nochmal  
an Mutters Brust, denn die  
hat noch viel Milch, die ja  
so lecker schmeckt -  
außerdem macht das Spielen  
den Beiden großen Spaß

Heute, am 2. Dezember 03  
wird sie 3 Monate und ist  
ein Wonneproppen:  
proportional gut gewachsen,  
ein wenig krumme Beinchen  
die sie flink bewegt und  
schon sehr gelehrig

Ihren Namen bestimmte sie selbst,  
denn erst beim 3. klappte sie  
die Ohren auf und der ist  
Peggy -

## Spielhund

Das Lieblingsspiel von ihr ist Fliegen,  
ja – kaum zu glauben aber wahr - wie ?

den Knoten der alten Strümpfe  
zwischen den Zähnen und festgebissen  
bis zum geht-nicht-mehr  
heb ich sie hoch, schwinge ich sie  
ein kleines Stückchen hoch, rundherum  
und von rechts nach links und  
so „fliegt“ sie durch die Luft,  
was sie ohne Ende mag  
oder  
springen vom Schaukelstuhl zum Sofa –  
erstaunlich, wie mutig weit sie  
das schon schafft, denn der Abstand  
wird natürlich immer größer und

durch die Zimmer  
auf die Sonnenterasse hetzen  
an mir hochspringen und weiter gehts  
hin und her bis sie etwas müde ist

als Hundebaby schläft sie dann  
eine ganze Weile lang und  
träumt von ihren Abenteuern:

die Welt steht ihr offen,  
jeder Tag bringt Neues  
und bald gehts  
auf die große Reise in den Norden  
nach Norddeutschland, ihrem  
2. Zuhause

Da wartet ein großes Haus und  
ein riesengroßer Garten auf  
die kleine „ Bella Italiana“ Peggy.

hier ein Briefausschnitt vom November 03:

Peggy  
Nach dem Besuch von Sohn-Enkeltochter  
blieb ich mit einer kleinen Hündin  
- Peggy - zurück, die mich  
wie ein Baby jede Nacht rausquitscht -  
supersüß ist und ich hoffe, sie wird nicht  
allzu groß - die Mutter geht mir bis zu den  
Knien und der Vater ist unbekannt -  
die Mischung machts eben:

ein kleines, bildhübsches,  
drolliges, quirliges Wesen,  
das ganz spitzbübiger und  
hellwach in die Welt guckt -  
kurz und gut, sie tut mir gut  
(und ich hoffe, ich ihr auch)  
denn

spazieren gehen (wobei ich sie oft trage,  
weil die kleinen Beine mal Ruhe brauchen),

spielen miteinander - es ist schön  
und sobald sie neben mir liegt,  
zu meinen Füßen oder auf meinem Schoß,  
kann ich auch was tun ...

+++

## Elfenwelten

Das wird heute eine kleine,  
aber feine Runde –  
fein, weil alles so zart ist

Die Ebenen der Elfen  
die leicht schweben hilft ...,  
ihre Entsprechung im Geistigen finden

Das Leichte bricht das Harte,  
ein Tropfen der stetig fällt  
höhlt den Stein und  
so können  
Gedanken von Leichtigkeit  
wehende Schleier zeugen  
und tanzenden Schrittes  
in – zur Heilung führen

Der Boden unter Deinen Füßen  
trägt Dich ein Leben lang,

gehe aufrecht und weich  
über die Erde –

Danke ihr für die Stabilität  
die Berge, die Steine, den Sand

danke ihr für die Wasser  
Schnee/Eis, Regen, Tau  
Bäche, Flüsse, Seen, Meere

danke ihr für das Feuer  
der Sonne, dass sie auffängt  
und in Holz speichert, das  
im Ofen knisternd wärmt  
und  
das in ihrem Inneren  
Quellen von Energie birgt

danke ihr für die Luft,  
die der Wind Dir zutreibt,  
die Dich leben – atmen läßt

danke Ihr, die Deine Mutter IST  
und Dich trägt , Dich nährt,  
Dich liebt  
-

Zunge zwischen die Zähne oder  
Zunge an oberen Gaumen zur  
Entlastung von Kiefernspangen

Bild einer gedämpften Sonne im Kreis

Farben in Rhythmen,  
Farben die sich sammeln  
Goldfluss und weiße Quelle

wie hinter Nebeln Schattenbilder  
die hin und her schwingen in  
wichtigen Farben für mich  
+

Einlassen auf Elfebene:

Liebliche Töne weben  
die Zeichen der Zeit  
die Jetzt IST -

strahlender Sonnenschein  
schenkt funkelnde  
Diamanten im Schnee -

der Wind  
weht im Feuer des Holzes,  
der es im Leben bewegte -

die Wärme  
strahlt als Licht in uns

Himmel und Erde sind EINS  
im Ton der Schöpfung

Klänge und Farben  
zaubern ein Lächeln,  
zaubern Entspannung

schenken des Lebens Gaben

im Atem der Dich liebt -

strömende Wärme  
aus Elfenwelten hüllt Dich ein,  
durchfließt Dein Sein

Übung:

Lasse sie fließen in  
Dein belastetes Sonnengeflecht und  
Dein rechtes Scheitelchakra

mache Dich bereit,  
dort ist Deine Aktivitätsblockade  
für „ Dein Tun “  
-

war schwierig- ist schwierig  
zu beschreiben:

fühlte mich  
an die Hand genommen und  
am Anfang flog ich  
über die Elfenwelten

dann war es  
wie tanzen der Farben  
in Rosa und Grün

wie im Meer und sehr tief -  
dort war Bewegung und  
es stiegen weiße Kugeln  
an die Oberfläche ins Licht

wurde rosa und rot,  
bin am Herzen, bin im Herzen und  
es wurde dunkelrot und dunkler  
kein Erkennen mehr

+++

Ausbildung Altenpflegerin?

Energiestatus:

Starke, rechte, aktive Seite

schwache, belastete linke, passive Seite

Die Aktivität

an-in dieser Tätigkeit tut Dir gut

Deine weibliche, schwache,  
belastete Energie kannst Du  
damit ausgleichen.

Es werden innerlich und äußerlich  
Harmonien entstehen, so Du  
diesen Beruf wählst

-

Breite Dein Licht in Dir aus  
strahle es hinaus  
hinaus in eine Welt,  
die seiner bedarf

Gib – empfangen  
sei ohne Bange  
sei freundlich und leise  
und Du bist weise

zerrede es nicht,  
Zweifel gib keinen Raum

Entscheidung tut not

Entscheidung ist gut

wähle den Weg und  
gehe gelassen,  
Du kannst es fassen  
mit Herz, Hand und Verstand

gesehen:

eine Lichtgestalt  
die behütet und beschützt  
Deinen Weg – Dein Leben

Ort ? Ja, Wärme im Rücken

-

Farben und einen Tunnel,  
wo am Ende das Licht war

alle Hilfe ist da

- Japanische Schriftzeichen

- Nonnen am Strand als

Synonym für Deine spirituelle Seite

mit der Du Sterbende begleiten,

ihnen vom irdischen ins himmlische Meer  
beistehen kannst

- eingewickelt am Seil für

Transformation – Wandlung

(Raupe-Schmetterling)

+++

Was ist für mich jetzt dran ?

Etwas Neues - Mache es schön!  
etwas Freies, mache es gebunden  
etwas Schweres, mache es leicht  
etwas Kaltes, mache es warm  
etwas Reiches, mache es arm

Webe zusammen die Zeilen  
eine, mehrere Weilen und es entsteht  
Eine Neue Welt -  
Reich im Innen, arm im Außen -

Glücklichkeit wartet im Herzen das lebt,  
Erinnerung heilt in der Zeit  
Altes vorbei - Neues herbei!

Dies Leben gelingt  
weil es Dir bringt  
was Du ersehnt:  
Dein Hoffen = Hoffnung  
Dein Glauben = Glauben  
Dein Liebe = Liebe  
-

Es ist wichtig,  
Dein Joch abzuwerfen,  
Dein Joch, das Dich hält,  
bindet, knechtet, beugt

Beuge Dich vor der  
Macht der Liebe,  
Sie - es Ist Deine Macht  
für Dein Leben

Am Anfang schwarz, ein großes weißes Bett  
mit weißem Leinen und ich lag weiß geklei-  
det darin (Geborgenheit-Unschuld-Tod) viel  
Bewegung, zugefrorene Eisdecke, ich da-  
runter und sehe Eiskristalle darauf von  
unten und ein Fischauge veränderte sich in  
andere Fischaugen, die immer grässlicher,  
hässlicher, gruseliger wurden und dann  
ganz viele Dinge in Art von Schattenspielen,  
Rauch der zusammen webt, viel dunkel,  
dunkelgrau-schwarz mit blendenden  
Pink-Weißlichtern, dann ein Haus, Menschen  
großes, helles Zimmer wie auf Schulbank  
sitzen und vor mir saßen 2 Personen und  
einer stand am Pult - Raum voller Bücher  
wie im Zeichentrickfilm bin weiter raus und  
zurück blieb ein Puppenhaus -  
grüne Farbspirale (für Heilung und Herz)  
wurde weiß und blieb hell

Gespräch: Unterwelt - Emotionale -  
Neutralisation mit dem Satz vom Herzen  
her: „Womit auch immer dies zusammen-  
hängt, ich vergebe es vollständig, es spielt  
keine Rolle mehr“ (lt. Serge King „Huna“)

Bild: Jakob schläft, sieht im Traum die  
Himmelsleiter mit Engeln auf jeder Stufe,  
nachdem er vorher mit dem Engel gerun-  
gen, eine Verwundung an der Hüfte  
davongetragen und dem Engel gesagt:  
„Ich lasse Dich nicht, es sei denn,  
Du segnest mich“

+++

## Fragen Ausbildung

Ist die Ausbildung richtig für mich?

Gib Deinen Mut und  
Deine Zuversicht,  
Deine Freude und  
Deine Glücklichkeit  
in und mit dieser Arbeit  
in Deine Bewerbung hinein

der Weg ist offen,  
nimm Dein Hoffen,  
nimm Deinen Mut  
und alles ist gut

Bewerbe Dich parallel bei ... und  
bei der ... gib an, dass Du bereit  
bist, auch in einem anderen  
Altenheim der Umgebung oder  
auch weiter weg, Deine Ausbildung  
zu machen, weil Du die Fachkompetenz  
von PflegerInnen und Unterrichtenden  
schätzen gelernt

Wie mein Gewicht reduzieren ?

Etwas Speck auf den Rippen  
macht Dich hübsch!  
Strebe an, langsam zu gehen  
mit dem Abnehmen:

- Spazieren bei Wind und Wetter  
(Beginnen mit ½ Stunde ums Haus)  
tief zu atmen dabei und frei zu sein
- schwimmen ist auch gut
- Ernährung: frage Deine Mutter und  
lasse die Butter = Fett und Süßigkeiten weg
- Medikamentenänderung
- Tue jeden Tag etwas, was Dir eine  
zusätzliche Freude gibt:  
malen, singen, basteln, Sprachen lernen  
oder auch ehrenamtlich helfen
- höre auf mit dem Rauchen,  
es hindert Dich,

Du Selbst zu Sein

+++

## Einstiegsmeditation:

### Meditation:

ich bin Liebe -  
Liebe öffnet mich -  
ich bin wunderbar,  
einzigartig und liebenswert -  
ich gebe mich der Liebe hin ....

### Energiestatus:

jemand steht auf Deinem  
linken, weiblichen Fuß,  
wer, was oder wen läßt Du dort stehen?

Belastung Kopf, Hals,  
Nebenhöhlen, Ohr =

nicht hören auf Deine Innere Stimme,  
gehörchen lernen -  
nicht rauchen  
Bewegung

schöne Töne für Heilung  
Wärme linke Seite

-

Ich bin zuviel in Meinem Kopf  
ich bin zuwenig in meinem Körper,  
alle Energien stauen sich

## Möglichkeit der Auflösung:

Jetzt lasse ich alle Blockaden los,  
atme in jede Zelle meines Körpers,  
atme die Kraft, die mir Leben gibt,  
die Lebenskraft in mich

Tanze nach den Liedern  
in Tabaluga,  
bewege mich frei und offen im Leben

- Tabaluga lesen
- schwimmen
- gebe mein Schubladendenken auf

- Schilddrüsenkontrolle

### Affirmation:

Von den Medikamenten die ich einnehme,  
nehme ich die Hilfe an, die ich brauche  
und alle anderen Stoffe scheidet mein  
Körper – mein Geist wieder aus und  
die Erde wandelt sie in Gutes – Danke

## Teil II: Engelkarte „Loslassen“

was ?

## Schubladendenken, Alpträume

- die Schwere des Mutes = Schwermut  
Ersatz:  
Die Freude mit Mut für mich und Andere  
im Leben zu stehen
- Trägheit  
Ersatz:  
Ich bewege mich leicht, tanzend  
(Tabaluga)
- Sucht - Schokolade  
Ersatz:  
Ich knabbere Möhren und  
suche meine Identität, die  
noch verborgen in mir ruht
- mir ist schlecht geworden  
falsche Nahrung,  
Ekel vor Spinnen, Fisch  
Ersatz:  
Ich nehme gesunde Nahrung zu mir
- Bauchkrämpfe davon,  
was ich im Bauch fest halte?  
Ersatz: Ich lebe meine Gefühle
- Kopfschmerzen  
Ersatz: Gedanken frei lassen

Schokolade - Wie schaffe ich es, ohne bzw.  
mit wenig Schokolade auszukommen?

Mache Dir klar: - die Schmerzen Deiner  
Bauchspeicheldrüse, - sehe bitte, dass Du  
Deinem Körper damit Schmerz zufügst,  
also sage bitte

beim Griff nach dem Schokoriegel:

Ich esse Schmerzschokolade!

Höre nach innen und spüre, was Du tun  
kannst

-

ich hatte starke Kopfschmerzen

-

Was tue ich, damit es mir besser geht ?

Hören: Klassische Musik, Meditationsmusik,  
Deine Innere Musik -

Rauchen aufgeben: gut und bewusst atmen,  
mindestens 1 Spaziergang am Tag in  
frischer Luft -

etwas Freude über Dein Leben

in Dein Herz nehmen -

etwas Liebe für Dich und die Menschen,  
Tiere, Pflanzen vom Herzen her schenken,  
etwas Güte ausströmen aus Deinem Herzen  
in die Welt und alles wird doppelt zu Dir  
zurückkehren -

Partnerschaft – evtl. heiraten  
nett und sympathisch sein

-

Kopfschmerz weniger

+++

Freundin

Liebe,  
dies schreibe ich als Freundin,  
das Thema um das es geht, sind  
die ...:

Für mich bedeutet es  
einen Verrat am Geist von ...,  
den Du mir glaubhaft als von  
Kosmischer Liebe und von Dem  
Liebevollen Herzen getragen  
geschildert hast.

Was Du aber zulässt und  
auch deckst, hat m.E. etwas mit  
Abhängigkeit, Krankmachung, Profitgier  
und Menschenverachtung zu tun und  
hat nichts mit der Förderung von Leben  
und Lebendigkeit gemein.

Kein Licht ohne Schatten !??

Wenn jedoch Drogen  
der Schatten vom Licht in ... sind,  
so würde ich an Deiner Stelle  
lieber etwas von der Lichtstärke  
zurücknehmen, damit es nicht  
so schwarze Schlagschatten gibt.

Was mich  
auch noch sehr bedrückt,  
ist die Mitwisserschaft in die ich  
geraten bin und ich gedenke  
gerade auch im Namen  
meiner Kinder, in Abstimmung mit  
meinem Herzen, tätig zu werden.

Was Du meiner Meinung nach in  
Deiner Naivität nicht siehst, ist der  
Teufelskreislauf, in den auch Du  
hineingezogen wirst, wenn es  
publik wird, was dort passiert.

Daher bitte ich Dich inständig  
von ganzem Herzen:

Sprich mit ... (sie haben sicher eine  
couragierte Mutter nötig!) und  
vernichtet alles sang- und klanglos,  
sodass KeineR zu Schaden kommt

Bewusstseinsweiterung über Drogen  
ist nicht die Abkürzung, sondern  
gesundheitlich teuer erkaufte Illusion!

Mögen Dir bei Deiner Entscheidung  
alle Engel zur Seite stehen.

In Liebe und Achtung ...  
+++

Wochenende

Energiestatus bei Wochenende  
in ...

Belastung linke Seite  
Belastung Nasennebenhöhlen  
und Kopf -  
Stechen Kommunikationschakra  
von außen

Sprich Bitte:

Ich segne Mutter ..  
ich segne mich und alles Leben

ich bin frei  
- loszulassen was vergangen und  
meine Schattenangst zu umarmen,  
  
- auszulöschen meine  
selbsterschaffenen Phantombilder

Ich bin frei, anzunehmen  
was mich weiterbringt und  
anzunehmen

die Liebe-Wärme-Unterstützung  
und Heilung meines ICH BIN

Irischer

Reisesegen

Möge Dein Weg  
Dir freundlich entgegenkommen

Wind  
Dir den Rücken stärken

Sonnenschein  
Deinem Gesicht  
viel Glanz und Wärme geben

Der Regen  
möge Deine Felder tränken  
und

bis wir Beide – Du und ich –  
uns wiedersehen  
halte Gott Dich schützend  
in seiner Hohlen Hand

+++

Protokoll von  
Gemeinsamkeit in ....

Meditation mit ...

alle Belastungen  
die Du spürst im Raum  
gehören denen, die bei Dir sind  
Menschen, Dingen, Erde usw

Durch Überprüfung  
aller Lasten in der Runde  
erfahren = gehört, dass  
es nur so möglich ist-war,  
die Belastungen von ...  
sichtbar zu machen

Dein Kreuz ist, es tragen  
mit den Energien Gottes-der Göttin;  
Stärke, Kraft für alle Arbeiten  
fließen daraus für Dich  
und alle die es wollen

Du bestimmst,  
wer wann .... verlässt  
in Absprache mit  
Deiner Inneren Stimme

Du wirst geführt  
im Umgang mit allen-m

Höre:

Erbringt jede Woche 2 Stunden für ....  
und 2 Stunden für die Organisation  
einer Gruppe

lasse ... nachfragen und Dir sagen  
wann und ob sie es tun und  
die beiden Termine mit Dir haben will

-

nimm ein Bewegungsbad, ruhe Dich aus,  
reinige den Raum und  
sie wird Besuch erhalten, der „für Dich“ ist  
(war eine Person, mit der sie .... verlässt)

in Meditationgruppe am Abend erfragt und  
als Antwort erhalten, dass ... ihren LehrerIn  
finden wird, z.Zt. total blockiert ist

-

Frage ..., ob sie nachgefragt hat,  
Antwort: Nein  
Bitte erneut, es zu tun

Schreibe die Bitten auf, die für  
Zusammenleben in .... nötig sind:

-die Küche so verlassen,  
wie sie angetroffen wurde  
- die Wohnung zu kehren

- die Zweige wegzuräumen, mit denen ....  
übers Fest geschmückt war

+

Schreibe extra Zettel mit der Vorgabe auf,  
wann wir morgen die beiden Stunden  
gemeinsam arbeiten und bitte um Mitteilung,  
welcher von 2 möglichen Terminen ihr recht ist

Bitte sie auch, ... auszurichten, dass ich gerne bereit  
bin, mit ihm und ihr zu meditieren und evtl. ist er  
auch bereit bei anderen Fragen mitzumachen

-

nächster Tag:

- Frühstücke bei einer Freundin
- Bewegungsbad und ruhe lange aus

keine Reaktion von ...  
und

bei Kontakt der Inneren Stimme  
Höchstes Selbst ICH BIN -  
folgendes:

... hat .... sofort zu verlassen,  
da Weigerung, miteinander zu arbeiten

Schreibe ihr folgendes auf:

„Du hattest ein Lächeln auf Deinem Gesicht  
als ich es Dir sagte und ich freue mich,  
wenn Du .... so verlässt -  
ich wünsche Dir eine Gute Reise und segne Dich“

-

ich male und gehe schön spazieren

Anruf von ...

hat Schlüssel von Schuppen und Stall  
mitgenommen und geht auf meine Bitte,  
ihn bis Mittag vorbeizubringen nur  
mit dem Befehl ein:  
„Du musst warten, bis ich ihn bringe!“

Bitte mein Herz zu stärken in  
Vertrauen und Liebe -

Engelkarten:

Engel der Läuterung  
Engel der Begeisterung – Liebe  
Engel der Wahrheit  
begleiten mich und ich bitte um  
Mut und Zuversicht

Entscheide, den 1.Tag ohne ... zu sein,  
besuche eine Freundin mit Kind  
und wir spielen, essen gut und habe mich  
danach daheim vorbereitet für Vorlesen im  
Altenheim und

am Abend eine Heilmeditation  
für die Situation und die Frage,  
was ich tun soll, da kam  
folgendes:

## Meerklang

Ich möchte eintauchen  
in ein Meer mich heilender Klänge

Ich möchte  
singen  
Lieder der Freude

Ich möchte  
gesunden an

Körper - Seele - Geist



Hot springs

+

## Weiterlieben

und  
ich werde weiterlieben

Da in der  
EINHEIT GOTTES  
Schwester- und Brüderlichkeit ist

Da  
LIEBE durch IHN  
LIEBE von IHM  
LIEBE in IHM

Das  
EWIGE IST

indem  
der GEIST aller Wesen  
Daheim IST

+

## Eifersucht

Handlungen  
die aus Eifersucht geschehen  
sind

Handlungen des Irrtums,  
- Menschen als Sachen zu betrachten  
die mir gehören = gehorchen sollen -  
- von Macht - Besitz und dem Bestreben  
die Bestimmung über alles =  
Kontrolle zu haben

Dein Herz  
davon befreien bedeutet,  
mit Allen, die in diesem  
Irrtum gelebt und leben

Einheit und Verzeihen spüren -

zurückzufinden  
in die Heimat der Wahrheit

Die Liebe, die Euch frei lässt

+

## Lernen

Du kannst  
lernen und begreifen  
dass

die Strahlen Deines Geistes

Deinen Körper bilden

er ist  
das Spiegelbild Deiner Seele  
die in ihm wohnt

die Einheit von  
Geist - Körper - Seele  
lebt auf Erden

Liebe  
die GOTT uns schenkt

+++

## Kommentar zu Lebensdialoge

Immer wieder  
versetzt mich das Lesen davon  
in einen großen Frieden, eine Freude.

Es ist die reine Liebe für mich.

So ein Geschenk - Wunder

Und immer ist es auch  
der regenbogene Seidenfaden  
zur Schleife gebunden,  
der mich so berührt,  
so zart und weich  
ist keine Buchhülle

Es ist dadurch auch  
so offen finde ich

Es ist so rein wie ein  
neu geborenes Kind -  
so schutzlos ohne den Bucheinband

Mir wurde klar deutlich,  
dass Dein Annehmen eines Jeden  
ihn einfach zu sich führt,  
ohne großes Bücherwissen von ihm,  
ohne Theorie von Dir  
trifft es  
hell und klar in die Seele:

„ Hallo - Hier bin ich -  
seht mal, was ich alles kann  
und ...

so in „Höchstes Selbst“

Das finde ich einzig  
den Menschen ins Herz gebracht.

Danke jubeln Dir alle zu, Liebe.

Es traf auf mich wie eine Freudenkugel

Danke für die Liebe