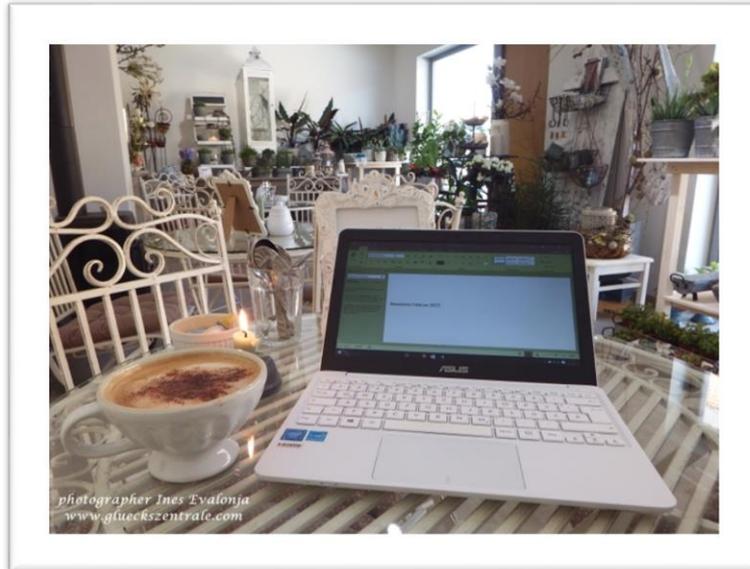


## Newsletter Februar 2017

Das Wunderbare am Schreiben ist, dass man es an jedem Ort tun kann. Ebenso das Finden von Motiven, freudvollen Erlebnissen – es kann in jedem Moment an jedem Ort geschehen. Die Inspiration fließt jedoch am Besten und Nachhaltigsten dort, wo man von Leben und Schönheit, gefühlter Harmonie umgeben ist. Dann wachsen der Seele Flügel und ich bin oft selbst erstaunt, was für Gedanken sich zum Ausdruck bringen.



Möge auch dieser Newsletter Freude schenken, Anregen zum „Weiterdenken“, das Innere weiten und öffnen für die Liebe und all die Geschenke, die jeden von uns erwarten – tagtäglich – wenn wir nur lauschen und auch mal still stehen. Wenn wir uns immer wieder ganz bewusst auf die Reise durch den Tag begeben. Schön, dass Du dir Zeit nimmst für meine Gedankenreisen, die möglicherweise neue Räume und Sichtweisen öffnen oder Dich in Deinem Fühlen bestätigen. Möge dieser Newsletter das Eine oder Andere Geschenk für Dich bereithalten.

Inhalt:

- 1) Poesie
- 2) Das Märchen vom Geldbaum und dem Goldbaum
- 3) Seit dem letzten Newsletter...
- 4) Zwei Kochrezepte
- 5) Alphabet
- 6) Herzglückmomente
- 7) Der Goldene Mensch
- 8) Meine lieben Wünsche

## 1) Poesie



Manchmal offenbaren uns Worte  
Im richtigen Moment ein Geheimnis,  
das tief in unserem Herzen darauf wartete,  
entdeckt zu werden.

Manchmal sehen wir etwas,  
was uns erinnert an unsere Einzigartigkeit.

Manchmal öffnet uns ein Bild  
Eine neue Sicht auf uns und das Leben.

Manchmal braucht es einfach nur  
Das Stillwerden in uns,  
um die Liebe zu fühlen,  
die uns zur Wahrheit trägt.

## 2) *Der Geldbaum und der Goldbaum*



Auf einem Spaziergang fand ich eine Münze. Zwei Tage später hatte ich die Idee zu einem Märchen. Einen Tag danach bekam ich eine Münze mit der Abbildung eines Baumes – für mich die Bestätigung, dieses Märchen aufzuschreiben. Ich mache es zum Geschenk in diesem Newsletter. Viel Freude beim Lesen.

### *Das Märchen von dem Geldbaum und dem Goldbaum*



Es soll sich dereinst zugetragen haben, dass auf einem Weg an einem Fluss ein goldenes Geldstück glänzte. Es wartete darauf gefunden zu werden...

Ein Zwillingsspärchen entdeckte es!

Doch wem gehörte es nun?

Da die beiden ein gutes Herz haben, will es jeder dem anderen geben. Am Ende wollten sie es gerade liegen lassen für einen anderen Finder, als ihnen aus heiterem Himmel ein zweites Geldstück vor die Füße fiel, dessen Rückseite zierte ein Baum! Erstaunt schauten sie sich an und blickten zum Himmel. Da sahen sie gerade noch das Zwinkern einer Schäfchenwolke, die sich dann ganz schnell auflöste. Da standen die beiden mit ihrem Fund in der Hand. Noch wussten sie nicht, welches Abenteuer ihnen bevorstand. Sie hatten vor, das Geldstück in ihr Sparschwein zu stecken, doch es sollte ganz anders kommen.

In der folgenden Nacht hatten beide einen Traum. Friederike und auch Frederik träumten von einem Geldbaum. Dafür sollten sie das Geldstück als Same nehmen. Als sie sich am nächsten Morgen ihren Traum erzählten, stellten sie fest, dass sie denselben Traum gehabt hatten. Doch Friederike hatte eine andere Idee zur Umsetzung als Frederik. Frederik lachte Friederike aus, als sie im Garten ein Loch buddelte und ihr Geldstück dahinein legte.

Frederik hingegen kaufte für das Geldstück Samen beim Nachbarn von einem Baum, der wunderbare Früchte trägt. Er legte den Samen eben falls in eine kleine Grube, die er zuvor gegraben hatte.

Beide markierten die Stellen, an denen sie auf den Wuchs des Baumes hofften. Friederike stellte sich jeden Abend vor dem Schlafengehen in den herrlichsten Bildern vor, wie der Baum aussehen würde, der aus dem Geldstück wachsen würde. Es funkelte ringsum an den Zweigen, dort wo die Geldfrüchte wuchsen. Frederik hatte so oft er daran dachte, das Bild eines stattlichen Baumes vor seinem geistigen Auge und freute sich schon auf die ihm bekannten leckeren Früchte. Er würde sie im Laden nebenan abgeben und das Geld, das er dafür bekam, in seinem Sparschwein sparen. So war sein Plan.

Die Zeit verging. Während sich an dem Platz, wo Friederike ihr Bäumchen erwartete, nichts tat, wuchs an Frederiks Baumplatz schon ein stattlicher Sprössling. Er goss ihn fleißig, warf Friederike hämische Blicke zu und sagte:

„Wie kann man nur so töricht sein und glauben, dass aus einem Geldstück ein Baum wächst!“

Es gab Momente, in denen Friederike zweifelte. Doch dann bat sie immer ihren Schutzengel um Hilfe.

„Bitte lieber Schutzengel! Es hat sich so am richtigsten angefühlt gehabt. Du sagst immer, ich soll auf mein Gefühl hören! Natürlich sagt der Verstand, es ist dumm, wenn man erwartet, dass aus einem Geldstück ein Geldbaum wächst. Dennoch habe ich es getan, und es fühlt sich noch immer richtig an!“

Der Schutzengel antwortet:

„Nichts ist so, wie es scheint. Der Geist ist das Wesentliche. In Verbundenheit mit der liebevollen Absicht, werden Wunder wahr. Halte Dein Bild aufrecht in Deinem Herzen von dem Baum. Es hat seinen Sinn!“

Da war Friederike besänftigt und vertraute auf ihr Gefühl. Jeden Tag setzte sie sich an die Stelle, wo sie auf ihr Bäumchen hoffte und sang. Ihr Gesang war so lieblich, dass im Garten ringsum die Vögel ihr Zwitschern einstellten und lauschten. Eine Eichhörnchenfamilie, die in Nachbars Garten ihr Zuhause gefunden hatte, und auch ein alter Igel kamen in diesen Momenten immer ganz in ihre Nähe und hörten ebenfalls zu...

Während Frederik inzwischen die erste Ernte in dem Laden nebenan verkaufte und sich über den Ertrag freute, war noch immer nichts zu sehen von Friederikes erhofftem Baumwesen.

Es war der Tag vor der Vollmondnacht. Ihre innere Stimme sagte ihr, sie sollte in dieser Nacht für das Bäumchen singen unter dem weiten Sternenhimmel. Leise stand sie auf, zog sich an und lief nach draußen. Ihr

stockte der Atem, als sie den sternenklaren Himmel betrachtete. Sie setzte sich zum Baum ihres Bruders Frederik und begann zu singen. Sie sang von ihrer Hoffnung, dass an dem von ihr gewählten Platz ein besonderer Baum wüchse, wie ihn die Welt noch niemals zuvor gesehen hätte. Plötzlich erhellte direkt neben dem Vollmond eine Sternschnuppe den ohnehin schon hellen Nachthimmel. In ihr war das sichere Gefühl, dass sich etwas ganz Besonderes ereignen würde.

Es war am Tag nach Neumond. Sie schaute hinaus in den Garten und traute ihren Augen kaum. Ein kräftiger Baumstamm war zu sehen in einer Holzart, wie sie sie noch niemals zuvor gesehen hatte. Man konnte zusehen, wie er wuchs und wuchs und wuchs. Er hörte nicht auf zu wachsen. Immer neue Äste und Blätter brachte er hervor und wuchs immer weiter in den Himmel. Irgendwann konnte Friederike nicht mehr sehen, wohin der Baum wuchs, weil ihr Sehen so weit nicht reichte. Doch da meldete sich ihr Schutzengel:

„Schließ Deine Augen und nutze Deine Vorstellungskraft!“

Friederike tat, wie ihr geheißen. So verfolgte sie den Wuchs des Baumes weiter. Er stoppte nicht am Firmament der Erde, er wuchs über den Schutzmantel der Erde hinaus ins Weltall und weiter. Es war Friederike gar nicht möglich, zu erfassen, was da geschah! Plötzlich konnte sie einen anderen Planeten sehen. Er war mindestens so wunderschön wie die Erde. Als die Krone des Baumes den Boden des Planeten erreicht hatte, stoppte der Wuchs. Lediglich an den starken Ästen wuchsen noch weiter Zweige, Blätter... und da, auch die ersten Früchte, die aus purem Gold waren. Doch das allein war es nicht, was Friederike faszinierte. Sie sah, wie sich Wesen gleich den Menschen auf der Erde – nur größer – zu dem Baum hinbewegten. Sie hörte eine Mädchenstimme rufen:

„Elias, Elias komm schnell her! Unser Traum ist Wirklichkeit geworden. Da sah sie, wie ein Zwillingsspaar zu dem Baum gelaufen kam. Elias nahm die Hand seiner Schwester und sagte leise: „Elisa, träumen oder wachen wir?“

Elias und Elisa kletterten auf den Baum stiegen an ihm herab, weiter und weiter...

Friederike war so aufgeregt, dass sie die Augen aufschlug und nach Frederik rief. Er war gerade mit Geld zählen beschäftigt gewesen, als seine Schwester ihn rief. Er kam in den Garten und blieb wie angewurzelt stehen:

„Friederike! Was ist denn das?“

Friederike erzählte ihm von allem, was sie gesehen hatte. Die Geschwister fassten sich an den Händen und starrten an dem riesigen Baum empor. Es dauerte nicht lange, dann sahen sie Elias und Elisa. Sie hielten vor Spannung den Atem an. Dann war es soweit, die beiden „fremden“ Zwillingsgeschwister

Elisa und Elias sprangen vom untersten Ast des Baumes auf den Boden und schauten sich um. Da entdeckten sie Friederike und Frederik und liefen mit offenen Armen und einem warmen Lächeln im Gesicht auf sie zu. Die Kinder fielen sich um den Hals und umarmten sich minutenlang. Dann setzten sie sich in den Garten und Elias begann zu sprechen:

„Liebe Friederike, lieber Frederik – es ist tatsächlich wahr geworden! Niemand hat es wirklich glauben können, dass dies geschehen wird. Wir wohnen auf dem Planeten Atlantis. Es ist die Schwester Eures Planeten Erde. Atlantis wurde vor langer Zeit in Sicherheit gebracht vor der bösen, zerstörerischen Kraft, die sich durch die Macht des Geldes immer weiter nährte, wuchs und wuchs. So wie wir Geschwister sind, sind alle Wesen im Universum Brüder und Schwestern, so auch die Sterne und die Planeten. So wie es im Kleinen ist, ist es auch im Großen. Die dunkle Macht hat es über die Jahrhunderte geschafft, die Menschen immer mehr zu entzweien. Der Glaube an den schöpferischen Geist der Liebe ging immer mehr verloren und der Mensch lebt fernab von seinen Möglichkeiten... Alle wussten: „Die Menschheit und die Erde kann nur ein wirkliches Wunder retten.“

Und so wurde dieser Same, der für Menschaugen aussieht wie ein Geldstück, auf die Erde gebracht. Der ganze unendliche Himmel betete, dass geschehen würde, was das Wunder möglich macht. Nun seht, was sich ereignet hat. Es gibt nun eine Verbindung – eine Leiter – von der Erde zu ihrer Schwester Atlantis. Auf unserem Planeten ist es nur die Kraft der Liebe, die wirkt. Diese Kraft fließt nun durch diesen Baum von Atlantis zu ihrer Schwester und damit auch in alle Wesen der Erde. Alles Dunkle verliert seine Macht und Anziehung. Die goldenen Früchte am Baum wirken wie Energiekugeln. Wer sie in die Hand nimmt, ist beschützt und erhält alles, was wichtig ist für das zukünftige Leben. Auch den Menschen wird es möglich sein, aus dem Geist augenblicklich zu erschaffen, was gebraucht wird. Jedoch geschieht dies nur noch zum Wohle aller. Das Geld wird zu Staub verfallen. Es wird nicht mehr gebraucht. Es wird den Menschen wie Schuppen von den Augen fallen, in welchem Alptraum sie gefangen waren, den sie für einen schönen Traum hielten.“

Friederike und Frederik schauten sich staunend an. Nun lachte Frederik seine Schwester nicht mehr aus. Er entschuldigt sich bei Friederike und flüstert:

„Tut mir leid Schwesterlein, ich hab mich immer für klüger gehalten, dabei bist Du diejenige, die wirklich weise genannt werden kann. Du hast immer auf Deine innere Stimme und Dein Gefühl gehört. Ich ließ mich vom Verstand leiten und dem, was die Vernunft der Menschen mir einredete.“

Friederike schaut ihren Bruder schüchtern an und antwortet:

„Liebes Brüderchen, glaube mir, ich habe so manches Mal gezweifelt und Dich bewundert für das, was Du tust. Dein Sparschweinchen lächelte zufrieden über den Inhalt der immer mehr zunahm. Dein Weg war der, den man uns beigebracht hat. Sparsam sein für die Zukunft. Du hast aus einem Samen einen Baum wachsen lassen und dessen Früchte verkauft, um für später zu sorgen. Es war nur ein ganz besonderes Gefühl in mir, welches den Traum von dem Baum, den ich gesehen hatte von Tag zu Tag wachhielt. In mir war immer wieder der Gedanke, dass wir nicht verkaufen sollen, was Gott uns schenkt. Es ist nicht mein Verdienst, dass all das geschehen durfte. Ich bin nur meiner inneren Stimme gefolgt und habe meinem Schutzengel vertraut. Ich hab Dich lieb Frederik!“

und sie umarmte ihren Bruder. Als sie sich voneinander lösen stellt Frederik eine Frage an Elias:

„Was ist mit all dem Streit unter den Menschen. Die vielen Unstimmigkeiten wegen all der vielen Meinungen?“

Elisa antwortet:

„Sie werden verschwinden. Es ist das Böse, dass in den Menschen wirkt. Die Liebe zieht sich zurück, wenn das Böse die Oberhand gewinnt. Doch es ist nicht der Mensch! Während das Böse in ihm wirkt, schläft er. Doch nun kehrt von Atlantis die ganze Kraft der Liebe und Weisheit zurück auf die Erde und auch in den Menschen. Wo Liebe ist, hat das Böse keinen Raum mehr und muss verschwinden. Es werden sich immer die passenden Menschen finden, um Familien zu gründen in Harmonie. Sie werden wieder die Einfachheit der Dinge wertschätzen und sich über das freuen, was sie an jedem einzelnen Tag haben. Die Menschen werden erkennen, dass sie sich niemals um die Zukunft sorgen müssen, weil es die Sorge ist, die sie von allem fernhält, was für die Freude und das Glück eines jeden Einzelnen bereit ist. Alle werden wissen, ohne zu lernen. Alles war schon immer da, doch man ließ es die Menschen vergessen. Die Brüder und Schwestern von Atlantis werden sich mit den Menschen der Erde zusammentun. Aus ihren Verbindungen entstehen ganz neue Wesen, die das alte Wissen des ganzen Universums in sich tragen und dies zum Wohle beider Welten einsetzen. Es bricht eine neue Zeit an. Auch wir haben uns nicht ohne Grund getroffen. Elisa und Frederik werden eine Familie gründen, ebenso wie Friederike und ich: Zwei Zwillingspaare für die Erschaffung einzigartiger Gartenlandschaften. Es werden Tempel entstehen, die für die Menschen wie Jungbrunnen wirken. Harmonie wird überall spürbar und sichtbar sein.“

Friederike, Frederik, Elias und Elisa strahlten wie Sonnen – eine unsagbare Freude erfüllte die Kinder. Sie hatten alles um sich herum vergessen. Plötzlich begannen sie wieder wahrzunehmen, was um sie herum geschah. Den Kindern waren unzählige weitere Bewohner von Atlantis gefolgt. Auch immer mehr Erdenbewohner fanden sich ein. Ein unbeschreiblicher Frieden war fühlbar.

Die Kunde über das Wunder machte die Runde und zog immer weitere Kreise. Friederike wurde umjubelt und gefeiert.

Doch schnell verzog sie sich aus diesem Rummel. So im Rampenlicht zu stehen, war nicht ihre Sache. Gemeinsam mit Frederik, Elias und Elisa machte sie sich auf den Weg, um die Erde zu erkunden und dann Atlantis. Ihr Glauben, ihr Vertrauen und ihre Geduld hatten ein Wunder von solch großer Dimension in Erscheinung treten lassen. Immer wenn sie daran dachte, wurde ihr ein wenig schwindelig. Doch dann ergab sie sich wieder der Freude und dem gemeinsamen Weg in eine noch ungewisse aber für alle mit Freude erfüllte Zukunft.

Mögen wir immer daran erinnert sein, dass unser Verstand uns davon abhält, an das Unmögliche zu glauben. Allein das Gefühl und unsere weise innere Stimme vermögen es, uns den rechten, den freudvollen Weg der Liebe zu weisen.

Und da das Leben niemals endet und Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft nur ein Punkt im Jetzt sind, kann es sich so oder ähnlich zu jeder Zeit zutragen. Unsere Träume können nicht groß, nicht herrlich genug sein für die Zukunft der Menschheit und des ganzen Universums. Glaubst Du schon oder schläfst Du noch?

von Ines Evalonja – 31. Januar 2017

### *3) Seit dem letzten Newsletter...*



Erinnerst Du Dich an den letzten Newsletter und das, was ich über Manifestation im Winter geschrieben hatte? Es war nahezu magisch, was ich nach Aussendung des Newsletters erlebte.

Es folgten zwei „perfekte“ Wintertage mit strahlend blauem Himmel und Sonne. Wann immer ich durch den Wald lief, hatte ich das Gefühl, dort war alles zum Feiern geschmückt. Schnee lag wie in Girlanden auf den Zweigen. Ich kann mein Gefühl kaum beschreiben. Es war, als würde sich in der mir unsichtbaren Welt eine ganz große Freude verbreiten. Am Tag, als ich den Newsletter beenden durfte, durfte ich mich nochmals über den Anblick solcher Schneegirlanden freuen. Meine Schritte wurden spontan gestoppt an einem kleinen Baumhain – als ich bewusst hinschaute, entdeckte ich sie und mich erfüllte plötzlich eine unsagbare Freude! Hier folgen einige Bilder.



Ich danke Gott und allen hilfreichen Seelen im Diesseits und Jenseits für die Unterstützung auf meinem Weg.

Auf einem der Spaziergänge an den sonnigen Wintertagen entdeckte ich diesen Kasten und zog den Ausspruch heraus: „Alles wandelt sich durchs Gebet. Bete und glaube, und du wirst die Wunder Gottes erleben.“



So beobachte ich auch täglich fasziniert und bewusst, wie Eines zum Nächsten findet, sich Eines aus dem Anderen ergibt.

Für Anfang und Mitte der Woche war Regen angesagt, was bedeutet hätte, dass es sehr glatt wird – doch es setzte stattdessen leiser Schneefall ein. Das Wasser des Regens verwandelte sich also auf dem Weg zur Erde in Millionen kleiner weißer Sterne. Spürst Du diesen Zauber noch?

Die Welt ist ringsum wieder in die wie in Watte gepackt wirkende Stille und Ruhe gehüllt. Die Erde und alles in ihr ruhende darf sich ausruhen unter der Schneedecke. So hatte ich einmal wieder ein Glücksgefühl wegen des Schnees gefühlt, wie man es als Kind in sich hat, wenn die Schneeflocken tanzen.

Außerdem darf ich immer wieder schmunzeln, wenn das Wetter so ganz anders wird, als es die Technik voraussagt... Die Natur lässt sich nicht berechnen. Ihre Wahrheit ist größer als alles, was der Mensch baut und herauszufinden glaubt. Dies immer wieder auch veranschaulicht zu sehen, lässt mich Gott und der Natur danken. Erklären wieso das so ist, weiß ich nicht. Doch manchmal scheint es, also würde die uns unsichtbare Welt der Wissenschaft immer wieder ein Schnippchen schlagen. Freude und Glück ist mit denen, die in aller Hingabe und Ehre sich der Natur hingeben und nähern – ihnen wird sich das Himmelreich immer wieder durch Unzähliges offenbaren. Das kann man ganz bewusst fühlen.

Ich las, dass auch jeder Tag wie ein lebendiges Wesen ist. Nun stellte ich mir vor, wie sich so ein Wesen, das nur einen Tag da ist, wohl fühlen mag? Einen Gast begrüßt und verabschiedet man gebührend. Also ist ein guter Schritt jeden Tag in Freude zu begrüßen und sich auch von ihm dankend zu verabschieden. Sich mit diesem Wesen verbünden und sich zu fragen: „Was kann ich diesem Tag schenken, dass er froh gewesen ist, dagewesen zu sein?“ ist etwas ganz Schönes. Dann erlebt man, dass auch der Tag ganz viele Geschenke bringt – der Kreislauf von Geben und Nehmen setzt ein. Er setzt ein, durch das, was wir selbst dem Tag schenken und dies beginnt mit Dankbarkeit, dass er da ist, Achtsamkeit für ihn und der Freude für alles, was uns mit ihm verbindet, all dem Samen, den wir hineinlegen für kommende Tage.

Solch bewusste Gedanken und damit auch das Erleben des Lebens eröffnet ganz neue Sichtweisen auf das Leben selbst.



Weihnachten ist auch noch immer aktiv erlebbar. In vielen Kirchen sind noch die Krippen aufgebaut, geschmückte Christbäume, die noch bis Maria Lichtmess ihren Zauber „versprühen“ dürfen. Diesen winzigen Stern fand ich unterwegs. Per Email wurde ich sinngemäß gefragt: „Könnte nicht täglich Weihnachten sein – z.B. durch ein Lächeln, dass man sich schenkt?“ Wer hindert uns daran? Wir sind es, die täglich einen Hauch von Weihnachten in die Welt bringen können, nicht nur durch unser Lächeln... Jeder kann zu einem Erlöser aus Kummer, Schmerz und Streit werden. Jeder kann hilfreich sein durch so vieles. Jeder kann mit gutem Beispiel voran gehen. Die Liebe und das Licht sind die Währung, durch die wir uns beschenken und sie sind mit keinem Geld der Welt ausgleichbar. Die Liebe ist da – für jeden von uns – wir schauen nur allzu oft in die falsche Richtung und erkennen sie nicht. Die Liebe folgt keiner Logik und lässt sich auch durch keine berechnenden Handlungen erzielen. Da sie der erschaffende Teil der Natur ist, ist sie in allem Natürlichen zu finden – für alle, offen für sie sind.

Den Wandel der Jahreszeiten ganz bewusst wahrzunehmen und die Botschaften darin erkennen, ist ein Geschenk, welches sich jeder selbst machen kann. Die Natur öffnet sich jedem in ihrer ganzen Weisheit, der ihr mit Liebe, Respekt und Ehrlichkeit begegnet und wirklich erkennen möchte. Sie ist unser aller Mutter – wie könnte sie nicht geben wollen? Sie tut es Tag für Tag für Tag – sie gibt so vieles, was unbeachtet bleibt. Ebenso ist es mit Gott, der in jedem Moment präsent ist und uns Gelegenheiten schenkt, um ihm zu begegnen.

An einem solch segensreichen, sonnigen Wintertag sah ich das folgende Plakat:



Ich lächelte und sagte: „Ja Gott, ich sehe Dich und ich fühle Dich so oft. Tausend Dank!“

Geben wir Acht auf unsere Gedanken und Worte... der Winter zeigt uns, was es heißt, dass sich der Geist in der Materie manifestiert. Wer sehen kann, der möge sehen.

Seit dem letzten Newsletter durfte ein neues Buch in die Welt:

**„Dem Glück und der Freude auf der Spur“.**

Es ist ein Sammelband aus Geschichten und Märchen:



Lass Dich entführen auf Reisen ins Zauberland der Elfen und Feen, ins Reich der Rosen, der Berge und vieles mehr. Schalte mal wieder ab und lass die Worte auf Dich wirken wie in Kindertagen. Unser Leben ist voller Wunder und Schönheit, wenn wir beginnen, es wieder mit den staunenden Augen der Kinder zu sehen. Mit der Liebe in Kontakt sehen wir auf ganz andere Weise, dann tritt unser logisches, einordnendes Betrachten beiseite und wir betreten das Feld des Fühlens, das Feld der unendlichen Möglichkeiten unserer Fantasie.

Das Buch kann bei Interesse über die ISBN-Nr. 978-3743182059 über alle Buchhändler bestellt werden.

#### **4) Zwei Kochrezepte**

Das Erste ist eine kräftigende „Heilsuppe“, deren Rezept der von mir hochgeschätzte Bruno Gröning einem damaligen Freund hinterließ.

Er riet, diese Suppe während der Zeit von körperlichen Reinigungen und Regelungen zu essen. Sie ist daher heilsam, weil die Kartoffeln nicht in Stücke geschnitten, sondern aus ihnen runde Formen herausgeschnitten werden.

Ich durfte sie selbst schon anwenden bei einer Bronchitis. Zusammen mit „Inhalieren des Dampfes von Kräutersud“, Trinken von Kräutertee, heißem Bad und Schlaf, so wie es der Körper wollte, Spaziergängen an frischer Luft und der Nutzung der Kraft von Büchern und DVD's von Braco ging es mir innerhalb kürzester Zeit – ohne ärztliche Hilfe – wieder rundum wohl.

#### **Kartoffelsuppe nach Bruno Gröning**

Zutaten:

5-6 Kartoffeln  
1 Packung Wurzelwerk (Suppengrün)  
3-4 EL Mehl  
Butter oder Butterschmalz  
Meersalz

Das Gemüse klein schneiden, die Kartoffeln schälen und wie oben beschreiben in runden Formen klein schneiden. Alles in Meersalzwasser kochen, bis das Gemüse und die Kartoffeln weich sind.

Dann das Mehl in der Butter (dem Butterschmalz) bräunen (= Mehlschwitze) dieses unterrühren und mit der Suppe 10 Minuten köcheln lassen. Die Suppe kann so verzehrt werden oder auch püriert. Mit frischer Petersilie verfeinern.

Wohl bekomm` s und immer die beste Gesundheit!

Das zweite Rezept entstand ganz spontan aus vorhandenen Zutaten. Es schmeckt jedoch so fein, dass ich es gern weitergebe. Es kann separat mit angeröstetem Brot gegessen werden oder auch mit Beilagen nach Wahl.

## Gemüse aus Rote Bete und Äpfeln



1 Packung vorgekochte Rote Bete (oder frische Rote Rübe in Salzwasser kochen)

1-2 Äpfel

Meersalz nach Geschmack

Erdnussmus (KEINE Erdnussbutter!)

1 Clementine

Butterschmalz

Petersilie

Rote Bete und Apfel in dünne Stifte schneiden. Diese in Butterschmalz dünsten. 2-3 EL Erdnussmus, den Saft der Clementine und Meersalz nach Geschmack unterrühren und einige Minuten ziehen lassen. Petersilie zum Garnieren – wer mag, kann diese auch unter das Gemüse heben.

Sicherlich kann man dies auch noch vielfältig abwandeln mit weiteren Gewürzen.

Guten Appetit!

## 5) *Alphabet*



Wenn Du Dich und Dein Leben betrachtest. Wofür stehst Du, was beinhaltet Dein Lebensweg? Wohin entwickelst Du Dich? Was beschäftigt Dich im Innersten? Es ist interessant, das Alphabet so mit Sinn und Worten zu befüllen und zu schauen, ob und wie es sich von Jahr zu Jahr verändert oder bleibt, wie es ist.

A chtsamkeit  
B alance  
C harisma  
D emut  
E delmut  
F eingefühl  
G ott  
H armonie  
I nnigkeit  
J esus  
K unst  
L iebe  
M ut  
N ähe  
O dem  
P hänomene  
Q ualität  
R einheit  
S egen  
T un  
U mgang  
V ergebung  
W nder  
X ylophon  
Y in und Yang  
Z eit

### *6) Herzglücksmomente*

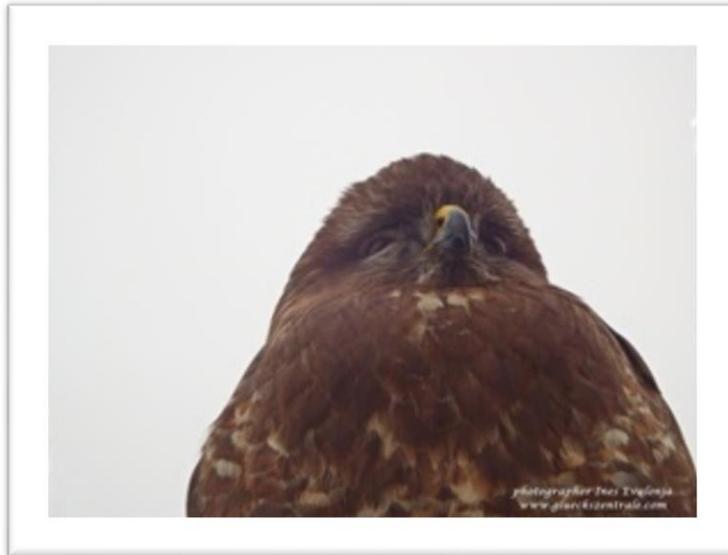


Es ist so großartig zu erkennen, wie eines das andere nach sich zieht, wie ein Tag mit dem nächsten verbunden ist. Dies zu beobachten ist schon sinnerfüllter Lebensinhalt an sich. Mich versetzt es immer wieder aufs Neue in Erstaunen. An einem Tag saß ich in einem Café und las ein Buch über Sternschnuppen – wunderschöne Geschichten. In der darauffolgenden Nacht wurde ich wach und einmal wieder rief mich meine innere Stimme nach draußen, um den herrlichen Sternenhimmel zu bestaunen. Und was durfte ich sehen? Eine Sternschnuppe. Es lässt mich immer wieder ehrfurchtsvoll staunen, wie dies möglich ist. Manchmal stelle ich mir vor, dass jemand gleich mir in diesem Moment zum Himmel schaut und diese gleiche Sternschnuppe sieht... und man sich möglicherweise eines Tages trifft in diesem Leben. Viel zu selten öffnen sich die Menschen für all das wirklich Kostbare im Leben.

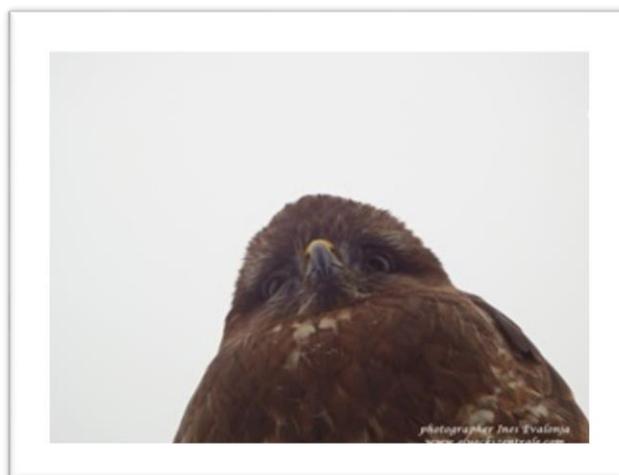


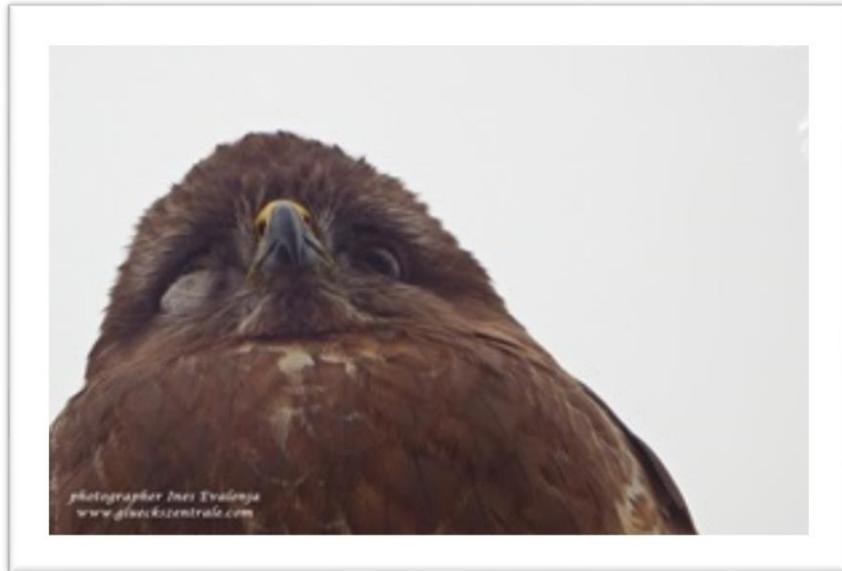
Diese Rosen wurden bei einem Gemischtwarenladen erstanden. Einem Impuls folgend, stellte ich sie bei zwei Livestreamings mit Braco`s gebendem Blick vor das Laptop. Sie sind inzwischen fast 3 Wochen in der Vase und nehmen an Schönheit immer mehr zu – das ist für mich ein großartiges Geschenk und immer wieder aufs Neue ein Wunder.

Die Blumen von den Liveveranstaltungen mit Braco haben ebenso die Besonderheit, ganz lange frisch zu bleiben. Außerdem sind sie ein anschauliches Beispiel, dass diese Kraft uns „Leben“ schenkt. Diese Kraft ist die reine Liebe.



Auf einem Spaziergang erhielt ich ein ganz besonderes Geschenk. Schon eine gefühlte Ewigkeit war es ein Wunsch (den ich schon „vergessen“ hatte), einen Greifvogel zu fotografieren. Doch immer, wenn die Kamera startklar war, war der Vogel weggeflogen. An jenem Tag – es war während der 3 Tage der Livestreamings im Januar – sah ich von Weitem einen Vogel auf einem Zaun einer Brücke sitzen. Vorsichtig holte ich meine Kamera raus und zoomte den Vogel heran und machte einige Bilder. Langsam ging ich weiter, doch er blieb sitzen. Auch noch als ich vor ihm ganz nah stand. Es waren magische Augenblicke. Hin und wieder schloss er ein Auge (Bis dahin war mir gar nicht bewusst, dass die Augen eines Bussards sich von unten nach oben schließen durch nur ein Augenlid) und das wirkte, als würde er mir mit dem einen Auge zuzwinkern. Es war so ungewöhnlich, dass ich annahm, dass der Vogel möglicherweise Hilfe braucht. Ich nahm die Sonne an meiner Kette (das Symbol von Braco) in die Hand und bat um Hilfe. Doch der Vogel erhob sich wenig später in die Lüfte und zog einige Kreise, bis er sich wieder auf einem Platz niederließ. Außer mir freute sich noch ein Junge, der einige Zeit später dazu kam, über den Bussard und bemerkte, es sei wirklich außergewöhnlich, dass er nicht wegfliegt. Ich bin so fasziniert und dankbar für dieses Erlebnis mit diesem wunderschönen Wesen und teile gern einige Bilder mit Dir.





Am darauf folgenden Tag sah ich nochmals ein wunderschönes Exemplar:



Auch das Rotkehlchen, von dem ich im letzten Newsletter berichtete, begegnete mir wieder ganz nah. Es ist mir immer wieder besondere Freude, Tieren zu begegnen.



Auf einem Spaziergang sprach ich plötzlich aus:

„Wie schön wäre es, einmal wieder Rehe zu sehen.“

Kurz darauf höre ich hinter mir Händeklatschen und dann liefen neben mir eine große Gruppe Rehe vorbei, die dann in einigem Abstand stehen blieben. Immer mehr Rehe sah ich auf den Feldern. Das war wie Zauberei! Rehe sind so sanfte, schöne Tiere! Das war eine Manifestation aus dem Moment heraus! Ein Paar, das ein ganzes Stück hinter mir lief, muss die Rehe gesehen und durch das Händeklatschen aufgescheucht haben, daher rannten die Tiere eine ganze Strecke bis sie wieder ruhig stehen blieben.



Auf einer Wanderung in den Bergen begegnete mir dieses kleine Katzenbaby. Es empfand meine Streicheleinheiten so wohltuend, dass es mir auf den Schoß sprang, nachdem ich mich hingehockt hatte. Einige Zeit widmete ich mich diesem Kätzchen voller Freude.



Möwen zu füttern und ihrem Flug zuzusehen – vor allem, wenn sie geschickt die hochgeworfenen Brotstücke fangen – erfreut immer wieder mein Herz!



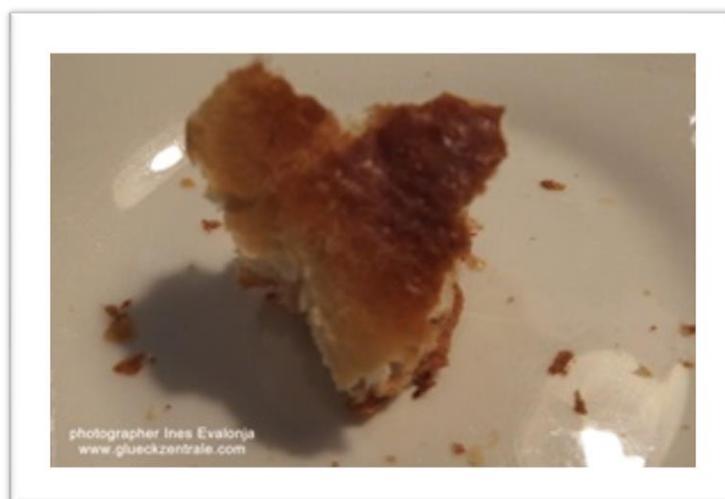
Spontan wurde ich neulich zum Besuch eines Friesenhofs eingeladen. Dies ist eine ganz wunderschöne Pferderasse und ich hatte viel Freude, sie zu beobachten!



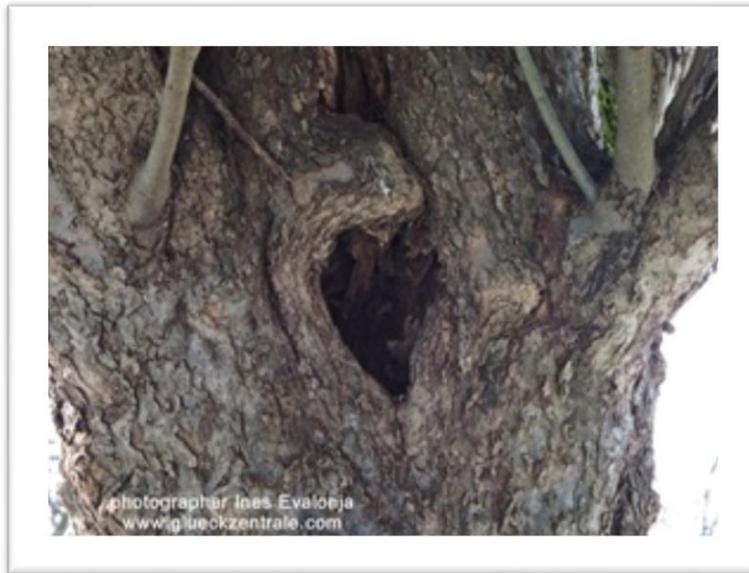
Herzen begegneten mir auf vielfältige Weise:



Beim Auseinanderzupfen eines Rosinenbrötchens entstand – das sah ich erst später, als alle Teile auf dem Teller lagen, dieses Herz. Das fand ich schön.



Hier ein Herz in einem alten Obstbaum, den ich spontan umarmte, als ich das Herz entdeckt hatte



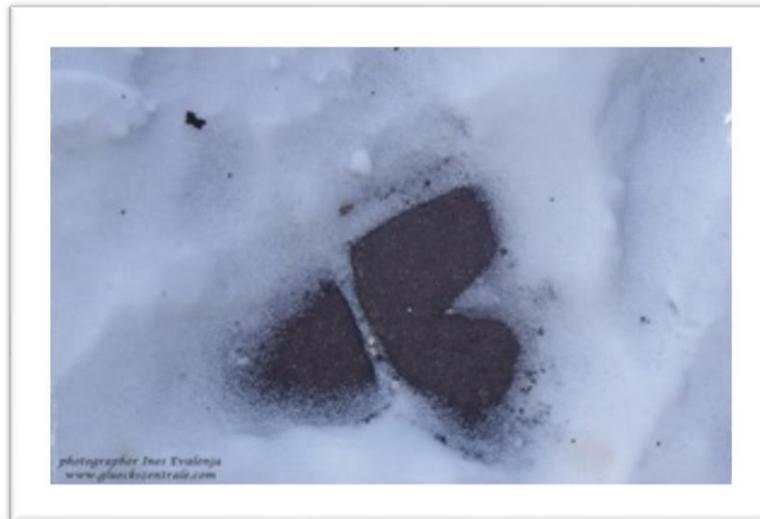
Nachfolgend siehst Du ein Bild von einem besonders „magischen Moment“.

Auf einem meiner Weg hielten meine Schritte wieder plötzlich inne... und: Ich erblickte zu meinen Füßen dieses Herz aus Schnee und einen Punkt daneben.

Das empfinde ich immer noch als ganz besonderen Fund... HERZ. Welch schöne Botschaft!



Ich habe einen „Baumfreund“ – diesen Baum besuche ich immer wieder, um ihn zu umarmen und mich über ihn mit allem Leben zu verbinden. Des Öfteren fühle ich dabei so Wunderschönes. Auf dem letzten Wegstück zu ihm, entdeckte ich dieses Herz am Boden und ich strahlte vor Freude.



Neulich entdeckte ich bei „meinem“ Baumfreund Fußspuren und freute mich, dass es noch mindestens eine Person gibt, die diesen Baum auch besucht. Wie schön!



Ein Schneeharz in einer Kaffeekanne, die als Blumentopf umfunktioniert wurde



Diesen „Fund“ empfand ich auch als sehr interessant. Für mich sieht dieser Stein aus, wie ein Glückskleeblatt.



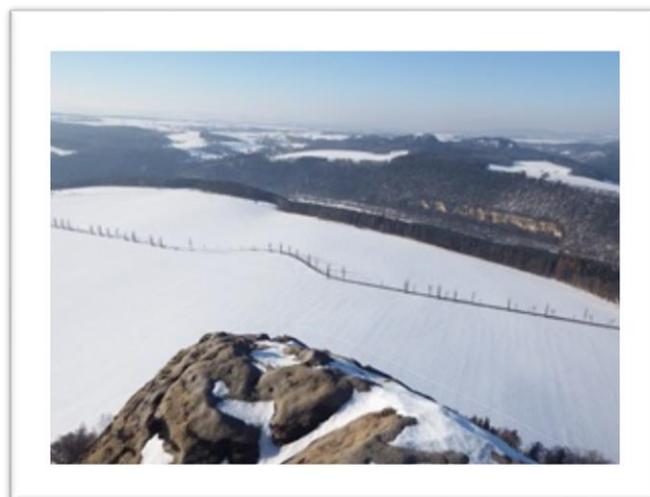
Selbst in der von vielen als grau und trostlos empfundenen Winterzeit gibt es strahlende Farbakzente – wie hier diese Hagebutten.

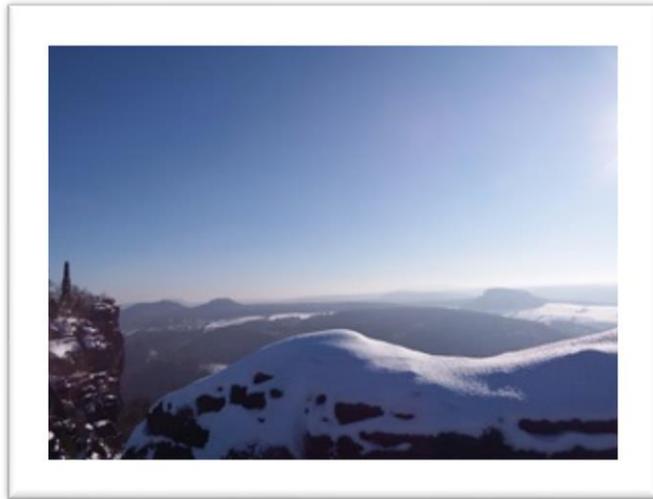


Für die meisten ist dies ein Blatt, doch ich sehe darin eine Blatt-Prinzessin –  
möglicherweise wird sie Ausgangspunkt für eine neue Geschichte oder ein neues  
Märchen...



An einem sonnigen Wintertag locken die Berge...





Dort in der Bergwelt gab es nicht nur herrliche Aus- und Weitblicke zu bestaunen, sondern auch knospende Rhododendren trotz der schon lange anhaltenden Kälte



Auch Rosensträucher knospen trotz der Kälte schon...



Ein Hufeisen, das ich an einem Haus entdeckte, inspirierte zu dieser Grußkarte:



Auf meinem heutigen Spaziergang entdeckte ich, dass auch der Winter Gebilde in Form von Hufeisen hervorbringt:

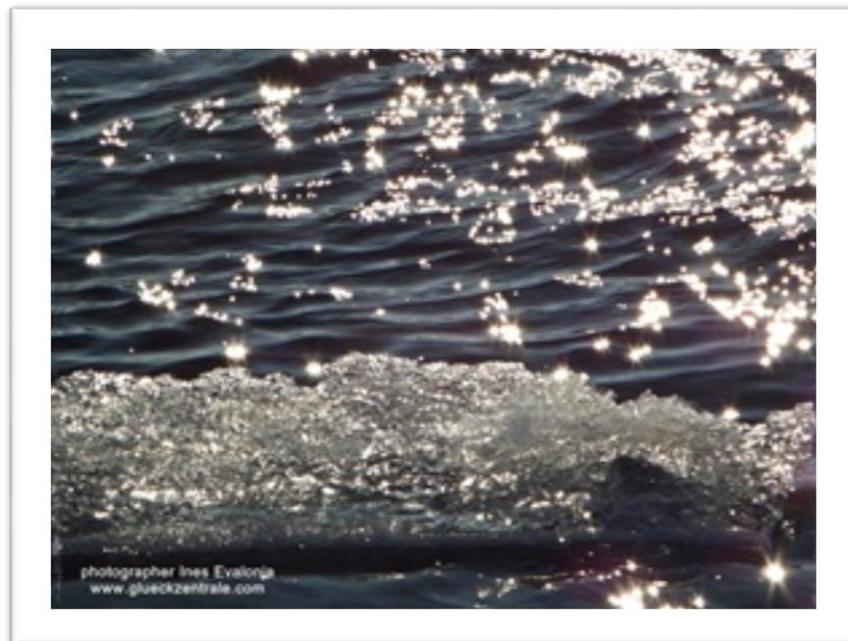


Faszinierend, wie sich der letzte Teil des Ausspruchs der Karte manifestiert hat...!

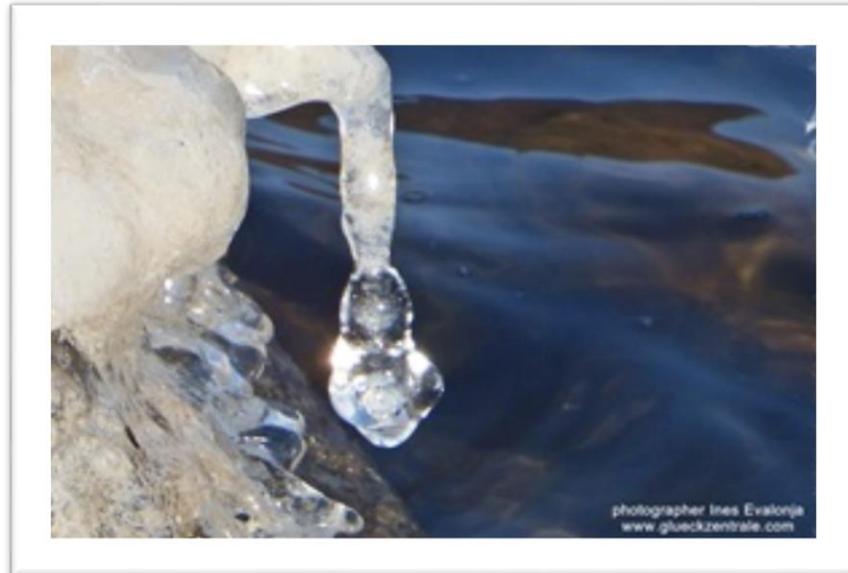
Ganz begeistert und tief berührt war ich kürzlich morgens, als ich aus dem Fenster schaute. Da ging gerade die Morgensonne auf und diese erschien durch die Bäume wie ein Kreuz...



Die herrlichen Formen, die der Frost in und am Wasser in Erscheinung treten lässt – zusammen mit dem Glitzern und Funkeln des Sonnenlichts im Wasser – erfüllt mich mit gefühltem Zauber... auch immer wieder beim Betrachten von entstandenen Bildern.



Nachfolgend sieht man auf dem Foto einen Wassertropfen, der mit der Kraft der Fantasie aussieht, wie eine Matrjoschka... der bekannten bauchigen russischen Holzpuppe, die in sich immer kleinere Versionen ihrer Selbst beherbergt. Ich finde es großartig, dass ich diese Entdeckung machen durfte.

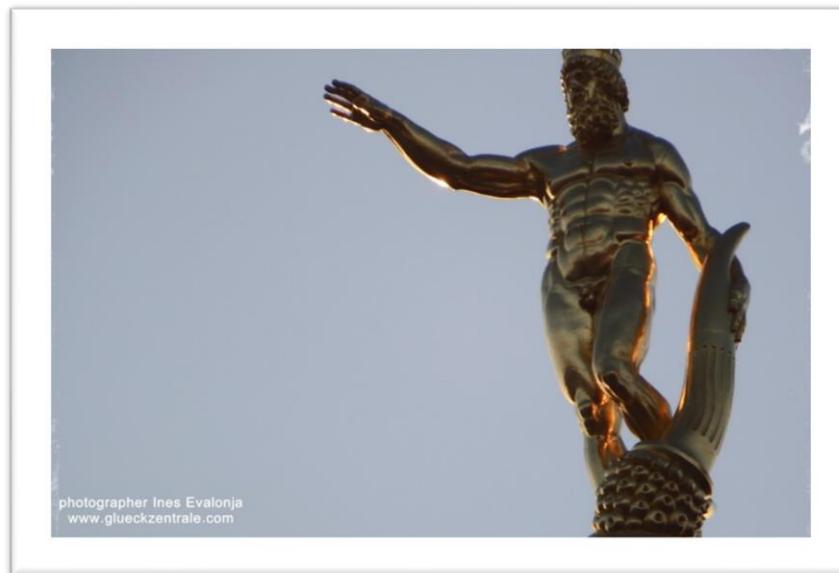


Auf dem nachfolgenden Bild sieht man einen Astteil mit Schnee – wer genau hinsieht, entdeckt hinter dem Ast eine winzig kleine, zauberhafte gefrorene Regentropfengestalt.



Dies waren wieder einige meiner gefühlten und bewusst erlebten HERZGLÜCKmomente. Die Bilder lassen sie immer wieder ganz präsent sein. Möglicherweise laden Dich die Fotos und Berichte dazu ein, wieder mal Zeit ganz bewusst zu erleben, bewusst zu schauen und Dich einzulassen darauf, Neues zu entdecken und die Geschenke des Tages dankbar zu erkennen.

## 6) *Der Goldene Mensch*



Beginnt man sich mit dem Leben zu beschäftigen, sich darauf einzulassen und zu beobachten, was geschieht, kann man so viel Interessantes finden, erkennen und für das Leben nutzen.

Der Goldene Mensch – ich las diesen Ausdruck in einem Buch von Braco`s väterlichem Freund und "Lehrer". Ich schaute im Internet, was sich zu diesem Begriff findet. Wie für nahezu alles gibt es auch hier zwei gegensätzliche Betrachtungen:

Einerseits ist der Goldene Mensch der, dem alles, was er berührt zu Gold wird. Dies ist hier in genau dem Sinn gemeint. Es ist der Mensch der nur nach äußeren Reichtümern strebt, nach Ruhm, Geld, Macht ohne daran zu denken, was dies mit seiner Umwelt macht und letztlich seinem eigenen Leben. Wie kann einem Menschen daran gelegen sein, dass alles zu Gold wird? Was wird er essen, wie sich kleiden, was noch bestaunen können, wenn die ganze Welt aus purem Gold bestünde?

Die andere Seite ist der Goldene Mensch in Hinblick auf seine „innere Vollkommenheit“, durch die er zum Wohl des Ganzen lebt und in der Harmonie der Liebe – der Melodie der gesamten Schöpfung schwingt. Dies bringt sich dann auch im Außen durch vollkommene Harmonie in allem zum Ausdruck.

Diese Betrachtung des Goldenen Menschen ist für mich das Ziel des neuen Bewusstseins – die Stufe, auf die der Mensch dadurch erhoben wird.

Hast Du Dir darüber je Gedanken gemacht? Bist Du bereit für diesen Weg? Wenn ja, was tust Du für diese innere Vervollkommnung Deines Wesens?

Mir wurde plötzlich SONNENklar, dass Braco ein solch selbstverwirklichter Mensch als Vorbild für die Menschheit werden durfte. Daher hat er auch die Gabe, uns in der Präsenz der Stille mit dieser Harmonie, die nur die reine Liebe hervorzubringen mag, in Kontakt zu bringen. Er ist die Schwelle zwischen diesem und dem anderen. Er ist wie ein Spiegel in den man schaut – es ist der Spiegel unserer eigenen inneren Vollkommenheit. In jedem ist dieser Funken, doch wir haben es vergessen. Wer sich auf den Weg begibt, wird immer mehr verwandelt innerlich durch diese Kraft, die durch ihn zu uns fließt – oft noch unbemerkt.

Für diesen Weg passt auch ein Spruch von Marc Aurel sehr gut:

„Sonderbar! Der Mensch empört sich über das Böse, das von außen her, von anderen kommt, das er nicht beseitigen kann und kämpft nicht gegen das eigene Böse, obzwar es in seiner Macht ist.“

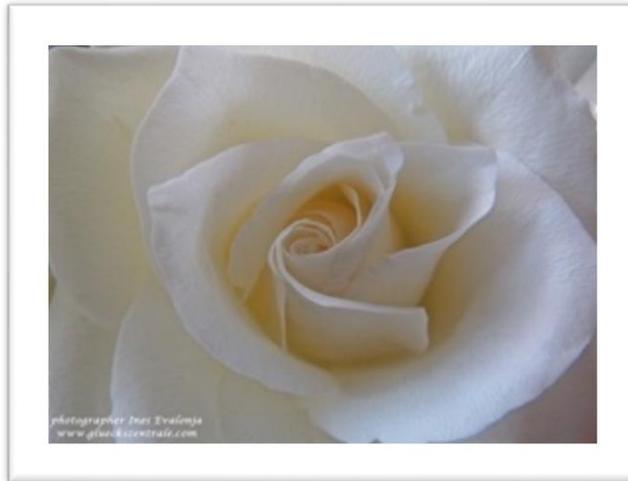
Für mich ist das Wesentliche, die Befähigung diese zwei Kräfte – die Aufbauende und die Zerstörerische – bewusst zu fühlen. Es ist nicht so sehr ein Kampf, sondern das Ablösen der Einen durch die Andere – man kann dies Fühlen. Dann hat man die Wahl, welcher man dient. An jedem einzelnen Tag ist es immer wieder ein bewusstes Hinwenden, Verbinden und Nutzen der Kraft des Lichts.

Je achtsamer man wird für alles im Innen, umso mehr erkennt man auch die Zusammenhänge im Außen. Allein die Liebe ist die Kraft, die alles Zerstörerische mit Licht erhellt, damit wir uns davon lösen und damit erlösen von Kummer, Schmerz und Leid. Auf diesem ganz persönlichen Weg unterstützt uns Braco dadurch, dass er da ist und diese Kraft zu uns leitet, bis wir befähigt sind, uns selbst mit ihr zu verbinden und in ihr zu sein in jedem Moment.

Die Kraft der Liebe, die uns durch Braco geschenkt wird, befähigt uns, ehrlich in uns selbst hineinzusehen und diesen Wandel bewusst hervorrufen zu wollen. Wenn wir die Dunkelheit in uns selbst erkennen und es mit dem Licht der Liebe besehen, verschwinden die Schatten nicht nur in uns selbst, sondern auch in anderen. Wir können immer klarer beide Seiten wahrnehmen und uns für den rechten Weg entscheiden. Durch dieses Licht findet Erlösung statt in unserem Inneren – Erlösung von der Vergangenheit, damit wir ohne die schwere, erdrückende Macht der Vergangenheit durch Urteile über Situationen und andere Menschen, wieder zu Leichtigkeit und Freude finden. Damit unsere Innenwelt wieder rein wird und alle Farben und Klänge des Universums in uns Widerhall finden.

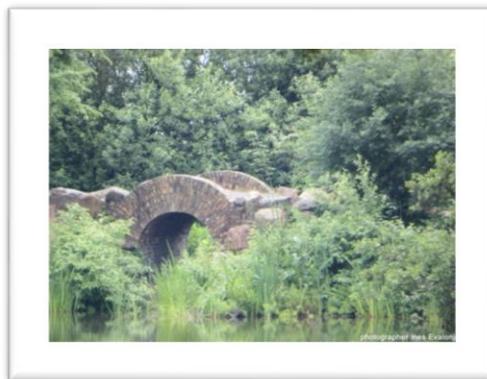
So ist klar, weshalb die Menschen nach den Begegnungen strahlen und voller Freude sind. Die Liebe belebt und heilt, wenn sie innerhalb des Wesens verweilt.

Die Liebe lässt in Erscheinung treten, was wahr ist – unser wahrhaftiges inneres Wesen.



In der kommenden Woche dürfen wir uns wieder über kostenfreie Livestreamings freuen. Ich bete, dass immer mehr Menschen dieses unbezahlbare Geschenk erkennen und nutzen. Das größte Geschenk, das wir haben können, ist die Immunität durch diese reine Liebe (Sie stärkt uns von innen.) und unseren Glauben, dass sich alles zum Besten hin entwickelt.

Dann geschieht immer noch, was geschehen muss (wie vom Schicksal vorherbestimmt) doch wir sind befähigt, auf die rechte und gesunde Weise damit umzugehen.



Nutzen wir die Brücke, die uns Braco ist zwischen Himmel und Erde, damit auch wir wieder angeschlossen sind an unsere natürliche Lebenskraft – fühlbar und sichtbar!

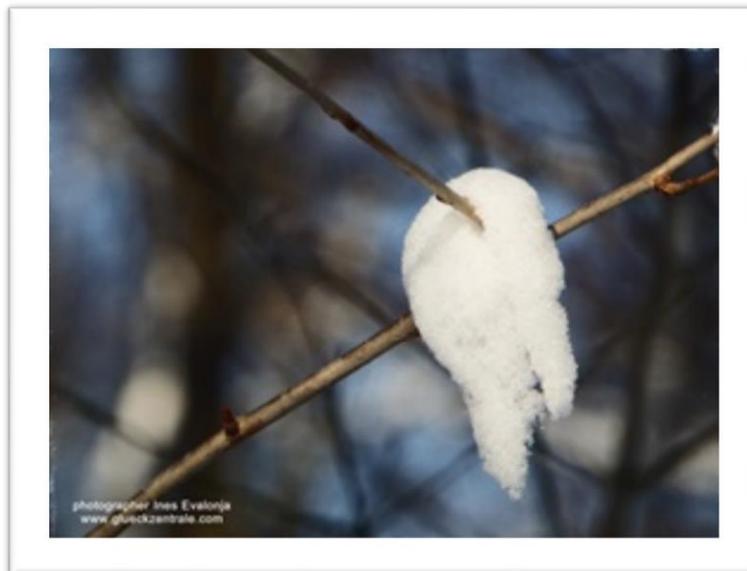
Die Livestreamings finden von Dienstag, 7. Februar bis Donnerstag 9. Februar 2017 – jeweils in der Zeit von 17 bis 23 h, beginnend zur vollen Stunden mit der Einstimmung auf die Begegnung mit Braco`s gebendem Blick.

Hier ist der direkte link:

[www.braco-tv.me](http://www.braco-tv.me)



## 7) Meine lieben Wünsche



Ich wünsche uns allen noch eine bewusst erlebte Winterzeit mit einem Hauch von Weihnachten. Beobachten wir unsere Gedanken vor dem Hintergrund der Manifestation. Was, wenn sich unsere Gedanken verwirklichen? Ist das, was ich denke, wirklich das, was ich sehen und erleben möchte? Unsere Gedanken färben unser Erleben. Dies ist hinreichend bekannt und doch so wenigen bewusst im täglichen Leben.

Ich wünsche uns einen spannenden Weg an jedem einzelnen Tag. Mögen wir uns mit dem Wesen der einzelnen Tage in Freude einlassen, damit wir uns beschenkt fühlen, durch das, was wir geben und das, was wir geschenkt bekommen.

Ich wünsche uns gefühlten Frieden, Freude, Dankbarkeit und eine nicht endende Quelle an guten Gedanken, Inspiration und Impulse für schöpferische Taten, die auch für andere von Nutzen sind.

Ich wünsche uns Gesundheit und die gefühlte Liebe, die für uns alle in unendlicher Menge vorhanden ist. Durchströmt sie unser Wesen, werden wir selbst zu einer Quelle, an der sich andere Wesen laben können, Ruhe finden, Freude fühlen.

Ich wünsche uns bewusstes Loslassen von der Vergangenheit, damit wir ganz im Jetzt präsent sein können und die Kraft des Augenblicks bewusst fühlen und sie nutzen.

Ich wünsche uns ganz viel SINN und das neu Entdecken und Schätzen der Werte, die in allen von uns als ewig wählender Schatz ruhen. Sich innerhalb dieser Werte zu bewegen und in ihnen zu leben lässt ein wirkliches Wohlergehen fühlen. Wecken wir sie wieder auf.

Ich wünsche jedem einzelnen Menschen, dass sich alles zum Besten fügen darf und wir uns mit unserem freien Willen nicht selbst im Weg stehen. Ich wünsche uns Respekt füreinander, was auch bedeutet, den freien Willen anderer zu achten. Oft hindert uns unsere Sichtweise, den höheren göttlichen Sinn in dem, was geschieht, zu erkennen.

Ich wünsche uns die Bereitschaft, das Leben als immerwährenden Lernprozess zu sehen, in dem es weniger darum geht, uns etwas hinzuzufügen, sondern das, was wir sind zu erkennen und wieder „freizulegen“.

Ich wünsche uns täglich jede Menge HERZGLÜCKmomente, damit die Freude uns von einem Tag zum nächsten trägt.

Ich wünsche uns ein Leben in Würde und mit stiller Zeit für uns, um den Raum in uns zu fühlen, der uns mit unserem geistigen Zuhause verbindet.

Ich wünsche uns, dass sich Herzenswünsche erfüllen dürfen und wir einander hilfreich werden – so wie Engel.

Ich wünsche uns bewusst erlebte Zeit im göttlichen Schutz und Segen.

Bis zum nächsten Newsletter sende ich Grüße voller Sonnenschein mit einer warmen Umarmung für jeden, der sie annehmen mag.

HERZLICHsT



Ines Evalonja