



***„Du bist der Himmel. Die Wolken sind das was geschieht, was kommt und geht.“ E. Tolle***

**Ihr Lieben,**

*„Du bist der Himmel. Die Wolken sind das was geschieht, was kommt und geht.“*  
E. Tolle

Genauso könnte man sagen: du bist das Meer. Die Wellen sind das was geschieht, was kommt und geht. Nun, bleiben wir bei E. Tolles Zitat. Was sind die Wolken? Die Wolken sind alles das, was geschieht, was erscheint und somit kommt und vergänglichlicher Weise wieder vergeht. So ist es all das, was physisch und metaphysisch existiert (Gegenstände, Lebewesen, Gedanken, Emotionen, Konzepte, Glaubensmuster, Engel, Teufel, Schönheit, Hässlichkeit.....). DU bist aber das, in dem sich all dies abspielt. Das was der Himmel für die Wolken ist. Du bist der Raum, in dem all das Vergängliche geschieht. Wobei du nicht vergänglich bist, nie geboren wurdest und niemals sterben wirst. Du bist die Leinwand, auf der der Film gezeigt wird. Und ganz gleich welcher Film sich auf dir abspielt, ob es ein Drama oder eine Komödie ist, so bist du vor, während und nach dem Film immer gleich: eine weiße Leinwand. Nichts was sich auf dir abspielt könnte dich jemals verletzen oder verändern.

Du musst auch nichts tun um zu sein. Das alles ist sehr einfach. Und obwohl du nicht die Erscheinung bist, so geschieht die Erscheinung in dir und somit nicht getrennt von dir (so wie Wellen im Meer niemals getrennt vom Meer sein könnten und dennoch vergänglich sind, oder ein Film niemals ohne Leinwand erscheinen könnte). Wie leicht ist es doch, sich in den Wolken (bzw. in den Erscheinungen: Menschen, Gedanken, Emotionen, Geschichten) zu verlieren. Diese Erscheinungen gehen immer weiter. Auch wenn erkannt wird, dass man der Himmel, das Meer, der Raum, die Leinwand, die Leere ist. So ziehen die Wolken weiter. Aber nun gibt es niemanden der sich in ihnen verlieren könnte. Das Spiel geht weiter. Für niemanden. Wie herrlich. Denn nun wird sich nicht mehr an Form oder Farbe der Wolken aufgerieben. Sondern das Leben einfach

gelebt. Ganz simpel. Ganz einfach. Ganz frei.

**In tiefer Liebe und Wahrheit,  
Ulrike und Henrike**

*Die letztendliche Wahrheit liegt jenseits von Worten. Alle Worte die wir schreiben können höchstens auf die Wahrheit hinweisen, zu ihr deuten. Sie jedoch niemals SEIN. Letztendlich sind auch Worte nur Erscheinung und Teil der Illusion. Alles was wir sagen / schreiben: überprüfe es und finde selber heraus: ist es wahr?*

## **Inhaltsverzeichnis:**

- 1) "Heilabend in der Stille" am Donnerstag den 16.08.**
- 2) Gedanken und Inspiration zum Thema Gesundheit: Zucker und Alternativen**
- 3) Mooji: Das sichere Aufgeben**
- 4) Ramesh Balsekar über ein ganz normales Leben**
- 5) Seminarankündigungen und mehr**

## **15. September 2018: [Aktivierung der Selbstheilungskräfte](#)**

für all jene, die Eigenverantwortung übernehmen möchten, um im Bedarfsfall mit den verschiedensten Techniken ihre Selbstheilungskräfte aktivieren zu können

## **Start: 22. Sept. 2017: [Heilerausbildung "Erwecke die Heilkraft in Dir"](#)**

Erwecke Deine heilerischen Fähigkeiten und lerne, sie anzuwenden!

## **26. - 28. Oktober 2018: [Intensivwochenende zum Erlernen des Channels](#)**

Geistführer / Göttliches / (Erz-)Engel / aufgestiegene Meister / Ahnen / Naturgeister

## **08. Dezember 2018: [Erwachen in die Wahrheit - ein Leben im Jetzt \(Tagesseminar\)](#)**

Befreiung von einschränkenden Illusionen, Erkennen deines wahren Seins - ein Leben in Wahrhaftigkeit

## **1) "Heilabend in der Stille" am Donnerstag den 16.08.**

Diesen Donnerstag, den 16.08., findet wieder ein "Heilabend in der Stille" statt - um 19:30 Uhr in Rissen bei "V.C.S." (Dauer: 1 ½-2 Stunden). Anmeldungen bitte über Email (henrikepelaez@hotmail.com) oder Telefon: 040-81956852

**Allgemeine Beschreibung:** *In der Stille können die tiefsten Themen bearbeitet und geheilt werden. Deshalb treffen wir uns in einem Raum der Stille. Jedes Mal gibt es ein bestimmtes Thema oder Gebet welches uns leitet. Wir laden Erzengel und Meister in den Raum ein und beginnen mit ihrer Hilfe das Thema bei den Teilnehmern zu lösen; hierbei fließt die Heilenergie zum einen von den Erzengeln und Meistern durch uns zu der Gruppe, zusätzlich gehen wir auch zu jedem Teilnehmer einzeln, so dass tiefe Prozesse geschehen können. Während die Teilnehmer die Heilenergie empfangen kann es vorkommen, dass wir Meditationen oder andere stille Prozesse anleiten, damit die Energien besser empfangen werden können. Am Ende bekommt jeder Teilnehmer noch einen ganz speziellen Segen. Der Abend ist frisch, neu, anders und stets auf die Teilnehmer zugeschnitten!*

**Donnerstag Abende**

## August

16.08. Heilabend in der Stille

23.08. Erwachen in die Wahrheit – ein Leben im Jetzt

## September

13.09. Heilabend in der Stille

27.09. Erwachen in die Wahrheit – ein Leben im Jetzt

## 2) Gedanken und Inspiration zum Thema Gesundheit: Zucker und Alternativen

*Ich bin weder Ärztin, noch Heilpraktikerin oder Ernährungsberaterin. Dennoch beschäftige ich mich intensiv mit dem Thema Gesundheit, in welches Ernährung, Kosmetika usw. zwangsläufig mit hineinfällt. Ab und zu teile ich gerne ein paar Gedanken / Inspirationen zu diesem Thema mit Euch.*

Heute ein paar Gedanken zu dem Thema Zucker. Ich denke, vielen ist bekannt, dass Zucker nicht unbedingt gesund ist. Obwohl er ehrlich gesagt natürlich leider gut schmeckt ;) Wie ungesund Zucker tatsächlich ist, ist glaube ich allerdings den wenigsten wirklich bekannt (hier leistet die Zuckerlobby sehr gute Arbeit). Viele Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Fettleber oder Stoffwechselstörungen würde es ohne Zucker deutlich weniger geben. Nun ist Zucker natürlich nicht gleich Zucker. Es gibt den natürlichen Zucker, z.B. in Obst und Gemüse, der in Maßen völlig in Ordnung ist. Aber wie viel Zucker hat der Mensch in der Vergangenheit eigentlich gegessen? Die Hauptnahrungsmittel bestanden nicht aus Obst (dieses gab es nur in bestimmten Monaten des Jahres), sondern wohl eher z.B. aus Salaten, Nüssen, vielleicht Tierprodukten. Der menschliche Organismus ist es gar nicht gewohnt, andauernd Zucker verarbeiten zu müssen. Nun gibt es heutzutage nicht nur den Zucker der in Obst vorkommt, sondern auch die verarbeiteten Zuckerarten. Wusstest du, dass in Supermärkten etwa 3/4 aller Produkte Zucker enthalten? Und oftmals handelt es sich um äußerst ungesunde Varianten des Zuckers.

Ich weiß, dass das Thema Ernährung nicht immer einfach ist. Natürlich ist es auch ein sehr individuelles Thema. Aber ich denke es ist wichtig, dieses Thema nicht aus Gründen der Bequemlichkeit oder weil es unangenehm ist, Gewohnheiten zu verändern, zu verdrängen. In einem Versuch mit Ratten wurde nachgewiesen, dass Ratten süchtiger nach Zucker als etwa nach Kokain werden. Und ja, Zuckersucht scheint es wirklich zu geben. Denn versucht man mal, nur ein paar Wochen alleine auf industriellen Zucker (Kuchen, Supermarkt-Tomatensaucen etc.) zu verzichten, dann stellen sich bei den Meisten unangenehme Symptome ein (z.B. kommen negative Emotionen hoch, man fühlt sich schlapp und erst mal eher schlechter und es fällt einem schwer, auf Zucker zu verzichten. Normale Entzugserscheinungen eben). Lässt man den industriellen Zucker über längere Zeit weg (oder macht eben nur hin und wieder Ausnahmen - denn das gehört zur Lebensqualität ja mit dazu ;)), dann wird man merken, dass man langfristig emotional stabiler ist und deutlich mehr Kraft / Lebensenergie zur Verfügung hat. Zudem wird der Geist wieder klarer.

Alternativen zu Zucker, wenn man nicht ganz auf Süßes neben Obst verzichten möchte, könnten z.B. natürliches Xylit (Birkengold - deutlich weniger Kalorien und sogar gesund für die Zähne), Reissirup (von Natur aus Fructosefrei) oder bestenfalls - leider aber auch nicht ganz günstig - Yaconsirup sein. Dieser ist sogar gesund für unsere lieben Darmbakterien.

Ich verzichte seit Januar weitestgehend auf Industriezucker (besagte Ausnahmen gibt es natürlich!), und mache damit nur positive Erfahrungen. Dadurch, dass meine Großeltern Zahnärzte waren und ich zum großen Teil zuckerfrei aufgewachsen bin, fällt es mir zum Glück auch sehr leicht.

Ich denke beim Thema Zucker macht es Sinn, mal etwas genauer hinzuschauen,

und nicht jeden Tag zuckerhaltige Produkte zu essen. Hier ist eine gute Dokumentation, auch mit wissenschaftlichen Fakten und Einsichten zu dem Thema, die ich nur empfehlen kann:

[Die große Zuckerlüge: ist Zucker Gift / ARTE Dokumentation](#)

Viel Spaß damit!

### **3) Mooji: Das sichere Aufgeben**

Wer steckt hinter der gesamten Manifestation ? Schau und du wirst entdecken, dass sie von selbst abläuft ! Wenn du das siehst, wird dein Bewusstsein leer. Bis dahin ist es mit dem Gefühl beschäftigt, der Handelnde zu sein: „ ich muss etwas tun, ich muss verstehen.“

Anstrengung ist erforderlich, um zu werden, aber welcher Anstrengung bedarf es zu sein? Deshalb verbleibe als das, was verbleibt; bezeuge die sich von selbst ereignende Existenz. Sie ist nicht chaotisch. Was auch immer passiert, passiert und es ist ziemlich gut. Der vermeintliche Manager – der Verstand- verursacht eine Menge Ärger. Und nein, wir feuern nicht nur einfach den Manager, wir geben die Firma auf!

Schau ob das Universum anhält.

Viele von euch genießen nicht die Sahne des Lebens, weil ihr dem Verstand die Version, wie die Dinge sein sollten, abgekauft habt. Diese Idee hat euch von der Quelle eures Selbst abgeschnitten, deshalbfließt ihr nicht mehr. Daraus resultiert Disharmonie und Leiden. Du bist das Selbst, das Absolute, das sich als das Spontane ausdrückt, aber du weißt es nicht. Du vertraust dem nicht einmal ! Du denkst:“ Was wird passieren, wenn ich meine Kontrolle aufgabe ? Meine Welt wird auseinanderfallen ! „ Deshalb bleibst du in Unwissenheit über die Erhabenheit des Seins, das du bist.

Die Existenz kümmert sich um den Körper. Verbleib als das „Ich bin“ – das intuitive Empfinden, das dir niemand gegeben hat; das ist und war immer gegenwärtig. Aus dem „Ich bin“ manifestiert sich alles. Es beobachtet lediglich den Mechanismus des Universums, der durch die Lebenskraft angetrieben wird, den Atem in deinem Körper, die belebende Kraft in allen Körpern. Es ist ein Mysterium, und es kann nicht gelöst werden. Also versuche es nicht ! Beobachte.

Wer du wirklich bist, ist nicht berechenbar. Der Verstand ist berechenbar in seinen Versuchen das sich spontan ereignende zu kontrollieren. Das Unbekannte fürchtend, steigt der Verstand gleichzeitig aus dem Unbekannten auf, das dem Verstand den Raum bietet, als das Unbekannte und das scheinbar Bekannte zu spielen. Diese Spiel ist nicht deine Aufgabe.

Sorge dich um nichts. Sei wie ein Kind im Schoß Gottes. Genieße einfach. Es bedarf weder der Überwachung von Gedanken, noch der Schaffung einer Einwanderungsbehörde für Gefühle. Du kannst dich entspannen. Ja. Entspanne dich.

### **4) Ramesh Balsekar über ein ganz normales Leben**

Sobald erkannt wurde, dass das Selbst, das ICH BIN, das Bewusstsein – das also, was wir wirklich sind – alles tut und alles betrachtet, wird auch klar, dass wir uns von dem, was wir bis dahin alle Tage getan haben, nicht abwenden müssen, sondern besser weiterhin ein ganz normales Leben führen. Nur wissen wir dabei jetzt, dass wir „ gelebt werden“ und die angebliche Täterschaft des Ich pure Illusion ist. Ein normaler Alltag ohne das Gefühl von persönlicher Täterschaft ist die beste Voraussetzung für das plötzliche Eintreten der Erleuchtung.

## 5) Seminarankündigungen und mehr

### 15. September 2018: Aktivierung der Selbstheilungskräfte

*"Selbstheilungsenergien stehen jedem zur Verfügung, man muss nur wissen wie man sie aktiviert!"*

**Mehr denn je ist es an der Zeit, von der Abhängigkeit in die Selbständigkeit zu gelangen!**

Es ist wichtiger denn je, dass jeder einzelne die Verantwortung für seine Gesundheit selbst in die Hand nimmt und möglichst unabhängig wird. Dieses Seminar ist für all jene gedacht, die Eigenverantwortung übernehmen möchten, um im Bedarfsfall mit den verschiedensten Techniken ihre Selbstheilungskräfte aktivieren zu können. Mit Freude für die Gesundheit!

#### **Seminarinhalte**

- Vermittlung und Übung von Techniken und Wissen – **jeder erhält ein ausführliches Handout mit den Übungen zum Nachlesen & Anwenden für zu Hause sowie ein eigens für ihn erstelltes individuelles Heilsymbol;**
- Übungen / Techniken um ganz spezifisch die Selbstheilungskräfte zu aktivieren
- Die 7 Haupt-Chakren – Theorie und Übungen zum Harmonisieren / Öffnen
- Auflösung von blockierenden Emotionen: Theorie und Anwendung
- Schutz des Biofeldes (Aura) – auch für den Alltag (mit Gebeten, Körperhaltungen und vielem mehr)
- Atemtechniken um in den Fluss zu kommen, Blockaden zu lösen, die Kreativität zu aktivieren
- Heilmantrameditation
- Vorstellung der Sanjeevini - Heilmethode
- Technik um sich von negativen und belastenden Gedanken zu befreien
- ... und mehr :) Lass dich überraschen!

**Den Flyer mit allen wichtigen Informationen findest Du hier:**[Aktivieren der Selbstheilungskräfte](#)

### Start: 09. Sept. 2017: Heilerausbildung "Erwecke die Heilkraft in Dir"

**Erwecke Deine heilerischen Fähigkeiten und lerne, sie anzuwenden!**

Ein Heilerseminar nach Marita Jensen-Bruss, mit eigenen Erweiterungen – für alle die für sich selber, für ihre Familie oder für Klienten heilerisch tätig sein wollen! Sowohl Menschen mit spirituellen Vorkenntnissen, als auch ohne, sind hier gut aufgehoben.

Alle Methoden die wir lernen, wenden wir zunächst während der Ausbildung an uns selber an - so dass bei uns viel Wachstum auf allen Ebenen geschehen kann.

**Kostenlose Info-Abende freitags um 19 Uhr: 20. April / 25. Mai / 29. Juni / 17. August**

**Die Themen:**

- Erlernen wie man sich als Heiler schützt,
- Energiewahrnehmung & Öffnen der energetischen Augen (Aktivierung der extrasensorischen Fähigkeiten),
- Anforderungen und Verhaltenskodex für einen Heiler,
- Arbeiten mit himmlischen Helfern,
- Chakren- und Auraarbeit / energetische Chakrareinigung (inkl. Erlernen einer

- Fernheilung),
- Pranaheilungen & Abhalten einer ganzen energetischen Heilsitzung inkl. Klientengespräch,
- Energetische Operation,
- Energetische Diagnose,
- Energetische Schock- und Traumagebete / -auflösung,
- Harmonisierung von Emotionen,
- Ablöseprozess nach Phyllis Krystal,
- Arbeiten und Heilen mit Gebeten,
- Heilmagie: Codieren, energetische Haus- und Grundstücksreinigung, Lösen von Versprechen / Gelübden (karmischen Verstrickungen) etc.,
- Heilmantrameditation,
- Ernährung und Organreinigung inkl. energetisch-emotionale Bedeutung der Organe,
- Sanjeevini (arbeiten mit Heilzeichen),
- Erstellen von kraftvollen Heilsymbolen,
- Umgang mit Gedanken und Glaubenssätzen, u.a. „The Work“,
- Die 5 Elemente & deren Meridian-Kreise,
- ... und mehr - insbesondere die Wahrnehmung der Seele und deren Heilung sowie Bewusstseins-erweiterung. Zudem Ansätze aus der Medizin, um seriös mit den Klienten arbeiten zu können. Es sind auch viele Techniken dabei, die man für die Selbstheilung an sich selber anwenden kann.

Das Seminar, welches ich nun bereits zum 8. Mal leite, besteht zum großen Teil aus praktischen Übungen. An den jeweiligen Kurstagen erhältst Du ausführliche Seminarunterlagen. Am Ende hast Du viel Handwerkzeug, um als Heiler mit verschiedenen, für Dich stimmigen Methoden arbeiten zu können. Am 14. Tag erhältst Du ein Zertifikat.

**Die Webseite mit allen wichtigen Informationen findest Du hier: [Erwecke die Heilkraft in Dir](#)**

## **26.-28. Oktober 2018: Intensivwochenende zum Erlernen des Channels**

(Freitag Abend bis Sonntag 17 Uhr) Geistführer / Göttliches / (Erz-) Engel / aufgestiegene Meister / Ahnen / Naturgeister

Mehr denn je ist es an der Zeit, von der Abhängigkeit in die Selbständigkeit zu gelangen! Eine Brücke zwischen den Welten aufbauen und hilfreiches Wissen aus der geistigen Welt übermitteln zu können, genauso wie die grenzenlose Liebe - das befreit, verwandelt und lässt einen riesige Schritte vorwärts gehen. Wir werden die geistige Welt einladen und Euch mit ihrer Hilfe die Grundtechniken des Channels beibringen: Öffnung der benötigten Energiekanäle (u.a. mit Hilfe von Mantrien und Heilenergie); Vorbereitende Theorie (z.B.: wie stelle ich sicher, dass ich Lichtwesen channelle); Vorbereitende Übungen sowie Schutz- und Reinigungsgebete; Erlernen und Üben von verschiedenen Channel-Methoden; Hauptfokus: Channels von dem eigenen Geistführer (um in die eigene Selbständigkeit zu gelangen) - dann auch: aufgestiegene Meister, Ahnen, Naturgeister etc.

Wer einmal gechannelt hat, weiß welch großer Segen einem hierbei zuteil wird. Nicht nur, dass die Worte die man channelt eine eigene Erfahrung werden, man fühlt auch die Liebe, Kraft und Stärke des gechannelten Wesens. Man kann für andere channeln, ihnen wichtige Botschaften übermitteln. Man kann aber auch,

und vor allem, für sich selber channeln. Wie oft stehen wir vor einer wichtigen Entscheidung und wissen nicht, was das Richtige ist? Wenn man channeln kann, kann man direkt mit seinem eigenen Geistführer und den höheren Ebenen in Verbindung treten und um Hilfe und Antworten bitten. Man gelangt in die Selbständigkeit und ist im Fluss des Lebens.

*Kommt neugierig wie die Kinder und mit geöffnetem Herzen, dann können Wunder und segensreiche Begegnungen mit der geistigen Welt geschehen!*

**Den Flyer mit allen wichtigen Informationen findet Ihr hier: [Channelwochenende](#)**

## **08. Dezember 2018: Erwachen in die Wahrheit - ein Leben im Jetzt**

„Hinter allen Erscheinungen steht das eine unveränderliche Sein. Wird dies erkannt, können eine äußere Situationen nicht mehr aus der Bahn werfen. Ein tiefes Verstehen setzt ein, welches inneren Frieden schenkt.“

Wir befreien uns von Illusionen und erkennen die tiefe Wahrheit, die hinter allem steht. Wir erkennen wer wir wirklich sind frei von alten Mustern, Problemen, Sichtweisen, Konzepten, Programmen, Identifikationen etc., die uns nur einschränken. Frei von dem beschränkten "ich". Und leben wieder im Moment. Im wahren, tiefen, friedvollen Sein, jenseits aller Vorstellungen, Definitionen oder Wörter.

**Dieser Tag wird dir nichts geben, was du nicht schon längst hast. Eher wird dir etwas von dem genommen, was du zu viel hast (Gedanken z.B.). Die Wolken werden weggeschoben, damit du das, was schon immer da war, wieder sehen kannst.**

Wir beginnen den Tag in Stille und machen im Verlauf verschiedene Prozesse, um die Illusion zu durchschauen und die Wahrheit (das reine Sein) zu erkennen. So kann ein Leben im JETZT und das Erkennen der Einheit mit Allem was Ist immer mehr die eigene Wahrheit werden. Ob, wann und wie Desillusionierung geschieht, liegt allerdings weder in unserer noch in deiner Hand. Wenn es so vorgesehen ist, dann kann es nicht anders als geschehen. Wir können nur auf Wahrheiten hindeuten / auf sie verweisen. Kommt es zu einem tiefen Verständnis - dann löst sich die Illusion eines getrennten Ichs (das selbst handelt oder ist) auf. Und man ist ganz im Sein mit dem was ist. Vollkommen unspektakulär. Vollkommen normal. Und doch ganz anders. Der ganze Tag inklusive Pausen und das Mittagessen werden in Stille stattfinden.

**Die Inhalte werden zum großen Teil an die Teilnehmer angepasst.**

### **Seminarinhalte:**

- Wissen (was nicht "füllt" sondern "leert"),
- Strategien um den Mind zu durchschauen und die Wahrheit durchscheinen zu sehen,
- Übungen / Kontemplation / Selbst-Erkenntnis / Stille / Sein und vieles mehr.
- Wir stimmen die genauen Inhalten auf die Teilnehmer ab!

**Den Flyer mit allen wichtigen Informationen findest Du hier: [Erwachen in die Wahrheit - ein Leben im Jetzt](#)**

## **Donnerstag Abende**

Donnerstags bieten wir ca. 2 x im Monat eine kleine Abendveranstaltung um 19:30 Uhr (ca. 1 1/2 Stunden) an: entweder den Abend "Erwachen in die Wahrheit" oder "Heilabend in der Stille".

Alle Informationen zu den Abenden gibt es hier: [Donnerstag Abende.](#)

**Generell die Internetseite, wo man immer die Informationen über alle unsere Seminare und Kurse im Überblick erhält:**  
[Raeume-der-Heilung-Hamburg.de](#)

**Wir wünschen Euch alles Liebe und eine wunderschöne Woche,  
Eure Ulrike und Henrike**



**Lokah Samastah Sukhino Bhavantu - Mögen alle Wesen in allen Welten glücklich sein!**

**Abmeldung:**

Hier ist der Link, um Dich von diesem Newsletter abmelden zu können:  
[Newsletter abmelden](#)

Alternativ kannst Du uns auch eine kurze Mail mit dem Betreff "Herzens-Mail abmelden" schicken, dann nehmen wir Dich manuell aus dem Verteiler raus.

Auf folgender Homepage findet man meist ebenfalls unsere Tätigkeiten: [Raeume-der-Heilung-Hamburg.de](#)

Impressum

© 2015 Microsoft Nutzungsbedingungen Datenschutz und Cookies Impressum  
Entwickler Deutsch

Deutschland

henrikelaez@hotmail.com

