



## Inhalt

Verbindung zur anderen Seite	2
Arbeitsethik	3
Deine Missionserklärung	4
Übungen für deinen Alltag	6
Finde deine Gemeinschaft	8
Botschaften für sich selbst empfangen	10
Auswirkung deiner Frequenz auf eine Lesung	12
Partnerübung	15

## Verbindung zur anderen Seite

In dieser Einheit wird es endlich soweit sein: Du wirst die Verbindung zu Spirit Guides und wenn du möchtest, dann auch anderen Energien herstellen, um Botschaften für deinen Partner/deine Partnerin zu empfangen. Bis jetzt solltest du ausreichend Zeit mit Meditation verbracht haben, um in die Stille kommen zu können und wissen welcher deiner Hellsinne am Stärksten veranlagt sind. Vielleicht hast du auch für dich bereits festgestellt, mit welcher Energie du für dich selbst besonders gern arbeitest, oder sogar versucht dich auf eine neue Frequenz einzustellen.

Bevor du dich jedoch für so eine Lesung hinsetzt gibt es noch ein paar Dinge, auf die ich hingewiesen haben möchte.

Im Prinzip kannst du dich mit jeder Energie über die Methode verbinden, die ich dir bereits in der ersten Einheit beigebracht habe. Du erinnerst dich sicher auch an das, was ich dir in der vorigen Einheit über Intention mitgegeben habe. Für jemand anderen Botschaften zu channeln ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und obwohl ich nicht möchte, dass du dir Sorgen deswegen machst, will ich doch, dass du dir dessen sehr bewusst bist.

Deshalb finde ich es wichtig, dass du bis hierhin zumindest einen Teil deiner Stärken bereits entdeckt hast. Dir sollte klar sein mit welcher Art Meditation du dich am besten in andere Bewusstseins Ebene versetzen kannst, wie du dich geerdet fühlst, mit welchen Hellsinnen du besonders empfänglich bist, wie dein Kraftort in einer anderen Ebene aussieht und generell wie es sich anfühlt mit einer anderen Energiequelle verbunden zu sein.

Ein weiterer Tipp wenn du Nachrichten empfangen möchtest: Ich zünde immer eine Kerze an, sowohl symbolisch wegen dem Licht, als auch um Energie zur Verfügung zu stellen. Zusätzlich kannst du gern ein Glas Wasser für die Energie mit der du eine Verbindung herstellen möchtest bereit stellen. Nach dem Ende der Lesung solltest du dieses Wasser dann nicht trinken, sondern wenn möglich der Natur zufließen lassen, oder einer deiner Pflanzen. Falls nichts davon möglich ist, dann gieß es den Abfluss runter.



Geh nach dem Prinzip von der ersten Einheit vor, aber nachdem du deine BITTE gesagt hast, stell dir vor, dass sich dir gegenüber ein Platz öffnet, den du gezielt für einen Spirit Guide deines Partners zur Verfügung stellst. Sieh es als eine Form von Energieaustausch und Gastfreundschaft, denn du lädst den Guide deines Partners in dein energetisches Feld, um mit ihm/ihr in Austausch zu treten und Nachrichten, vielleicht sogar Antworten zu erhalten.

Bevor du dich jetzt hinsetzt für eine Lesung, lies dir bitte noch den Rest dieses Handouts durch!

## Arbeitsethik

Das ist ein enorm wichtiger Punkt, wenn man im medialen, übersinnlichen Bereich für andere in Aktion tritt! Ganz egal, ob man es professionell im Sinne einer Dienstleistung macht, oder privat für Freunde und Familie. Mach dir bewusst für welche Werte und Überzeugungen du stehst, wenn es um Energiearbeit geht. Sowohl hinsichtlich dir selbst, als auch für andere. Aus welchem Grund suchst du die Verbindung zu anderen Ebenen? Welchem Zweck möchtest du damit dienen?

Du wirst weder mir, noch sonst jemandem jemals Rechenschaft darüber ablegen müssen, aber bevor du dich für die Partnerübung dieser Woche hinsetzt möchte ich, dass du dir klar wirst mit welcher Ethik du an diese Arbeit gehst.

Ein Medium zu sein, Botschaften zu empfangen, Energiearbeit in egal welcher Form zu leisten bringt eine große Verantwortung mit sich, denn du nimmst damit Einfluss auf die Energien. Es liegt an dir, ob du das zum Positiven oder Negativen einsetzen willst. Da du das hier liest, weiß ich, dass du definitiv eine gute Absicht verfolgst, denn ich nehme nur Menschen in dieses Webinar auf, von denen ich eine positive spüre.

Es geht mir hier gar nicht so sehr ums Ego, obwohl das für manche durchaus eine Motivation für diese Arbeit sein kann, um sich Bestätigung im Außen zu holen, um sich als jemand ganz besonderes zu präsentieren und zu zeigen wie außergewöhnlich man doch begabt ist. Kleiner Hinweis dazu: Das ist JEDER MENSCH. Jeder Mensch ist so einzigartig und so besonders, dass es schon wieder normal ist und das ist auch gut so!

Wer sich einmal des Göttlichen in sich selbst bewusst geworden ist, der erkennt es auch in anderen und weiß, dass wir alle Schöpfer sind, denn das ist mit „göttlich“ gemeint. Dein Leben ist die Summe deiner Entscheidungen und Taten (auch jener die du unbewusst getroffen und getan hast) und du trägst in dir eine unsterbliche Seele. Ein Gott ist nichts anderes als eine Energieform die schöpferisch tätig und unsterblich ist, also bist auch du ein göttliches Wesen. So einfach ist das.

Was also willst du in dieser Welt entstehen lassen?

Welche Moralvorstellungen sollen sich in deinem Sein und Wirken spiegeln?

Was hoffst du, das andere in dir sehen, wenn sie sich mit dir verbinden?

Welche Werte vertrittst du mit deiner Energiearbeit und in wessen Dienst stellst du damit dich und die Energien?

Das sind tiefe Fragen und ich möchte, dass du dich intensiv mit ihnen befasst und gern in deinem Notizbuch festhältst, bevor du daran denkst für andere außerhalb dieses Webinars medial tätig zu werden.

## Deine Missionserklärung

Mit deiner Arbeitsethik geht auch deine Missionserklärung einher. Was ich damit meine ist Folgendes:

Deine Missionserklärung sollte sämtliche Aspekte deiner medialen Ziele beinhalten, die du erreichen möchtest.

Sie sollte die Talente und Eigenschaften reflektieren die du hast, oder dir wünschst.

Sie sollte im Präsens geschrieben und nicht länger als ein Satz sein.



Klingt unmöglich das untere einen Hut zu bringen? Ja, dachte ich anfangs auch, aber dann ging es für mich daran meine „Firmenbezeichnung“ mit Untertitel zu finden und dann hab ich festgestellt, dass genau das meine Missionserklärung war! Mehr dazu erzähle ich dir in unserem letzten Treffen im Zoom, jetzt möchte ich dazu jedoch nicht zu viel sagen, weil ich dich nicht beeinflussen möchte, wenn es um deine ganz eigene Missionserklärung geht. Du musst sie auch nicht sofort schreiben, sie ist

keine Voraussetzung für die Partneraufgabe, aber setze dich ab einem Punkt bitte damit auseinander, falls du diese Arbeit in Zukunft weiterverfolgen möchtest.

Es ist super, wenn du differenziert denkst und die Welt in all ihrer Vielfalt wahrnimmst. Doch wenn es um deine Missionserklärung geht, versuch es auf deine Essenz zu kondensieren. Solltest du später einmal diese Arbeit für andere anbieten, sollte deine Missionserklärung auf jeden Fall sofort für andere erkennbar sein.

Eine Missionserklärung macht aber auch dann Sinn, wenn du sie nur für dich selbst formulierst, denn damit wirst du dir nicht nur deiner Intention bewusst, sondern auch deiner Motivation! Trotz all meiner Kommentare zu Energie, Selbstwert und -fürsorge wirkt niemand ausschließlich nur für sich selbst in anderen Bewusstseinssebenen. Der Unterschied liegt darin, dass du dir klar darüber sein solltest, ob du Energiearbeit für und mit anderen anwendest, um daraus deinen Selbstwert zu ziehen, oder ob du dadurch etwas mit der Welt teilen möchtest.

Um dir deiner Missionserklärung klar zu werden, frage dich selbst:

Was ist mein Warum?

Von dieser einen, ganz einfachen Frage ausgehend kannst du im Vorfeld einen mehrseitigen Eintrag in dein Notizbuch machen, falls du möchtest. Dann leg diesen für mindestens einen, vielleicht mehrere Tage weg und lies ihn dann nochmal durch. Welche Schlüsselworte sind dir besonders wichtig? Was steht hinter all dem, was du dir notiert hast? DAS ist deine Mission. Arbeite und überarbeite so lange deine Missionserklärung, bis du das Gefühl hast, dass sie das beschreibt wofür du stehst. Schreibe sie dir auf einen Zettel und häng sie an deinen Kühlschrank, oder lege sie als Lock-Screen auf deinem Handy fest. Irgendwo und irgendwie, wo du sie so oft wie möglich im Blick hast, um sie zu verinnerlichen.

Mein Logo ist bereits seit über zwei Jahren sowohl auf meinem Laptop der Desktophintergrund, als auch auf meinem Handy als Lock-Screen Foto festgelegt und ich kann bis heute sagen, dass ich zu 100% dazu stehe! Die Homepage, der Blog, Newsletter und Instagram sind ständig im Wandel und spiegeln meine aktuelle Entwicklung, aber das Logo mit meiner Missionserklärung ist bis heute gleich geblieben und ich hatte nie das Bedürfnis daran etwas zu verändern.

Trotzdem fände ich es in Ordnung, wenn jemand im Laufe der Zeit herausfindet, dass sich eine Mission ändert, dass man sich auf einen anderen Weg begeben möchte.

Vor allem ist mir auch wichtig nochmal zu betonen, dass du nur, weil du hier lernst für andere zu lesen, das nicht deshalb für andere machen musst! Schon gar nicht in professionellem Rahmen, mit Homepage und was nicht allem. Aber sollte das dein Ziel sein, dann ist es umso wichtiger, dass du dir deiner Mission im Klaren bist.



## Übungen für deinen Alltag

Hier sind ein paar Übungen, um etwas mehr spirituellen Spaß in deinen Alltag zu bringen - denn wir erinnern uns daran, dass es hier auch darum geht Freude und Leichtigkeit ins Leben zu bringen und uns nicht nur dann der Energiearbeit zu widmen, wenn es uns oder anderen schlecht geht.

1. Such dir einen schwarzen und einen weißen Stein und gib sie in einen kleinen Beutel. Stelle dir selbst eine Ja/Nein Frage und hole einen der Steine aus dem Beutel. Weiß steht für Ja, Schwarz für Nein. Das geht natürlich mit jedem Stein und jeder Farbe, aber wähle Steine, die du nicht durch eine kurze Berührung schon voneinander unterscheiden kannst.
2. Wenn du zwischen zwei Handlungsmöglichkeiten stehst und dich nicht entscheiden kannst, dann wirf eine Münze. Sobald sie in der Luft ist, wirst du wissen für welchen Weg du dich entscheiden solltest, denn du wirst dir wünschen auf welche Seite die Münze fallen soll.
3. Bevor du eine unbekannte Person triffst, sag den Namen dieser Person drei Mal und versuche dir vorzustellen welche Haar- und Augenfarbe der Mensch hat. Schau auch, ob du eine Vorstellung bekommen kannst, welchen Kleidungsstil er/sie haben wird.
4. Abends, wenn du im Bett liegst, lass den Tag nochmals Revue passieren. Gab es Situationen in denen du deiner Intuition gefolgt bist? Hast du Botschaften empfangen? In welcher Form? Lagst du richtig mit deinen Vorahnungen? Oder daneben? Mache dir bewusst wann du tagsüber deine Hellsinne hast wirken lassen und wann nicht.
5. Morgens, noch bevor du aufstehst, bleib ein paar Momente im Bett liegen. Nehme tiefe Atemzüge und atme bewusst Energie ein. Fülle deinen ganzen Körper mit dieser Energie. Fühle in deinen Körper hinein. Setze eine positive Intention für den Tag. Sie muss nicht groß sein, eine Kleinigkeit wie einem Fremden auf der Straße im Vorbeigehen ein Lächeln zu schenken genügt schon.
6. Bevor du dich in einer Schlange anstellst, versuche zu erfühlen wo es schneller für dich gehen wird, oder ob du vielleicht besser langsam machen möchtest. Das könnte entspannter sein als die Schlange zu wählen, an der du schneller sein wirst.
7. Hast du eine WANN Frage, beispielsweise „Wann werde ich XY das nächste Mal treffen?“, dann geh in Meditation und visualisiere einen Kalender. Fokussiere dich auf die Frage und versuche das Datum in deinem Kalender zu sehen, hören oder fühlen.
8. Hast du eine WO Frage, wie „Wo soll ich den nächsten Urlaub verbringen?“, dann stelle dir in der Meditation eine Land- oder Stadtkarte vor. Vielleicht wirst du auch Bilder sehen, die dir Hinweise auf den Ort geben.

9. Im Fall einer WARUM Frage, wie „Warum widerfährt mir das?“, oder „Warum ist dieser Mensch in mein Leben getreten?“, hole dir vier Stück Papier. Auf das erste schreibst du „um zu lernen“, auf das zweite „um zu heilen“, auf das dritte „um zu lehren“ und auf das vierte „um zu wachsen“. Falte die Blätter gleichmäßig, gib sie in eine Schüssel und zieh eines mit geschlossenen Augen. Dann hast du deine Antwort.



10. Stehst du vor mehreren Optionen, die eine große Veränderung in deinem Leben bewirken würden (beispielsweise ein Umzug entweder nach Berlin oder München) und du kannst dich partout nicht entscheiden, dann gibt es zwei Wege zu einer Entscheidung zu gelangen:

1) Male dir zuerst die erste Option in Gedanken aus und versuche die Details zu sehen. Achte dabei jedoch darauf wie du dich fühlst. Dann male dir die andere Option aus, sieh die Bilder vor deinem inneren Auge wie einen Film ablaufen und fokussiere dich dabei jedoch auf deine Emotionen. Nachdem du alle Optionen durchgespielt hast, bei welcher hattest du das beste Gefühl? Bei welcher das schlechtere?

2) Geh in Meditation und begib dich an einen deiner Kraftorte. Tanke dort auf, erde dich und komm zur Ruhe. Dann stelle dir an deinem Kraftort so viele Türen vor wie es Optionen gibt, zwischen denen du dich entscheiden musst. Stelle dich vor eine der Türen und sage dir, „Wenn ich diese Tür öffne, dann werde ich sehen was diese Entscheidung mir bringen wird“. Öffne die Tür und sieh was sich zeigt. Achte auf deine Emotionen und wiederhole den Vorgang für jede Option. Du kannst hier auch eine Energie gezielt um Unterstützung bitten.

11. Wenn du unterwegs an einem unbekanntem Ort bist und von A nach B kommen musst und die Wegweiser nicht immer Sinn ergeben, dann greif nicht gleich zu deinem Handy, oder frage jemanden nach dem Weg, sondern halte kurz inne. Schalte dein Denken ab, schau die Schilder/Anzeigetafeln an und schau in welche Richtung es dich intuitiv zieht. Folge diesem sanften Zug. Wichtig hierbei ist, dass du nicht gestresst bist, sondern ruhig in dich fühlen kannst ohne es mit dem Verstand begreifen zu müssen. Du wirst sehen, dass du genau zur richtigen Zeit ankommen wirst und selbst verspätete Transportmittel werden dann kein Problem mehr sein, weil sich unerwartete Alternativen auftun werden.

## Finde deine Gemeinschaft

Ich glaube, ich habe in diesem Handout bis jetzt noch gar nicht das Kollektiv angesprochen!! Na dann wird's aber Zeit! Jetzt möchte ich mich allerdings auf den Teil des Kollektivs beziehen, mit dem du auf einer Wellenlänge liegst, wenn es um Spiritualität und Übersinnlichkeit geht. Dabei möchte ich gleich betonen, dass das nicht dasselbe ist!

Der Groschen ist bei mir erst sage und schreibe Anfang diesen Jahres gefallen. Für mich ist beides, also Spiritualität und Übersinnlichkeit, so eng miteinander verbunden, dass ich etwas gebraucht habe um mir bewusst zu werden, dass im deutschsprachigen Raum zwar sehr viele Menschen für Spiritualität offen sind, aber weitaus weniger für Übersinnliches, so wie du es hier in diesem Web-Seminar lernst. Wahrscheinlich hast du selbst bereits ähnliche Erfahrungen sammeln können.

Nachdem ich damals bei Samantha Fey das Web-Seminar gemacht habe war ich so hungrig nach Austausch mit Gleichgesinnten! Vor allem weil in meiner 3D Welt so gut wie niemand spirituell und schon gar nicht übersinnlich war. Abgesehen von einer Arbeitskollegin, die allerdings leider sehr neidisch wurde, als ich ihr von dem Web-Seminar und meinen wundervollen Erfahrungen erzählt habe, die ich dank dessen machen durfte. Sie wollte nämlich gern selbst mit Energien arbeiten, aber statt es zu versuchen hat sie immer gesagt, dass sie das nicht könne und wollte sich auch nicht ermutigen lassen es mal zu versuchen. Das war meine erste Erfahrung damit, dass das Erwachen anderer nicht meine Verantwortung oder Aufgabe ist. **DEINE** übrigens auch nicht! Das Erwachen, der Lebensweg erwachsener Menschen ist niemals deine Verantwortung.

Doch da draußen gibt es Leute, die genauso ticken wie du! Die auf einer Wellenlänge mit dir liegen und ebenso nach Verbindungen suchen. Wie also diese Menschen finden?

Im Idealfall gibt es bei dir in der Nähe vielleicht Gruppen für Meditation. Stadtbüchereien können eine gute Anlaufstelle sein, wo oft Aushänge für solche Treffen zu finden sind. Jetzt heißt Meditation nicht gleich Verbindung mit Energien, aber wer zu so einer Gruppe geht, ist meist offener als andere. Da ließen sich eventuell erste, neue Bekanntschaften machen, und mit der Zeit stellt man dann unter Umständen fest, dass es doch tiefer geht als gedacht.

Es gibt ein online Portal namens [meetup.com](https://www.meetup.com) auf dem es Gruppen zu allem möglichen gibt! Zurück in Deutschland habe ich festgestellt, dass es sogar Treffen für jene gibt, die sich für Übersinnliches interessieren, die vorrangig online stattfinden. Sich dort ein Profil zu erstellen, was man muss wenn man die Gruppen dort sehen möchte, ist kostenlos. Bei einem Treffen für Übersinnlichkeit habe ich bisher nicht teilgenommen, daher kann ich da keine Empfehlung aussprechen, aber vielleicht möchtest du dich dort mal anschauen.

Falls du zu den den Glücklichen gehören solltest, die einen Esoterikladen in der Nähe haben, dann solltest du da unbedingt vorbei schauen! Schon allein um dich eventuell mit Karten, Büchern oder Steinen einzudecken. In solchen Geschäften ist die Wahrscheinlichkeit auch sehr hoch, dass du Flyer oder Aushänge siehst, die Treffen oder Events rund um Esoterik und Spiritualität anbieten. Falls du diesbezüglich nichts siehst, dann frag beim Verkaufspersonal nach! Ich war bisher in nicht einem einzigen Esoterikladen, in dem die Menschen hinter der Kasse nicht selbst in irgendeiner Weise übersinnlich tätig waren.

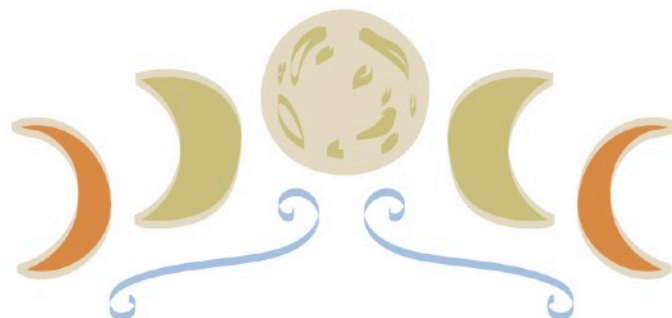
Natürlich gibt es haufenweise Gruppen im Internet, vor allem auf Facebook. Dort werden auch viele Veranstaltungen angeboten, die nicht nur online stattfinden. Mein persönliches Problem war dabei bisher schlichtweg, dass ich entweder zu weit weg war, oder mit den meisten Angeboten keine Resonanz spüre. Das riesige Angebot im Internet kann an sich schlichtweg überwältigend sein.

Esoterikmessen sind eine weitere Option, zum einen um an Workshops und Vorträgen teilzunehmen, zum anderem um sich neues Zubehör zu besorgen und dabei auch Kontakte zu knüpfen. Diese Messen finden eher in größeren Städten statt, aber schau doch mal bei [esoterikmesse.de](http://esoterikmesse.de) nach, vielleicht ist ja mal eine in deiner Nähe!

Inzwischen gibt es viele Zeitschriften rund um Spiritualität, in denen auch Veranstaltungen angekündigt werden und diverse Anbieter Werbung machen, sowohl für ihre Angebote als auch für Workshops und dergleichen.

Fazit: Wer sucht, der findet. Mein Tipp: Hör auf deine Intuition! Wenn du etwas siehst, oder von etwas hörst bei dem du spontan ein gutes Gefühl hast, dann schau es dir mal näher an. Wenn du kein gutes Gefühl hast, dann nimm lieber Abstand. Lass dich von deinen Hellsinnen leiten, halte Augen und Ohren offen und mit der Zeit werden die richtigen Menschen in dein Leben treten. Mit diesem Webinar hast du bereits ein paar Schritte getan und neue Verbindungen geknüpft. Ich fände es absolut phantastisch, wenn ihr weiterhin miteinander in Kontakt bleibt! Ihr könnt auch weiterhin Lesungen gemeinsam üben, oder jemanden aus der Gruppe gezielt um Unterstützung bitten, wenn du bei etwas nicht weiter weißt. Für sich selbst zu lesen kann nämlich eine echte Herausforderung sein.

Deswegen möchte ich darauf im nächsten Kapitel kurz eingehen.



## Botschaften für sich selbst empfangen

Wenn es darum geht für sich selbst Botschaften zu empfangen, oder einer Blockade auf den Grund zu gehen, kann es sehr herausfordernd werden. Einer der Vorteile dabei ist jedoch, dass du das mit niemandem teilen musst. Du musst dich weder öffnen, noch deine Verletzlichkeit preisgeben. Du musst nur dir selbst gegenüber absolut uneingeschränkt ehrlich sein und dir deiner Schattenanteile bewusst werden. Das erfordert viel Kraft und manchmal hat man die schlichtweg nicht. Oder man ist so blockiert, dass man absolut keinen Ausweg sieht. In so einem Fall ist es tatsächlich ratsam sich Unterstützung bei einer verlässlichen Quelle zu holen.

Dennoch möchte ich dich hier dazu ermutigen Nachrichten auch für dich selbst zu channeln. Es gibt unterschiedliche Wege wie du das machen kannst und ich stelle dir ein paar vor, die du gern alle ausprobieren darfst, aber nicht musst. Schau was sich gut anfühlt und wozu du spontan Lust hättest es mal auszuprobieren.

In der zweiten Einheit habe ich dir unterschiedliche Energien vorgestellt. Wozu hast du dich hingezogen gefühlt? Von welcher Quelle würdest du gern eine Nachricht erhalten? Das ist das erste, was du dir bewusst machen musst. Dann solltest du dir klar machen, in welchem Bereich du dir Unterstützung wünschst. Schreibe dir die Fragen auf die du hast!

Als nächstes bereitest du dich und den Raum für einen Energieaustausch vor. Zünde eine Kerze und/oder Räucherstäbchen an, wenn du möchtest oder stelle ein Gefäß mit Wasser bereit, um der Quelle mehr Energie zur Verfügung zu stellen. Du darfst dich auch mit Kristallen umgeben. Falls du weißen Salbei oder Rosmarin zum Räuchern hast, kannst du dich vorher auch räuchern, um dich zu reinigen und die Nachricht so klarer zu empfangen. Geh so vor, wie wenn du für jemand anderen liest und bitte eine Energie darum sich dir zu zeigen. Stelle deine Fragen. Über welchen Hellsinn du am empfänglichsten bist, sollte dir bis jetzt bewusst sein. Konzentriere dich auf diesen Kanal, doch sei offen für alle Hellsinne! Halte alles fest, was dir übermittelt wird. Siehst du Bilder? Hörst du etwas? Was kannst du fühlen? Alles ist bei einer Lesung von Bedeutung!

Alternativ kannst du die Übung mit den drei Umschlägen aus der letzten Einheit jederzeit anwenden, oder dir Karten legen. Auch das sind Wege, auf denen das Universum und die Energien mit dir kommunizieren.

Falls dir das Schreiben liegt, dann kannst du mal Folgendes ausprobieren: Bereite dich vor wie auf eine Lesung. Erden, meditieren, zentrieren. Hab etwas zum Schreiben bereit. Fokussiere dich auf die Energie von der du eine Nachricht für dich erhalten möchtest. Nimm den Stift in die Hand und schreibe „Was muss ich wissen?“, oder eine Frage auf die du Antwort möchtest. Wichtig ist hierbei, dass du dein Denken so weit wie möglich abschalten kannst. Öffne dich soweit es geht für die Energie und spüre wie sie aus dir durch den Stift auf das Papier fließen möchte. Lass los, lass es fließen! Denk nicht über die Worte nach die du schreibst, fühle nur

wie Energie die aus dir strömen möchte und leite sie über deinen Arm in die Hand. Manche Menschen benutzen dabei ihre nicht-dominante Hand zum Schreiben, weil ihnen das hilft sich von ihren eigenen Gedanken zu trennen.

Du wirst es spüren, wenn alles zu deiner Frage geteilt wurde, was du wissen musst. Dann kannst du eine weitere Frage stellen, wenn du möchtest. Davor kannst du dir auch gern durchlesen was die Antwort zur ersten Frage war, allerdings ist es unter Umständen ratsam, dass du zuerst deine Fragen stellst, um solange wie möglich von deinen Gedanken getrennt zu bleiben und nicht verstehen zu wollen und müssen was du gerade aufs Papier bringst. Nachdem du alle Fragen gestellt und Antworten aufgeschrieben hast, denke daran deinen Dank zum Ausdruck zu bringen und bei dieser Übung kannst du ihn auch gern abschließend aufschreiben.

Dann kehre langsam zu dir zurück, geh an die frische Luft und lies dir dann in aller Ruhe durch, was auf dem Papier steht.

Sollest du gerne Zeichen von einer Energie empfangen, statt einer Nachricht, dann kannst du eine Frage formulieren, zum Beispiel „Wenn ich X machen soll, dann sende mir bitte innerhalb der nächsten sieben Tage XY als Zeichen. Danke!“. Denk daran, dass alles immer ein Energieaustausch ist, also zünde eine Kerze an, während du deine Bitte aussendest, oder etwas Räucherwerk und spüre wirklich deine Dankbarkeit für den Austausch mit der Energiequelle.

Je häufiger du dich mit Energien verbindest, desto mehr wirst du feststellen, dass du nicht mehr so viel Vorbereitung brauchen wirst. Es kann gut sein, dass du an einen Punkt kommen wirst, an dem du noch nicht einmal mehr die Chakren wirst öffnen oder meditieren müssen. Aber bis dahin lass dir bitte Zeit, ganz besonders wenn es darum geht für andere Nachrichten zu empfangen. Sei dir selbst die Zeit und Energie wert, die es braucht um eine Botschaft für dich selbst zu channeln!



## Auswirkung deiner Frequenz auf eine Lesung

Das ist ein Punkt, den ich lange mit mir selbst debattiert habe, bevor dann doch der Impuls kam mich dazu zu äußern. Schon in der ersten Einheit habe ich erwähnt, dass das was VOR einer Lesung passiert genauso wichtig ist wie das, was währenddessen und danach geschieht. Eine gute Vorbereitung für eine Lesung wirkt sich positiv auf die Lesung aus, selbst wenn sich herausfordernde Themen zeigen.

Meditieren, erden, deine Chakren öffnen und drehen - das sind alles Vorgänge die nicht nur dazu dienen, dass du den Kanal öffnen kannst, du erhöhst dadurch auch deine Frequenz. Wie schon im letzten Handout erwähnt, sprechen manche spirituellen Lehrer ständig davon, dass man seine „Frequenz erhöhen“ soll. Ich finde nicht, dass das das Ziel eines spirituellen Weges sein sollte. Der Grund liegt für mich darin, dass es mein Eindruck ist, dass viele dabei etwas Wichtiges aus den Augen verlieren: Um die eigene Frequenz zu erhöhen ist es notwendig sich mit den eigenen Schattenthemen zu befassen.

Das klingt jetzt so logisch und selbstverständlich, doch was ich von außen beobachte ist nicht, dass spirituelle Lehrer sich hinsetzen und diesen Aspekt betonen, sondern sie führen durch Meditationen, die dazu dienen allein durch Meditation die eigene Frequenz zu erhöhen und stellen es zum Teil hin, als wäre das die Lösung für den Planeten und die potenzielle Rettung der Menschheit, um es überspitzt auszudrücken.

Meditationen um eine Frequenz zu erhöhen können wirksam sein und ich halte sie für eine sinnvolle Ergänzung! Aber allein reicht das nicht aus. Ich halte es für viel wirksamer, wenn man sich mit seinen eigenen Dämonen befasst und Schritt für Schritt daran arbeitet sie ins Licht zu holen, damit sie sich wandeln können.

Unsere Schattenanteile sind das, was unsere Frequenz nach unten zieht. Da macht es keinen Sinn die Frequenz erhöhen zu wollen, ohne die Schatten auf eine höhere Frequenz zu bringen.

**Aber wie und warum wirkt sich das auf deine Lesungen aus?**

Samantha schrieb in ihrem Handout, dass man gerade am Anfang, wenn man noch lerne zu lesen, sehr häufig eher negative Botschaften empfangt, weil die eigene Frequenz noch niedrig sei und man deshalb eher „niedrige“ Nachrichten erhalten würde.

Erinnerst du dich an das, was ich im letzten Handout über Frequenzen und Wellenlängen geschrieben habe? Das ist ein sehr einfaches Prinzip, obwohl ich Samanthas Aussage etwas kritisch gegenüberstehe. Das ist mir einfach zu pauschal ausgedrückt, und dennoch sehe ich einen Samen Wahrheit darin.

Unterm Strich gilt das Gesetz der Resonanz: Man zieht in erster Linie das an, womit man selbst auf einer Wellenlänge liegt. Ist deine Frequenz auf einer „hohen“ Ebene, ziehst du im ersten Schritt automatisch „höhere“ Botschaften an und umgekehrt.

Ich möchte aber nicht, dass jemand denkt, dass es irgendwelche Probleme oder Schwierigkeiten mit der eigenen Frequenz gibt, nur weil du vielleicht vorrangig herausfordernde Botschaften für andere empfängst! Das heißt nämlich nicht, dass du ein schlechter Mensch bist, oder zu viel negative Energie in dir tragen würdest! Es bedeutet auch nicht, dass man keine positiven Nachrichten empfangen kann.

Ich bin der festen Überzeugung, dass in einer Lesung IMMER genau das durch kommt, was durchkommen soll und muss!

Hier im Web-Seminar hast du die Chance herauszufinden wo du stehst und das in vielerlei Hinsicht:

### Kümmerst du dich regelmäßig um deine Energie?

Wie sieht es mit deinen Reserven aus?

Bist du dazu in der Lage das, was du hier lernst  
in deinen Alltag zu integrieren?

Mit welchen Energien aus anderen Ebenen  
möchtest du arbeiten?

Welche Botschaften sind bisher in den  
Übungen und Lesungen durchgekommen?

Erkennst du bereits gewisse Muster?

### Was sind deine Vorlieben für Meditation?

Die Antworten auf diese Fragen sind wichtige Hinweise, die sich allesamt auf deine Frequenz auswirken. Einer der Gründe warum du hier bist ist vielleicht, dass du anderen auf ihrem Weg helfen möchtest, indem du Botschaften für sie empfängst. Das wäre wundervoll und eine schöne Motivation. Doch darfst du dabei dich selbst auf gar keinen Fall aus den Augen verlieren! Du kommst immer zuerst. Fang bei dir an. Wo stehst du gerade? Wie fühlst du dich?



Wie würdest du dich gern fühlen? Wo würdest du dich mental, emotional und energetisch gern befinden? Wie glaubst du, dass du dahin kommen kannst?

In einer Lesung ist alles von Bedeutung, deswegen ist es wichtig, dass du alles so gut wie möglich mitteilst. Die Inhalte müssen für dich als Sprachrohr der Energien nicht auch nur den geringsten Sinn ergeben! Dasselbe gilt für Fragen, die du in einer Lesung versuchen wirst zu beantworten. Du und dein Verstand müssen sie nicht nachvollziehen, verstehen oder begreifen können. Was auch immer kommt, nimm es an und leite es weiter.

Das heißt jedoch nicht, dass eine Lesung für dich als Medium nicht von Bedeutung ist! Denn auch für dich ist hier alles bedeutsam, aber auf einer anderen Ebene!

Deine Aufgabe ist es dich damit auseinanderzusetzen, wie es dir energetisch ging, als du dich für die Lesung hingesezt hast. War der Tag stressig? Konntest du gut abschalten und die 3D Welt hinter dir lassen? Warst du konzentriert bei der Sache? Hast du dich gut vorbereitet?

Wenn du auch in Zukunft für andere lesen möchtest und wirst, dann wird es ganz sicher auch mal Lesungen geben, auf die du dich nicht optimal vorbereiten wirst. Das wird natürlich nicht so geplant sein, das passiert schlichtweg so. Das darf auch sein und ich bin der Überzeugung, dass es dann auch seinen Grund hat, warum es so gekommen ist. Entweder wirst du ganz einfach diese Erfahrung brauchen, oder es ist ebenso denkbar, dass du nur durch den Mangel an Vorbereitung genau die Nachrichten erhalten wirst, die der andere hören soll. Das lässt sich vorher nicht sagen.

Wenn mal was „daneben“ geht und du selbst nicht zufrieden sein wirst, dann sei ehrlich mit dir selbst, aber auch nachsichtig. Es gibt verschiedene Wege damit umzugehen. Einer besteht darin der Person eine weitere Lesung anzubieten (eventuell gratis, da musst du einfühlen und schauen was sich für dich fair anfühlt) oder eine andere Form von Energieausgleich, solltest du das Bedürfnis haben da etwas ins Gleichgewicht zu bringen.

Etwas das ich mir zur Regel gemacht habe: Sollte es jemals passieren, dass jemand mit einer Zusammenarbeit mit mir, egal in welcher Form, unzufrieden ist, dann würde ich der Person sofort ohne großartig nachzufragen den erhaltenen Energieausgleich wieder zurück senden. Denn die Unzufriedenheit würde dem was zu mir geflossen ist ewig anhaften und wenn ich den Ausgleich dann verwenden würde, um mir etwas Neues ins Leben einzuladen, dann würde dem diese negative Energie auch ewig anhaften. Das würde ich nicht wollen und ich bin da auch einmal mehr froh mich dagegen entschieden zu haben Gaia's Healing zu meinem Lebensunterhalt zu machen. So kann ich hier ganz frei und unbeschwert sein. Auch das sorgt dafür, dass ich entspannt und mit einer leichteren Energie dieser „Arbeit“ nachgehen kann, was wiederum für eine erhöhte Frequenz sorgt.

Es ist alles ein Kreislauf.

## Partnerübung



Ja, es ist schon soweit! Ich habe das Gefühl bis hierhin alles geschrieben zu haben, was wichtig ist und was du im Hinterkopf haben solltest, bevor es an die finale Partnerübung geht. Dieses Handout ist damit wesentlich kürzer als die anderen beiden, aber Qualität steht in absolut keinem Verhältnis zur Quantität. Solltest du das Gefühl haben noch etwas wissen zu wollen, oder Fragen haben, bevor du diese Übung angehst, dann melde dich.

Mir fällt auch gerade auf, dass ich dafür, dass dieses Handout so kurz ist hier am meisten mit mir selbst diskutiert und hin und her überlegt habe x) Auch was diese Übung angeht.

Im vorigen Handout habe ich unterschiedliche Energien vorgestellt und ich weiß, dass manche von euch schon in Kontakt mit gewissen Energien sind. Das ist wundervoll und ich möchte dich unbedingt ermutigen weiterhin deinen Weg zu gehen.

Doch in dieser Einheit bitte ich dich darum, dich für deinen Partner mit dessen SPIRIT GUIDES zu verbinden. Sie sind aufgrund ihres Verständnisses für unser Leben als Mensch einfach am Nächsten an uns und ich weiß, dass ihre Botschaften unglaublich hilfreich sein können.

Deinen Partner hast du bereits zugeteilt bekommen. Bevor du dich für die Lesung hinsetzt möchte ich, dass du deinem Partner mindestens EINE, und maximal DREI Fragen schickst, die du an deine Spirit Guides hast. Sobald du die Fragen deines Partners erhalten hast, kannst du die Lesung machen. Der Ablauf ist prinzipiell derselbe wie schon bei der allerersten Partnerübung. Den Unterschied macht die Intention!

Ich empfehle dir, dass du schon bevor du dich für die Lesung hinsetzt, dir klar machst, dass du dich mit den Spirit Guides deines Partners verbinden möchtest. Von dem Moment an, wo du das hier liest, kannst du bereits diese Intention setzen.

Sobald du dich tatsächlich für die Lesung hinsetzt, schlage ich vor, dass du wie folgt vorgehst:

Reinige vor der Lesung sowohl den Raum in dem du die Lesung machen wirst, als auch dich selbst physisch UND energetisch.

Wenn du bereits mit anderen Energien arbeitest, darfst du sie gern darum bitten DICH bei der Lesung zu unterstützen. Sie werden jedoch nicht diejenigen sein, die Nachrichten für deinen Partner übermitteln.

Zünde eine Kerze als Energiequelle für die Spirit Guides deines Partners an. Alternativ kannst du eine Schale Wasser für sie zur Verfügung stellen. Du darfst hier aber auch gern kreativ sein

und kannst ihnen eine kleine Gabe machen, die sich für dich gut anfühlt. Beispielsweise in Form von Räucherstäbchen oder einem Snack (den du danach nicht essen darfst, sondern bitte am besten in der Natur hinterlässt). Stelle etwas bereit, das den Spirit Guides Energie zukommen lässt. Du kannst hier gar nichts falsch machen.

Solltest du für dich eine Energie zur Unterstützung holen, dann stelle auch dieser Energie etwas zur Verfügung.

Setz dich hin und meditiere. Hier ist es nochmals wichtig, dass du dir wieder die Intention bewusst machst dich mit den Spirit Guides deines Partners zu verbinden.

Erde dich, öffne und drehe deine Chakren. Sende deine Energiestrahlen gezielt zu den Spirit Guides deines Partners und bitte sie darum sich dir erkenntlich geben.

Sobald du das Gefühl hast, dass die Verbindung zu ihnen hergestellt ist, stelle ihnen eine der Fragen deines Partners. Solltest du mehrere erhalten haben, dann fange intuitiv mit der an, von der du das Gefühl hast sie zuerst stellen zu wollen.

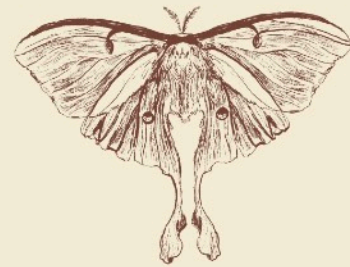
Halte alles fest, was die Guides dir übermitteln! Denk daran, alles ist von Bedeutung! Jedes noch so unscheinbare Detail, jede Emotion, jeder Eindruck.

Es kann hier auch durchaus passieren, dass die Guides zu einer Frage schweigen werden. Dabei möchte ich dir ins Bewusstsein rufen, dass du zwar in erster Linie als Leser ein Sprachrohr bist, aber es handelt sich hier dennoch um einen Austausch. Du kannst durchaus eine Unterhaltung mit den Guides führen. Wenn sie zu einer Frage nichts sagen, dann kannst du fragen, warum sie dazu schweigen und du kannst sie auch fragen, ob es etwas gibt, das sie stattdessen mitteilen wollen.

Du wirst es wissen, wenn alles gesagt wurde. Dann ist es Zeit den Spirit Guides deines Partners Dank zu sagen. Bedanke dich auch bei eventuellen Energien, die du um Unterstützung für dich gebeten hast. Bedanke dich bei Gaia für ihren Halt. Schließe deine Chakren und bring dein Schutzschild in Position, solltest du das Bedürfnis danach verspüren.

Zum Schluss sende auch ganz bewusst alle Energien zu ihrer Quelle zurück und visualisiere wie all deine Energie zu dir zurück kehrt. Denn es fand ein Austausch statt. Wenn du am Ende diesen Schritt überspringst, kann es passieren, dass du energetisch weiterhin mit den Guides und vielleicht sogar mit deinem Partner verbunden bist und das kann zu interessanten Nebeneffekten führen, von denen ich in unserem letzten Zoom Treffen erzählen werde. Denn das ist mir passiert ;) Es war nichts Schlimmes, ganz im Gegenteil, ich bin froh diese Erfahrung gemacht zu haben! Dennoch sollte man abschließend immer sicher stellen, dass alles wieder da ist, wo es hingehört.

Manchmal kommt es  
nicht so wie geplant,  
sondern noch viel besser.



Gaia's Healing