



Newsletter 72

Februar 19

Liebe Lichtträger!

Vielen Dank für eure zahlreichen Zuschriften und lieben Worte zum 10. Geburtstag unseres Newsletters. Bei unserer kleinen Verlosung haben wir folgende Menschen gezogen und ihnen auch schon die gewünschten Veröffentlichungen zugesandt: Agnes, Heidrun, Christine, Deborah und Sabine. Nochmals herzlichen Glückwunsch den Gewinnerinnen und allen TeilnehmerInnen vielen Dank.

∞ ∞ ∞

Ava goes (doch) Yoga! Gemeinsam mit Michaela Berger, starte ich im März mit zwei „klassischen“ Yogakursen: **Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**: Yoga ist eine Reise zu uns und in unser Inneres. Wir können dabei eine achtsame Wahrnehmung von uns selbst entwickeln und spüren, was im Moment in unserem Körper und unserem Geist (in unseren Gedanken und Emotionen) vor sich geht. Was immer wir dabei möglicherweise wahrnehmen können, darf da sein. Durch dieses Annehmen kann eine Veränderung stattfinden, wie beispielsweise, dass sich Anspannungen lösen oder uns Einsichten und Erkenntnisse zufallen können. In diesen sieben Yoga-Einheiten werden wir unsere Aufmerksamkeit speziell unserem Rücken schenken. Unser Rücken hat täglich so viel zu tragen, er hält uns aufrecht. Unsere Wirbelsäule ist ein Meisterwerk an Stabilität und Beweglichkeit. Viele Menschen sehen sie als Verbindungsglied zwischen Himmel und Erde. Doch manchmal wenden wir uns unserem Rücken erst zu, wenn er belastet ist und schmerzt.

Kursinhalte: Körperübungen mit dem Schwerpunkt der Entlastung und Stärkung des Rückens, Atemräume kennenlernen und den Fluss des Atems wahrnehmen, Entspannung, das Genießen des Geschmacks der Stille.

Kurse für AnfängerInnen und Leichtfortgeschrittene, jeweils 7 Einheiten à 90 min: **Abendkurs Mo. 19 – 20 Uhr 30: 25. 03., 01. 04., 08. 04., 29. 04., 06. 05., 13.**

05. & 20. 05. Vormittagskurs Di. 10 – 11 Uhr 30: 26. 03., 02. 04., 09. 04., 30. 04., 07. 05., 14. 05. & 21. 05.

Ort: U7, **Anmeldungen:** info@ava-minatti.at, **Austausch:** € 98,-- (inkl. 20 % MwSt.) pro Kurs – bitte während des Kurses bar mitbringen – danke, **Mitzubringen:** bequeme Kleidung, **Kursleitung:** Der Yoga-Kurs wird gemeinsam von Michaela Berger und Ava Minatti geleitet. Zum Kennenlernen werden in der ersten Stunde beide anwesend sein. In weiterer Folge werden die Stunden abwechselnd von Michaela und Ava gestaltet sein. **Michaela Berger:** Traditionelle Meditations-Praxis ab 1999, seit 2009 offiziell zum Lehren von Meditationen und der buddhistischen Lehre autorisiert, anerkannte Yogalehrerin BYO/EYU, www.diestille.at **Ava Minatti:** seit 22 Jahren freiberuflich als Lehrerin im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung, Entspannung und Meditation tätig, anerkannte Yogalehrerin BYO/EYU

∞ ∞ ∞

Infos zur im **September 19** geplanten **Griechenlandreise** findet ihr auf der **Homepage:** www.ava-minatti.at

∞ ∞ ∞

2020 startet eine **mehrteilige Engel-Yoga® LehrerInnen-Ausbildung**. Sie richtet sich an Menschen, die selbst Engel-Yoga® Stunden leiten möchten. Als einführendes Seminar, um die Voraussetzungen und Inhalte zu klären, als auch, um zu spüren, ob man/frau diesen Weg gehen möchte, empfiehlt sich die Teilnahme am Engel-Yoga® Wochenende, das im März im U7 stattfinden wird.

∞ ∞ ∞

Und weil es so schön ist, startet in **Hamburg** gleich noch einmal eine **Essener-Basisausbildungen**, die von **Mag.a Elfriede Konas** und **Friederike Grundmann** **gemeinsam geleitet** werden wird: **Teil 1: 04. – 07. April, 16. – 19. Mai, 27. – 30. Juni**, Ort: **Lottbeker Feld 54, 22359 Hamburg**, **Anmeldeschluss ist der 15. März!** Weitere Infos und Anmeldungen: **0043-676-3036520**, e.konas@konas-consulting.com, www.inbale.at oder **0049-40-20978916**, friederike.grundmann@t-online.de



Kleiner Rückblick:

Im Rahmen unseres **Raumnächte-Webinars** ging es immer wieder um Märchen. So machten wir uns ans Werk, unser eigenes Märchen oder unsere eigene Geschichte zu schreiben, in dem oder in der wir selbst die Hauptrolle spielen. Dabei wurden die unterschiedlichsten Erzählungen geboren – traurige, freudvolle, sehr an das eigene Leben angelehnte, voll von den tiefsten Wünschen und Sehnsüchten, poetische, kurze, lange und/oder magische. Das ist eine nette Idee, die man auch an seinem Geburtstag umsetzen kann. Es kann eine Mut-, eine Motivations- oder Trostgeschichte sein, etwas zum Weinen oder zum Lachen. Vielleicht habt ihr Lust hinein zu spüren, wie und was euer Märchen wäre, wenn ihr euch beschreiben und euer Leben, das, was euch Freude bereitet, das, was ihr noch erleben möchtet, erzählen würdet? Wer würdet ihr sein, wie, wo und mit wem, würdet ihr leben? Was würdet ihr tun? ... Und wer es gerne mit uns teilen möchte, kann es uns an info@ava-minatti.at senden. Wir sind schon ganz neugierig und gespannt, auf möglich Prinzessinnen, Ritter, Helden und Heldinnen, Königinnen, Drachenreiter, magische, weise, alte Frauen, Heiler oder einfach auf mutige Mädchen und Jungens, Frauen und Männer, Töchter und Söhne 😊



Die **totale MOFI** war ein wunderbarer Fest des Neubeginns und der Kommunikation und Begegnung zwischen Erde, Mond und Sonne. Eine besondere Sternkonstellation hat immer Auswirkungen auf alle Menschen und auf die gesamte Erde, weil die Information über die morphogenetischen Felder weitergeleitet wird, auch wenn dort, wo sie gesehen werden kann, der Brennpunkt der Energien ist. Zusätzlich findet alles, was wir im Außen beobachten können, in uns statt bzw. ist alles, was im Außen ist, in uns, d. h. in diesem Falle, dass die Erde, der Mond und die Sonne, die totale MOFI in uns sind. Alles, was uns begegnet ist neutral. Erst durch das, wie wir es einordnen, erleben, definieren, bekommt es eine Wertung. Durch das, mit etwas in Beziehung und in Bezug gehen, wird diese Färbung (=Wertung) sichtbar. Dadurch wird es lebendig.

Bei einer MOFI haben Sonne, Erde und Mond einen besonderen Bezug zueinander. Wenn wir uns darauf einlassen, gehen wir damit in Beziehung, mit der Konstellation, mit der Erde, dem Mond und der Sonne. Wir nehmen Bezug darauf. Wir können in unserem Alltag beobachten, wie wir in Bezug, in Beziehung, wie wir dadurch in Partnerschaft gehen und wie sich dadurch ein Zusammenspiel von Energien verändert oder wie es entsteht. So gestaltet sich alles, was unserem Leben begegnet und ein Teil davon ist. So kreieren wir und nützen unsere SchöpferInnenkraft. Die geistige Welt sagte, dass diese neue Zeit, in der wir sind, das Zeitalter der Optimisten ist. (Die alte Zeit, das Fischezeitalter verglichen unsere feinstofflichen Geschwister mit der Zeit der Pessimisten. Alles, erschien schwer, düster etc.) Der kosmische Mensch kann also in allem etwas Positives und das Licht, das darin ist, erkennen. Die MOFI ist für alle Menschen eine große Chance, ihr Bewusstsein zu erweitern und mehr im Frieden und im Gleichklang zu sein.

... Nada beginnt zu dir zu sprechen und sagt: Wir sind Nada. Segen und Willkommen, geliebtes Kind des Lichtes, das du uns bist. Es ist uns eine so große Freude, zu dir sprechen zu dürfen. So erlaube, dass wir folgendes sagen: Wisse, dass all diese besonderen Konstellationen letztendlich dazu dienen, dass die Ausrichtung auf und die Erinnerung an die neue Zeit bekräftigt, wiederholt und bestätigt wird. Deshalb dient auch diese Mondfinsternis diesem Zweck. Wir bitten dich, dass du dir jetzt einige Minuten Zeit schenkst, um dir bewusst zu werden, was du für dich in deinem Leben verändern, was du loslassen, was du mehr in dein Leben integrieren möchtest. Dann erlaube dir, das, was du loslassen möchtest, dem kosmischen Menschen, der du bist, zu übergeben. Nimm wahr, dass er bereits damit beginnt, es zu wandeln, zu transformieren und aufzulösen.

Das, was du mehr in dein Leben bringen möchtest, erlaube dir, der Erde, dem Mond und der Sonne in dir zu übergeben, sodass es mehr zu einem Teil deiner Realität wird. Wir bitten dich, dass du weißt, dass es über die äußere Mondfinsternis in den morphogenetischen Feldern weitergetragen und allen Menschen zur Verfügung gestellt wird, sodass das, was sich in dir, in deinem Leben erweitern darf, sich in jedem und für jeden Menschen erweitern darf. Auch das, was du loslässt, können und dürfen alle Menschen loslassen. Auf diese Art und Weise wirkt dieses dein persönliches Sein für das Kollektiv und auf das Kollektiv, in dieser Nacht. Wisse, dass durch diesen roten Glanz, durch die Röte des Mondes, wodurch er diesen

Namen Blutmond bekommt, die Kraft der Manifestation in der Materie intensiviert wird.

Es ist, wenn du so möchtest, wie ein Gruß, ein besonderer Segen des rubinrotgoldenen Strahls, der sich darüber äußert. Seine Energie, die in dieser Nacht zur Verfügung steht und freigesetzt wird, wirkt auf die Herzen, um sie zu berühren, um sie bei Bedarf zu heilen und zu weiten, damit Liebe in ihnen Platz hat, Liebe in ihnen Raum nehmen kann. Gleichzeitig wirkt dieses rubinrotgoldene Licht, über den Mond, tief hinein in die zellulären Ebenen, sodass das, was an Impulsen der Formung und der Erschaffung freigesetzt wird, bis in die Zellen, bis tief in die Materie wirkt und dort Raum nimmt, dort sichtbar wird. D. h. dass dieses Rot die Manifestationskraft in der Materie fördert. Wenn du dieses Rot siehst, atme es in dich ein.

Bevor zu schlafen gehst, stelle dir den Blutmond vor und lasse diese Manifestationskraft, tief, tief in deinen Zellen wirken. Über dich geht sie wiederum weiter in das Kollektivbewusstsein, sodass die segensbringenden Energien, die freigesetzt werden, tief, tief im Kollektiv der Menschheit wirken dürfen und können. Erlaube dir, in dem Bewusstsein in diese Nacht zu gehen, dass du, wenn du morgens erwachst, ein neuer Mensch bist, dass wirklich ein Neubeginn stattfindet. Erlaube dir, ihn wahrzunehmen und zu spüren. Wir bitten dich, dass dich über den Mond, das Sternenfeld Krebs durchwirken darf. Darüber kommt eine mütterliche Qualität zu dir, eine Bereitschaft und eine Fähigkeit, dich selbst zu nähren, dir selbst Gutes zu tun. Dadurch entsteht in dir ein Raum, der mit der Urweiblichkeit, der Shekainaenergie gefüllt werden möchte.

Über diese urweibliche Energie, die ebenso über dich weiterwirkt und ausstrahlt, wird ein liebevolles Miteinander auf dieser Erde geschaffen. Die Qualität des Sternenraumes Krebs berührt dein Innerstes und schenkt deinem inneren Kind alles, was es benötigt, um ein kosmisches Kind zu sein. Über dich fließt diese Energie weiter aus, um dem Kollektiv und dadurch allen Menschen zur Seite zu stehen, sodass alle inneren Kinder bekommen können, was sie benötigen, um kosmische Kinder zu sein. Wir bitten dich, dass du verstehst, dass du in diesem Kontext der Katalysator, der Vermittler, die Vermittlerin, wenn du so möchtest, der Kanal bist, über den alles weiter fließt und mit der Erde geteilt wird, was in dir Raum genommen hat. Dadurch wirkst du für das Kollektiv.

Nach dieser Mondfinsternis kannst du folgendes tun: Du kannst dich, wann immer du möchtest, daran erinnern, dass du kosmischer Mensch bist und kannst einfach kosmischer Mensch sein. Dann lasse dieses Bewusstsein des kosmischen Menschenseins über dein Herz ausströmen, in und über die Morphogenetik. Erlaube, dass sich dieses Bewusstsein des kosmischen Menschen ausbreitet und darüber alle berühren kann, die bereit dazu sind, sodass sie sich ebenso darauf ausrichten, kosmischer Mensch zu werden und es sind. Darüber initiiert du einen Entwicklungsprozess, eine Bewusstseinsweiterung. Das, was als Erwachen bezeichnet wird geht sehr schnell darüber weiter. Es zeigt Früchte, in den unterschiedlichsten Bereichen.

Deshalb bitten wir dich, selbst, so oft als möglich, kosmischer Mensch zu sein und dieses hinauszutragen und mit der Welt zu teilen. Dadurch klärt sich so viel von selbst. Wir erinnern dich daran, dass dieses Jahr ein schnelles Jahr ist. Alles, wofür du in den letzten Jahren lange gebraucht hast, zum Teil auch mühsam erarbeitet hast, geht jetzt ganz leicht, findet jetzt die Vollendung, den Abschluss, die Umsetzung und kommt schnell und leicht auf die Erde. Somit wird auch dieses kosmische Menschsein deutlich werden. Deshalb bitten wir dich, einfach kosmischer Mensch zu sein und dieses Bewusstsein zu verströmen und zu teilen und so dem großen Ganzen zu dienen. Diese Mondfinsternis fördert die Beschleunigung, von der wir sprachen, die Teil dieses Jahres ist. Lege deine Hände auf dein Herz, um dich zu spüren. Spüre, wer du wirklich bist. So danken wir dir und segnen den kosmischen Menschen, der du bist. Wir sind Nada. Sei gesegnet.

∞ ∞ ∞

Unsere **Einstimmung auf das Merkurjahr mit den Raumgeschwistern** war sehr interessant. Neben der Kommunikationsfreude, die uns Merkur schenkt, stehen in diesem Jahr auch unser Mentalfeld und seine Klärung, Durchlichtung und Weitung, das Element Luft, der Atem und in diesem Kontext unsere Atmungsorgane im Mittelpunkt. Gabriel bat uns, um Orte zu entlasten, an denen eine erhöhte Schadstoffbelastung der Luft gemessen wird, über den weißen Strahl, das eigene Mentalfeld von überholten Gedankenstrukturen zu reinigen. Im Anschluss daran sollten wir die Reinheit des Gedankenfeldes der Luftebene dieser Plätze zur Verfügung stellen, damit sie sich ebenfalls Klären und Bereinigen können.

Weiters empfahl Gabriel, über den weißen Strahl, den physischen Körpern, Filtersysteme zur Verfügung zu stellen, damit sie unabhängiger von unterschiedlichsten Einflüssen werden, wodurch sich auch allergische Reaktionen u. ä. m. reduzieren würden. Gabriel meinte, dass das eine Übergangslösung sei, bis unsere physischen Körper so durchlichtet wären, dass sie mit allen Schwingungen, Frequenzen und Substanzen so im Frieden sein können, dass es nichts mehr gibt, was sie belasten würde.

Thot sprach über die Akasha-Chronik, zu der wir in diesem Jahr einen besonders leichten Zugang finden können, wenn wir möchten. Er bezeichnete sie als kristallines Schwingungsfeld, weshalb sie so aufnahmefähig ist und so viel abspeichern kann. Thot erklärte, wie die atlantischen Wesen das Akasha-Feld entwickelten und nützten. In der neuen Zeit beginnt sich die Akasha-Chronik zu verändern, insofern als dass das, was darin gehütet wird, beweglich wird. Daraus ergibt sich die Möglichkeit, aus dem Rad des Karmas auszusteigen, was bedeutet, dass du z. B. nicht mehr auf die Erde zurückkommen musst, um etwas auszugleichen, sondern dass du, wenn du möchtest, aus der Freiheit und aus der Freude heraus, dich wieder inkarnieren kannst. Für die Akasha-Chronik heißt das, dass das, was darin gespeichert ist, mit gewandelt werden kann, mit gewandelt wird.

∞ ∞ ∞

Unser **erster Meditations- und Channelabend** dieses Jahres, war dem **Nähren und Hüten unseres inneren Feuers** und **der heiligen Flammen** gewidmet. Dabei stand unter anderem das Sakralzentrum im Mittelpunkt, das von der Energie von Chamuel durchströmt wurde. Chamuels Liebe aktivierte es sanft, brachte es in die Balance und löste, bei Bedarf, überholte Speicherungen und Prägungen auf, die uns daran hinderten, uns selbst so zum Ausdruck zu bringen und zu leben, wie es unserem Innersten entsprach. Die Feuerelfen tanzten für uns einen Feuertanz, der der Transformation und der Reinigung diente. Sie sangen ein Feuerlied, um uns an unsere eigene Feuerkraft zu erinnern und an die Zeit, als wir hier auf der Erde gewesen sind, als Gaia selbst noch ein Feuerball und in der Obhut der Feuerdrachen war. Die Feuerelfen weiteten und klärten unsere Verbindungen zu den kristallinen Netzen und Schichten im Inneren der Erde, sodass wir die Schwingungsqualitäten

des Karneols und des Feueropals in unsere Systeme lenken konnten bzw. es immer wieder tun können, wenn wir das möchten.

Der Feueropal fördert die Lebensfreude und den Impuls in uns, etwas umsetzen und kreieren zu wollen. Er hilft uns, unsere Kreativität zu entdecken und zu leben. Der Karneol wirkt speziell auf unser Sakralzentrum und schenkt unserer inneren Frau und unserem inneren Mann Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein, wodurch sie sich begegnen können, um miteinander und füreinander zu sein. Uriel zeigte uns sein Flammenschwert und positionierte sich hinter, neben und vor uns, um uns zu unterstützen, zu lernen, zentriert zu sein und zu bleiben, uns abzugrenzen und uns jeglichen Herausforderungen zu stellen. Gleichzeitig stärkte er unseren eigenen Raum, sodass es leichter wird, den eigenen Weg zu gehen. Ariel erstrahlte in seinem ganzen, göttlichen, solaren Glanz. Durch seine Gegenwart wurden wir daran erinnert, dass das, was Ariel verkörpert auch in uns ist und es begann sichtbar zu werden. Unser Licht dehnte sich aus. Wir wurden Licht. Wir waren Licht. Wir sind Licht.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zu dieser Zeit:

Obwohl die Energie dieses Jahres leichter und luftiger erscheint, hat sie nichts an Intensität verloren und vor allen Dingen nichts an Schnelligkeit, mit der sich Dinge oder Situationen ändern können. Dafür benötigt es eine gute Basis, die Fähigkeit, in sich zu ruhen und sich immer wieder entspannen zu können und eine gefühlte, starke Mitte.

Wir sind nach wie vor in einer Zeit, in der viel geräuchert wird, um Raum für Neues/für unsere Visionen zu schaffen. Auch Klatschen ist eine uralte transformatorische Möglichkeit, um Überholtes zu wandeln und Freudvolles zu fördern. Wir können durch das Klatschen unsere Räume und auch unsere Systeme klären und neu ausrichten. Vielleicht möchtet ihr es einmal ausprobieren? Dazu stimmen wir uns zuerst ein. Wir spüren unseren Körper und darüber den Kontakt zur Erde. Wir erden und zentrieren uns und lassen unser wahres Wesen leuchten. Nun beginnen wir, uns klatschend durch die Räume zu bewegen, um sie von allem, was wir nicht mehr benötigen, zu befreien. Dabei lassen wir die Rhythmen entstehen, die kommen möchten. Es sind die, die die Energien, die transformiert werden sollen,

benötigen, um sich verabschieden zu können. Irgendwann wird das Klatschen weniger, bis wir merken, dass kein Impuls mehr da ist, durch die Räume zu gehen und zu klatschen.

Nun halten wir kurz inne, um dann erneut mit dem Klatschen fortzusetzen. Doch dieses Mal, um das, was uns nährt, stärkt und unterstützt, darüber in die Räume einzuladen und sie damit zu füllen. Dabei bewegen wir uns wieder durch die Zimmer und in ihnen, um sie mit dem zu beleben, was wir möchten und was uns gut tut. Wenn unser Klatschen aufhört und wir still werden/still stehen, wissen wir, dass die Arbeit getan ist. Wir können erneut innehalten und nachspüren. Wir danken den Räumen, den alten und den neuen Energien und finden einen für uns passenden Abschluss. Dieses Ritual können wir auch für unseren Garten oder das gesamte Grundstück oder für uns selbst, für die Klärung unserer Energiekörper und –zentren ausprobieren und machen.

Wir können in diesen Tagen z. B. unsere Organe sanft berühren, indem wir unsere Hände auf die entsprechenden Körperstellen legen und unsere Aufmerksamkeit und unseren Atem dorthin fließen lassen. Dabei können wir auch ihnen danken, sie aus dem „Winterschlaf“ erwecken und sie einladen, die Umsetzung ihrer Aufgaben, wieder etwas anzukurbeln, um neue Lebensenergien zu aktivieren. Bei allem, was wir für uns tun, geht es darum, es ohne Druck zu machen. Wer demnächst eine Reinigungs-, Entschlackungs- oder Fastenkur durchführen möchte, sollte sie seiner Konstitution und dem, was für ihn stimmig und wohltuend ist, anpassen. Es soll Freude bereiten und ebenso kein Druck sein bzw. keinen Druck erzeugen. Denn überall dort, wo ein Druck entsteht, baut sich eine (An)Spannung auf. Es verengt sich etwas, wodurch gegenteilige Effekte zustande kommen können – wie z. B. dass der Körper etwas, das wir ausscheiden wollten, noch mehr festzuhalten beginnt. Deshalb ist es in allen Kontexten wichtig, dass wir aus der Liebe zu uns selbst heraus entscheiden, was uns gut tut und nicht aus der Strenge unseres Mentalfeldes.

Wenn ich in diesen Tagen spazieren gehe und die Sonne hervorkommt, bleibe ich immer wieder bewusst stehen und atme die Energie und das Licht der Sonne einige Male tief in mich ein. Ich fülle und nähre damit jede einzelne meiner Zellen, Schichten und Ebenen. Ich genieße den Moment, danke dem Leben und der Schönheit des Augenblicks und dann gehe ich weiter. Das tut mir gut.

Es ist eine gute Zeit, um uns unserem inneren Kind zuzuwenden. Es ist Teil unserer göttlichen, schöpferischen Kraft, die sich über unsere Kreativität zum Ausdruck bringt. So können wir, wenn wir möchten, still werden und die Hände auf unseren Solarplexus legen. Darüber berühren wir unseren Emotionalkörper und können mit unserem inneren Kind Kontakt aufnehmen. Wir können es wahrnehmen und zu ihm hin spüren. Wie geht es ihm? Wie fühlt es sich? Was möchte es von uns? Wie kann es ein bewusster, lebendiger Teil unseres Lebens sein? Wir können ihm über unsere Hände Liebe, Geborgenheit, Wärme, Mut usw. zufließen lassen, wenn es das möchte. So können wir in diesem Austausch mit unserem Kind bleiben, solange wir es wollen. Es ist sehr heilsam. Abschließend danken wir unserem inneren Kind für sein Sein, verabschieden uns von ihm und streicheln mit den Händen sanft über den Solarplexus, bevor wir sie wieder von ihm lösen. Bei diesen Begegnungen mit unserem inneren Kind können uns Engel begleiten, wie beispielsweise Chamuel, Raphael, Haniel oder was immer für uns und unser inneres Kind stimmig erscheint.

Laut dem chinesischen Horoskop befinden wir uns seit dem 05. 02. im Jahr des Erd-Schweines. Es wird als glücks-, wohlstands- und erfolgsbringend gesehen. Vielleicht können wir uns daran immer wieder erinnern und darauf ausrichten, um möglichen Veränderungen leichter und freudvoller zu begegnen und neue Schritte mutiger zu setzen? Vielleicht möchten wir wieder einmal die Reichtumsecke in unserem Wohn- oder Arbeitsraum aktivieren? Wir können sie aufgrund eines Feng-Shui Planes eruieren oder sie einfach intuitiv dort sein lassen, wo wir es gerne hätten. Wir können sie golden schmücken, einige Münzen hinlegen, ein Geldbäumchen pflanzen und wachsen lassen und alles, was für uns ein Ausdruck, des inneren und äußeren Reichtums ist und was wir vermehrt in unser Leben ziehen möchten, dort aufstellen oder aufhängen. So wünschen wir uns ein reiches Jahr und für diese kommenden Monate viel Schwein 😊.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Unsere Gäste in Aldrans:

Aufgrund der diesjährigen winterlichen Wetterverhältnisse, startete der Kurs zu einem späteren Zeitpunkt, Einstieg jederzeit möglich: Yoga mit Carola Penz:

Lass dich in einer sanften Yoga-Einheit auf eine Reise zu dir Selbst führen, begleitet von wohltuenden Klangschalen, verbunden mit deinem Atem, wo du bei dir

ankommen, dich spüren und in deine, dir innewohnenden, Kraft eintauchen darfst – erfüllt, beseelt, geführt! Ort: **U7**, Termine (im Moment zweiwöchig geplant, bei Interesse kann der Kurs auch wöchentlich stattfinden): **09. 01., 23. 01., 06. 02., 20. 02. und 06. 03., 20. 03. und 27. 03., jeweils mittwochs von 18 – 19 Uhr 30**, Energieausgleich für 5 Einheiten: **€ 90,--**, Anmeldungen und weitere Infos: **Carola 0699-18162593**, <https://www.gartenhotel-crystal.at/beauty-spa-massage/yoga/>

∞ ∞ ∞

Larina Langmair wird mit ihrer **ganzheitlichen Körperarbeit am 25. 02.** wieder bei uns in Aldrans sein. Ort: **U7**, Dauer: **ca. 50 min**, Austausch: **€ 60,--**, **Terminvereinbarungen** bitte unter info@ava-minatti.at oder **Tel.: 0043-512-379204**. **Mehr Informationen über Larina** findet ihr unter www.langmair.at

∞ ∞ ∞

Eine Reise zu dir, um dich fabelhaft zu fühlen – vom 14. – 17. 03. mit Silke Albers. Energie- und Heilarbeit zur Aktivierung deiner Selbstheilung, Yoga mit herrlichen Aromen, Meditationen, die das Herz erfüllen, Traumreisen, eine kleine Massage, Wandern durch die wunderbare Natur in Aldrans und individuelle Botschaften der Engel und Lichtwesen für dich. Entdecke und entfalte deine weiblichen und männlichen Energien in dir und balanciere diese, um noch mehr in Einheit zu leben und Harmonie und Wachstum zu erfahren. Wenn wir zusammenkommen und miteinander wirken, entsteht Heilung für dich, für den daraus entstehenden Circle und ein Stück weit für unseren liebevollen, weiblichen Planeten Erde. **WIR FÜR UNS** Reise mit Yoga und den Engeln. Ort: **U7**, Austausch: **€ 333,30**, Seminarzeiten: **Do – Sa 10 – 13 Uhr 30/14Uhr, So 10 – 12 Uhr/12 Uhr 30**, Anmeldungen: contact@grace-by-silke-albers.com oder info@ava-minatti.at, weitere Infos zum Seminar und zu Silke: www.grace-by-silke-albers.com

∞ ∞ ∞

Weitere geplante Gäste-Veranstaltungen – Details folgen:

05. – 07. 05.: Craniosakrale Therapie mit Barbara Ramann

11. – 12. 05.: Drehtanz, Dervish, Tannura oder Sufitanz mit Christine Höllrigl

20. 05.: Ganzheitliche Körperarbeit mit Larina

02. 06.: Tagesworkshop mit Christa Wolf

08. – 10. 06.: Meditationsretreat mit Michael Kissener

01. 07.: Ganzheitliche Körperarbeit mit Larina

04. 08.: Quantum-Engel-Heilung® für Kids und Teens mit Dagmar Mayr

07. – 08. 09.: Aufstellungswochenende mit Ingrid Zinnel

22. 09.: Tagesworkshop mit Christa Wolf

01. – 03. 11.: Meditationsretreat mit Michael Kissener

21. 11.: Aviva Tagesworkshop mit Aimée Zweiacker

08. 12.: Tagesworkshop mit Christa Wolf

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Sonstiges:

Filzkurse mit Claudia Grothues, www.claudia-grothues.at, Anmeldungen und weitere Infos: smile@claudia-grothues.at oder 0043-699-19002637, Kursort: Go Inn, Lebenshilfe-Lokal, Defreggerstr. 29, 6020 Innsbruck, Themen: **Sitzwohl – Sitzunterlagen, 22. 02., 19 – ca. 22 Uhr, Kursbeitrag inkl. Material € 29,-, **Blumenelfe und Keimlinge**, 11. 03., 19 – ca. 22 Uhr, Kursbeitrag inkl. Material € 35,-, **Blumenbilder**, 03. 04., 18 Uhr 30 – ca. 22 Uhr, Kursbeitrag inkl. Material € 35,-**

∞ ∞ ∞

Ein Halit-Kristallschädel der Weißen Büffelkalbfrau sucht eine neue Hüterin / einen neuen Hüter. Weitere Infos: Stephanie Shakira Haider-Binder, www.tempelderheilung.de

∞ ∞ ∞

Heilkreis – Meditation durch die Kraft der Liebe mit Sinchota und Ku Ha. Termine: jeweils montags, 19 Uhr 30 – 21 Uhr 30, 25. 02., 11. 03., 29. 04., 27. 05.,

24. 06., 15. 07., **Ort:** Praxis für Mensch und Erde, An der Wanne 6, 37581 Bad Gandersheim, **Beitrag nach eigenem Ermessen** (wird für Indianerprojekte gesammelt), **Anmeldungen und weitere Infos:** Sinchota Genzmer, 0049-5382-5895262, info@sinchota.de oder Ku Ha Huber, 0049-5382-5895258, ku-ha.huber@bluewin.ch, www.sinchota.de

∞ ∞ ∞

Die **Firma Acama® Klanginstrumente** hat eine **Schwingungs-Klangmatte** entwickelt. Sie ist sehr entspannend ☺: www.acama.at

∞ ∞ ∞

Einfach Sein – einfach Frau sein – Seminar mit Silvia K. Schreiber am Piburger See/Ötz. Termin: 17. – 19. Mai. *Ohne strenges Seminarprogramm erleben wir ein verlängertes Wochenende der besonderen und magischen Art. Wilde Kräuter sammeln und zu Teemischungen und Salben verarbeiten, heilsame Lieder singen, meditieren, Frauengeschichten am Lagerfeuer lauschen ...* **Anmeldungen und weitere Infos:** www.kraeuterseele.at

∞ ∞ ∞

Elke Fahrenheim hat alle Interviews vom Online Engel-Festival, das sie 2018, gemeinsam mit **R. Andreas Klein, Delphin TV**, organisiert und durchgeführt hat, **auf YouTube, zum Nachhören, gestellt.** Zusätzlich gibt es noch ein neues Gespräch mit Elke und Andreas: https://www.youtube.com/watch?v=mZ20K4_hsl0

Der link für mein Interview vom Engel-Festival ist: <https://www.youtube.com/watch?v=7PwGHE9eXjo&feature=em-uploademail>

Weitere Infos: www.engelheilenmitherz.de (Online Engel-Festival 2018/2019)

∞ ∞ ∞

Wer sich gerne mehr **mit Ayurveda beschäftigen** möchte, findet auf der **Homepage von Johanna Schröder** eine wunderbare **Übersicht und Einführung in das Thema,** als **kostenloses E-Book zum Downloaden:** <http://www.ayurvedatrends.com/>

∞ ∞ ∞

Linda Tucker, die Autorin von „Die Löwenfrau“, Allegria Verlag, kommt für einen **Vortrag** und ein **Seminar** (beides in englischer Sprache, mit deutscher Übersetzung) in die Schweiz. **Vortrag: Die Bedeutung der weißen Löwen für die menschliche Zukunft.** 27. Juni, 19 Uhr, Kosten: Kollekte, Ort: Aula Rämibühl, Rämistrasse 56, 8001 Zürich, **Seminar im Fextal: Entflamme dein Löwenherz – LionHearted Leadership.** 28. – 30. Juni, Kosten: CHF 380,-- (exkl. Übernachtung und Essen), Ort: Hotel Fex, 7514 Fex/Sils, **Anmeldung, Organisation, weitere Infos:** Fondation Lascaux, www.fondation-lascaux.com

∞ ∞ ∞

Buchtipp: **Die Lymphe – Wächter über Gesundheit und Vitalität, Dr. Angela Fetzner, Amazon Independently published**

∞ ∞ ∞

Neues aus der Wissenschaft ☺ - www.science.orf.at

Eva Obermüller berichtet über einen Versuch, der bestätigt, dass sich Putzerfische im Spiegel selbst erkennen würden. Das würde auf ihr „höheres Bewusstsein“ schließen lassen. Der Spiegeltest weist auf die Fähigkeit der Selbstwahrnehmung und das Ich-Bewusstsein hin. Dabei geht es darum, dass wir, wenn wir anhand eines Spiegels einen Fleck in unserem Gesicht oder am Körper erkennen, nicht auf die Spiegelfläche greifen, sondern dorthin, wo der Fleck sich an uns befindet. Als Menschen entfalten wir diese Fähigkeit mit ca. 20 Monaten. Aus psychologischer Sicht fangen wir zu diesem Zeitpunkt an, ein Ich-Bewusstsein zu entwickeln. Bei den Tieren bestanden diesen Test bisher Delfine, Elefanten, Elstern und Schimpansen. Obwohl mittlerweile viele Wissenschaftler dem Spiegeltest und seiner Schlussfolgerung kritisch gegenüberstehen, haben ihn die Putzerfische bravourös gemeistert.

Robert Czepel hingegen hat darüber berichtet, dass Bienen ein mathematisches Verständnis besitzen und über Formen und Farben rechnen können. Das Royal Melbourne Institute of Technology fand heraus, dass Bienen, wenn sie trainiert werden würden, Additionen und Subtraktionen durchführen könnten. Das würde

bestätigen, wie intelligent Bienen wären. Es kommt also scheinbar nicht immer auf die Größe des Gehirns an ... ☺.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zur aktuellen Zeit:

In der heutigen Yoga-Stunde erzählte uns unsere Lehrerin eine Geschichte. Es gab einmal ein Kloster, wo die Mönche alle Arbeiten, die anstanden selbst erledigen mussten, weil sie kein Geld hatten, um jemanden dafür zu bezahlen. Ein Mönch wurde damit beauftragt, die Mauer im Garten zu bauen. 1000 Steine hatte er dafür zur Verfügung. Er bemühte sich sehr und am Ende des Tages, war er mit seinem Werk zufrieden. Als er am nächsten Tag wieder zu der Mauer kam, sah er, dass sich zwei Steine gelöst und verschoben hatten, sodass sie nun an diesen Stellen schief war. Der Mönch wollte die Mauer sofort niederreißen, um noch einmal von vorn beginnen zu können, weil sie ihm so nicht mehr gefiel. Er schämte sich dafür. Doch der Abt erlaubte es ihm nicht. Eines Tages kam ein Besucher in das Kloster. Er ging in den Garten und sah dort auch die Mauer. Er bewunderte sie und fand sie wunderschön. Der Mönch fragte ihn, ob er schlecht sehen würde und ihm die zwei verschoben Steine nicht aufgefallen wären. Er lächelte und erwiderte, dass er sie sehr wohl bemerkt hätte. Doch er habe auch die anderen 998 Steine gesehen, die sehr gleichmäßig, ordentlich und stabil angeordnet und verputzt seien. Da würden diese zwei Steine nicht ins Gewicht fallen, unbedeutend sein und könnten die Schönheit und die Vollkommenheit der Mauer nicht schmälern.

Häufig haben wir die Tendenz, unsere Aufmerksamkeit auf das zu richten, was wir nicht haben, was nicht so optimal läuft, was schwer ist, schmerzhaft oder leidvoll. Unser Mangel fällt uns sofort auf. Vielleicht gelingt es uns in diesem Jahr, das zu verändern und uns immer wieder bewusst auf das auszurichten, was sonst noch da ist, was (in und um uns) liebenswert, harmonisch, kraftvoll, freudvoll etc. ist? Vielleicht ist es uns möglich, noch mehr Strenge im Umgang mit uns und anderen abzulegen und den Fokus vermehrt auf die Geschenke des Lebens, die in jedem Moment und jeder Situation sein können und sind, zu lenken? Das würde uns auf jeden Fall friedvoller werden lassen und wäre ein weiterer Schritt für die Manifestation des äußeren Friedens. Vielleicht kann dieses Jahr, das Jahr der 998 Steine sein! Wir könnten es gemeinsam üben ☺!

∞ ∞ ∞

Ich wünsche euch ein buntes, energiereiches, genussvolles und freudvolles, inneres und äußeres Frühlingserwachen.

Von Herzen

Ava

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Die nächsten Termine – wenn nichts anderes angegeben ist, finden alle Veranstaltungen in Aldrans statt:

- 21. 02. Botschaften der Naturwesen/Webinar**
- 02. 03. Erdelement – Baustein des Lebens/Webinar**
- 05. 03. Der Kreis der Großmütter 1/Webinar**
- 07. 03. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge/Webinar**
- 08. – 10. 03. Auf den Spuren der Essener 2/Leitung: Elmar**
- 13. 03. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge**
- 16. – 17. 03. An die Sternengeborenen – ein kosmisches Wochenende/Linz**
- 21. 03. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge/Webinar**
- 23. – 24. 03. Engel-Yoga® Wochenende**
- 25. 03. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 26. 03. Yoga - in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 26. 03. Meditations- und Channelabend: Naturwesen**
- 28. 03. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge**
- 29. – 30. 03. Reinigungs- und Ausrichtungswbinar 1/Webinar**
- 01. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**

- 02. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 02. 04. Botschaften der Naturwesen/Webinar**
- 04. 04. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge/Webinar**
- 08. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 09. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 09. 04. Raphael berührt deinen physischen Körper/Augen**
- 11. 04. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge**
- 18. 04. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge/Webinar**
- 23. 04. Engel-Yoga® Übungsabend: Übergänge**
- 24. – 28. 04. Die Himmelscheibe von Nebra/Deutschland**
- 29. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**
- 30. 04. Yoga – in uns ankommen, wahrnehmen und ruhen**