

Leben – lieben - lernen

Newsletter März 2014

26. März 2014

Verwandlung disharmonischer Zustände 4. Teil

Vergebung im Alltag – ein Akt der Selbstbefreiung

Vergebung – Was ist das?

Vergebung ist ein Akt, von dem viele Menschen zwar wissen oder ahnen, dass er unumgänglich ist. Dennoch tun sich die meisten Menschen schwer damit, diesen Schritt wirklich zu vollziehen.

Ich behaupte, dass nur sehr wenige Menschen wissen und verstehen, was Vergebung wirklich bedeutet - wem oder was, weshalb, wofür und wozu vergeben werden will - und wie sehr Vergebung **notwendend** ist, und dem **eigenen Leben** eine neue Richtung gibt.

Wer disharmonische Zustände in seinem Leben, in seinem Körper und seiner Psyche, in seinen Beziehungen, sei es in der Familie oder Partnerschaft, oder im Beruf oder seinem Unternehmen, verwandeln will, kommt um das Thema Vergebung nicht herum. In der Vergebung, wenn sie denn richtig verstanden wird, steckt ein mächtiger Schlüssel, wenn nicht der mächtigste Schlüssel überhaupt, für erfülltes und glückliches Leben.

Sicherheitszone als Schutz

Altes und gewohntes Gedankengut, gut eingeübte und verinnerlichte Verhaltensweisen haben sich in gewisser Weise bewährt und verleihen Sicherheit. Damit wurde eine Zone geschaffen, innerhalb derer man sich gut auskennt und bewegen kann.

Schon früh im Leben haben wir diese Zonen erschaffen. Beispielsweise, um mit den Eltern, den Geschwistern, Oma und Opa, den Erziehern und Lehrern, den Vorgesetzten und anderweitigen Autoritäten im Leben zurechtzukommen.

Zurechtkommen heißt hier, dass wir uns selbst möglichst sicher fühlen konnten und nur geringe Gefahr liefen, verletzt zu werden. Die Angst verletzt zu werden ist eine der größten Ängste des Menschen. Und was wir bekämpfen, ziehen wir bekanntlich an. Schon gemerkt?

Verletzung

Was empfinden wir überhaupt als Verletzung? Und welche Verletzungen sind die schwerwiegendsten?

Da gibt es körperliche Verletzungen, Züchtigungen oder Misshandlungen. Dies sind sofort sichtbar und spürbare Angriffe, die der Mensch bewusst erlebt, gehen sie doch in erster Linie gegen den, für alle sichtbaren, äußerlichen Körper. Natürlich hinterlassen körperliche Verletzungen auch Schaden in der Psyche.

Doch nachhaltigere Verletzungen erlebt das Kind schon ganz früh, nämlich dann, wenn es **in seiner unendlichen Liebesfähigkeit**, die es völlig ungefiltert ausdrückt, zu Beginn seines Lebens, **nicht wahrgenommen und ernst genommen** wird.

Verlassenheit

Das können ganz unscheinbare und leicht zu übersehende Situationen sein, die aber in der kleinen Kinderseele große Wunden hinterlassen. Diese Verletzungen stehen fast immer im Zusammenhang mit Alleingelassen oder Verlassen werden, oder sich verlassen und allein zu fühlen. Ich möchte dir hierzu eine kleine Geschichte erzählen, die mir vor kurzem zufiel:

„Der kleine Johann ist ein aufgeweckter und sehr hilfsbereiter kleiner Junge. Er hilft fleißig mit, wo er gebraucht wird. Es liegt in seiner Natur und macht ihm Freude. In letzter Zeit ist er tagsüber nur selten zu sehen. Da hält er sich in der Natur auf, im Wald und auf den Feldern. Was er dort macht behält er für sich. Seine Mutter vermisst ihn zwar, doch wenn er wieder heimkommt, scheint er glücklich zu sein. So macht sie sich keine weiteren Sorgen um ihn.

Die Mutter, versorgt zuhause mit Fleiß und Mühe den Haushalt. Ihr hilft der kleine Johann, wo immer er nur kann. Sein Vater geht seiner handwerklichen Arbeit nach, für die er schon früh das Haus verlässt. Abends kommt er meist hungrig nach Hause.

Johann ist im Wald damit beschäftigt einen Bogen zu basteln. Mühsam schnitzt er diesen aus den biegsamen Ruten eines Strauches. Er hat lange ausprobiert und mit verschiedensten Holzsorten immer wieder getestet, bis er endlich das passende Holz, das biegsam und zugleich widerstandsfähig war, gefunden hat. Mit seinem Taschenmesser schnitzt er so lange, bis der Bogen sich richtig gut anfühlt für ihn. Er hat keine Eile, denn jeden Tag freut er sich darauf, an seinem Werk weiter zu basteln. Niemand weiß schließlich davon. Aus Pferdehaaren zwirbelt er sich eine Sehne für

den Bogen. Auch hier macht er viele Erfahrungen, bis sein Werk seinen Anforderungen genügt. Viele Wochen sind schon vergangen, seit er damit begonnen hat. Die Pfeile verziert er mit schönen Gänse- und Entenfedern, auch nach ihnen hat er lange Zeit gesucht. Für die Pfeilspitzen verwendet er kleine Steine, an die er mühsam Spitzen schleift. Er verbringt damit lange Zeiten, bis sie seinen Ansprüchen genügen. Heute schnitzt er noch mit aller Liebe und größter Vorfriede, die Initialen seines Vaters in den Bogen, um dann endlich und voller Stolz seinem Vater eine Freude machen zu können.

Mutter steht in dieser Zeit zuhause am Herd und bereitet das Abendmahl zu. Sie weiß, dass ihr Mann bald hungrig nach Hause kommt und sich auf das Essen freut. Sie brät in der Pfanne und kann den Herd jetzt nicht verlassen. Doch sie bräuchte noch Kartoffeln, die im Keller gelagert sind. Sie ruft nach Johann, doch sie bekommt keine Antwort. Wiederum ruft sie nach ihm, doch weiterhin bleibt die Antwort aus. Johann ist noch gar nicht zuhause. Da sie den Herd nicht verlassen kann wartet sie. Als der Vater nach Hause kommt, fehlen noch immer die Kartoffeln. Sie erzählt ihm, dass Johann den ganzen Nachmittag nicht zusehen war und sie nicht wisse wo er sei. Dabei strahlt sie diesmal keine Freude aus.

So schickt sie ihren Mann in den Keller, Kartoffel zu holen. Er geht in den Keller, mit knurrenden Magen und etwas mürrisch, dabei hegt er etwas ungute Gedanken seinem Sohn gegenüber. Als er die Kartoffel bringt, ist die Mutter etwas ungehalten, hat er doch anstelle der mehligten Kartoffel, die Festkochenden gebracht. Sie geht davon aus, dass er dies doch wissen müsse. So schickt sie ihn wieder nach unten, doch diesmal die richtige Sorte zu bringen. Auf diesem neuerlichen Gang in den Keller, sind die Gedanken des Vaters schon ungehaltener, ist er doch von der Arbeit müde und hungrig. Seinen Jungen erdenkt er sich dabei als einen Taugenichts, der den ganzen Tag herumlungere und nicht da ist, wenn man ihn brauche. Sein Unmut bringt ihn innerlich in Wallung.

In der Zwischenzeit kommt Johann voller Stolz und Freude mit seinem selbst gebastelten Bogen nach Hause. Als sein Vater ihn kommen sieht, sagt er nur zu ihm: ‚Du bist doch zu nichts zu gebrauchen und treibst dich den ganzen Tag herum.‘ Gerade noch zügelt er sich um gegen den Jungen nicht handgreiflich zu werden. Ihn missachtend geht er von dannen.

Johann lässt seinen mühsam gebastelten Bogen fallen, erstarrt innerlich und schluckt seine Tränen hinunter. Seine Welt ist mit diesem Satz des Vaters zusammengebrochen. Er ist in seiner Seele tief verletzt, fühlt sich verlassen, hilflos und einsam. Er versteht die Welt nicht mehr. So zieht er sich in sich selbst zurück und frisst seinen Kummer in sich hinein. Nie mehr will er so einen Schmerz fühlen!“

Das Herz verschließen

Fast jedes Kind in unserer westlichen Welt, hat ähnliche Situationen erlebt, in denen es nicht verstanden, sich alleine, verlassen oder verraten gefühlt hat und daraufhin sein Herz für seine ungetrübte Freude verschlossen hat.

Es mag mit einer banalen Situation begonnen haben, einem Missverständnis, dem oft weitere, für die Erwachsenenwelt, unbedeutende Geschehnisse folgten. Für die kleine Kinderseele jedoch waren sie von großer Bedeutung für sein inneres Gleichgewicht und Gefühlserleben.

Die Schutzmauer

Das Kind verliert dabei an Vertrauen in sich selbst und seine Fähigkeiten, sowie an Vertrauen zu anderen. Und mit jeder, als verletzend, erlebten Situation, trifft es Entscheidungen, die ihm helfen sollen, nicht mehr verletzt werden zu können. Mit zunehmendem Alter baut es sich dabei eine mehr und mehr zunehmende Mauer um sein Herz auf.

„Die Zeit heilt alle Wunden“, so sagt der Volksmund. Es mag stimmen, dass im Verlaufe der Zeit die Erinnerungen an die alten Entscheidungen mehr und mehr überdeckt werden und das Kind auch viele schöne Situationen erlebt. Dennoch sind diese vergessenen Entscheidungen, noch immer im Energiesystem des Kindes gespeichert.

Diese emotionalen Altlasten, gepaart mit einer Unmenge falscher Überzeugungen von sich selbst, den Menschen und dem Leben, regieren aus dem Unterbewusstsein und drängen danach, an die Oberfläche, an das Licht der Liebe, deiner Liebe, zu gelangen.

Umgang mit Altlasten

Und hier kommen wir zur Vergebung zurück. Was geschieht, wenn unangenehme Situationen im Leben auftauchen? Natürlich kommen die oft durch andere Menschen, oder durch Ereignisse, die du nicht verhindern oder beeinflussen kannst. Situationen, die dir womöglich sehr unangenehm sind und mit großer Treffsicherheit genau zur Unzeit kommen, wo du gar keinen Kopf dafür hast und sie dir so gar nicht in den Kram passen.

Kannst du dich schon damit anfreunden, dass diese Umstände die perfekte Chance für einst unterdrückte emotionale Altlasten sind, um aufzutauchen? Denn genau da hast du für einen Moment eine Lücke gelassen, eine Lücke innerhalb gut eingeübter Kontrollmechanismen, die unterbewusst ablaufen.

Wandlung

Vielleicht kannst du diese unangenehme Situation dann, wie im 1. Schritt zur Verwandlung disharmonischer Zustände beschrieben, wahrnehmen und annehmen. Womöglich schaffst du sogar den 2. Schritt und kannst dafür auch noch die Verantwortung übernehmen. Was sicher der schwierigere Schritt ist, wo evtl. alles in dir danach schreit, dass du keine Verantwortung dafür hast. Aber gehen wir davon aus, dass du auch diesen Schritt machen kannst und die Verantwortung dafür übernehmen, für die Umstände, wie immer sie auch sind.

Und jetzt kommt der 3. Schritt, in dem du auch noch vergeben sollst?

Reaktionen des Verstandes

Spätestens hier beginnt dein Verstand womöglich zu rebellieren, zu zweifeln und alles über Bord werfen zu wollen, was disharmonische Zustände umwandeln soll. Wem soll ich denn überhaupt vergeben? Und was soll ich vergeben? Und wieso überhaupt soll ich vergeben? Soll doch der andere mich um Vergebung bitten! Soll ich denn an allem selbst schuld sein? Es ist doch so eindeutig, dass der andere Schuld hat daran! Und noch viele ähnliche Stimmen wirst du hier in dir wahrnehmen.

Wahrnehmungsübung

Halte jetzt am besten wieder kurz inne. Welche aktuelle Situation in deinem Leben existiert derzeit, die dir nicht schmeckt, so wie sie ist, sei sie von kleinen oder größeren Emotionen begleitet?

Gedanken

Welche Gedanken kommen Dir hierzu in den Sinn? Vielleicht wagst du ja, sie einfach wahrzunehmen ohne sie für die Wahrheit zu halten. Das ist ein großer Unterschied. Da sind womöglich Urteile und Verurteilungen beinhaltet, über dich selbst, über andere oder über das Leben. Höre einfach kurz hin, was es da so denkt in dir. Und beurteile auch nicht dein Denken, sondern nimm es, wie es kommt.

Gefühle oder Emotionen

Welche Gefühle sind an diese Situation gebunden? Welche Gefühle hat es in dir ausgelöst und löst es jetzt wieder aus, wenn du daran denkst? Lass auch diese Gefühle hochkommen, ohne ihnen Gewicht zu geben. Nimm sie einfach wahr, nimm wahr dass sie da sind.

Körperempfindungen

Und spüre dann auch in deinen Körper hinein, wie der sich anfühlt, was du mit ihm empfindest. Das mag vielleicht Druck oder Anspannung, Enge, Kälte oder Hitze, oder was auch immer sein. Nimm auch dies einfach für einen kurzen Moment wahr.

Was fehlt?

Dann stell dir die Frage: „Was fehlt jetzt in diesem Moment zu dieser Situation?“

Damit meine ich nicht das, was dir daran nicht passt oder nicht gut tut. Ich meine das, was in der Situation fehlt. Meist nennen wir Menschen ja nicht das was fehlt, sondern wir benennen das was uns belastet oder stört, wenn wir gefragt werden was uns fehlt. Hier, nimm aber meine Frage wörtlich. Schau nach dem was dabei fehlt, denn was die Situation ausgelöst hat in dir, hast du ja bereits wahrgenommen. Was wäre jetzt schön, wenn es da wäre? Was ist dabei abwesend?

Abwesende Grundelemente glücklichen Lebens

Sicher wirst du erkennen, dass zum einen **Frieden** fehlt, bzw. gefehlt hat, in der Situation, denn du denkst ja gerade zurück, bist gerade in einer Erinnerung. Vermutlich ist dabei auch **Liebe** nicht anwesend. Vermutlich fehlt dabei die **Erkenntnis**, dass alles einen Sinn hat, bzw. haben könnte. Vermutlich fehlt dabei die Überzeugung, dass es eine **Fügung des Lebens ist**, die es gut mit dir meint.

Energie

All das, was du wahrgenommen hast, sind Energien, Energien, die in der Situation die du erlebt hast, aufgetaucht sind. Es sind nicht die Menschen, nicht die Worte, nicht die Umstände, nicht die Situationen, nicht die Orte, es sind Energien, die deinen Körper in seinem Empfinden, seinen Gefühlen und seinen Gedanken eingenommen haben.

Und diese Energien sind es, die nach Zuflucht suchen, nach Jemandem der sich ihrer annimmt, der für sie, diese Energien, die Verantwortung übernimmt, wie für ein kleines Kind, das sich nach Kontakt und Geborgenheit sehnt.

Wenn du jetzt diese Energien annimmst und ihnen das schenkst was fehlt, nämlich Frieden und Liebe, dann bist du an jenem Punkt wo du verstehen lernst, was Vergebung bedeutet. Vergebung ist hier der Schlüssel zum Frieden, zur Liebe und damit zur eigenen Lebensfreude.

Ho'oponopono

Du nimmst dich also der Energien an und gibst das, was bisher fehlte dazu. Hierzu haben uns die Hawaiianer ein altes Vergebungsritual überbracht im Ho'oponopono. Übersetzt bedeutet dies in etwa: „**Etwas vollkommen zurecht rücken!**“ Also das zugeben, was fehlt, es wieder ins rechte Licht zu rücken.

Bewusstheit über dein Sein

Hierzu ist deine Bewusstheit gefordert, die Bewusstheit, dass du ein geistiges, göttliches Wesen bist, das deinen Körper bewohnt, und du allezeit mit GOTT, deinem SCHÖPFER, oder wie immer du ihn nennen oder dir vorstellen magst, verbunden bist. Aus dieser Bewusstheit heraus, übernimmst du die Verantwortung für diese Energien deiner erlebten Situation und bittest um Vergebung für diese Energien.

Vergebung ist Bereinigung

Wenige, einfache Sätze, helfen dir, die Situation zu bereinigen. Die Energien sind ja in deinem feinstofflichen Feld vorhanden, sonst wärest du gar nicht anwesend hier. Diese Energien gilt es in die Freiheit zu entlassen.

Diese Energien werden von Erinnerungen festgehalten. Erinnerungen sind die Träger jener Energien, die nach Freiheit und Liebe rufen in dir. Diese Erinnerungen kommen aus dir selbst, deiner Vergangenheit, die in deinen feinstofflichen Körpern gespeichert ist und damit auch aus deinem Familien- und Ahnensystem in das du eingebunden bist.

Schon deinen Vorfahren war es nicht möglich, in gedanklich sehr unfreien und eingeschränkten Zeiten, diese Begrenzungen zu erkennen und zu überwinden. Sie waren Teil dieser Zeit und der geltenden Überzeugungen. Emotional belastende Situationen konnten meist nicht ihren Ausdruck finden, sie mussten unterdrückt werden.

Das Herz offen zu halten und das „Fehlende“, nämlich Liebe und Frieden hinein zu geben, war ihnen nur selten möglich. So wanderten diese Energien von Generation zu Generation weiter, immer weiter. Sie halten sich jeweils im Umfeld, der im Körper inkarnierten Seelen, auf, in der Hoffnung, das Fehlende zu erhalten, nämlich Frieden und Liebe und Vergebung.

Frieden und Liebe entstehen durch Vergebung.

Da es sich um Energien handelt, die frei umherschwirren, ist es egal, wer um Vergebung bittet. Das fällt unserem Verstand oft schwer zu verstehen, denn er hat Vergebung mit Schuld verknüpft. So sucht er vor der Vergebung immer eine Schuld,

eine persönliche Schuld, oder einen Schuldigen. Da er sie nicht finden kann, wehrt er sich womöglich vehement dagegen, zu vergeben.

Was der Verstand allerdings nicht weiß, woran er sich nicht erinnert, sind die eigenen Schatten, jene Eigenschaften, die wir in das Unterbewusstsein verdrängt haben und nie wieder was mit ihnen zu tun haben wollten. In der Regel verurteilen wir diese Eigenschaften an anderen und an uns selbst. Dennoch haben wir sie ebenfalls in uns, sonst wären wir Heilige.

Wovon er auch nichts mehr weiß, sind die gespeicherten Felder des eigenen Unfriedens aus längst vergangenen Zeiten, von Gefühlserfahrungen der eigenen Seele.

Was er auch nicht weiß, ist das Vorhandensein von kollektiven Energien, also von Energien, die ein Familiensystem, eine Gemeinschaft, ein Dorf, ein Land, eine Rasse, letztendlich die gesamte Menschheit betreffen und in Unfreiheit und Unfrieden halten.

Inhalte der Energien

Diese Energien bestehen aus vielen falschen Überzeugungen, Vorwürfen, Schuldzuweisungen, Verurteilungen, Bedürfnissen, Erwartungen, Streitigkeiten, Rechthaberei, Kämpfen, Trennungen, Gegeneinander Agierens, sowie den damit verbundenen Emotionen von Wut, Aggression, Schuld, Scham, Ärger, Neid, Gier, Mangel, Trauer, usw.

Du hast den Schlüssel

Dadurch dass die Energien auftauchen in Dir, hast du die Chance, endlich zu ändern, was so vielen Generationen vor dir nicht möglich war. Du hast diese Energien vielleicht noch aus einer Anzahl längst vergangener eigener Inkarnationen deiner Seele in dir. Und hast sie genauso unterdrücken oder verleugnen müssen.

Doch du hast JETZT den Schlüssel in der Hand, diesen Energien in die Freiheit zu verhelfen. Dieser Schlüssel ist Vergebung.

Schlüssel der Vergebung

Hier die einfachen Sätze, die dein Leben und die Ereignisse in deinem Leben grundlegend verändern können. Sprich sie im Bewusstsein aus, dass du Liebe bist, weil das dein wahres Wesen, das Wesen deiner Seele ist. Und sprich sie in diesem Bewusstsein **aus deinem Herzen** heraus, auch wenn dein Verstand sich erst dagegen wehren will:

„Es tut mir leid!

Bitte vergib mir!

**Ich liebe dich!
Ich danke dir!
Und ich übergebe dich dem Göttlichen!
Es ist vollbracht!**

Es ist vollbracht, bedeutet hier auch, dass es nichts mehr zu tun gibt und du getrost vergessen kannst. Damit nährst du diese alten Energien nicht mehr weiter, sie können sich auflösen.

Lässt du dich auf Vergebung ein, darfst du für Wunder in deinem Leben offen sein.

Du sprichst diese Worte aus für dich und für viele Seelen deines Systems, die nicht mehr im Körper inkarniert sind, mit denen du aber in Resonanz stehst. Weshalb auch immer.

Einfache Variante für den Alltag

Wenn dir dies alles zu hochtrabend und theoretisch erscheint, das macht nichts. Nimm auch dies einfach wahr, denn wenn es so ist, dann ist es so und will anerkannt werden, dass es so ist in dir.

Hier eine Variation davon, eine Variation mit der ich vor vielen Jahren selbst angefangen habe, Vergebung zu üben. Denn alles im Leben braucht Übung. Ich habe sie angewandt, dann wieder vergessen, um sie später wieder aufzugreifen. Das Leben ist wie ein Fluss und manches Mal ist man sich der Reichtümer in seinem Inneren bewusst. Dann vergisst man sie wieder und beachtet sie nicht, bis das Leben die Umstände schickt, sie wieder hervorzuholen und sie wieder zu verwenden.

All das macht nichts. So ist das Leben. Und das Leben hat unendlich Geduld mit uns, hat unendlich Geduld mit dir.

Hier meine Erfahrung und mein lebensnaher Ansatz, wenn dir Menschen begegnen, die in dir unguete Gedanken, Gefühle und Empfindungen auslösen. Dieser Ansatz war geprägt von den Aussagen und dem Wirken Bruno Grönings, einem der größten deutschen Heiler der Nachkriegszeit. Er sagte:

"Deine Gedanken gestalten dir das Leben wie du es lebst!" (Bruno Gröning)

Bruno Gröning konnte tief in des Menschen Sein hineinschauen. Nach Gröning gibt es praktisch keine neuen Gedanken, die nicht bereits zuvor schon existierten. Aber es gibt die "Guten" und die "Unguten" Gedanken. Als Menschen sind wir mit dem freien Willen ausgestattet und wir dürfen jeden Augenblick entscheiden, wohin wir uns wenden.

Natürlich geschieht es immer wieder, von ungueten Gedanken geködert zu werden, aber je mehr sie erkannt werden, umso schneller kann man daraus lernen und darauf

auf neue Weise reagieren, nämlich das „Fehlende“ zu bringen. Hierzu gibt es genügend Helfer der geistigen Welt, die uns aufmerksam machen darauf, wenn wir es wollen.

Es sind Situationen, Menschen, Erlebnisse im Außen, die diese unguuten Gedanken auslösen und die entsprechenden Gefühle hervorholen, bspw. Ärger auslösen. Ärger aber ist eine der Methoden um sich selbst, und nur sich selbst anzugreifen und zu schädigen. So wirken im Übrigen alle unguuten Gedanken.

Hierzu ist mir persönlich eine große Hilfe, wenn ein Mensch Ungutes auslöst in mir, aus dem Herzen heraus zu mir selbst sagen zu können: **"So bin ich auch!"**

Heilung beginnt im eigenen Erkennen

Mit Ernst ausgesprochen und offenem Herzen, bekomme ich immer sofort eine Situation gezeigt, wo dies zutrifft. Dann kann Heilung beginnen, nach dem eigenen Erkennen.

Und sie beginnt mit der Vergebung, der Selbstvergebung!

Hier meine Variation:

„Ich vergebe mir dafür, dass ich auch so war wie du.

(das bringt Heilung in Gang)

Ich vergebe dir - der du dies ausgelöst hast.

Ich liebe mich - deshalb ärgere ich mich nicht mehr, aus Liebe zu mir.

Ich liebe dich - der du mir dies aufgezeigt hast.

Ich danke mir - dass ich dies habe erkennen können.

Ich danke dir - denn nur durch dich habe ich es erkennen können!“

Auf diese Weise verfliegt jeder unguute Gedanke über andere Menschen augenblicklich. Erst jetzt können wir den Nächsten lieben wie uns selbst! Alles beginnt bei uns selbst.

Vergeben und Vergessen

Wenn die Vergebung aus dem Herzen kommt dann ist das Vergessen die Folge! Wenn aber nicht vergessen werden kann, ist die Vergebung noch unvollständig.

Warum wir uns oft schwer tun zu vergessen, mit welchen Methoden der innere Saboteur in uns arbeitet und welche große Bedeutung den Erinnerungen zukommt, darüber beim nächsten Mal mehr.

Bis dahin wünsche ich Euch viele heilsame Erfahrungen mit der Vergebung.

Wer live erleben will, wie heilsam Vergebung wirkt, ist gerne zu meinen Seminaren und Workshops eingeladen.

**Aufstellungen für Selbstfindung, Familien-, Trauma- und Ahnenaufstellungen,
Frieden mit der Mutter der Kindheit – Tür zu persönlicher Freiheit
Frieden mit dem Vater der Kindheit – Schlüssel für Erfolg und Fülle
Erwecke das Kind in dir – Tür zur Lebensfreude**

Mit Grüßen von Herz zu Herz

Helmut Richard Laber