

## **Newsletter-Archiv von Dörte Luna'Him - chronologisch ab August 2020 bis incl. August 2023**

### **Auszug aus dem Newsletter August 2020**

#### **.....Thema Krankheit und Ansteckung**

Bedingt durch die Coronazeit habe ich in den letzten Monaten ziemlich viel über Krankheiten, Viren und dergleichen nachgedacht.

Ich war schon immer der Meinung, dass Krankheiten Entwicklungsschritte sind. Aber so konsequent war ich bisher in das Thema noch nicht eingestiegen.

Das Ergebnis ist, es gibt aus meiner Sicht überhaupt keine Ansteckung - genauso wenig wie es aus meiner Sicht so etwas wie Erkältung gibt.

Nicht die Krankheitserreger erregen die Krankheit - sondern es ist umgekehrt:

Erst sind wir krank, erst sind wir innerlich im Ungleichgewicht, und davon werden Krankheitserreger angezogen, denn davon nähren sie sich, von unserer Unausgewogenheit, unserer Spannung, unserem Stress und unserer Angst. In dem Milieu können sie sich wunderbar vermehren.

*Aber sie sind nicht die Ursache unserer Erkrankungen.*

Ich begreife jede Erkrankung als einen Aufruf zur Entwicklung, zur Veränderung, als einen Anstoß dazu, ein neues inneres Gleichgewicht zu finden, ich sage ganz bewusst ein neues, nicht das alte von vorher, das meist schon längere Zeit nicht mehr wirklich ein Gleichgewicht war, sondern eher ein Festhalten an etwas, was schon längst nicht mehr stimmig war.

Denn Leben bedeutet immer wieder Veränderung, Anpassung an veränderte Bedingungen - bedeutet den Impulsen unserer Seele zu folgen, die sich im Laufe des Lebens durch uns und in uns immer mehr entfalten möchte.

Und das ist nichts Fremdes oder gar Übergriffiges. Denn wir sind ja unsere Seele. Wir sind ja eins. Und der irdische Teil, der wir sind, ist der, der gerade in der Lage ist ganz besondere, nur hier auf der Erde mögliche Erfahrungen zu machen für das Ganze, das wir sind, für unsere Seele.

Ich möchte als Beispiel eine eigene Situation von vor wenigen Jahren schildern, wo es darum ging, eine längst überfällige Entscheidung endlich zu treffen:

Nachdem ich einige Jahre so gut wie gar nicht mehr krank gewesen war, keine Erkältung, keine Grippe, keine Rückenschmerzen - fing es (scheinbar aus heiterem Himmel) wieder an mit Blasenentzündungen, dicken Halsentzündungen (3 mal innerhalb von 2 oder 3 Monaten), einem Hexenschuss, bei dem ich 3 Tage lang nur noch flach liegen konnte - bis ich schließlich kapierte, dass es um eine Entscheidung ging, die mir vorher nicht bewusst gewesen war. Sie war zwar längst notwendig gewesen, aber ich hatte mich noch geweigert, die Notwendigkeit wahrzunehmen.

Als ich diese Entscheidung, noch etwas halbherzig, schließlich getroffen hatte, hörten die Krankheiten schon mal auf.

Aber kurze Zeit später hatte ich einen Autounfall mit Schleudertrauma, was recht heftig mein ganzes Inneres durcheinander gewirbelt hat - erst dann konnte ich meine schon seit Jahren bereits anstehende Entscheidung wirklich konsequent und vollständig zunächst innerlich treffen und dann auch äußerlich durchsetzen.

Seitdem bin ich physisch wieder gesund und der Unfall hat mich, nebenbei erwähnt, trotz großem Materialschaden keinen einzigen Cent gekostet und auch keine bleibenden physischen Schäden zur Folge gehabt.

Zu diesem Thema gibt es auch einen Text von Ilse-Maria Fahrnow <http://liebeslicht.net/01-06-20/>

und ein Interview mit Dr. Anne Katharina Zschocke, einer Medizinerin, die sich viel mit Mikroorganismen beschäftigt hat (aus der online-Version der Zeitschrift "Oya" <https://oya-online.de/article/read/3457-.html#>)

#### **Embryonalzeit**

Ein weiteres Thema ist in letzter Zeit zu mir gekommen.

Ich bin dabei, mich heilerisch erstmalig mit unserer Embryonalzeit zu befassen.

Natürlich weiß ich von mir selbst schon seit langem, dass während meiner eigenen Schwangerschaftszeit so einiges

Ungute passiert ist.

Aber mir war bisher nicht wirklich bewusst gewesen, wie sehr dieses vorgeburtliche Geschehen mich mein ganzes bisheriges Leben (und das ist ja, wie ihr wisst, schon ziemlich lang) auch ungut beeinflusst hat - und dass man da vielleicht sogar etwas Heilsames dafür tun könnte.

Mit scheint, es ist jetzt die Zeit, dieses Thema an die Oberfläche zu holen.

Ich habe mich erinnert, dass ich tatsächlich im Kanon meiner seinerzeit von meinem Lehrer Natara erlernten Behandlungen eine dabei habe, die perfekt dazu geeignet ist. Und ich erinnere mich, dass Natara damals (2005) in Bezug auf diese Behandlung sagte, dass sie für die Zukunft sei.

Ich habe deutlich das Gefühl, diese Zukunft ist jetzt.

Das Thema ist zwar noch nicht ganz spruchreif - ich weiß noch nicht genau, in welcher Form ich diese Behandlung anbieten werde - aber es kommt.

Und das Thema darf vielleicht, wenn ihr mögt, zur Vorbereitung schon mal ein wenig in euch arbeiten ;-)) Deshalb erwähne ich es hier schon mal.

.....

## Newsletter Oktober 2020

Hallo ihr Lieben, ich grüße euch,

es hat diesmal ein wenig länger gedauert, bis ich mich wieder melde - und doch wird dieser Newsletter recht kurz werden.

-----

Ich möchte euch als erstes zunächst ein paar Links schicken, die mir persönlich wichtige Informationen liefern, zur Orientierung in diesen unruhigen, chaotischen und unübersichtlichen Zeiten. Es sind Links, über die ihr euch aus der geistigen Welt informieren könnt, über das, was zur Zeit so energetisch und in der Welt geschieht.

- Nicht alles ist sicherlich dabei für jeden unbedingt das richtige. -

Und so gehe ich davon aus, dass ihr euch von eurem Gefühl, von eurer Intuition gleiten lasst - und euch das herausucht, was sich für euch persönlich jeweils stimmig anfühlt.

--- <https://www.youtube.com/channel/UCtnrfpKiOa3gwPZ89wobkuQ/videos>

Dies ist wunderschöne hochschwingende beruhigende aufbauende Musik von Mei-lan

--- <https://www.youtube.com/c/NancyHoltenHeaven/videos>

Dies sind wunderschöne positive aufbauende Channelings von Nancy Holten, oft mit Energieübertragungen

--- <https://www.youtube.com/channel/UCETszlBB5U33UujNDaxnOrQ>

Dies sind ebenfalls positive aufbauende Nachrichten aus der geistigen Welt von Uwe Breuer

--- [https://www.youtube.com/channel/UCSTGWdbny5I-75lwm\\_tbeCA/videos](https://www.youtube.com/channel/UCSTGWdbny5I-75lwm_tbeCA/videos)

Dies ist der Kanal von Patrizia Pfister, bei dem mich vor allem die Channelings interessieren und mir wertvolle Orientierung geben

--- [https://thomas-bock.info/category/top/?utm\\_source=mailpoet&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Heiler+der+neuen+Zeit](https://thomas-bock.info/category/top/?utm_source=mailpoet&utm_medium=email&utm_campaign=Heiler+der+neuen+Zeit)

Auch auf dieser Seite von Thomas Bock gibt es immer mal wieder wichtige spirituelle Informationen

--- <https://albrechtsiriusblog.home.blog/author/albrechtsirius/>

Über diesen Link findet ihr Botschaften der Sirianer von Dr. Ilse Maria und Jürgen Fahrnow und auch Rundbriefe zu den jeweiligen Zeitqualitäten -

und über diesen Link:

<https://albrechtsiriusblog.home.blog/2020/10/02/sirius-botschaft-das-hoch-vibrierende-photonenlicht-dieser-zeit-stimuliert-und-erweckt-eure-zirbeldruse/>

könnt ihr auch einen Newsletter bestellen, über den man die jeweils neuesten Posts zugeschickt bekommt.

-----

Jetzt zu mir persönlich:

Ich nehme seit Anfang September an der morgendlichen Meditation teil, die von der Seite Newslichter.de angeregt und organisiert wird. Dieser Impuls ist zunächst einmal geplant bis Ende November und es kann jeder vollkommen freilassend aus der Ferne teilnehmen und jeder auf seine Weise dabei sein.

Für mich hat es sich gezeigt, dass es mir relativ leicht fällt, dabei zu sein und dass es mir wichtig ist, bei diesen Meditationen - Montags bis Freitags 7:30 bis 8:00 - immer auch Energien zur Erde zu senden, ähnlich wie ich das auch mit meiner WhatsApp-Gruppe am Dienstagabend immer mache (die nebenbei gesagt immer noch offen ist für weitere TeilnehmerInnen).

Mein Impuls ist nun, euch (wer immer mag) anzubieten, dass

**ihr euch in dieser Zeit - werktags morgens 7:30 bis 8Uhr - mit mir verbinden könnt**

(ganz egal, wo ihr euch gerade befindet oder was ihr gerade tut) und ich aufbauende stärkende heilsame Energien sende, immer das was mir gerade ins Bewusstsein kommt, d.h. was mir gerade richtig erscheint.

Mir ist das einerseits deshalb wichtig, weil ich immer wieder höre, wie viele Menschen zur Zeit einfach Unterstützung gebrauchen können, um nicht von der allgemeinen chaotischen Stimmung vereinnamt zu werden - auf der anderen Seite werde ich auch davon profitieren, denn meine Erfahrung ist, dass je mehr Menschen sich mit mir verbinden, umso mehr Energien aus der geistigen Welt durch mich fließen und damit auch mir selbst zugute kommen.

So ist beiden Seiten geholfen: mir fällt es leichter zu meditieren, die Energien sind höher und intensiver und euch kommt es zugute.

Es kann durchaus sein, dass dabei auch mal ein Tag einfach ausfällt, denn ich bin mein Leben lang nie ein Gewohnheitsmensch gewesen, aber wenn ich mir die Freiheit lasse, einfach mal zu pausieren, dann geht es meist ziemlich gut, Vorhaben auch mal über längere Zeit regelmäßig durchzuhalten.

Ich biete euch das also zunächst einmal für die kommenden 2 Wochen an  
**- Beginn Donnerstag 8.10. bis Mi 22.10. jeweils 7:30 bis 8.00 -**  
um für mich zu schauen, wie ich damit zurecht komme.

Ich melde mich dann wieder.

Ihr braucht euch gar nicht anzumelden.

Verbindet euch einfach mit mir, wann immer ihr mögt und lasst die Energien für euch wirken.

Mehr braucht es nicht.

So, ihr Lieben, das ist für heute schon alles.

Bleibt im Vertrauen und in der Liebe und seid ganz herzlich begrüßt von  
Dörte Luna'Him

## Newsletter November 2020

Hallo ihr Lieben,

heut wird's mal wieder etwas länger - nichts für Eilige .

Ich habe im wesentlichen zwei Themen für euch - einmal **einen Blick auf diese Zeit** aus meiner Sicht als Heilerin, um zu zeigen, worum es gehen könnte auf einer ganz privaten Ebene, inklusive meiner **Ankündigung einer FernGruppe über Zoom** - zum anderen ein paar Gedanken von mir zum **Thema Manipulation**.

Zum Schluss gibt es dann noch wieder ein paar Links - zum Hören, zum Lesen, Genießen und zum Tun.

### 1] Worum es geht in dieser Zeit

Fast liegt nun dieses Jahr 2020 schon hinter uns und es war unglaublich intensiv. Ich weiß, ich wiederhole mich. Seit Jahren schon sage ich am Ende eines Jahres, dieses Jahr war ganz besonders intensiv. Und ich empfinde das tatsächlich so, dass es sich von Jahr zu Jahr steigert und ich glaube auch, dass ich bei weitem nicht die einzige bin, der es so geht. Die Energien auf der Erde verändern sich ständig. Die Möglichkeiten zur Heilung werden immer mehr und immer kraftvoller - und es wird auch immer dringender und von unserer Seele aus auch immer drängender, diese Möglichkeiten auch in Anspruch zu nehmen und uns innerlich immer mehr zu klären - mich eingeschlossen. Darum hat es diesmal wieder etwas länger gedauert bis zu diesem November Newsletter, der ja auch erst im Dezember erscheint, obwohl die Themen in mir schon lange da sind.

Ich habe mal versucht, aus meiner Sicht (und es geht immer nur aus meiner Sicht, das Thema ist viel zu komplex, als dass ein Mensch den kompletten Überblick haben könnte) aufzuschreiben, worum es für mich in dieser Zeit geht, natürlich in meinem Fall aus der Sicht einer Heilerin:

Wir haben wie gesagt, im Moment - und voraussichtlich noch für geraume Zeit in der Zukunft - dank der ganzen Umstände rund um Corona herum - eine Situation, wo wir in der Lage sind, in einem grandiosen Tempo viele viele Themen für uns zu klären, zu heilen und hoffentlich vieles davon wirklich jetzt hinter uns zu lassen.

Worum es dabei geht, ist aus meiner Sicht die Tatsache, dass unser Planet incl. aller Bewohner, dabei ist, in eine neue Zeitqualität, in eine neue Epoche überzuwechseln, in der sehr vieles, wenn nicht alles, anders sein wird, als jemals zuvor - und wo (zu unserem Trost) sehr vieles, besser sein wird, als wir es bisher kannten.

Wir gehen vom Zeitalter der Trennung, der Bewertung, des Urteilens und Kriegführens (auch auf der privaten Ebene) in ein Zeitalter der Einheit, der Vereinigung der Gegensätze, der Liebe und des Friedens.

Auf unserem Weg dorthin scheint es absolut notwendig zu sein, all unsere Unausgewogenheiten, all unsere Verletzungen, Schocks und Traumen hinter uns zu lassen, zu heilen. Denn wie sonst sollten wir uns in die Einheit bewegen können, wenn wir nicht zuvor die Trennung in uns selbst aufheben, jeder einzelne.

Im weiteren möchte ich hier die aus meiner derzeitigen Sicht der Heilerin wichtigsten **Hürden, Hindernisse und Stolpersteine** zusammenstellen, die uns im Moment und vielleicht noch für eine längere oder kürzere Zeit besonders beschäftigen könnten:

\*\*\* Da sind zunächst unsere *Ängste*, sowohl aus diesem als auch aus früheren Leben, die uns so oft hindern, Menschen und Situationen wahrhaftig und klar zu erkennen - sowohl eigene Ängste, zum Teil auch schon aus früheren Leben, als auch übernommene aus unserer Ursprungsfamilie und den Ahnen -

\*\*\* dann sind da die *Verstrickungen* mit anderen Menschen und auch Orten - längst nicht mehr stimmige energetische Verbindungen, Versprechen, Gelübde, Verträge usw, die uns in bestimmten Situationen sehr unfrei machen können -

\*\*\* alte *Verletzungen*, ebenfalls aus diesem oder vergangenen Leben oder sogar von der Familie oder den Ahnen nur übernommene, die wir nur wieder abgeben können, denn bei uns können sie nicht heilen, wenn es nicht unsere eigenen sind -

\*\*\* alte Verhaltens-, Denk- und Gefühls-*Muster*, die längst nicht mehr stimmig sind, die durch ihren automatischen, unterbewussten Einfluss auf die Gegenwart aber oft bestimmend und unser Verhalten steuernd wirken, vielfach ohne dass uns bewusst ist, warum wir gerade mal wieder so reagieren, wie wir das gerade tun -

\*\*\* die *Vorherrschaft unseres Verstandes*, zu der wir seit so vielen Jahrhunderten erzogen wurden, und die verhindert, dass wir erkennen können, was wirklich geschieht, worum es wirklich geht - weil ja doch nur unser Herz wirklich sicher fühlen kann, was wahrhaftig ist und was nicht -

\*\*\* damit eng zusammenhängend die *Missachtung des Weiblichen* in uns, egal ob wir gerade männlich oder weiblich inkarniert sind, die ebenfalls verhindert, dass wir uns von der Trennung zur Einheit entwickeln können - denn Einheit ist nur möglich, wenn die weiblichen und männlichen Anteile in uns ausgeglichen und im Frieden sind.

\*\*\* und dann schließlich, nachdem ich schon die früheren Leben und die Ahnen erwähnt habe, haben wir auch noch

massive Prägungen aus unserer *Embryonalzeit*.

Das ist ein Thema, das erst in letzter Zeit begonnen hat, mich wirklich zu interessieren. Dafür hat es sich für mich in den letzten Wochen und Monaten aber umso massiver gezeigt, wie wichtig es ist, wie massiv diese Prägungen wirken - für uns als Erwachsene, aber eigentlich auch schon für Kinder und Jugendliche.

Es geht darum, diese Zeit im Mutterbauch mit all ihren Ereignissen anzuerkennen, zu würdigen und wo notwendig auch zu heilen - mit allen Emotionen der Mutter und anderer Nahestehender, die wir alle ohne Ausnahme in uns aufgenommen haben, die wir aufgesogen haben wie ein Schwamm, weil wir als Embryo (genau wie später als Säugling und Kleinkind) gar nicht anders können - und das alles rein gefühlsmäßig, in den meisten Fällen ohne bewusste Erinnerung an das, was geschehen ist - all die oft tief unbewussten Empfindungen rund um Sexualität, Empfängnis und Schwangerschaft, Geburt, Ängste und Erwartungen -

plus mögliche Ereignisse (Trennungen, Todesfälle und andere tiefe Einschnitte im Leben der Eltern (bei manchen noch durch den Krieg hervorgerufen) während unserer Schwangerschaft),

inklusive der möglichen Ablehnung der Schwangerschaft überhaupt, vor allem aber alles, was die Mutter, aber auch all jene, mit denen die Mutter verbunden ist, beeinträchtigt haben - all das sind Programmierungen, die uns oft bis ins hohe Alter hinein unfrei sein lassen und massiv belasten -

\*\*\* hinzu kommt natürlich auch unsere mangelnde *Verbindung mit der Erde* einerseits *und mit dem Göttlichen* andererseits, vor allem auch mit dem Göttlichen in uns -

\*\*\* und der so ernüchternde Prozess des *Erkennens der Manipulationen* von allen Seiten, die wir Jahrtausende über erfahren haben, ohne uns dessen noch bewusst zu sein - jetzt drängt all das an die Oberfläche, wird endlich bewusst und fühlt sich dabei oft an wie etwas Neues, obwohl es schon so, so lange so war -

Mit anderen Worten, wir sind in diesen Zeiten aufgefordert, einerseits durch die äußeren Umstände und andererseits durch den entsprechenden Druck aus unserem eigenen Inneren, d.h. letzten Endes von unserer eigenen Seele, elementare Veränderungen auf allen Ebenen zuzulassen, anzunehmen und zu durchleben.

*Zum Thema Embryonalzeit werde ich voraussichtlich zu Beginn der neuen Jahres*

*ein paar GruppenFernBehandlungen anbieten,*

*voraussichtlich diesmal über Zoom,*

*mit wahrscheinlich erstmal 3 Terminen.*

*Ich freue mich über Nachrichten von euch,*

*wenn ihr Interesse daran habt und*

*eventuell dabei sein möchtet -*

*und bitte meldet euch auch,*

*wenn ihr Interesse an GruppenFernbehandlungen*

*zu anderen Themen habt.*

## **2] *Wie geschieht Manipulation?***

Es beginnt schon im Säuglingsalter (oder auch schon während der Embryonalzeit?), wenn der Säuling belohnt wird mit Oh's und Ah's und Lächeln und Hochnehmen, wenn er sich so verhält, wie es den Bezugspersonen besonders gefällt. Es geht weiter, wenn das Kind gesagt bekommt, welche Worte die richtigen sind und welche nicht -

Welche Freunde die richtigen sind und welche nicht -  
Welche Träume die richtigen sind und welche nicht -  
Welche Beobachtungen genehm und welche nicht -  
Welche Erinnerungen  
Welche Gedanken

Denn die Eltern haben genauso gelernt, was gut ist und was nicht. Sie sind oft genug dafür bestraft worden, wenn sie ‚falsch‘ gehandelt, gesprochen, gedacht, geträumt haben, sodass sie sogar das Gefühl haben, die tun dem Kind etwas Gutes, wenn sie es frühzeitig ‚auf die Spur bringen‘.

Nur bleiben dadurch natürlich bestimmte Wahrnehmungen, Gedanken, Gefühle, Vorstellungen, Erinnerungen - und vor allem die eigene Entscheidungsfähigkeit . . . auf der Strecke.

In der Schule lernen wir, was wir anziehen müssen, wie wir sprechen müssen, damit wir von den Mitschülern anerkannt werden.

Überall geht es so weiter, in der Ausbildung, im Beruf, in der Partnerschaft, selbst bei Verlusten, bei Unglücksfällen, bei Todesfällen gibt es immer Erwartungen und Vorschriften, wie wir zu sein, zu sprechen, ja uns zu fühlen haben.

Wo wir auch hinkommen, überall gibt es bestimmte Regeln und Konventionen, denen wir besser folgen, wenn wir nicht als Außenseiter gelten möchten, als anders, als falsch - außer wir nehmen das bewusst in Kauf, gehen bewusst in Opposition und genießen es aufzufallen, anders zu sein, Aufsehen zu erregen.

Und im Außen, in der Politik usw. geht es natürlich nicht anders zu. Jeder hat seine bestimmten Vorstellung und versucht nach Kräften diese durchzusetzen, meist auf Kosten von anderen.

Aber das könnte alles auch anders sein!

Wie wäre es, wenn jeder einzelne einfach geschätzt und als wertvoll empfunden werden würde für das, was er ist, für das was er am Anfang des Lebens als neuer Erdenbürger (neu in Sinne von aus einer anderen spannenden Welt kommend) an Neuem, Wichtigem, Spannendem mitbringt - und was er auch später an neuen, besonderen und vielleicht auch nur individuellen Ideen, Gedanken, Handlungen in die Welt bringen möchte.

Unsere ganze Welt ist im Wesentlichen so aufgebaut, dass immer nur das alte Vertraute, vermeintlich Erprobte als richtig empfunden wird. Und erst im Nachhinein, nach vielen Jahren, schaffen es manche Ideen dann doch ins Kollektivbewusstsein - wenn die Zeit zu ihrer Einführung, die Notwendigkeit zur Veränderung, aber eigentlich schon lange vorbei ist und schon längst die nächsten Veränderungen anstünden - wenn es denn gut werden sollte . . .

Wie wäre es, wenn wir es wagen würden, uns als Menschheit zur Abwechslung wirklich mal umzustellen - wirklich auch unsere eigenen Gedanken und Gefühle mal in die Freiheit entlassen würden - und andererseits auch mal offen wären für das, was andere wirklich denken, fühlen, wollen,

wenn wir anerkennen würden, dass es so, wie wir das bisher getan haben, einfach nicht so gut funktioniert hat - und zwar in allen Bereichen, nicht nur in denen, die uns gerade genehm sind (!) -

Und dass es längst an der Zeit ist, neue Ideen, neue Handlungsweisen, neue Lebensweisen auch bei anderen willkommen zu heißen - und zwar egal, ob die Ideen uns gerade in den Kram passen oder nicht, ob wir uns dafür umstellen müssten oder nicht, ob wir vermeintliche Vorteile oder Gewohnheiten dafür aufgeben müssten - sondern weil es einfach notwendig ist für unsere ganze Menschheit als Kollektiv, damit wir uns entwickeln können - damit wir auf diesem Planeten überleben können . . .

Hier kommen wie versprochen ein paar neue **Links** -

zur Freude, zum Nachdenken, zur Information:

\*\*\* **Botschaften der Plejader** zur aktuellen Lage, beginnend mit dem Start der Corona-Krise, gechannelt von Pavlina Klemm

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql\\_ye](https://www.youtube.com/playlist?list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql_ye)

oben von Pavlina Klemm gelesen

[https://www.youtube.com/watch?v=ZtFpJJv5nk&list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql\\_yc](https://www.youtube.com/watch?v=ZtFpJJv5nk&list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql_yc)

-

**\*\*\* Eine Botschaft von Anathea durch Shari D. Kovacs**

Ein Channeling vom 26.11.2020

<https://www.sternenkraft.at/botschaften/der-gro%C3%9Fe-kampf-zwischen-dunkelheit-und-licht/>

Hier ein kurzer Auszug daraus (es lohnt sich, den ganzen Artikel und auch alles andere auf dieser Seite zu lesen):

"Ihr Lieben, bitte versteht, wie dringend es ist, jetzt zu begreifen, dass Aufklärung nicht bedeutet, Eure Mitmenschen darüber aufzuklären, wie gefährlich eine Impfung oder 5G sind.

**Klärt sie darüber auf, wie mächtig ihr Bewusstsein ist!**

Und dies könnt Ihr am besten damit, in dem Ihr es vorlebt. Ihr müsst nicht bis ins Detail wissen, wie die Pläne einer dunklen Elite aussehen, doch wisst, dass sie Euch nichts anhaben können, wenn Ihr Gott, welchen ihr in Eurem ICH-BIN-Bewusstsein findet, durch Euch fließen lasst und zwar den wahren Gott, der zu lieben vermag, und keine unpersönliche diffuse Licht-Energie, der im Endeffekt alles egal zu sein scheint.

Es ist auch nicht wichtig, wer der nächste amerikanische Präsident wird und wer von den beiden Kandidaten auf welcher Seite steht, denn die Erde wird ihren Weg ins Licht fortsetzen."

**\*\*\* Ein schönes und hilfreiches Projekt von Esther Bodzin:**

Die Lovingcards - [siehe www.lovingcards.de](http://www.lovingcards.de)

oder <https://www.newslichter.de/2020/11/lichtbild-15/>

**\*\*\* Und hier kommt der LOVE HUB - in meinen Worten die „Liebestankstelle“ von Diana Wenck, Lichtbotin (Handpan Musik, Soundhealing, Objektkunst)**

<https://www.healing-vibes.de>

oder

<https://www.newslichter.de/2020/11/love-hub-verbinde-und-lade-auf/>

Meine **Meditationsgruppe dienstags abends** läuft, mit großer Begeisterung meinerseits und wohl auch mancher Teilnehmenden, weiter :

Jeden Dienstag um 20Uhr machen wir eine gemeinsame Meditation zum Wohl der Erde und aller Bewohner.

Vorher um 19:45 gibt es, für alle die Zeit haben und teilnehmen mögen, eine Kurzbehandlung/Reinigung/Klärung zur Einstimmung und Vorbereitung der Energien

Wir nehmen immer noch gerne weitere TeilnehmerInnen auf.

Die Kommunikation erfolgt über WhatsApp.

Jetzt noch zu meinen **morgentlichen Meditationen und Energieübertragungen**, die ich im Oktober angekündigt hatte:

Ich habe das eine Weile mit großer Begeisterung gemacht, bin darüber sogar zur (für meine Verhältnisse) Frühaufsteherin geworden und habe auch noch eine Weile weiter gemacht als angekündigt (wer das wohl gemerkt hat? ;-))

Dann musste ich allerdings, ich glaube spätestens seit 11.11., erstmal vollkommen aufhören, weil mir all meine vielen energetischen Aktivitäten erstmal eine grandiose innere Reinigung beschert hatten, die mich ein Weilchen aus dem Verkehr gezogen hat.

Ich habe vor, gelegentlich weiter zu machen, speziell während der Rauhnächte, werde mich dann aber noch mit einem wahrscheinlich UltraKurzNewsletter noch einmal melden.

===== Soweit für heute, ihr Lieben,

ich wünsche euch eine wunderschöne Vorweihnachtszeit,

wie auch immer ihr sie verbringen mögt

und grüße euch von Herzen

Dörte Luna'Him

## Newsletter November 2020

Hallo ihr Lieben,

heut wird's mal wieder etwas länger - nichts für Eilige .

Ich habe im wesentlichen zwei Themen für euch - einmal **einen Blick auf diese Zeit** aus meiner Sicht als Heilerin, um zu zeigen, worum es gehen könnte auf einer ganz privaten Ebene, inklusive meiner **Ankündigung einer FernGruppe über Zoom** - zum anderen ein paar Gedanken von mir zum **Thema Manipulation**.

Zum Schluss gibt es dann noch wieder ein paar Links - zum Hören, zum Lesen, Genießen und zum Tun.

### 1] Worum es geht in dieser Zeit



Fast liegt nun dieses Jahr 2020 schon hinter uns und es war unglaublich intensiv. Ich weiß, ich wiederhole mich. Seit Jahren schon sage ich am Ende eines Jahres, dieses Jahr war ganz besonders intensiv. Und ich empfinde das tatsächlich so, dass es sich von Jahr zu Jahr steigert und ich glaube auch, dass ich bei weitem nicht die einzige bin, der es so geht. Die Energien auf der Erde verändern sich ständig. Die Möglichkeiten zur Heilung werden immer mehr und immer kraftvoller - und es wird auch immer dringender und von unserer Seele aus auch immer drängender, diese Möglichkeiten auch in Anspruch zu nehmen und uns innerlich immer mehr zu klären - mich eingeschlossen. Darum hat es diesmal wieder etwas länger gedauert bis zu diesem November Newsletter, der ja auch erst im Dezember erscheint, obwohl die Themen in mir schon lange da sind.

Ich habe mal versucht, aus meiner Sicht (und es geht immer nur aus meiner Sicht, das Thema ist viel zu komplex, als dass ein Mensch den kompletten Überblick haben könnte) aufzuschreiben, worum es für mich in dieser Zeit geht, natürlich in meinem Fall aus der Sicht einer Heilerin:

Wir haben wie gesagt, im Moment - und voraussichtlich noch für geraume Zeit in der Zukunft - dank der ganzen Umstände rund um Corona herum - eine Situation, wo wir in der Lage sind, in einem grandiosen Tempo viele viele Themen für uns zu klären, zu heilen und hoffentlich vieles davon wirklich jetzt hinter uns zu lassen.

Worum es dabei geht, ist aus meiner Sicht die Tatsache, dass unser Planet incl. aller Bewohner, dabei ist, in eine neue Zeitqualität, in eine neue Epoche überzuwechseln, in der sehr vieles, wenn nicht alles, anders sein wird, als jemals zuvor - und wo (zu unserem Trost) sehr vieles, besser sein wird, als wir es bisher kannten.

Wir gehen vom Zeitalter der Trennung, der Bewertung, des Urteilens und Kriegführens (auch auf der privaten Ebene) in ein Zeitalter der Einheit, der Vereinigung der Gegensätze, der Liebe und des Friedens.

Auf unserem Weg dorthin scheint es absolut notwendig zu sein, all unsere Unausgewogenheiten, all unsere Verletzungen, Schocks und Traumen hinter uns zu lassen, zu heilen. Denn wie sonst sollten wir uns in die Einheit bewegen können, wenn wir nicht zuvor die Trennung in uns selbst aufheben, jeder einzelne.

Im weiteren möchte ich hier die aus meiner derzeitigen Sicht der Heilerin wichtigsten **Hürden, Hindernisse und Stolpersteine** zusammenstellen, die uns im Moment und vielleicht noch für eine längere oder kürzere Zeit besonders beschäftigen könnten:

\*\*\* Da sind zunächst unsere *Ängste*, sowohl aus diesem als auch aus früheren Leben, die uns so oft hindern, Menschen und Situationen wahrhaftig und klar zu erkennen - sowohl eigene Ängste, zum Teil auch schon aus früheren Leben, als auch übernommene aus unserer Ursprungsfamilie und den Ahnen -

\*\*\* dann sind da die *Verstrickungen* mit anderen Menschen und auch Orten - längst nicht mehr stimmige energetische Verbindungen, Versprechen, Gelübde, Verträge usw, die uns in bestimmten Situationen sehr unfrei machen können -

\*\*\* alte *Verletzungen*, ebenfalls aus diesem oder vergangenen Leben oder sogar von der Familie oder den Ahnen nur übernommene, die wir nur wieder abgeben können, denn bei uns können sie nicht heilen, wenn es nicht unsere eigenen sind -

\*\*\* alte Verhaltens-, Denk- und Gefühls-*Muster*, die längst nicht mehr stimmig sind, die durch ihren automatischen, unterbewussten Einfluss auf die Gegenwart aber oft bestimmend und unser Verhalten steuernd wirken, vielfach ohne dass uns bewusst ist, warum wir gerade mal wieder so reagieren, wie wir das gerade tun -

\*\*\* die *Vorherrschaft unseres Verstandes*, zu der wir seit so vielen Jahrhunderten erzogen wurden, und die verhindert, dass wir erkennen können, was wirklich geschieht, worum es wirklich geht - weil ja doch nur unser Herz wirklich sicher fühlen kann, was wahrhaftig ist und was nicht -

\*\*\* damit eng zusammenhängend die *Missachtung des Weiblichen* in uns, egal ob wir gerade männlich oder weiblich inkarniert sind, die ebenfalls verhindert, dass wir uns von der Trennung zur Einheit entwickeln können - denn Einheit ist nur möglich, wenn die weiblichen und männlichen Anteile in uns ausgeglichen und im Frieden sind.

\*\*\* und dann schließlich, nachdem ich schon die früheren Leben und die Ahnen erwähnt habe, haben wir auch noch massive Prägungen aus unserer *Embryonalzeit*.

Das ist ein Thema, das erst in letzter Zeit begonnen hat, mich wirklich zu interessieren. Dafür hat es sich für mich in den letzten Wochen und Monaten aber umso massiver gezeigt, wie wichtig es ist, wie massiv diese Prägungen wirken - für uns als Erwachsene, aber eigentlich auch schon für Kinder und Jugendliche.

Es geht darum, diese Zeit im Mutterbauch mit all ihren Ereignissen anzuerkennen, zu würdigen und wo notwendig auch zu heilen - mit allen Emotionen der Mutter und anderer Nahestehender, die wir alle ohne Ausnahme in uns aufgenommen haben, die wir aufgesogen haben wie ein Schwamm, weil wir als Embryo (genau wie später als Säugling und Kleinkind) gar nicht anders können - und das alles rein gefühlsmäßig, in den meisten Fällen ohne bewusste Erinnerung an das, was geschehen ist - all die oft tief unbewussten Empfindungen rund um Sexualität, Empfängnis und Schwangerschaft, Geburt, Ängste und Erwartungen -

plus mögliche Ereignisse (Trennungen, Todesfälle und andere tiefe Einschnitte im Leben der Eltern (bei manchen noch durch den Krieg hervorgerufen) während unserer Schwangerschaft),

inklusive der möglichen Ablehnung der Schwangerschaft überhaupt, vor allem aber alles, was die Mutter, aber auch all jene, mit denen die Mutter verbunden ist, beeinträchtigt haben - all das sind Programmierungen, die uns oft bis ins hohe Alter hinein unfrei sein lassen und massiv belasten -

\*\*\* hinzu kommt natürlich auch unsere mangelnde *Verbindung mit der Erde* einerseits und mit dem *Göttlichen* andererseits, vor allem auch mit dem Göttlichen in uns -

\*\*\* und der so ernüchternde Prozess des *Erkennens der Manipulationen* von allen Seiten, die wir Jahrtausende über erfahren haben, ohne uns dessen noch bewusst zu sein - jetzt drängt all das an die Oberfläche, wird endlich bewusst und fühlt sich dabei oft an wie etwas Neues, obwohl es schon so, so lange so war -

Mit anderen Worten, wir sind in diesen Zeiten aufgefordert, einerseits durch die äußeren Umstände und andererseits durch den entsprechenden Druck aus unserem eigenen Inneren, d.h. letzten Endes von unserer eigenen Seele, elementare Veränderungen auf allen Ebenen zuzulassen, anzunehmen und zu durchleben.

*Zum Thema Embryonalzeit werde ich voraussichtlich zu Beginn der neuen Jahres  
ein paar GruppenFernBehandlungen anbieten,*

*voraussichtlich diesmal über Zoom,*

*mit wahrscheinlich erstmal 3 Terminen.*

*Ich freue mich über Nachrichten von euch,*

*wenn ihr Interesse daran habt und*

*eventuell dabei sein möchtet -*

*und bitte meldet euch auch,*

*wenn ihr Interesse an GruppenFernbehandlungen*

*zu anderen Themen habt.*

## **2] *Wie geschieht Manipulation?***

Es beginnt schon im Säuglingsalter (oder auch schon während der Embryonalzeit?), wenn der Säuling belohnt wird mit Oh's und Ah's und Lächeln und Hochnehmen, wenn er sich so verhält, wie es den Bezugspersonen besonders gefällt.

Es geht weiter, wenn das Kind gesagt bekommt, welche Worte die richtigen sind und welche nicht -  
Welche Freunde die richtigen sind und welche nicht -  
Welche Träume die richtigen sind und welche nicht -  
Welche Beobachtungen genehm und welche nicht -  
Welche Erinnerungen  
Welche Gedanken

Denn die Eltern haben genauso gelernt, was gut ist und was nicht. Sie sind oft genug dafür bestraft worden, wenn sie ‚falsch‘ gehandelt, gesprochen, gedacht, geträumt haben, sodass sie sogar das Gefühl haben, die tun dem Kind etwas Gutes, wenn sie es frühzeitig ‚auf die Spur bringen‘.

Nur bleiben dadurch natürlich bestimmte Wahrnehmungen, Gedanken, Gefühle, Vorstellungen, Erinnerungen - und vor allem die eigene Entscheidungsfähigkeit . . . auf der Strecke.

In der Schule lernen wir, was wir anziehen müssen, wie wir sprechen müssen, damit wir von den Mitschülern anerkannt werden.

Überall geht es so weiter, in der Ausbildung, im Beruf, in der Partnerschaft, selbst bei Verlusten, bei Unglücksfällen, bei Todesfällen gibt es immer Erwartungen und Vorschriften, wie wir zu sein, zu sprechen, ja uns zu fühlen haben.

Wo wir auch hinkommen, überall gibt es bestimmte Regeln und Konventionen, denen wir besser folgen, wenn wir nicht als Außenseiter gelten möchten, als anders, als falsch - außer wir nehmen das bewusst in Kauf, gehen bewusst in Opposition und genießen es aufzufallen, anders zu sein, Aufsehen zu erregen.

Und im Außen, in der Politik usw, geht es natürlich nicht anders zu. Jeder hat seine bestimmten Vorstellung und versucht nach Kräften diese durchzusetzen, meist auf Kosten von anderen.

Aber das könnte alles auch anders sein!

Wie wäre es, wenn jeder einzelne einfach geschätzt und als wertvoll empfunden werden würde für das, was er ist, für das was er am Anfang des Lebens als neuer Erdenbürger (neu in Sinne von aus einer anderen spannenden Welt kommend) an Neuem, Wichtigem, Spannendem mitbringt - und was er auch später an neuen, besonderen und vielleicht auch nur individuellen Ideen, Gedanken, Handlungen in die Welt bringen möchte.

Unsere ganze Welt ist im Wesentlichen so aufgebaut, dass immer nur das alte Vertraute, vermeintlich Erprobte als richtig empfunden wird. Und erst im Nachhinein, nach vielen Jahren, schaffen es manche Ideen dann doch ins Kollektivbewusstsein - wenn die Zeit zu ihrer Einführung, die Notwendigkeit zur Veränderung, aber eigentlich schon lange vorbei ist und schon längst die nächsten Veränderungen anstünden - wenn es denn gut werden sollte . . .

Wie wäre es, wenn wir es wagen würden, uns als Menschheit zur Abwechslung wirklich mal umzustellen - wirklich auch unsere eigenen Gedanken und Gefühle mal in die Freiheit entlassen würden - und andererseits auch mal offen wären für das, was andere wirklich denken, fühlen, wollen,

wenn wir anerkennen würden, dass es so, wie wir das bisher getan haben, einfach nicht so gut funktioniert hat - und zwar in allen Bereichen, nicht nur in denen, die uns gerade genehm sind (!) -

Und dass es längst an der Zeit ist, neue Ideen, neue Handlungsweisen, neue Lebensweisen auch bei anderen willkommen zu heißen - und zwar egal, ob die Ideen uns gerade in den Kram passen oder nicht, ob wir uns dafür umstellen müssten oder nicht, ob wir vermeintliche Vorteile oder Gewohnheiten dafür aufgeben müssten - sondern weil es einfach notwendig ist für unsere ganze Menschheit als Kollektiv, damit wir uns entwickeln können - damit wir auf diesem Planeten überleben können . . .

Hier kommen wie versprochen ein paar neue **Links** -

zur Freude, zum Nachdenken, zur Information:

\*\*\* **Botschaften der Plejader** zur aktuellen Lage, beginnend mit dem Start der Corona-Krise, gechannelt von Pavlina Klemm

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql\\_ye](https://www.youtube.com/playlist?list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql_ye)  
oben von Pavlina Klemm gelesen

[https://www.youtube.com/watch?v=ZtFpJJv5nk&list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql\\_yc](https://www.youtube.com/watch?v=ZtFpJJv5nk&list=PLqv6XJVMEHmi0YYkzWOuPMzh8hmVql_yc)

-

**\*\*\* Eine Botschaft von Anathea durch Shari D. Kovacs**

Ein Channeling vom 26.11.2020

<https://www.sternenkraft.at/botschaften/der-gro%C3%9Fe-kampf-zwischen-dunkelheit-und-licht/>

Hier ein kurzer Auszug daraus (es lohnt sich, den ganzen Artikel und auch alles andere auf dieser Seite zu lesen):

"Ihr Lieben, bitte versteht, wie dringend es ist, jetzt zu begreifen, dass Aufklärung nicht bedeutet, Eure Mitmenschen darüber aufzuklären, wie gefährlich eine Impfung oder 5G sind.

**Klärt sie darüber auf, wie mächtig ihr Bewusstsein ist!**

Und dies könnt Ihr am besten damit, in dem Ihr es vorlebt. Ihr müsst nicht bis ins Detail wissen, wie die Pläne einer dunklen Elite aussehen, doch wisst, dass sie Euch nichts anhaben können, wenn Ihr Gott, welchen ihr in Eurem ICH-BIN-Bewusstsein findet, durch Euch fließen lasst und zwar den wahren Gott, der zu lieben vermag, und keine unpersönliche diffuse Licht-Energie, der im Endeffekt alles egal zu sein scheint.

Es ist auch nicht wichtig, wer der nächste amerikanische Präsident wird und wer von den beiden Kandidaten auf welcher Seite steht, denn die Erde wird ihren Weg ins Licht fortsetzen."

**\*\*\* Ein schönes und hilfreiches Projekt von Esther Bodzin:**

Die Lovingcards - [siehe www.lovingcards.de](http://www.lovingcards.de)

oder <https://www.newslichter.de/2020/11/lichtbild-15/>

**\*\*\* Und hier kommt der LOVE HUB - in meinen Worten die „Liebestankstelle“ von Diana Wenck, Lichtbotin (Handpan Musik, Soundhealing, Objektkunst)**

<https://www.healing-vibes.de>

oder

<https://www.newslichter.de/2020/11/love-hub-verbinde-und-lade-auf/>

Meine **Meditationsgruppe dienstags abends** läuft, mit großer Begeisterung meinerseits und wohl auch mancher Teilnehmenden, weiter :

Jeden Dienstag um 20Uhr machen wir eine gemeinsame Meditation zum Wohl der Erde und aller Bewohner.

Vorher um 19:45 gibt es, für alle die Zeit haben und teilnehmen mögen, eine Kurzbehandlung/Reinigung/Klärung zur Einstimmung und Vorbereitung der Energien

Wir nehmen immer noch gerne weitere TeilnehmerInnen auf.

Die Kommunikation erfolgt über WhatsApp.

Jetzt noch zu meinen **morgendlichen Meditationen und Energieübertragungen**, die ich im Oktober angekündigt hatte:

Ich habe das eine Weile mit großer Begeisterung gemacht, bin darüber sogar zur (für meine Verhältnisse) Frühaufsteherin geworden und habe auch noch eine Weile weiter gemacht als angekündigt (wer das wohl gemerkt hat? ;-))

Dann musste ich allerdings, ich glaube spätestens seit 11.11., erstmal vollkommen aufhören, weil mir all meine vielen energetischen Aktivitäten erstmal eine grandiose innere Reinigung beschert hatten, die mich ein Weilchen aus dem Verkehr gezogen hat.

Ich habe vor, gelegentlich weiter zu machen, speziell während der Rauhnächte, werde mich dann aber noch mit einem wahrscheinlich UltraKurzNewsletter noch einmal melden.

===== Soweit für heute, ihr Lieben,

ich wünsche euch eine wunderschöne Vorweihnachtszeit,

wie auch immer ihr sie verbringen mögt

und grüße euch von Herzen

Dörte Luna'Him

[Die Bilder fehlen leider]

## Newsletter Februar 2021

Hallo ihr Lieben,

es hat diesmal besonders lange gedauert, bis ich wieder so weit war, einen Newsletter zu schreiben. Das liegt daran, dass ich die letzten Monate - wie so viele andere auch derzeit - durch tiefe Transformationen gegangen bin, die mich

sehr viel Kraft gekostet haben. Und so blieb für einen neuen Newsletter nicht ganz genug übrig .  
Aber jetzt ist alles wieder gut - und hier kommen **ein paar Gedanken zum Schlaf** - zunächst einmal in Stichworten:

- 1]. Einschlafen während der Meditation oder auch Einschlafen während einer Behandlung
- 2]. Antworten im Schlaf
- 3]. Schlaf - der kleine Bruder des Todes

[ Termine und anderes Aktuelle siehe ganz unten ]

zu 1].

Sicher haben einige von euch das auch schon erlebt, dass ihr während einer Meditation oder auch wenn ihr eine energetische Behandlung bekommt, einfach 'weg' gewesen seid.

Auch mir geht das immer wieder so - auch sogar in bestimmten Situationen, wenn ich selbst Behandlungen gebe. Bei Meditationen oder auch wenn ich Channelings anhöre, konnte ich das schon lange so annehmen. Ich habe einfach gespürt, dass ich Energien im Schlaf einfach auf einer anderen Ebene aufnehme, als wenn ich bewusst bin. Ich kann dann zwar anschließend nicht drüber sprechen, weil ich ja nicht mit dem Tagesbewusstsein dabei war, aber ich weiß, ich habe es aufgenommen - und das meinem Gefühl nach auch intensiver, als wenn ich bewusst dabei gewesen wäre.

Auch wenn Klienten von mir während der Behandlung einschlafen, oder wenn ich selbst einschlafe, während ich behandelt werde, kann ich das schon längere Zeit gut akzeptieren. Da passiert einfach Heilung auf einer tieferen Ebene, die sich dem Bewusstsein entzieht - und außerdem geht die Heilung tiefer, weil eben das Tagesbewusstsein nicht mit möglichen Vorbehalten oder Ängsten im Weg steht.

Dass ich allerdings in letzter Zeit zunehmend auch einschlafe, während ich Behandlungen gebe, habe ich lange nicht annehmen können und habe immer wieder versucht, dagegen an zu gehen. Ich habe einfach immer gedacht, das geht doch nicht, dass ich einfach einschlafe, das ist doch eine Missachtung der Situation und vor allem dem Klienten gegenüber - und ja auch extrem unhöflich.

Im Laufe der Zeit habe ich allerdings von meinen Klienten (die das gar nicht bewusst mitbekommen, wenn ich schlafe, weil sie selbst bei diesen Gelegenheiten genau so wenig bewusst sind) im Nachhinein so viele positive Rückmeldungen bekommen, gerade besonders in Situationen, wo ich 'weg' war, das ich das 'Einschlafen' inzwischen auch in dem Bereich schätzen gelernt habe.

Ich weiß inzwischen zu schätzen, dass ich lediglich mit meinem Tagesbewusstsein nicht dabei bin, auf anderer Ebene aber umso präsenter bin - gerade wenn ich scheinbar abwesend bin. Wenn ein Gespräch mit dem Klienten voraus gegangen ist, wenn klar ist, worum es geht oder wenn während der Behandlung zuvor sich das Thema deutlich gezeigt hat, dann ist die Richtung, die die Behandlung nehmen soll klar - und die geistige Welt (von der ich ja ein Teil bin!) macht dann einfach das, was notwendig und was optimal ist - und das geht eben hier und da besser, wenn das menschliche Tagesbewusstsein nicht dabei ist.

Ich erzähle euch das, weil ich überzeugt bin, dass eure Gedanken z.T. ähnlich sind, wenn ihr Ähnliches erlebt wie ich. Also nehmt es an - und nutzt es.

Denn wenn wir auf diese Weise 'weg' sind, ist der Weg am Tagesbewusstsein vorbei frei, sodass die Energien in uns und ebenso durch uns ungehinderter wirken können.

Dann braucht es nur noch Vertrauen und Annahme - und es kann das bestmögliche geschehen .

zu 2].

Während der Beschäftigung mit diesem Thema fiel mir dann noch eine kleine Geschichte ein, die ich lange nicht mehr erinnert hatte, und die eigentlich zeigt, dass ich es schon lange hätte wissen können, was die Bedeutung des Schlafes ist - auch in Behandlungen:

Ich hatte mal einen Freund (das war noch im letzten Jahrhundert), der war mir damals weit voraus in seiner spirituellen Entwicklung.

Jedes Mal, wenn in mir eine Frage auftauchte, die er aus seinem Wissen heraus nicht beantworten konnte, sagte er 'Moment, lass mich mal eben ein paar Minuten schlafen, dann kann ich's dir sagen'.

Und so war es auch. Er schlief sofort ein und kam zuverlässig mit der Antwort aus dem Schlaf zurück.

zu 3].

Was ist eigentlich Schlaf? Manchmal wird der Schlaf ja als der kleine Bruder des Todes bezeichnet.

Um mit diesem Satz etwas anfangen zu können, ist natürlich wesentlich, was der Tod für uns bedeutet, ob wir ihn als ein Ende (womöglich sogar als das Ende von allem) sehen - dann ist der Satz natürlich ziemlich beängstigend.

Wenn wir den Tod allerdings von der anderen Seite aus betrachten, von unserer Existenz als Licht aus und von dem Ewigen, Göttlichen aus, das wir sind und dem wir durch den Tod wieder näher kommen, bzw. in das wir durch den Tod zumindest ein Stück weit wieder zurückkehren - dann können wir erkennen, dass auch in der Nacht, im Schlaf, tatsäch-

lich ein Stück Rückverbindung stattfindet mit unserer ursprünglichen Existenz.

Und dann wird der Schlaf zur Kraftquelle, zur Inspirationsquelle und Informationsquelle, u.a. auch für Fragen, auf die wir mit unserem so begrenzten menschlichen Denk- und Erkenntnisvermögen keine adäquaten Antworten erlangen können.

Umso wichtiger wird es dann, diese Möglichkeit des Schlafes auch mehr und mehr bewusst zu nutzen, um das Große, das wir sind, unsere eigene große göttliche Energie immer mehr ins Leben auf der Erde zu integrieren (irgenwann natürlich auch ganz wach und bewusst) und damit diesen Planeten in eine andere Energie bringen - d.h. um unseren selbstgewählten Auftrag hier auf der Erde mehr und mehr zu erfüllen.

Denn - aus diesem großen Zusammenhang heraus gesehen - sind wir hierher in dieses Leben auf der Erde hinein geraten, weil wir das so wollten.

Wir waren im allgemeinen schon sehr oft hier.

Dieses jetzige Leben ist ein ganz besonderes, weil sehr viel Veränderung möglich ist, sehr viel Heilung möglich ist, infolgedessen eine wesentlich intensivere Rückverbindung als in anderen Leben und damit ein leichter Transport unserer höchsten und besten Energien hierher auf die Erde -

und damit dann auch Heilung der Erde selbst und allen Lebens auf der Erde.

Unser Schlaf - als der kleine Bruder des Todes - darf uns dabei unterstützen, indem er uns Nacht für Nacht und manchmal auch mitten am Tage die Möglichkeit der Rückverbindung und des Blickes in unsere größere Existenz erlaubt.

Jetzt zu **Aktuelles**:

Die Donnerstag-Meditationsgruppe für die Erde findet weiterhin statt und hat auch gerade erfreulicherweise einige neue MitstreiterInnen bekommen, so dass die WhatsApp-Gruppe Hakuna Matata inzwischen auf 35 Mitglieder an gewachsen ist.

Bezüglich der Audios für unsere Meditationen habe ich letzte Woche eine Umstrukturierung vorgenommen, sodass ihr jetzt alle Audios übersichtlich zusammen geestellt auch auf meiner Homepage finden könnt:

<https://www.heilerin-in-bremen.de/aktuelles/audios-f%C3%BCr-die-meditationsgruppe/>

Für die im letzten Newsletter vom vergangenen November angekündigten Gruppenveranstaltungen zum Thema Embryonalität habe ich inzwischen konkrete Termine festgelegt:

**So 7. März - Mo 15. März - Do 25. März**

jeweils 20:00 über Zoom

Es gibt allerdings noch längst nicht genügend Anmeldungen.

Wenn euch also das Thema wichtig ist und ihr teilnehmen möchtet, dann meldet euch bitte sehr bald.

Andernfalls werde ich die Termine erstmal streichen und vielleicht zu anderer Zeit wieder anbieten

Zum Schluss habe ich jetzt noch eine Botschaft der Sirianer durch das Ehepaar Fahnnow für euch, die illustriert, wie sich das Leben auf der Erde verändern kann, wenn wir mehr und mehr die neuen Energien hier integrieren (ein Auszug aus dem Buch der Fahnnows: "Wenn die Seele erblüht):

"Wir geben euch hier eine Herzens-Vision zu eurer Betrachtung:

Eine Menschheit bewohnt einen Planeten. Alle wissen um ihre Zusammengehörigkeit. Sie haben die Quantenphysik akzeptiert und verstehen sich als unauflöslich verbunden mit aller Schöpfung. Deshalb bilden schädliche Verhaltensweisen keine Option.

Jedes Kind versteht, dass es mit der Schädigung anderer sich selbst verletzt. Die Liebe steht im Fokus aller Betrachtungen, und schon kleine Kinder werden darin angeleitet, sie zu erforschen und zu verwirklichen. Um das Leben zu fördern, unterstützen sich die Menschen gegenseitig. Ihre Verbindung zum Göttlichen Kern allen Seins ist stark.

Die Menschen haben verstanden, dass sie zu allererst von geistiger Natur sind. Diesen Geist erforschen und pflegen sie; in der Gewissheit, dass alles andere daraus entsteht.

Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch alles zufallen, sagte der Meister Je-

sus einst. Nun gehören seine Worte zum Kulturgut einer neuen Zeit."

Dieser Text ist inzwischen auch auf meiner Seite 'Zukunftsmusik' ganz unten auf der Seite zu finden:

<https://www.heilerin-in-bremen.de/zukunftsmusik/>

Vielleicht mögt ihr die Texte dort ja auch noch einmal anschauen, nachdem jetzt schon einige Zeit vergangen ist und wir uns inzwischen weiterentwickelt haben. Über weitere Beiträge von euch würde ich mich wie immer sehr freuen.

So ihr Lieben, das war's für heute.  
Genießt die wunderbaren Frühlingstage und seid ganz herzlich begrüßt von  
Dörte Luna'Him

## Newsletter Juni 2021

Hallo ihr Lieben,  
der letzte Newsletter ist schon wieder lange her.

Vier Monate sind seit dem letzten vergangen, Monate in denen ich auf eine Idee gewartet habe, die entweder nicht kam, oder die fast im gleichen Moment, wo sie kam, schon nicht mehr aktuell war. Viele innere Prozesse sind bei mir immer noch am laufen, es bleibt spannend und geht immer weiter mit den Transformationen - ein Ende ist noch nicht abzusehen.

Kürzlich habe ich ein Video gesehen, in dem vieles formuliert wurde, was auch ich so fühle. (Es ist das Video 'Die Klärung - Neuschöpfungsleben' von Uwe Breuer (<https://www.youtube.com/watch?v=PkpyCQj04fU&t=8s>))

Und es hat mich inspiriert, mal wieder für euch in meinen Worten und *aus meiner Sicht* zu schildern, worum es für uns auf der Erde in dieser Zeit geht:

Es scheint so, dass alles komplett neu werden wird auf der Erde - sodass es vollkommen anders weiter gehen wird, als wir es seit Jahrtausenden gewohnt sind. Ich glaube, kaum etwas wird zurück gehen zu dem, wie es vorher war, weder in bezug auf die Veränderungen durch Corona, noch in bezug auf private persönliche Abläufe und Gewohnheiten und schon gar nicht in bezug auf die großen Strukturen im Äußeren. Alles ist in Bewegung und kaum etwas von den alten Strukturen wird den neuen Energien auf die Dauer Stand halten können. Und die neuen Energien sind ja längst da in-between!

Drum auch die vielen vielen persönlichen Transformationen, die uns mehr oder weniger alle früher oder später betreffen. Die tiefsten alten Muster, Ängste, Verletzungen und Traumen tauchen aus den Tiefen der Erinnerung und des Unbewussten auf - um endlich endlich jetzt geheilt zu werden.

Und es gibt zunehmend immer weniger Gewohntes, woran wir uns noch festhalten können - das wird sich wohl auch im Äußeren immer mehr jetzt zeigen, angefangen hat es ja schon lange.

Was uns bleibt ist das Vertrauen auf das Göttliche in uns und um uns und in den Fluss und die stetige Entwicklung des Lebens. Es wird (hoffentlich) nie wieder so Hartes Strukturiertes geben wie wir es kennen - in uns selbst genauso wenig wie im Außen - es wird alles in Fluss kommen und dann vermutlich auch im Fluss bleiben - und das ist absolut neu - auch (wie ich das aus den verschiedensten Botschaften heraushöre) für die geistige Welt. Es ist wirkliche Neuschöpfung (wie es z.B. Uwe Breuer formuliert), die hier bei uns, durch uns, auf der Erde, ihren Anfang nimmt und sich dann von hier aus auswirken wird auf Alles Was Ist.

Alte Muster im immer wieder neuen Gewand werden nicht mehr dauerhaft möglich sein, auch wenn es mancher gerne hätte und auch versuchen wird - aber die Wandlung, um die es geht, kommt aus dem tiefsten Innersten von jedem einzelnen von uns, ob uns das nun bewusst ist oder nicht. Wir können uns eine Weile dagegen wehren und tun das zur Zeit auch noch mehr oder weniger nach Kräften. Aber es wird uns auf die Dauer nicht gelingen.

Diese Wandlung ist ja auch der eigentliche Grund, warum wir 'Lichtarbeiter' überhaupt jetzt in dieser Zeit unbedingt im physischen Körper hier auf der Erde inkarniert sein wollten - weil wir hier jetzt Inkarnierten, auch wenn es nicht immer so aussieht oder sich so anfühlt, Spezialisten sind für solch große Veränderungen, nicht gerade für diese hier, weil es diese jetzt laufende Veränderung oder etwas Vergleichbares noch niemals irgendwo gegeben hat, aber trotzdem sind wir wohl, so wie ich das durch die verschiedensten Kanäle immer wieder aus der geistigen Welt höre, und selbst auch so fühle, Spezialisten für absolut tiefgreifende Veränderungen und Umwälzungen und alles was wir bisher erfahren haben, sowohl in früheren Inkarnationen (auf der Erde und auch anderswo) als auch in diesem Leben bisher, war Vorbereitung auf die jetzige Zeit.

Jeder hat etwas anderes erlebt und erfahren, alles zusammen ergibt es ein Ganzes und nichts und niemand ist dabei unverzichtbar - auch wenn wir subjektiv gesehen manches Mal gerne auf das eine oder andere, oder auch auf den einen



oder anderen, verzichten würden . Aus meiner Sicht scheint es auch zunehmend wichtiger, die sich zeigenden Herausforderungen anzunehmen und 'Ja' dazu zu sagen, auch wenn wir uns oft recht unsanft in so manche Krise hinein gezogen fühlen.

Wichtig ist mir auch, noch einmal ganz klar zu sagen, ja, es *ist* ein ganz großes Projekt, was hier auf der Erde gerade und sicher auch noch für einige Jahrzehnte bis Jahrhunderte läuft, ein ganz großes.

Aber wir sind mit all den Umwälzungen nicht allein. Jede Menge lichtvolle Außerirdische und die gesamte lichtvolle geistige Welt sind bereit und für uns da, sind um uns herum, beobachten uns, unterstützen uns, wo immer sie dürfen, wo immer sie können, *wo immer wir sie darum bitten*.

Wir dürfen uns nur mehr und mehr daran gewöhnen, ihre Hilfe auch in Anspruch zu nehmen - ohne aber dabei zu vergessen, dass wir diejenigen sind, die es tun, dass es niemand für uns (an unserer Stelle) tun kann und tun wird - und *dass gleichzeitig doch alle Hilfe da ist*. Wir sind der Kanal für die göttlichen Energien, wir sind die Ausführenden. Wir sind die Inkarnierten und das Göttliche wirkt durch uns.

In den meisten Fällen wird das allerdings nicht bedeuten, dass wir hingehen und im Äußeren aktiv werden, in den meisten Fällen wird das eher ein Nicht Tun sein, denn die Veränderung findet zunächst einmal in uns statt und strahlt dann aus unserem Inneren hinaus in die Welt. Alles andere - wann immer wir in Aktionismus verfallen oder uns gedrängt fühlen - trägt immer in Gefahr in sich, lediglich das Alte im anderen Gewand neu zu reproduzieren.

Das meiste wird sich eher darin äußern, dass wir das eine oder andere bisher normale, vielleicht auch scheinbar Unverzichtbare und Gewohnte einfach nicht mehr tun (können).

Dadurch erst kann der Raum entstehen für das wirklich Neue.

Gerade als ich dies am Schreiben war, kam ein Mail mit einem 'Zitat der Woche' von Safi Nidiaye (<https://www.safi-nidiaye.com>), das genau hier herein passt:

"Nicht dein Denken und Fühlen zu ändern bringt die Lösung,  
sondern daraus aufzuwachen."

In meinen Worten: Nicht unser Tun und auch nicht unser Denken und Fühlen zu ändern, bringt die Lösung, sondern aus den alten Mustern aufzuwachen, aus denen heraus wir bisher gedacht, gefühlt und agiert haben - weil all das - egal wie vertraut es sich anfühlt, zur alten Zeit gehört, in den alten Strukturen entstanden ist und die alten Strukturen weiterführt.

Das verlangt wirklich viel von uns, aber wenn wir es mehr und mehr beherzigen, dann wird sich wirklich etwas verändern, ganz tief im Inneren und damit dann auch im Äußeren.

Es wird wirklich *alles* anders werden - und es wird wunderbar werden .

Ganz tief im Herzen bin ich davon überzeugt, dass es sich absolut lohnt.

So ihr Lieben, das war's für diesmal - ich wünsche euch einen zauberhaften Sommer, viele tiefe und schöne Einsichten und Transformationen und sende euch ganz viele liebe Grüße

Dörte Luna'Him

## Newsletter September 2021

Hallo ihr Lieben,

diesmal habe ich etwas über unseren physischen Körper geschrieben. Vermutlich ist das nicht für alle so leicht zu nehmen und zu akzeptieren. Muss auch nicht. Aber es ist sozusagen die Essenz von inzwischen 70 Jahren Existenz in meinem Körper mit bis heute diversen seltsamen Beschwerden - oft über Jahrzehnte.

Es ist meine Sicht auf das Leben und auf den Körper, die sich für mich als sehr hilfreich erwiesen hat, schon seit geraumer Zeit, auch schon lange, bevor ich Heilerin geworden bin.

So konsequent allerdings, so radikal wie ich das jetzt einmal formulieren möchte, zeigt es sich mir noch nicht so lange. So ist es erst kürzlich im Laufe der letzten eineinhalb Jahre zu mir gekommen - Dank Corona .

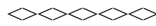
Unser Körper ist ein Wesen mit einem Eigenleben, aber er ist kein eigenständiges Wesen. Er ist Werkzeug unserer Seele. Er ist für uns da. Im Gegensatz zu uns, die wir ewig und unsterblich sind, ist er das Mittel, das uns in die Lage versetzt, uns hier auf der Erde in der Materie überhaupt halten zu können, uns hier auszudrücken und so unsere Erfahrungen hier zu machen.

Wenn unsere Seele im Laufe des Lebens zu einem bestimmten Zeitpunkt feststellt - oh, da läuft was schief in diesem Leben, dieses Leben entwickelt sich anders als geplant, oder auch, es könnte noch viel besser laufen, als das gerade der Fall ist, dann versucht sie uns zunächst irgendwie innerlich direkt zu erreichen - oft sicher mehr oder weniger erfolgreich, aber manchmal leider auch vergeblich.

Wenn sie uns auf dem direkten Weg - über unsere Gedanken, unsere Gefühle oder über unsere inneren Ohren nicht erreicht, dann geht ein Signal zum Körper und der Körper setzt auf seine Weise ein Zeichen, das wir nicht übersehen oder überhören können. Das geht am besten, indem er in irgendeiner Weise „krank“ wird und uns Unwohlsein, Schwäche oder Schmerzen bereitet - so wie unsere vererbten und in diesem Leben frisch angepassten Gene es ermöglichen und anbieten - oder indem er/wir einen „Unfall“ haben.

Wenn wir dann über Unwohlsein oder Schmerzen erkennen, dass etwas nicht in Ordnung ist und wenn wir im Idealfall auch verstehen, was der Körper uns damit sagen möchte, und entsprechend darauf reagieren, indem wir in unserem Leben entsprechend etwas verändern, d.h. die Korrektur vornehmen, die unsere Seele sich wünscht - dann hat der Körper seinen Job erfolgreich absolviert und kann sich wieder regenerieren.

So einfach ist das - eigentlich.



Natürlich ist das obige ein sehr einfaches und übersichtliches Beispiel. In der Realität scheint es oft wesentlich komplizierter, weil natürlich unsere eigenen Vorleben mit Ursachen und Wirkungen mit hineinspielen, die sich in diesem Leben manifestieren und von denen wir im Allgemeinen bewusst fast nichts oder gar nichts wissen - und auch von unseren Ahnen ererbte Themen mit in unser Leben hineinspielen. Dadurch ist es längst nicht immer so schön übersichtlich und offensichtlich, warum gerade etwas mit und in unserem Körper geschieht.

Natürlich läuft das alles wie gesagt nicht auf der bewussten Ebene unserer Gedanken ab.

Denn so lange, wie uns unsere Themen bewusst sind, können wir ja auch bewusst Korrekturen vornehmen und brauchen solche Hinweise über unseren Körper gar nicht.

Nur wenn uns unsere Themen nicht bewusst werden, brauchen wir den Wink mit dem Zaunpfahl durch unseren Körper, der dann natürlich meist auch nicht einfach so zu verstehen ist. Das braucht schon Übung, Übung darin, das bisher Unbewusste an die Oberfläche zu holen, es zu verstehen, anzunehmen und dann auch noch die notwendige Veränderung vorzunehmen.

Aber Ansteckungen (Krankheiten) und Zufälle (Unfälle) gibt es aus meiner Sicht nicht wirklich.

Wir - unsere Gedanken und Gefühle - sind die Akteure. Wir bringen durch Unausgewogenheiten im Denken und im Fühlen auch von uns aus unseren Körper dazu, ein Milieu zu erzeugen, in dem sich Viren, Bakterien und andere „Übeltäter“ wohl fühlen und wunderbar vermehren können, damit uns die entstehenden Symptome letztlich zu einer Veränderung führen - oder auch nicht, wenn wir trotz allem Bemühen unseres Körpers nicht verstehen können, worum es geht.

Aber es ist niemals so, dass uns „Krankheitserreger“ aus heiterem Himmel überfallen und wir dadurch krank werden.

Unsere Unausgewogenheiten im Denken und Fühlen lassen unseren Körper ein Milieu erzeugen, in dem „Krankheitserreger“ sich wohlfühlen und vermehren. Natürlich entstehen auf diese Weise Krankheiten. Aber erregt werden sie nicht durch Bakterien, Viren und dergleichen, sondern von unserem Denken und Fühlen.

Unser Körper opfert sich - im Notfall bis zum Tod - um uns zu unterstützen, unsere selbstgesteckten Ziele für dieses Leben tatsächlich auch zu erreichen.

Über Rückmeldungen würde ich mich freuen, ihr Lieben.

Ein passendes Zitat von Safi Nidiaya zum Thema ist gerade auch heute in mein Postfach geflattert:

Wenn unsere Seele nicht mehr atmen kann, erstickt sie. Das hat zur Folge, dass unser inneres Wesen, eben das, was unseren Körper beseelt, sich zurückzieht und wir nach und nach dahinwelken.

Safi Nidiaye, aus: Innehalten. Das Handbuch der kleinen und großen Auszeiten.

Ansonsten hat im August gerade meine letzte Gruppe Heilerausbildung sehr erfolgreich ihre Ausbildung abgeschlossen - die Treffen etwas ungewohnt aufgeteilt zwischen persönlichen und online-Treffen über Zoom. Wir haben dabei gelernt, dass tatsächlich gut Dreiviertel der Ausbildung sich sehr schön aus der Ferne über Internet absolvieren lässt.

Und so kann von mir aus eine neue Ausbildungsgruppe gerne noch in diesem Jahr beginnen, egal wie die Situation im Außen sich weiter entwickelt.

Herzliche Grüße - ihr Lieben - bleibt positiv, bleibt in eurer Mitte und wirkt als der Leuchtturm, als der ihr hierher auf die Erde gekommen seid -

Dörte Luna'Him

## Newsletter November 2021

Hallo ihr Lieben,

mich drängt es gerade, diesen Newsletter jetzt zu schreiben, in der Hoffnung, dass ich diejenigen von euch erreichen und zumindest ein wenig beruhigen kann, die sich gerade mit den äußeren Unwägbarkeiten und Diskriminierungen (die aber ja nicht so heißen ) herumschlagen und sich davon mehr oder weniger ge- oder überfordert fühlen.

Die Geistige Welt ist sehr zuversichtlich. Die Erklärung dafür ist immer wieder, dass wir Lichtarbeiter als die Bodencrew hier auf der Erde sehr erfolgreich darin sind, die vielen vielen lichtvollen unterstützenden Energien aus der Geistigen Welt (d.h. von Engeln, Geistführern, aufgestiegenen Meistern und Außerirdischen) auf der Erde ausstrahlen zu lassen.

Die Wirkung davon ist, dass auf der anderen Seite massiv die Angst umgeht, weil sie wissen oder zumindest ahnen, dass sie das Spiel längst verloren haben und nur noch nicht aufgeben können.

Immer wieder kommt deshalb der Satz 'Haltet durch'. Das Alte muss zerbrechen, sonst kann das neue nicht kommen. Aber es läuft sozusagen alles nach Plan.

Hier ein paar Zitate:

### Von den Plejadern

(das habe ich irgendwo gefunden, weiß gar nicht mehr wo, das Medium kenne ich überhaupt nicht, aber ich kenne die Plejadier genug, um spüren zu können, dass es wahrhaftig ist. Es geht um das Hochkochen der

Emotionen in so vielen auf beiden Seiten.)

"Sie sagen, dass Reizbarkeitsschübe auch dadurch entstehen können, dass viele Menschen ihre Gefühle und Emotionen lange Zeit für sich behalten und 'heruntergeschluckt' haben, ohne sich zu äußern oder ihre Meinung zu sagen, wie sie es gerne möchten. Und das muss irgendwann einmal herauskommen. Willkommen in der Liebe - sagen sie.

Sie sind sehr zufrieden mit den Fortschritten, die die irdische Menschheit erreicht hat, und bekräftigen, dass überall auf dem Planeten **kristalline Heilkammern** vorbereitet werden, die, wenn der Schlüsselmoment aktiviert ist, für tiefe Heilungen im physischen, mentalen und emotionalen Bereich zur Verfügung stehen werden. Begebt euch jetzt in diese Kammern und Ihr werdet die positiven Auswirkungen der Behandlung spüren. . . ." Rafael (Neva/Gabriel RL)"

**Diese Heilkammern sind da und sie 'funktionieren'.** Ich habe es ausprobiert, auch mit Klienten. Ihr braucht nichts weiter zu tun, als darum zu bitten (oder eure Engel oder Geistführer darum zu bitten) mit solch einer Kammer verbunden zu werden und die Energien zu bekommen, die ihr gerade am dringendsten braucht. Und dann lasst ihr es einfach fließen!

**von Christina von Dreien:**

"Ihr Lieben,

Es wird seltsam, aber am Ende wird alles gut.

Wir haben viel mehr Mut gebraucht, um hier zu inkarnieren, als wir für die Zeit brauchen, die jetzt noch vor uns liegt. Aber wir wussten das ja. Wir wussten, dass eine seltsame Zeit kommen wird."

**von Uwe Breuer:**

"Die alten Energien triggern hoch, sie sind in der grössten Angst, denn sie wissen ihre Zeit ist bald gekommen. Die Zeit läuft ihnen davon und sie sind in Handlungsnot. Das siehst du an den sich überschlagenden Ereignissen in der Matrix. Bleibe darum, soweit es dir möglich ist, in der Ruhe.

Die Göttliche AllMacht ist zugegen und kennt den Weg, deinen Weg. Es ist ein Weg, den dein Verstand niemals sehen kann, es ist ein Weg der Wunder, ein Weg, der wenn du ihn ins NEUE gegangen bist...dich ewig wundern lässt.

Die komplette Hilfe der Gottheit geht in die höhere Wirkkraft.

Dies exponentiell!

Es ist alles in Göttlicher Ordnung, die Menschheit, Erde und gesamte Schöpfung im NeuSEIN des NEUEN TAGES! und schließlich von mir aufgenommen:

Auszüge aus dem Buch "**Lichtbotschaften vom Sirius**" von Patricia Cori. Ich habe diese Auszüge aus dem Buch vor ein paar Jahren aufgenommen, kürzlich dann wiedergefunden und fand es ebenso schön und berührend wie damals. Ich finde das sehr aufbauend. Über diesen Link könnt ihr es von meiner Homepage herunterladen, wenn es euch interessiert:

<https://www.heilerin-in-bremen.de/aktuelles/spezielles/>

**Dann lasst uns durch halten, ihr Lieben!**

**Schaut dass ihr euch immer wieder gut erdet (das geht unter anderem mit allen meinen Meditationen), bleibt verbunden mit Gleichsinnigen und mit der Geistigen Welt (auch dazu hilft unter anderem meine Dienstags-Meditationsgruppe) und macht euch weniger zum Opfer der Verhältnisse als zum Motor der Veränderungen (auch das tun wir dienstags während der Meditationen, indem wir unsere höchsten Energien dem Großen Ganzen zur Verfügung stellen). Denn darum geht es, dass die Veränderungen, die absolut positiven Veränderungen, deretwegen wir überhaupt gerade alle hier auf der Erde sind, ihren Lauf nehmen können.**

**Das geht alles natürlich nicht nur mit meinen Meditationen. Es gibt so viel Unterstützendes, wenn wir mit der entsprechenden Absicht ins Internet schauen.**

**Aber vermeidet bitte, so gut es geht, negative Nachrichten und Prognosen. Die sind zum Angst machen gedacht und zum Demoralisieren, und sie senken massiv unsere Schwingungen.**

**Wenn ihr schon Nachrichten verfolgen wollt (ganz ohne geht es ja auch nicht immer), dann lest die Nachrichten und hört sie euch nicht an. Das macht einen riesen Unterschied, vor allem, wenn zu den Stimmen dann auch noch entsprechende Musik läuft, dann ist das oft massiv manipulierend.**

**Verbindet euch mit den Dingen und mit den Menschen, die euch gut tun und traut euch, das was euch nicht gut tut, sein zu lassen.**

**Das braucht manchmal eine ganz klare Entscheidung und es ist nicht Egoismus - denn ihr dient damit dem Gro-  
ßem Ganzen. Je besser es euch geht, desto mehr Aufbauendes könnt ihr auch ausstrahlen und desto friedlicher  
kann der Übergang ins Neue sich gestalten.**

**Also schaut nicht so viel auf die dunklen Wolken sondern lieber auf den Sonnenschein dazwischen und bleibt in  
der Liebe, egal was geschieht.**

**Ganz liebe Grüße euch allen - bleibt positiv- haltet durch - bleibt aufrecht und lasst euch nicht klein machen**

eure  
**Dörte Luna'Him**

## **Newsletter Weihnachten 2021**

Ihr Lieben,  
ich wünsche euch allen ein wunderschönes Weihnachtsfest.

Vielleicht könnt ihr die besinnliche Zeit in diesem besonderen Jahr, dass so wenig Spielraum für äußere Aktivitäten  
lässt, noch mehr als in anderen Jahren für euch selbst nutzen.

Vielleicht mögt ihr, noch viel mehr nach innen gehen, in euer tiefstes Innerstes, dahin wo ihr den Zugang zu eurer eige-  
nen Göttlichkeit finden könnt - zu Liebe und Frieden in euch.

Ich habe das Gefühl, wenn wir zur Zeit das tun, was möglich ist, dann tun wir genau das, was richtig ist.

Ich schicke euch dazu eine wundervolle Geschichte, die vor kurzem erst zu mir gekommen ist und mich mehrfach zu  
Tränen gerührt hat.

Luna-Re, Are-Lun und die Sternenvölfe - newslichter – Gute Nachrichten online  
<https://www.newslichter.de/2021/12/luna-re-are-lun-und-die-sternenwoelfe/#more-341933>

Es gibt dort auch einen Link, über den ihr zu Audios kommt, um euch die Geschichte von der Autorin vorlesen zu las-  
sen.

Und hier leite ich euch noch ein Channeling weiter:

(Weitergeleitet und kopiert von mir über Telegramm und WhatsApp von Sandra Lau, ich glaube von heute - oder ges-  
tern)

Channeling:

"Heute und morgen sind, auf der ganzen Welt, besondere Energietage. Nicht nur hier wo Weihnachten gefeiert wird,  
sondern überall. Es kann sich für manche energetisch heftig anfühlen und du hast vllt sogar nicht gut geschlafen oder  
sehr gut geschlafen. Was bedeutet das, wenn du gewisse Symptome spürst? Wie kann sich das anfühlen? Was passiert?

Es bedeutet, dass du in deinem Tun gestärkt wirst, welches du nächstes Jahr umsetzen  
möchtest. Von dem Umsetzen und wie das gehen soll, weißt du vllt noch nichts, aber deine Seele. Dies kann körperliche  
Symptome hervorrufen inform von Schwindel oder leichtere Überforderungen. Somit atme heute und morgen öfters mal  
bewusst tief durch und komme immer wieder gut in dir an.

Ebenso kann es eine psychischer Herausforderung sein, indem du eine Kopfleere spürst. Keine Angst davor, das darf sein und im Grunde ist es keine Herausforderung sondern eine Wohltat für dich. Aber im erstem Moment kann es, weil es neu ist, beängstigend wirken. Kopfleere bedeutet, dass du kurze Zeit nicht denken kannst, keine Gedanken hast oder Dinge einfach vergisst. Du bist aber nicht krank.

Was passiert denn nun? Und jetzt wird es interessant. Der eine bekommt Energien, und somit neues Wissen, wenn er nächstes Jahr vermehrt ins Helferische gehen möchte. Die neue Medizin kommt zum Vorschein. Der andere wird von seiner geistigen Begleitung unterstützt, bzw bekommt Energie, um seinen Mut zu stärken, dass umsetzen zu können, was er in sich und in seinem Leben verändern möchte. Wieder andere, und vllt zählst du auch zu ihnen, bekommen überhaupt eine stärkere Anbindung zur eigenen Seele, Berufung und zum Sein an sich. Erkennt somit immer mehr wer er in Wirklichkeit ist. Das kostet auch Mut und den hast du.

All dieses und noch vieles mehr, auch Weltweit, geschieht. Es wird nicht einfach Frieden gestreut, sozusagen, sondern in Menschen gepflanzt und der, der diesen Frieden leben mag, verbreitet ihn. Was aber einfach "gestreut" wird, und dieses ist im Sinne aller, ist,... es fließt die Energie der neuen Zeit in die Tiere und Pflanzen. Sie sind egofrei und erklären sich bereit, noch mehr Frieden zu verbreiten. Du siehst in den kommenden Tagen tut sich vieles.

Für diejenigen unter euch die ihre Berufe nicht mehr ausüben können, tun sich neue Türen auf. Es ist nichts zu Ende, es beginnt alles. So wie es gerade ist, das muss so sein, und ihr wisst wir verwenden das Wort „muss“ selten, damit das Neues von euch, das noch brach liegt, entdeckt und gelebt wird. Keiner von euch geht unter, ganz im Gegenteil. Das Jahr der Meister kann beginnen."

Ich könnte mir denken, dass das diesjährige Weihnachtsfest im Nachhinein eins der allerwichtigstern gewesen sein wird. Alle Zeichen stehen auf Veränderung.

Also habt Geduld, bleibt unbedingt im Vertrauen und strahlt so viel Licht und Liebe aus, wie ihr könnt.

Übrigens wenn ihr mindestens 30 sec pro Tag (es darf auch gerne viel mehr sein) lächelt, egal ob ihr das am Anfang fühlt oder nicht, dann beginnt euer Gehirn Glückshormone zu produzieren, je mehr und je länger ihr das tut, umso mehr. Und selbst wenn es am Anfang noch kein gefühltes Lächeln war, das kommt dann schon .

Schöne Weihnachten und alles Liebe  
Dörte Luna'Him

## Newsletter Februar 2022

Ihr Lieben,

heute möchte ich euch 3 Übungen schicken, die mich zur Zeit sehr begeistern, weil sie auf leichte und sehr praktikable Art geeignet sind, dazu beizutragen, dass es uns selbst besser und besser geht und dass diese schöne Energie dann auch noch ausstrahlt.

**Die 1. Übung** habe ich euch schon mit dem letzten Newsletter geschickt.  
Die kopiere ich hier einfach nochmal hinein, denn sie ist es wert (Smiley):

Wenn ihr mindestens 30 sec pro Tag (es darf auch gerne viel mehr sein) lächelt, egal ob ihr das am Anfang fühlt oder nicht, dann beginnt euer Gehirn Glückshormone zu produzieren, je mehr und je länger ihr das tut, umso mehr. Und selbst wenn es am Anfang noch kein gefühltes Lächeln war, das kommt dann schon

Dies wirkt sich natürlich nicht nur auf euch selbst aus. Denn wenn ihr lächelnd durch die Welt geht, dann reagieren die

Menschen ganz anders auf euch. Diejenigen von euch, die diese Übung wirklich machen, werden das sicherlich auch gemerkt haben.

**Die 2. Übung:** Ihr kommt zur Ruhe, geht tief nach Innen - in euer Herz hinein - ganz tief - bis ihr dort, tief in eurem Herzen dieses wunderschöne helle Licht entdeckt, diesen leuchtenden Stern in euch.

Wenn ihr diesen leuchtenden Stern noch nicht wirklich sehen könnt, dann reicht es auch vollkommen, wenn ihr ihn euch vorstellt. Das hat die gleiche Wirkung.

Und dann lasst ihr diesen Stern strahlen - lasst ihn ausstrahlen über euren ganzen Körper hinweg - und auch über euren Körper hinaus - in alle Richtungen des Raumes.

Mehr müsst ihr nicht tun - einfach ausstrahlen lassen diesen Stern.

Und dann schaut mal, wie sich das anfühlt und was möglicherweise geschieht.

Im nächsten Newsletter schreibe ich mehr über die Hintergründe und was diese Übung bewirkt.

Für **die 3. Übung** braucht ihr einen anderen Menschen. Ihr könnt das mit einem Menschen machen, der sich im gleichen Raum aufhält wie ihr, auch mit Berührung - in dem Fall macht ihr die Übung nacheinander - oder ihr macht es auf die Ferne, ganz egal wo der andere sich gerade befindet. Dann könnt ihr die Übung gleichzeitig machen.

Ablauf der Übung: Ihr sprecht den folgenden Satz zu eurem Mitmenschen:

**„Ich segne das höchste Licht in dir“**

Und dann legt ihr dem anderen eure linke Hand von vorne auf den Herzbereich und eure rechte Hand von hinten - und lasst einfach die Energien so fließen wie sie kommen. Das kann jeder. Dazu braucht es keine Vorkenntnisse oder Ausbildungen. Probiert es einfach aus. Mindestens 10 Minuten lang. Diese 10 Minuten mögen am Anfang lang erscheinen. Aber ihr werdet schnell merken, man kann gar nicht genug davon bekommen und kann es dann auch 15 oder 20 Minuten lang machen.

Wenn ihr im gleichen Raum seid mit eurem Mitmenschen, müsst ihr das nacheinander machen: erst spricht der eine diesen Satz und legt dann die Hände auf das Herz des anderen. Danach macht es der andere.

Wenn ihr es auf die Ferne macht, könnt ihr am Anfang nacheinander den Satz sprechen und dann gleichzeitig eure Hände so vor euch halten, als ob ihr den anderen berührt und es euch nur vorstellen. Das wirkt genauso gut.

Auch zu dieser Übung werde ich im kommenden Newsletter noch mehr schreiben über die Hintergründe.

Macht zuerst einmal eure Erfahrungen damit. Schaut einfach, was sich möglicherweise verändert ;-))

**Jetzt zu mir persönlich:**

Dieser Newsletter ist eigentlich ein verspäteter Neujahrs-Newsletter. Denn ich war den ganzen Januar über krank. Ich hatte tatsächlich Corona. Es hat mich erwischt, und zwar richtig.

Ich möchte euch hier, für diejenigen, die es interessiert, von dieser Erkrankung berichten.

Es war schon alles sehr interessant. Es war so eine richtige Krankheit, die mir so richtig nach Plan abzulaufen schien. So etwas hatte ich mein Leben lang noch nicht erlebt, so eine richtige offizielle Krankheitsversion.

Es war für mich deutlich so angefühlt, als ob das etwas Standardisiertes war (von den Symptomen her und auch von der Unerbittlichkeit des Ablaufs her) und nicht wie üblich bei mir, meine ganz eigene Version einer Grippe oder was auch immer. (Wobei ich so etwas auch seit vielen Jahren nicht mehr gehabt habe.)

Und - ich habe zwar nicht wirklich glauben wollen, dass ich krank werde, aber ich habe es dennoch vorher deutlich gespürt, dass da was kommt. Das war noch vor Beginn meiner letzten FernGruppenBehandlung am 6. Januar abends. Die Gruppe habe ich gerade noch gut hinter mich gebracht. Jemand hat sogar gemeint, ich hätte an dem Abend besonders gestrahlt.

Aber nach der Gruppenbehandlung ging dann auch schlagartig gar nichts mehr. Die Nacht war eine meiner schlimmsten überhaupt.

Und - sehr interessant - ich wollte es natürlich bewusst nicht, aber ich habe im Nachhinein deutlich gespürt, in mir, dass da ein Teil von mir ganz laut und deutlich 'hier' geschrien hat. ‚Hier, Corona, ich brauch dich.‘

Es hat dann hat allerdings geraume Zeit gedauert, bis ich kapiert habe, was ich da brauchte und warum - und ganz verstanden habe ich die ganze Geschichte glaube ich, immer noch nicht. Es war eine für mich quälend lange Zeit, in der ich überhaupt nicht wusste, was das alles soll, eine für mich sehr lange Zeit, in der es mir, gelinde gesagt sauschlecht ging, und wo ich auch komplett abgeschnitten war von allen höherschwingenden Energien. Es war alles komplett weg, auch jegliche Verbindung zur geistigen Welt - ein absolut unangenehmes Gefühl.

Aber so langsam, je besser es mir ging, was ein ebenso quälend langsamer Prozess war, beginnend vielleicht so nach 1 1/2 Wochen, dämmerte es mir dann, warum ich so laut ‚hier‘ geschrien hatte.

Es geht um ganz tiefe Transformation, wie so oft in dieser Zeit. Ich glaube, ich kann sagen, es geht um mein Lebensthema, um das Familien- und Ahnen-Erbe und mehr, auch um Älteres, frühere Inkarnationen, auch sicher in anderen Welten - um grundlegende Emotionen, Glaubenssätze, tiefste Überzeugungen, die unterhalb von allem liegen, was ich äußerlich, und auch für mich, bewusst so lebe - Selbstsabotage, Selbstabwertung, Angst sichtbar werden zu können, unfähig zu sein und unwert zu sein usw usw

Alles Dinge, die dem, was ich so nach außen lebe, ziemlich widersprechen, was bedeutet, es findet da mehr oder weniger schon mein Leben lang ein furchtbarer innerer Kampf statt, auf Kosten meines Körpers, speziell auf Kosten meines Magens.

Und der Magen war bei mir dann auch der Hauptangriffspunkt der Krankheit (also doch ein wenig Individualität), die mir damit unmissverständlich gezeigt hat: „So geht es auf keinen Fall mehr weiter in deinem Leben ! Kapiert das !“

Inzwischen bin ich fleißig bei der Arbeit - nachdem ich allerdings auch durch eine kurze Phase hindurch musste, wo ich mich ernsthaft fragen musste, schaff ich das in diesem Leben überhaupt noch, habe ich überhaupt noch so viel Kraft in diesem Leben. Aber das hat sich schnell wieder gegeben. Ja, ich schaff das. Denn deshalb bin ich ja doch hier auf der Erde. Und die innere Kraft ist zum Glück schon vollständig wieder hergestellt, die äußere kommt auch, aber ds dauert offensichtlich länger.

Interessanterweise hatte ich dann kurz nach diesem Tiefpunkt ein Tel-Gespräch mit meiner österreichischen Freundin, die sich erstaunlicherweise in ganz ähnlichen Prozessen befindet und sich die gleichen Fragen stellen musste wie ich, fast zur gleichen Zeit - auch ohne so heftig krank gewesen zu sein wie ich.

Also es liegt offensichtlich in der Luft.



Das ist auch der Grund, warum es mir ein Anliegen war, es euch zu erzählen.

Als letztes jetzt noch ein paar Worte zu meinen vergangenen **GruppenFernBehandlungen** zum Thema **Selbstermächtigung**:

Es war eine wunderbare Gruppe, 14 Frauen und ein Mann, die sich online über Zoom von November '21 bis Januar '22 4 mal getroffen hat - alle sehr bereit an sich zu arbeiten. Es waren jedesmal wunderbare heilende Energien bei uns - und bei dem einen oder anderen hat sich ganz Wesentliches verändert. Wenn man sich drauf einlassen kann, wenn es der richtige Zeitpunkt ist, dann ist solch eine Gruppenbehandlung ganz ähnlich wirkungsvoll wie eine Einzelbehandlung, zum Teil sogar noch intensiver, weil alle die anderen Geschichten der Teilnehmer mit einfließen und den Pool der zur Verfügung stehenden Heilenergien wesentlich erweitern.

Jetzt geht mir schon die **nächste FernBehandlungs-Gruppe** durch den Kopf.

Entsprechend dem, was ich gerade mit mir selbst so erlebt habe, würde ich gerne ein paar Abende zum **Thema Kindheits-Erfahrungen, Kindheits-Verletzungen, inneres Kind** machen. Denn so gut wie keiner von uns hat in der Zeit der Kindheit genau das von den Eltern und Mitmenschen bekommen, was wir gebraucht hätten, um uns optimal entwickeln zu können. Dazu sind auch unsere Eltern, Großeltern und weiter entfernten Ahnen viel zu sehr in ihrer eigenen Kindheit auch massiv verletzt worden. Das bringt unsere Gesellschaft, unsere kollektive Vergangenheit einfach so mit sich. Keiner kann dem wirklich vollständig entgehen - obwohl es natürlich auch große Unterschiede gibt. Trotzdem haben selbstverständlich unsere Eltern alle ganz bestimmt ihr Bestes gegeben. Nur mehr, als das, was wir bekommen haben, konnten sie nicht geben.

Wir können aber diese alten Verletzungen einfach nicht mitnehmen in die neue Zeit. Sie passen nicht dahin. Und so wird der innere Druck immer größer.

Meldet euch gerne schon mal bei mir, wenn euch dieses Thema anspricht.

Es wird noch dauern, Beginn vermutlich nicht vor Mai '22 oder auch später.

So - das war's für heute, ihr Lieben.

Ganz ganz liebe Grüße an euch alle

Eure

Dörte Luna'Him

## Newsletter April 2022

Ihr Lieben,

ich bin nach wie vor sehr dankbar für meine Coronaerkrankung vom Januar, die mich so ein großes Stück voran gebracht hat. (siehe Newsletter vom Februar) Und die Veränderungen gehen weiter und weiter.

Was ich euch da erzähle, ist auch sicherlich nichts Neues für euch. Denn jede und jeder merkt das zur Zeit, wie vieles sich verändert - sowohl im Äußeren als auch im Inneren.

Natürlich ist das Äußere weniger erhebend. Aber mehr und mehr können wir derzeit entscheiden, in welcher Welt wir leben wollen. Denn wir entscheiden jeden Moment neu, ob und wie viel wir uns dabei am Äußeren oder mehr am Inneren orientieren wollen.

(Das Äußere hat dabei mehr und mehr mein Mitgefühl, denn was da geschieht, ist die Abwicklung einer ganzen Epoche, leicht ist das nicht, ich möchte da mit niemandem tauschen und eine wirkliche Orientierung scheint mir so langsam kaum noch jemand zu haben - keine leichte Zeit und kein leichter Job, wenn man da irgendwo in eine Entscheidungsposition hinein geraten ist.)

Das Innere geht für so gut wie jeden zur Zeit durch heftige Veränderungen - aber der Unterschied zum Äußeren ist, dass es jederzeit in unserer Macht steht, wie wir unsere Welt weiter gestalten, d.h. in wie weit wir bereit sind, die Herausforderungen anzunehmen (und auch bei Bedarf Hilfe und Unterstützung dafür in Anspruch zu nehmen), um etwas zu verändern - in uns zu verändern und damit dieses Innere zu transformieren, so dass es mehr und mehr zu dem Besten wird, was individuell für uns möglich und wünschenswert ist.

Es ist tatsächlich eine grandiose Transformation, die da zur Zeit weltweit für alle Menschen möglich geworden ist. Und wir gehen dabei in absolutes Neuland. Denn so nach und nach wird es immer mehr Menschen bewusst, dass die äußeren Ereignisse uns auf einen Weg gebracht haben, der immer nur weiter voran führt. Ein Zurück zu dem, was wir vorher hatten, ist nicht mehr möglich - und auch nicht mehr wünschenswert. Wir gehen unweigerlich (und aus meiner Sicht zum Glück) immer weiter voran in diese Veränderung - wegen der wir tatsächlich überhaupt jetzt zu dieser Zeit auf der Erde inkarniert haben, ob wir uns nun daran erinnern oder noch nicht.

Das Schöne an dieser inneren Entwicklung, in der wir uns befinden, ist auch, dass die Ergebnisse der Veränderungen *in uns* nach Außen ausstrahlen - einfach so - und dort weitere Veränderungen begünstigen und bewirken. Mit anderen Worten, indem wir an uns selbst arbeiten, indem wir die Herausforderungen annehmen und uns selbst verändern, tun wir gleichzeitig etwas für die Allgemeinheit, und das ist nicht wenig.

Damit sage ich nicht, dass man nicht auch im Außen etwas tun kann. Es gibt viele Möglichkeiten zu helfen und an äußeren Veränderungen mitzuwirken. Je nach dem, wozu wir uns berufen fühlen.

Aber auch diejenigen, die scheinbar von Außen gesehen nichts tun, tun tatsächlich sehr viel, je mehr sie sich ihres Einflusses bewusst werden und sich darauf einlassen.

Je mehr also diese Veränderungen voranschreiten, umso mehr hat sich auch meine Idee für die nächste FernHeilungs-Gruppe noch verändert.

Die Gruppe heißt jetzt:

## **"Neubeginn jetzt - ERNEUERUNG AUF ALLEN EBENEN"**

entsprechend dem, was jetzt in dieser  
besonderen Zeit möglich geworden ist  
und was in uns jetzt nach Veränderung ruft

**4 Gruppen Termine im Abstand von jeweils 2 bis 3 Wochen**

**über Zoom**

**jeweils Mi abend ab 19:30 für 1 bis 2 Stunden**

**Termine 4. Mai \* 18. Mai \* 8. Juni \* 22. Juni**

**pro Teffen 50€**

*Anmeldung möglichst bis Mitte April*

Es wird um Klärung und Heilung auf allen Ebenen (emotionale, mentale, spirituelle und physische) gehen, so wie es

sich bei euch meldet und lösbar ist.

Nach der Klärung wird es dann leichter sein, neue Entscheidungen im tiefsten Inneren zu treffen.

Es wird wie letztes Mal wieder **Mitschnitte** geben, die runtergeladen werden können, sodass sie euch auch später weiter zur Verfügung stehen.

### **Mögliche Themen werden sein:**

\*\*\* Klärung und Heilung auf der Emotionalen Ebene

\*\*\* Heilung z.Teil uralter Themen, die uns schon sehr lange begleiten (jetzt ist es viel leichter möglich, manches zu heilen, was bisher nicht möglich war)

\*\*\* Auflösung von Schocks und Traumen, wo das gerade möglich ist

\*\*\* Klärung der mentalen Ebene - Auflösung alter nicht mehr stimmiger Glaubenssätze - Finden neuer hilfreicher Sätze, die uns besser ins Neue begleiten können

\*\*\* Stärkung der Spirituellen Ebene durch Meditationen und innere Reisen (mehr und mehr fühlen, wer du wirklich bist)

\*\*\* Heilung und Neuausrichtung auf der physischen Ebene

All das ist nur eine grobe Planung - Genaueres wird sich während der 4 Treffen ergeben, je nach Bedarf und Möglichkeiten der Teilnehmer.

**Und dann wird es (wie schon gesagt) möglich, im tiefsten Inneren neue Entscheidungen für unser Leben zu treffen - jeden Tag und jeden Moment wieder neu.**

Denn wir selbst haben uns vorgeburtlich entschieden(damals war uns das sehr bewusst, heute ist es zumeist noch unbewusst) unser Leben genau so zu gestalten, wie es jetzt ist.

Folglich können wir jetzt auch bewusst neue Entscheidungen treffen.

Ganz klare kraftvolle Entscheidungen dürfen das sein -  
immer wieder - denn die alten Gewohnheiten sind stark -

aber wir können das und wir dürfen das und wir bekommen jede Menge Unterstützung aus der geistigen Welt, von unserer eigenen Seele, von den neuen pausenlos jetzt auf die Erde strömenden lichten Energien -

Womit wir gleichzeitig auch daran arbeiten, die gesamte Zukunft für die Menschheit positiv zu verändern. Denn so, wie wir das im Außen sehen und hören, so muss unsere Zukunft ganz und gar nicht werden.

Wir entscheiden - jeder für sich - und jeder einzelne macht einen Unterschied für das Große Ganze.

Soweit für heute ihr Lieben - Ganz liebe Grüße

Eure

Dörte Luna'Him

## **Auszug Newsletter Mai 2022**

Hallo ihr Lieben,

Dies ist der erste von vermutlich 3 Newslettern zum Thema „Alter“

Ich beginne mit einem Thema aus meinem Leben - danach folgen unten dann noch ein paar interessante aktuelle Links für euch:

Vor vielen Jahren, es sind jetzt fast 20, fragte uns unser damaliger Lehrer (Heilerausbildung), „Wie alt wollt ihr denn werden?“

Und als Erklärung für diese Frage folgte dann die Information, dass unsere Gedanken unser Sein bestimmen - bis dahin, dass wir über unsere Gedanken auch den Zeitpunkt unseres Todes (mit)bestimmen.

Natürlich gibt es da unsere Seele, die für dieses Leben ein bestimmtes Ziel für uns hat. Aber diese Seele, das sind wir ja selbst. Und ich gehe mal davon aus, dass wir in diesem Leben so viel von unserer Seele ins irdische Leben herein holen werden, dass das, was unsere Seele möchte und das, was wir als Mensch möchten, immer mehr zur Deckung kommt.

Und dann gibt es da das Hindernis Kollektivbewusstsein. Dieses Kollektivbewusstsein ist der festen Ansicht, dass es da irgendwo ab 70 oder 80 Jahren in unserem Leben in rasantem Tempo Richtung Tod geht. Und dass sowieso unser ganzes Leben, eigentlich vom ersten Atemzug als Säugling an, einen stetig fortschreitenden Abbau der Lebenskräfte bedeutet und sich damit von Anfang an Richtung Tod bewegt.

Aber je bewusster uns das auf der einen Seite wird und je bewusster wir uns auf der anderen Seite unserer selbst werden und dass unser Bewusstsein unser Sein bestimmt - und je bewusster wir uns diesem Kollektivbewusstsein innerlich entziehen, d.h. je unwichtiger wir es für unser privates persönliches Leben werden lassen, desto mehr und stärker wirkt dann auch unser eigenes Bewusstsein, auch in Bezug auf unser Alter.

Was unseren physischen Körper angeht, so ist der - entgegen der gängigen wissenschaftlichen Meinung durchaus dafür gemacht, viele Jahrhunderte zu überdauern, weil ja doch jede einzelne Zelle sich permanent neu bildet. Und es liegt an unserem Bewusstsein, wie sie das tut - ob die Erneuerung jedes Mal eine ältere Zelle hervor bringt, so wie es die Wissenschaft und das Kollektivbewusstsein fordert; ob sie sich jedes Mal genau so neu bildet wie sie vorher war; oder ob sie sich sogar jedes Mal ein wenig jünger erneuert.

Sogar die Bibel spricht ja von Menschen, die viele Jahrhunderte alt wurden. Und das sind keine Märchen.

Diese Gedanken habe ich mir damals sehr zu Herzen genommen. Ich habe in mir entschieden: Ich will 150 Jahre alt werden. Und wenn ich dann die 100 erreicht habe, schaue ich nochmal genau hin und entscheide, ob das für mich noch stimmig ist, ob ich vielleicht doch früher gehen möchte, oder ob mir vielleicht sogar diese 150 Jahre noch nicht ausreichen.

So habe ich seitdem gelebt - bis vor einiger Zeit - bis ich letztes Jahr 70 wurde und sich zeigte, dass in einem schleichenden Prozess da ziemlich unbewusst etwas Grundlegendes verloren gegangen war.

Dieser 70igste Geburtstag hat einiges mit mir gemacht. Einerseits war es ein wunderschöner Tag, an dem ich sehr glücklich war, an dem ich deutlich das Gefühl hatte, es fängt jetzt etwas ganz Neues an, etwas ganz Schönes, ich fange noch einmal ganz neu an zu leben.

Gleichzeitig hat mir dieses oben geschilderte Kollektivbewusstsein doch mächtig zugesetzt. Mein Körper war seit dem oben geschilderten Entschluss mächtig gealtert, vor allem in den letzten Jahren. Meine Lebenssituation - mit einer Rente, die gerade einmal für meine Miete reicht - was heißt, ich werde weiter arbeiten, bis sich etwas anderes ergibt oder bis ich sterbe - wurde mir das erste Mal so richtig nah bewusst. (Auch wenn ich mein Leben lang mehr oder weniger bewusst darauf hin gewirkt habe, weil es für mich einfach nicht anders ging, so ist es doch etwas ganz anderes, wenn man tatsächlich in diesem Alter angekommen ist, wo das Außen fordert, man müsse doch jetzt langsam an den Tod denken.)

Und das hat ganz schön gedrückt. Ein Ausdruck davon war auch meine recht heftige Corona-Erkrankung im Januar.

Seither muss ich wieder sehr häufig an meinen oben erwähnten Lehrer denken - und ich bemühe mich darum, die Sicherheit in Bezug auf das Alter, die ich in der Zwischenzeit lange Zeit deutlich gespürt hatte, mir jetzt wieder zu erobern.

Ich merke, durch wie viele Ebenen, bis in die hintersten Winkel meines Unterbewusstseins, dieses Kollektivbewusstsein wirkt - gepaart natürlich mit den eigenen Erlebnissen aus anderen Inkarnationen und allem, was so um mich herum stattfindet. Aber was geblieben ist - und wo ich auch wieder hinkommen möchte/werde(!) - ist die Überzeugung, ich möchte 150 Jahre alt werden - und das ist möglich - absolut.

Fortsetzung folgt in den folgenden Newslettern - mit Themen wie „Ein besonderer Tod in einem meiner Vorleben“ und „Warum es in diesem Leben gar nicht mehr notwendig ist zu sterben“

.

Ich wünsche euch allen alles Gute, viel Wärme, innere und äußere. Kommt gut durch den Rest vom Mai und durch den Juni  
Dörte Luna'Him

## Newsletter Juni 2022

Hallo ihr Lieben,

mein letzter Newsletter stand zunächst unter der Überschrift „Alter“ und es ging um dieses Leben. Inzwischen hat sich das Thema für mich erweitert zu „Geschichten um Leben und Sterben“ und es sind insgesamt 4 Geschichten geworden, wovon allerdings 2 sehr kurz sind, sodass die zweite bis vierte alle heute kommen. Und ich bin gespannt, was das alles mit euch machen wird. Mir ist es jedenfalls sehr wichtig, meine Gedanken 'unter die Leute' zu bringen.

### Hier ist Teil 2 - Der schöne Tod im Kreise meiner großen Familie

Da geht es um eine wunderschöne Inkarnation, von der ich nicht mehr als den Tod erinnere. Und ich erzähle ihn so, wie ich es erinnere, ohne Schnörkel, ohne Hinzufügungen. Es ist für mich eine wunderschöne Erinnerung.

„Ich war eine ältere aber noch nicht uralte Frau, mit Kindern, Enkeln und Urenkeln. Ich war sehr zufrieden mit meinem Leben, hatte vieles erlebt - und jetzt war es genug.“

Und so wachte ich eines Tages morgens mit diesem Gedanken auf: „Jetzt ist es gut - jetzt sterbe ich“ - Und das war kein Gedanke aus dem Verstand, das war nicht ausgedacht, sondern es war eine Tatsache, die aus meinem tiefsten Inneren kam, mit der ich vollkommen und auf allen Ebenen einverstanden und vollkommen zufrieden war. Es gab keine Fragen, keine Unsicherheiten, kein ‚wenn‘ und ‚aber‘. Es war einfach.

Ich begann, meine große Familie zusammen zu rufen. Nach und nach trudelten sie ein - und an dem Tag, als auch die Letzten angekommen waren, legte ich mich ins Bett und rief alle zu mir ins Zimmer.

Als alle da waren, schaute ich sie alle der Reihe nach ganz in Ruhe an. Ich sprach auch noch das eine oder andere zu ihnen. Als das beendet war, schloss ich die Augen.“

Dieses Augenschließen ist das, was ich besonders intensiv erinnere, aber auf eine ganz andere Art als in diesem gegenwärtigen Leben, weil es mit so viel Zuversicht, so viel Vorfreude, Ruhe und Sicherheit geschah, so viel Einssein mit dem, was geschah, wie ich das in diesem Leben noch nicht erlebt habe. Ich war eins mit dem Geschehen. Es gab keinen Zweifel. Ich wusste, wo ich hinging. Es war alles gut und alles richtig.

### Hier folgt Teil 3 - Mein Weg in dieses Leben

Als ich mich entschloss, mich für dieses Leben wieder Richtung Erde zu begeben, um noch einmal wieder geboren zu werden, war ich voller Begeisterung, voller Vorfreude auf die Möglichkeiten, die mir offen stehen würden. Ich fühlte mich voller Kraft und Tatendrang, hatte eine lange Liste in mir, was ich alles würde tun wollen, bewirken wollen, was ich alles würde schaffen können.

Diese Begeisterung wurde bereits vor meiner Zeugung auf eine harte Probe gestellt, denn in dem Maße, in dem ich mich der Erde näherte und Energien und Stimmungen vom Leben auf der Erde in der Nachkriegszeit dieser 50iger Jahre

aufschnappte, desto massiver wurden meine Enttäuchung und Ernüchterung - und umso schwerer wurde es, zu meinem Inkarnationsentschluss zu stehen. Am liebsten wäre ich schon damals sofort wieder umgekehrt.

Aber ich blieb und ich fand auch noch die so große Liebe zu meinen Eltern wieder, denn wir waren ja alte Bekannte und mehr als das, alte Weggefährten, die auch auf der anderen Seite zusammen einmal Pläne geschmiedet hatten.

Dazu kam ein Wissen, das ich damals - wie sicherlich die meisten von uns - hatte, was ich auf der Erde dann erst viele Jahrzehnte später in einer von Kryon's Geschichten wiedergefunden habe.

Kryon sagt sinngemäß, als wir damals, zusammen mit vielen Millionen und Milliarden anderer sozusagen anstanden zur Inkarnation, da wären viele viele noch vor uns an der Reihe gewesen zu inkarnieren und wir - ich meine wir Lichtarbeiter/Lichtwirker/Lichtbringer, kurz wir alle, die sich in diesem Leben irgendwie auf dem spirituellen Weg befinden - wir waren längst noch nicht dran und hätten eigentlich noch lange warten müssen.

Und dann geschah etwas, was das alles ganz schnell veränderte. Es traten nämlich alle noch vor uns stehenden auf einen Schlag zurück - sozusagen mit den Worten ‚Geht ihr mal vor, ihr könnt das besser‘.

Tja, und da war ich dann, zunächst einmal als Embryo im Bauch meiner Mutter, so nah mit ihr verbunden, mit all ihrem Schmerz, mit all ihrer Unzufriedenheit, all ihrem Unglück.

Vorsorglich hatte ich mir eine Zwillingsschwester mitgebracht, damit ich dem, was kommen sollte, nicht so alleine würde ausgesetzt sein. Und das war bitter nötig. Denn es ging mir so schlecht während der Schwangerschaft, meine Mutter hatte es so schwer, sich mit ihrer Situation abzufinden, dass ich schon nach wenigen Wochen fliehen musste, d.h. meinen Embryonalkörper verlassen habe und mich Richtung Venus begeben habe, einer Welt, die mir vertraut und wohlgesonnen war.

Während der ganzen Zeit der Schwangerschaft hat meine Zwillingsschwester die Stellung gehalten - bis, kurz vor der Geburt, ich mich plötzlich erinnerte und einen ganz massiven Impuls spürte, „Oh je, ich muss doch auf die Erde. Wenn ich jetzt nicht gehe, dann verpasse ich das Wichtigste.“ Und wie eine Rakete bin ich zurück zur Erde gereist, in den Bauch meiner Mutter - und in den Physischen Körper meiner Zwillingsschwester. Denn mein eigener physischer Körper war längst abgestorben.

Und ja, obwohl meine Zwillingsschwester und ich eine derartige Verabredung miteinander hatten und es nie geplant war, dass sie auch geboren werden sollte - trotzdem hatte ich natürlich über lange Zeit und tief im Unterbewusstsein jede Menge Schuldgefühle, weil ich sie aus ihrem Körper vertrieben hatte.

Und die Geburt war dann ebenso traumatisch wie die Schwangerschaft, weil ich zu dem Zeitpunkt dann schon wieder allen Mut für dieses Leben verloren hatte und im Endeffekt nur mit Gewalt in dieses Leben geholt werden konnte - usw usw

Trotzdem habe ich auch in den ersten Jahren meiner Kindheit immer wieder die Liebe zu meinen Eltern spüren können und habe auch noch wieder erinnert, dass ich ja eigentlich angetreten war, um sie zu heilen. . . .

Kein leichter Start - und das geht wohl auf die eine oder andere Art vielen von uns so - aber wir haben durchgehalten und obwohl es gerade derzeit immer wieder sehr kritisch aussieht, wissen wir inzwischen, dass wir es schaffen werden. Dass wir diesen Wechsel auf der Erde, in dem wir uns mitten drin befinden, schaffen werden.

Denn wir sind viele, werden immer immer mehr und die Liebe, für die wir stehen, und die wir mehr und mehr spürbar in uns befreien, ist stärker, als jede andere Kraft.

Wir befinden uns in einer Zeit der Extreme - extreme Freude und Verbundenheit - und zwischendurch auch immer mal wieder extreme Ernüchterung. Und es wechselt so schnell, wie noch nie in meinem Leben.

#### **Teil 4 - Müssen wir noch sterben?**

Über lange lange Zeiträume hinweg war es notwendig, immer wieder zu sterben. Das haben wir uns selbst seinerzeit so eingerichtet. Denn unser irdischer Körper war so dicht und so innerlich unbeweglich, dass es in jeder spirituellen Entwicklung einen Punkt gab, an dem es im jeweiligen Leben auf der Erde, im Physischen Körper, nicht mehr weiter ging. Wenn wir in früheren Inkarnationen an diesem Punkt ankamen und uns dann doch weiter entwickeln wollten, mussten wir durch den Tod gehen. Dann wurde Entwicklung möglich und wir konnten im nächsten Leben auf einer höheren Stufe wieder weiter machen.

Und was ich jetzt schreibe, ist mir extrem wichtig zu verbreiten. Denn es ist in diesem unserem jetzigen Leben jetzt erstmalig nicht mehr notwendig zu sterben, um weiter gehen zu können in unserer spirituellen Entwicklung.

Denn erstmalig macht unser physischer Körper jetzt die Veränderung mit. Unser Körper befindet sich mitten in einer absolut heftigen Transformation - wenn wir es zulassen.

Jede einzelne Zelle wird mit Licht geflutet. Alles wird leichter und beweglicher, sodass erstmalig die spirituelle Entwicklung im Körper möglich ist. (Und natürlich macht das auch hin und wieder Symptome ;-)) Also wir müssen in diesem Leben nicht sterben, um uns weiter zu entwickeln. D.h. in diesem Leben können wir, wenn wir das wollen, länger, wesentlich länger in diesem Körper bleiben - und trotzdem uns spirituell immer weiter entwickeln.

Natürlich geht das nicht einfach so. Das Kollektivbewusstsein ist gegen uns. Viele alte Gewohnheiten in uns selbst arbeiten nicht gerade unterstützend und vor allem - unser Körper weiß nicht, dass es in diesem Leben andere Bedingungen gibt. Das bedeutet, wir müssen ihm das mitteilen. Wir müssen unserem Physischen Sein, unserem Körperbewusstsein, wieder und wieder bewusst machen, dass in diesem Leben der physische Tod keine Notwendigkeit ist.

Die wichtigste Voraussetzung dafür ist also, dass wir es verstehen - bis ins tiefste Innerste hinein - und dass wir beginnen, danach zu leben.

Ich persönlich finde das wichtig und habe es zu meinem persönlichen Ziel gemacht.

Denn ich habe so viel Erfahrungen inzwischen gesammelt, habe so viel gelernt im Laufe dieses Lebens, habe so vieles verstanden, so vieles transformiert.

Warum sollte ich das alles einfach so wieder hergeben, nur um in einem anderen Leben wieder als Säugling zu beginnen? (Denn der Trick mit der dann höheren Entwicklungsstufe zieht ja nicht mehr.)

Ganz liebe Grüße euch allen und eine gute Zeit beim Bewegen dieser Gedanken  
Dörte Luna'Him

## **Newsletter Oktober 2022**

Hallo ihr Lieben,

lange habt ihr nichts von mir gehört. Es fällt mir ja nie so sehr leicht, den Text für einen Newsletter zu formulieren. Aber diesmal hat es besonders lange gedauert.

Zum Teil habe ich einfach das Leben genossen. Teilweise bin ich aber auch selbst in den tiefen Transformationen versunken, die uns alle in dieser Umbruchszeit mehr oder weniger häufig und heftig überfallen, und mit denen ich natürlich auch viel in meinen Behandlungen zu tun habe. Und natürlich muss das alles auch so sein, denn wenn sich nichts verändert, kann auch nichts besser werden.

Dieser Newsletter ist ein Versuch, einen Teil der laufenden Transformationen in Worte zu fassen, was eigentlich natürlich kaum möglich ist, solange man so tief selbst in diese laufenden Prozesse verwickelt ist.

Immer mal wieder habe ich angefangen, etwas für den Newsletter zu schreiben, bin dann aber wieder davon abgekommen, weil sich irgendetwas anderes oder irgendeine Veränderung so in den Vordergrund drängte, dass schon recht schnell das, was ich da schrieb, gerade nicht mehr aktuell war.

Vielleicht kennt ihr das ja auch.

Jetzt geht's aber schnell zum Thema, was jetzt gerade für mich aktuell ist - bevor es sich wieder ändert ;-))

Ihr wisst ja zum großen Teil sicher, dass ich schon seit Jahren dienstags abends immer eine Gruppen-Meditation für die Erde anleite. Ganz früher fand das freitags abends und live bei mir zu Hause statt, seit ein paar Jahren findet es virtuell dienstags abends statt, indem wir uns einfach zur vereinbarten Zeit jeder dort, wo wir uns gerade befinden in die Meditation begeben - und notwendige Vereinbarungen und manchmal auch Fragen oder Erkenntnisse über eine WhatsApp-Gruppe miteinander teilen. Auf diese Weise können auch viele teilnehmen, denen es von der Entfernung her gar nicht möglich wäre, live dabei zu sein.

Und ich glaube, so manch einer fragt sich inzwischen auch, genau wie ich selbst, wo wir eigentlich früher überhaupt die Zeit hergenommen für diese live-Treffen, und das über Jahre durchhalten konnten ;-))

Für diese Meditationen gibt es inzwischen viele Audiodateien mit von mir gesprochenen Meditationen als mögliche Meditations-Grundlagen.

Wir machen das also schon seit einer recht langen Zeit und seitdem hat sich auch bei uns sehr vieles verändert, weil ja doch, wie wir alle wissen, die Energie und die Situation auf der Erde sich im Laufe der Jahre ganz rasant verändert haben. Und das bewirkt durchaus bei uns einen Bewusstseinswandel, zum Teil bewirkt aber auch gerade unser Bewusstseinswandel die Veränderungen im Außen.

So bin ich vor wenigen Tagen auf ein Video von Nancy Holten gestoßen (<https://www.youtube.com/watch?v=ocd-Q9cR5qhc&t=13s>), in dem sie sehr deutlich formuliert, wie sich ihre innere Haltung, ihr Selbstverständnis, ihr inneres Bild von sich selbst und damit auch ihre Einstellung zum großen Ganzen, also ihre innere Haltung den Entwicklungen auf der Erde gegenüber, verändert hat.

Ich war diesen Entwicklungs-Weg selbst auch durchaus irgendwie gegangen, es war mir von daher nicht fremd, was Nancy im Video formuliert, ich hatte es mir aber doch noch nicht wirklich so bewusst gemacht und schon gar nicht in Worte gefasst, obwohl es sich durchaus in meinen verschiedenen Audios glaube ich auch spiegelt.

Und so bin ich bin sehr dankbar für diese Formulierungen und dadurch Bewusstmachung durch Nancy.

Denn es geht darum, mit welcher Einstellung und welcher Zielrichtung wir meditieren. Soweit ich mich erinnere, ging es in meinen Meditationen immer schon um die ganze Erde, zwischendrin aber durchaus in entsprechenden Situationen auch um den Frieden in ganz bestimmten gerade nicht friedlichen Regionen.

In letzter Zeit aber hatte sich fast unmerklich auch für mich die Zielrichtung verändert, zumal ich ja seit geraumer Zeit vorweg immer für eine kleinere Gruppe eine spezielle Heilungsmeditation, manchmal auch einfach eine Energieübertragung anbiete, für diejenigen, die Zeit und Bedarf haben; um erst einmal uns selbst zu reinigen, zu klären und in die für uns zum gegenwärtigen Zeitpunkt jeweils beste und höchste Energie zu bringen, die uns gerade möglich ist, um diese Energie dann anschließend in der allgemeinen ErdMeditation über die Erde auszustrahlen.

Jetzt hat Nancy es so formuliert, dass sie sagt, ich bete nicht mehr für den Frieden, sondern ich sende Energien für das Erwachen aus.

Und obwohl ich im Absatz über diesem eigentlich genau diese Verlagerung beschrieben habe, hat es in mir tatsächlich noch einmal Klick gemacht, als ich diese klare Formulierung las - und als ich es mit den Teilnehmern meiner Gruppe geteilt habe, ist es offensichtlich vielen genauso oder sogar noch intensiver so ergangen.

Also es geht nicht darum, einfach nur Frieden zu bewirken oder zu bringen, d.h. die Energie der jeweiligen Situationen lediglich zu beruhigen - es geht eher darum, den Menschen unsere eigene höchste, schönste und beste Energie, unsere Liebe, zur Verfügung zu stellen, um sie zu unterstützen, für sich, im eigenen Inneren, die Veränderungen zu durchleben, die Erkenntnisse zu durchlaufen, die dann, als Nebenwirkung sozusagen, auch irgendwann den äußeren Frieden zur Folge haben. Und dabei könnte es sogar als Übergang hier und da notwendig sein, dass die



gegenwärtige nicht friedliche Situation sich vorübergehend noch verschärft, damit für alle Beteiligten auf ihre Weise, so wie es ihrem eigenen Seelenplan entspricht (und nicht auf eine Weise, die wir uns aus unserer Sorge heraus wünschen) dann Frieden entstehen kann - erst im Inneren jedes einzelnen und als Folge davon dann auch im Außen Frieden entstehen.

D.h. es geht um eine absolut freilassende Unterstützung, damit jeder einzelne seinen eigenen, von der eigenen Seele geplanten und notwendigen, Weg gehen kann, um selbst zu den Bewusstseinsveränderungen zu gelangen, die dann irgendwann Frieden bewirken.

Und ja, es ist nicht unbedingt einfach, dem zuzuschauen. Aber mithilfe dieser Gedankengänge kann es leichter werden.

Denn um es noch einmal zu sagen, es kann durchaus auch vorübergehend bedeuten, dass der Frieden nicht die oberste Priorität hat, was aber dazu beiträgt, dass jeder einzelne die individuell notwendigen Erfahrungen macht, um zu den individuell notwendigen Erkenntnissen zu kommen, die dann - wie gesagt als Nebenwirkung sozusagen - den inneren und darauf folgend auch den äußeren Frieden zur Folge haben - irgendwann dann für alle und für die ganze Erde.

So wie es mir in den Heilbehandlungen, die ich gebe, auch nicht primär darum geht, als allererstes und wichtigstes die vollständige Gesundheit wieder herzustellen (was mir nebenbei gesagt auch gar nicht möglich ist), sondern darum, für den Klienten oder im Klienten die nötigen Veränderungen und Erkenntnisse anzustoßen, damit die Selbstheilungskräfte sich wieder aktiveren können, mit denen der Klient sich letzten Endes dann - sofern es nach seinem Lebensplan der richtige Zeitpunkt ist - selbst heilt.

Heute (dem Tag, an dem ich diesen Teil des Newsletters schreibe) kam gerade noch eine gechannelte Botschaft von Isis zu mir (<https://jeshua.net/de/channelings/isis/ihr-seid-die-schoepfer-ich-bin-hier-um-euch-zu-unterstuetzen/>), die auch sehr deutlich macht, warum die Dinge auf der Erde genauso ablaufen müssen, wie sie es tun und warum hier überhaupt so viel Unfrieden immer herrscht. In diesem Channeling ist das alles auf zumindestens für mich noch nie erlebte ganz wunderbar klare und deutliche Art formuliert.

Danke Isis!

Und bitte lest selbst.

*Hier nochmal ein anderer Versuch meinerseits, zu formulieren, was geschieht:*

Es geht um die Entwicklung von meinem Gefühl für mich selbst, für das was mir geschieht und für das, was ich tue und bewirke,

hin zu meinem Gefühl für andere, und zwar auf der Grundlage von Mitgefühl, nicht von Mitleid (siehe auch meinen schon ziemlich betagten Artikel auf meiner Homepage (<https://www.heilerin-in-bremen.de/aktuelles/gedanken-zu-verschiedenen-themen/> - auf dieser Seite mein Beitrag vom 30.3.2010),

dann zu dem Gefühl dafür, dass es da noch mehr gibt als unsere jetzige Existenz hier im Physischen,

bis zum Erkennen, dass der größere Anteil von uns unsere nicht verkörperte Seele ist und schließlich,

dass es da auch einen gemeinsamen größeren Teil und sogar einen gemeinsamen größeren Plan gibt, weltweit und sogar über unsere Erde hinaus, über unser Sonnensystem hinaus und schließlich auch noch über unser Universum hinaus.

Und wir sind hier, jeder einzelne von uns, um unsere ganz eigene individuelle Energie und unsere Erfahrungen hierher zu tragen, zunächst auf die Erde und für die Erde - um dann als Menschheit den Prozess, den wir hier durchlaufen, dem Großen Ganzen zur Verfügung zu stellen -

weit weit über unsere Erde hinaus.

Und dabei können wir im Einzelnen niemals wissen, was es ist, was das Große Ganze gerade braucht. Wir können immer nur das Beste, was uns gerade möglich ist, zur Verfügung stellen.

Das wiederum scheint tatsächlich und wundersamerweise auch jeweils genau das zu sein, was wir selbst gerade brauchen und gleichzeitig das, was das Große Ganze gerade braucht.

Das ist das Wunder an der ganzen Sache.

Und es ist nicht nur unser bewusstes Bestes, sondern auch unser ganzer langer mühsamer Weg durch die Dualität, durch die ganzen Irrungen und Wirrungen dieses irdischen Lebens, was letzten Endes unser Geschenk an das Große Ganze ist.

Denn ohne unsere Verirrungen - und das heißt sogar und ganz klar, ohne die so vielfältigen Hindernisse auch durch die dunklen Energien außerhalb von uns - und auch innerhalb von uns - hätten wir niemals dieses Werk vollbringen können, in dem wir uns ja gerade immer noch mittendrin befinden.

Ach, ich liebe das, wie sich das größere Bild von allem was ist, immer mehr und immer größer entfaltet . . .

.  
. .  
. .  
. .  
. .  
. .

So ihr Lieben, das wars für heute.

Ich sende euch wie immer viel Licht und Liebe und ganz viel Freude und meine besten Wünsche für diese und die kommende Zeit

Dörte Luna'Him

## **Newsletter Dezember 2022**

Hallo ihr Lieben,

Angeregt durch den Film von Gabor Maté "Wisdom of Trauma", den ich kürzlich über Newslichter kennen gelernt habe (es gab ihn eine Weile auf deutsch zu sehen, jetzt über YouTube <https://www.newslichter.de/2022/11/ceasefire-feuerpause-am-22-11-2022/> leider wieder nur auf englisch), durch die Initiative von Claudia Shkatov - „Ceasefire - Feuerpause am 22. jeden Monats“, auch u.a. über Newslichter gestartet (<https://www.newslichter.de/2022/11/ceasefire-feuerpause-am-22-11-2022/>) - und durch die Erfahrungen mit den Heilbehandlungen in meiner eigenen Praxis möchte ich heute etwas über

### **Traumarbeit**

schreiben. Es geht mir dabei um das, was sich im täglichen Leben als plötzliche Anfälle von z.B. Lieblosigkeit in bestimmten Situationen zeigt, oder um Härte sich selbst und anderen gegenüber, um plötzliche aggressive Ausbrüche, um einen plötzlichen Abbruch von Gesprächen oder auch Beziehungen - und sicher noch einiges mehr.

Diese Eigenschaften von Menschen, die so gerne als Charakterschwäche bezeichnet und verurteilt werden, sind wenn man genau hinschaut, immer aus tiefen seelischen Verletzungen entstanden, oder im allgemeinen auch aufgrund vieler oder sich über längere Zeit wiederholenden seelischen Verletzungen.

Meist stammen sie aus der Kindheit, oft sind es sogar tiefsitzende Traumata, die dann entstehen, wenn wir einer für uns bedrohlichen Situation ausgesetzt waren, uns aber nicht wehren konnten und der Schmerz kein Ventil fand, kein Verständnis von anderen, keinen Menschen, der uns verstanden oder uns getröstet hätte. Stattdessen waren wir gezwungen, den Schmerz auszuhalten, bzw. besser gesagt, ihn zu verdrängen, um die Situation aushalten/überleben zu können. Dieses „Aushalten müssen“ ist das eigentliche Trauma, das sich auch energetisch im Körper festsetzt, gespeichert wird. Dadurch entstehen feste und gleichzeitig extrem empfindliche Punkte in unserem Energiefeld, die den natürlichen Lebensfluss empfindlich stören.

Und jedesmal im weiteren Leben, wenn irgendetwas geschieht, das den alten Schmerz auch nur im Entferntesten antriggert, d.h. die Erinnerung an diesen Schmerz aus dem tiefsten Inneren unseres Körpers oder Energefeldes wachruft - dann ticken wir aus. Dann reagieren wir auf eine unerwartete, überraschende und nicht stimmige, von Außen betrachtet meist sehr übertriebene Art und Weise.

Wir reagieren auf eine Art, die für andere unverständlich und/oder verletzend ist. Wir werden unfreundlich, wir greifen möglicherweise diejenigen an, die für uns diesen Schmerz scheinbar gerade verursacht haben. Wir werden aggressiv, möglicherweise fliehen wir auch oder ziehen uns ganz tief in uns selbst zurück, werden wie paralytisch, erstarren und/oder gehen in die Depression. Unser Verhalten verselbständigt sich und ist auch für uns selbst nicht verständlich. Es geht einfach mit uns durch. Wir wissen in dem Moment nur, wir reagieren aus dem Bauch heraus und wir können nicht anders.

Wir sind also in solchen Momenten nicht in der Lage, unser Verhalten bewusst zu kontrollieren. Im Moment haben wir meist das Gefühl, der andere ist Schuld, der andere hat mir etwas angetan. Ein Weilchen später, wenn wir uns wieder beruhigt haben, verurteilen wir auch uns selbst für diese Handlungsweise, was auch nicht gerade hilfreich ist. -

Bis uns irgendwann einmal auf die eine oder andere Art bewusst zu werden beginnt, dass unser Verhalten einem alten Muster folgt. Auf jeden Fall liegen diesen seltsamen Verhaltensweisen immer tiefe Verletzungen auf unserer Seite zugrunde - und sie bewirken natürlich auch wieder neue Verletzungen bei denen, die unser Ausrasten aushalten müssen, weil sie die scheinbaren Auslöser sind.

Es ist allerdings möglich diesen Teufelskreis, dieses verletzte und verletzende Verhalten energetisch zu heilen, indem wir dieses Erstarrte, harte, unbewegliche in unserem Energiefeld - die Traumata - wieder in Bewegung bringen.

Das Schöne dabei ist, in genau dem Moment, wo dieser Schmerz endlich heilen darf, ist der ganze Spuk tatsächlich vorbei. Wir können wieder adäquat reagieren, wieder liebevoll sein in diesen Situationen, die uns bisher immer haben ausrasten lassen - und zwar sowohl uns selbst gegenüber als auch den anderen, meist unseren Lieben gegenüber. Dadurch kann so einiges im Leben sehr viel harmonischer und leichter werden.

Natürlich braucht das zunächst einmal eine große Portion Bewusstheit und auch Mut hinzuschauen und auch einige Zuwendung uns selbst gegenüber, bzw. unserem inneren verletztem Kind gegenüber, oder manchmal auch dem verletzten Erwachsenen gegenüber, meist wird das Ganze sogar auch aus verschiedensten früheren Leben genährt, die immer noch in uns lebendig sind (ohne dass wir meist wissen, welche Leben das sind und was da geschehen ist - müssen wir auch nicht unbedingt) - aber Veränderung ist möglich!

Und in dieser jetzigen Zeit mit den wunderbaren uns zur Verfügung stehenden Energien ist es auch immer schneller möglich. Veränderungen, für die ich in meinem eigenen Leben zum Teil Jahrzehnte gebraucht habe, geschehen jetzt oft innerhalb weniger Behandlungen.

Die Auflösung unserer Verletzungen und besonders Traumata hilft in großem Maße, in uns, mit uns und mit der Welt in Frieden zu kommen.

Soweit die Traumaarbeit

\*\*\*\*\*

Auf meiner Homepage gibt es vor allem unter Aktuelles - <https://www.heilerin-in-bremen.de/aktuelles/> - ein paar Änderungen bezüglich **GruppenFernBehandlungen** und **Heilerausbildung**. Und die **Übung**, um alte hinderliche Emotionen in Bewegung zu bringen, die ich kürzlich in meinen WhatsApp-Status gestellt hatte, findet ihr auch noch auf dieser Seite. Wenn die Übung euch gefällt, dürft ihr sie auch gerne Weiterleiten ;-))

Ich wünsche euch noch eine wunderschöne Adventszeit (die ja dieses Jahr um einige Tage länger ist als die meisten anderen Jahre, was ich sehr entspannend finde),

ein ebenso schönes Weihnachtsfest

und kommt gut ins neue Jahr 2023

eure  
Dörte Luna'Him

### ***Newsletter zum neuen Jahr 2023***

Hallo ihr Lieben,

hier kommen ein paar noch etwas ungeordnete Gedanken zum

#### ***Jahreswechsel - Zeitenwandel***

#### ***Das Alte loslassen und das Neue zulassen - in Angriff nehmen - planen - tun***

Klarer ist das bei mir derzeit noch nicht. Ich stecke ja selbst tief in den Veränderungen drin. Ich schicke es trotzdem los - in der Hoffnung, dass es dem einen oder anderen von euch Anregungen geben mag, mit den derzeitigen Energien umgehen zu lernen.

Was ich versuche zu schildern, ist unsere derzeitige Situation auf der Erde - aus meiner Sicht. Das mag für den einen mehr, den anderen weniger zutreffen.

Auf jeden Fall gibt es da wohl in uns recht vieles, was nicht mehr stimmig ist, wie auch immer sich das individuell manifestieren mag, vieles, woran wir lange gehangen haben - oder was wir lange mit uns mitgeschleppt haben, ohne dass wir das möglicherweise jemals wollten, was jetzt endlich losgelassen werden möchte, was wir endlich hinter uns lassen möchten - was selbstverständlich bei jedem etwas anderes ist.

Aber bei sehr vielen ist gerade sehr vieles im Umbruch - oft noch ziemlich ungeordnet, manches auch noch wortlos oder nur als Ahnung, als Gefühl, als Energie vorhanden - manches als (ur)alte Wünsche Vorstellungen Pläne, die mal da waren in der Kindheit oder der Jugend - oder sogar vor der Geburt, auf dem Weg zur Inkarnation, als die Verbindung zur Seele noch voll da war [\*]s.u.]

Und all das drängt jetzt zunehmend, dass wir es realisieren. Für mich bedeutet das, dass wir immer mehr zu dem werden, was wir eigentlich sind, immer mehr Konventionen, alte Verletzungen, alte Muster, alte Vermeidungen und Gewohnheiten uns verlassen möchten und wir sie auch endlich loslassen möchten. Ich weiß, dass ich schon oft davon geredet habe. Was im Moment geschieht ist, dass es sehr sehr viele Menschen gleichzeitig betrifft und dass es so drängend geworden ist, wie es noch niemals war im Laufe dieses Lebens.

Und all das wird nicht mit dem 1. oder 6. Januar 2023 enden - es wird weiter gehen. Der Jahreswechsel ist nur der Auftakt.

Und es wird sich selbstverständlich auch im Außen etwas / vieles verändern, Angenehmeres und weniger Angenehmes.

Wichtig ist aus meiner Sicht, fühlt euch nicht, als ob euch die Ereignisse überrollen, fühlt euch auf keinen Fall als Opfer, denn ihr seid es nicht. Es ist die Zeit und das Geschehen, wegen dem ihr genau jetzt zu dieser Zeit auf dieser Erde seid. Und jeder erlebt genau das, was zum eigenen Seelenplan gehört.

Lasst die Veränderungen sich gestalten, lasst es zu, dass ihr Teil dieser Veränderungen seid - in euch zu allererst, lasst die alten Gedanken los, die alten Glaubenssätze und Begrenzungen - sie gelten nicht mehr - wir erschaffen die Erde und das menschliche Leben neu und dabei ist alles möglich - alle kindlichen Wünsche und Vorstellungen, die ihr mal gehabt habt - alles ist möglich - öffnet euch dafür - in euch selbst - und dann später vielleicht auch im Außen.

Es geht dabei nicht unbedingt um die Million, die ihr gern auf dem Konto hättet oder das große Haus mit Garten am Waldrand - sondern um das Loslassen der Vorstellungen, die ihr bisher von euch selbst hattet, um die eigene Großartigkeit, die ihr bisher möglicherweise nie anerkennen mochtet, um die eigenen, oft sehr tief vergrabenen Wünsche und Vorstellungen vom Leben hier auf der Erde, um die eigene innere göttliche Schöpferkraft und Macht, die da ist und bisher im Leben mehr oder weniger geschlafen hat, verdrängt war oder sich höchstens mal in einem Ausbruch von Aggressivität geäußert hat - was zwar vielleicht nicht so schön war, aber definitiv gezeigt hat, dass sie da ist - die Macht, eure Macht und dass sie nur darauf wartet, für die Gestaltung des Wandels eingesetzt zu werden. Manchmal äußert sich das alles möglicherweise auch als Depression, was deutlich zeigt, dass da etwas nicht gelebt, unterdrückt, in Fesseln gelegt wurde und bisher noch verhindert, dass das Leben sich entfalten kann.

Also erlaubt euch auch ganz selbstverständlich gelegentliche Abstürze und auch Ausbrüche, wenn es nicht anders geht.

Veränderung geht nicht ohne Veränderung und nicht ohne zwischendurch auch mal in die falsche Richtung zu starten. Wir haben alle ein Leben lang in dieser Enge, Beschränkung, Bewusstlosigkeit.... gelebt, sodass das, was jetzt so langsam an die Oberfläche drängt, auch so etwas wie Geburtswehen sind.

Fühlt was da geschehen ist mit euch in diesem Leben, wie auch schon in so vielen früheren Leben - und lasst diese alten Gefühle der Machtlosigkeit dann los. Entscheidet euch für die Größe, die Kraft, die Allmacht, die in jedem von uns vorhanden ist, weil wir ja doch alle göttlich sind und es gar nicht anders sein kann - wir sind nur gerade dabei, uns aus dieser viele Jahrtausende alten Manipulation und Unterdrückung zu befreien, die so lange und so vollständig gewirkt hat, dass wir über lange Zeiträume hinweg dieses eingeschränkte Sein als unsere natürliche Art angesehen haben.

Jetzt in dieser Zeit spüren wir so langsam, so nach und nach, dass das gar nicht der Fall ist und die ganze lange Zeit über auch nie der Fall war. All das war eine Illusion, aus der wir jetzt beginnen, uns zu befreien.

Während ich dies hier formuliere, spüre ich in mir, dass allein schon dieses Formulieren an sich, sprich das Anerkennen, dass es so ist, auch schon ein Teil des Wandels ist, den ich gerade versuche zu beschreiben und in dem ich auch selbst mich mittendrin befinde.

Ich habe vor einiger Zeit für mich nochmals eine neue Heilerausbildung begonnen, die mir eine Menge neuer Werkzeuge an die Hand gibt, all die jetzt möglichen und nötigen Inneren Veränderungen in einer nie gekannten Tiefe und Geschwindigkeit für mich selbst in Bewegung zu bringen und selbstverständlich auch schon mehr und mehr für meine Klienten anbieten zu können

\*und denkt jetzt nicht 'aber ich kann mich nicht daran erinnern' - du kannst es, es fehlt nichts und nichts ist verloren gegangen, lass es zu - das geht nicht von jetzt auf gleich, du musst dich dafür öffnen und das braucht möglicherweise Zeit und Zuwendung

Meine im letzten Newsletter schon erwähnten, übers Jahr verteilten

## **GruppenFernBehandlungen beginnen am 18. Januar um 19Uhr.**

Jede dieser GruppenBehandlungen steht für sich.

Ihr könnt jederzeit einsteigen - siehe die Beschreibung auf meiner Homepage und das besondere

**Kennenlernangebot im Januar, das für alle kostenlos** sein wird.

Thema wird ein allgemeines Loslassen und Klären sein, um ‚Platz‘ zu schaffen für die oben beschriebenen anstehenden oder schon begonnenen neuen Entwicklungen.

Herzliche Grüße und meine besten Wünsche für euch fürs neue Jahr

eure

Dörte Luna'Him

## ***Newsletter Februar 2023***

Hallo ihr Lieben,

es ist mal wieder Zeit für einen Newsletter.

Diesmal ist er 3-teilig:

1. Ein schon etwas betagter Artikel von mir aus dem Jahre 2010, der aber durchaus gerade wieder - oder auch immer noch - sehr aktuell ist
2. Die Ankündigung meiner 2. GruppenFernBehandlung in diesem Jahr zum Thema - Selbstliebe/Selbstwertschätzung
3. Eine nette kleine Übung, die sehr hilfreich ist, wenn ihr euch mehr auf euer Herz und weniger auf euren Verstand verlassen wollt, d.h. wenn ihr die Weisheit eures Herzens direkt nutzen wollt.

**1.** Hier also zunächst der Artikel aus 2010:

## **Ego - Verstand - Herz - Angst - Liebe**

Wie hängt das eigentlich alles zusammen?

Hier eine paar Worte dazu, wie ich das zur Zeit begreife:

Es gibt letzten Endes für uns Menschen, wenn wir unsere Emotionen betrachten und die komplexeren zurückführen auf die ursprünglichen, nur zwei Emotionen:

### **Angst und Liebe.**

Denn eigentlich sind wir Liebe, wenn wir im Einklang mit uns selbst sind, wenn wir im Gleichgewicht sind –

Und wenn wir das nicht sind, dann tendieren unsere Emotionen in Richtung Angst, und das umso mehr, je mehr wir im Ungleichgewicht sind. Wir mögen das nicht so gerne zugeben, wir geben vor, schlecht gelaunt zu sein, ärgerlich zu sein, wütend zu sein, verletzt zu sein –

Aber letzten Endes läuft all das auf Angst hinaus,

Angst, nicht so funktionieren zu können, wie wir meinen, dass wir es sollten,

Angst nicht richtig zu sein so, wie wir sind,

Angst, jemand könnte uns etwas Böses wollen und uns Schaden zufügen ,

Angst, unser Recht nicht zu bekommen, etwas zu verlieren, das uns lieb und teuer ist,

Angst vor Verletzung, Zerstörung, Auslöschung.

**Unser Herz** nun steht auf der Seite der **Liebe**, d.h. unser Herz ist Liebe, verbindet uns mit der Liebe, ob wir das nun wahrnehmen oder nicht. Denn es kann gar nicht anders sein.

Über unser Herz sind wir unweigerlich mit der Liebe verbunden – egal wie sehr wir uns davor verschließen oder so tun, als wäre es nicht so – über unser Herz sind wir verbunden mit unserer Seele, mit der Geistigen Welt, mit den Engeln, mit Gott, mit dem Kosmos, mit dem Universum, mit AllemWasIst – wie auch immer wir das nennen wollen. Es kann gar nicht anders sein. Das macht uns Menschen aus.

**Unser Ego** andererseits steht auf der Seite der **Angst**, das ist der Teil von uns, der meint, getrennt zu sein, getrennt von der Liebe, von der Sicherheit, von der Fülle, der sich fürchtet, angegriffen zu werden, der meint, sich verteidigen zu müssen.

Es ist der Teil von uns, der beschränkt ist auf das, was sichtbar, messbar, zählbar, physisch greifbar ist, auf unsere dreidimensionale Welt, der keinen Zugang hat zu dem, was wir eigentlich sind.

**Unser Verstand** schließlich ist an sich neutral. Er steht dazwischen – zwischen Herz und Ego – und es ist die Frage, wem er dient,

**wem wir ihn dienen lassen.**

**In der Vergangenheit hat unser Verstand dem Ego gedient**, hat unserem Ego die intellektuellen Begründungen geliefert, warum es unausweichlich ist, sich fürchten zu müssen, warum die Welt böse ist, unberechenbar und gefährlich.

So war es in der Vergangenheit und ist auch jetzt noch in den meisten Bereichen so.

Gleichzeitig aber ist in unserer Zeit eine neue Weltsicht am Entstehen begriffen, eine neue Art zu sein, eine neue Art das Leben wahrzunehmen, eine neue Art zu leben – indem mehr und mehr Menschen immer mehr auf ihr Herz anfangen zu hören – das Herz, das die Wahrheit fühlt, das auf Grund seiner Verbindung mit AllemWasIst, das größere Bild jeder Situation intuitiv erfassen kann und sich deshalb nicht zu fürchten braucht und so in der Liebe lebt.

Und diese Menschen sind dabei, ihren Verstand immer mehr dem Ego zu entziehen und in den Dienst des Herzens zu stellen, so dass der Verstand nicht mehr dazu dient, unsere Ängste zu rationalisieren, sondern dazu, das zu verstehen und zu formulieren, was unser Herz wahrnimmt.

So sind wir auf dem Weg in eine neue Gesellschaft, zu einer neuen Erde, auf der das Ego seine Macht verliert, Härte, Kälte und Missachtung, Gewalt und Krieg keinen Platz mehr haben und

**der Verstand immer mehr dem Herzen dient.**

## 2.

### **GruppenFernBehandlung**

#### **Thema Selbstliebe / Selbstwertschätzung**

**15. März ab 19Uhr**

**über Zoom**

Es geht z.B. um tiefe innere Verletzungen, die zu der mangelnden Selbstliebe geführt haben, sowohl in diesem Leben als auch schon in diversen früheren Leben. Für die Auflösung müsst ihr aber über diese früheren Leben bewusst nichts wissen. Das hat euer physischer Körper alles zuverlässig aufgezeichnet.

Es geht auch um Selbstsabotage durch Selbstverurteilung und möglicherweise Vereinbarung von Verträgen, Schwüren, Flüchen und dergleichen mit euch selbst und um sonstige Verstrickungen, auch um die Übernahme von negativen Urteilen von anderen über euch. - usw.

Der Abend wird aufgezeichnet werden, sodass ihr alles noch einmal (oder auch öfter) anhören könnt, um die Energien noch tiefer wirken zu lassen - oder auch falls ihr am 15.3. nicht live dabei sein könnt.



Meldet euch bitte zeitig an.

**3.** Und hier kommt die kleine sehr nützliche **Herzübung** (die leider ein paar mehr Worte braucht, um sie zu erklären ;-))

Voraussetzung ist, euer Herz gibt euch Ja/Nein-Antworten auf alles, was ihr fragt. Das heißt auch, euer Herz weiß alles.

Dazu braucht ihr als allererstes natürlich das Vertrauen, dass euer Herz tatsächlich so weise ist.

Und dazu solltet ihr als erstes einmal herausfinden, wie euer Herz auf Fragen oder Impulse reagiert.

Sagt euch also in einer ruhigen Minute leise oder innerlich,  
„Ich gehe in Resonanz mit der bedingungslosen Liebe“ -

und dann fühlt, wie sich euer Herz verhält. Wird es leicht, hell, dehnt es sich aus, fühlt es sich einfach wohl an . . . . Das ist bei jedem leicht unterschiedlich.

Um es dann noch deutlicher zu spüren, macht die Gegenprobe, in dem ihr leise oder innerlich eurem Herzen sagt,

„Ich gehe in Resonanz mit der Lüge“ -

Und dann fühlt wieder. Wahrscheinlich fühlt sich das weniger angenehm an, es wird eng, dunkel, kalt, ungemütlich . . . .

Und dann geht bitte schnell wieder zur Liebe zurück, damit sich dieses unangenehme Gefühl nicht groß ausbreitet.

Jetzt wisst ihr, wie euer Herz reagiert, d.h. wie es mit euch kommuniziert.

Jetzt müsst ihr nur noch üben - und Vertrauen lernen, damit ihr diesen persönlichen Weisheitpool in euch auch für euch nutzen könnt..

Ich würde zur Übung zunächst einmal mit ganz banalen Fragen beginnen, z.B. „Ist heute Dienstag?“ oder „Regnet es gerade draußen?“.

Dann könnt ihr mit Fragen beginnen, was ihr vielleicht jetzt gerade tun sollt/wollt, z.B. „Soll ich jetzt einen Spaziergang machen?“ - oder "Soll ich wirklich heute ins Kino gehen? Würde mir das gut tun? -

Und dann tut das!

Und findet heraus, dass es euch tatsächlich gut tut, selbst wenn es euch möglicherweise etwas Überwindung gekostet hat, tatsächlich los zu gehen.

Später könnt ihr euer Herz dann auch eure größeren und ganz großen Lebensfragen entscheiden lassen - und ihr werdet merken, dass es das Leben wesentlich leichter macht, wenn ihr euren Verstand mal ein

wenig auf Urlaub schicken könnt.  
Möglicherweise könnt ihr dann auch ruhiger schlafen :-))

(Diese Übung ist nicht von mir. Ich habe sie vor ziemlich langer Zeit mal auf einem spirituellen Seminar bekommen und habe tatsächlich gerade auch die Internetseite wiedergefunden: <http://www.puramaryam.de/wahr-herz.html>)

Soweit für heute - Viel Spaß beim Üben!

Herzliche Grüße eure Dörte Luna'Him

## *Newsletter April 2023*

### **Warum alles so ist, wie es ist**

Ich werde immer wieder einmal gefagt, warum wir auf der Erde gerade diesen so aufreibenden Prozess durchmachen müssen.

Warum musste es so schwierig werden auf der Erde? Warum wird alles immer noch schlimmer? Warum mussten wir, als Menschheit, aber auch individuell so viele belastende problematische Energien ansammeln? Warum muss dieses Leben so schwer sein?

Manchmal erzähle ich dann die folgende Geschichte, die sich sicher nicht genauso zugetragen hat, die aber vielleicht auf ihre Weise verständlicher macht, warum gerade alles so ist, wie es ist:

Lasst uns dazu in der Zeit zurück gehen - sehr weit zurück, bis dahin, wo es überhaupt noch keine dunklen Energien gab - auf der Erde nicht und auch im ganzen Universum nicht.

Es gab die Quelle, das Göttliche, es gab Engel, und auf der Erde gab es zu der Zeit vielleicht das, was wir gerne das Paradies nennen. - Aber es geschah nichts und keines der Wesen wusste so recht, wer oder was es war oder warum es da war.

Da hatte einer der obersten Engel, einer der ganz nah an der Quelle war, plötzlich die Idee, „Ich mach mal was. Ich trenne mich vollständig von den göttlichen Energien ab. Dann wird sicher was geschehen und es wird sicher total spannend werden.“

### **Licht und Dunkel**

So kam das Unlicht in die Welt, die sogenannte Dunkelheit. Wobei dieses Unlicht auf den ersten Blick, wie auch heute noch so oft, gar nicht unbedingt als solches zu erkennen war. Im Gegenteil, oft schien es sogar sehr attraktiv und anziehend - und so begann es sich zu verbreiten. So begannen sich Lichtes und Dunkles zu vermischen. Bis irgendwann, so wie es heute noch ist, alle Menschen beide Energien in sich trugen, die einen mehr Dunkles, die anderen mehr Lichtes.

So lebten wir viele hunderte von Leben und die Dinge nahmen einfach ihren Lauf. Am Anfang war es noch spannend, einfach auszuprobieren, einfach mal zu erfahren, wie es sich anfühlt, dieses Unlichte - bis irgendwann deutlich wurde, dass auf lange Sicht das Dunkle doch mehr und mehr Leid verursachte. Manche verstrickten sich aber so tief darin, die Abkehr vom Lichten war so tief, dass sie vergaßen, dass auch sie Licht waren - irgendwo in einem hintersten Winkel ihres Herzens sind allerdings auch sie immer noch Licht.

Und andere meinten, aber ich doch nicht, ich bin vollkommen Licht, ich habe nie etwas Unlichtes getan - was aber auch nicht stimmte. Denn auch sie hatten sich längst - und oft eben fast unmerklich - mit dem Unlichten verstrickt. Es war längst Teil von ihnen geworden. Auch wenn es so schien, als ob sie nur Opfer der bösen Unlichten geworden waren.

## **Der Weg zurück ins Licht**

In diesem Leben ist es nun so, dass der Wechsel vom Überwiegen der dunklen Kräfte zum Überwiegen der Lichten Kräfte auf der Erde stattfinden wird, bzw. eigentlich schon stattgefunden hat, auch wenn das für die meisten noch nicht sichtbar zu sein scheint.

Denn die Erde ist der Planet der persönlichen Freiheit, hier wird keiner zu seinem Glück gezwungen. Jeder darf sich in seiner Zeit und auf seine Weise entwickeln. So gibt es eben noch viele Seelen/Menschen, die sich so tief in das Dunkle verstrickt haben, dass sie im tiefsten Inneren so sehr verletzt sind und sich so sehr verloren haben, der lichte Kern in ihnen sich so weit zurückgezogen hat, dass es extrem schwer geworden ist, den Weg zurück ins Licht zu finden. Und dazu gehören sehr viele, von denen täglich in den Nachrichten berichtet wird. Und viele, die so viel Leid auf die Erde bringen sind selbst - mehr oder weniger bewusst - sehr mit ihrem eigenen Leid am kämpfen und projizieren so ihren eigenen inneren Unfrieden in die Welt.

Anders ausgedrückt, diese Seelen haben sich für die allgemeine Entwicklung auf der Erde - damit wir alle unsere Erfahrungen mit dem Unlicht machen können - so weit aufgeopfert (mehr oder weniger so weit wie der erste göttliche Engel, der sich so vollständig von den Lichten Energien getrennt hatte), dass der Rückweg unendlich schwer geworden ist.

Wobei die allermeisten von ihnen sicherlich früher oder später merken werden, dass auch sie im Innersten nach wie vor Licht und Liebe sind - und das auch wieder werden leben können, nur eben in ihrer Zeit, genauso wie wir das auch tun.

Während viele also noch damit beschäftigt sind, ihr Unlicht auszuleben - und dafür durchaus auch unsere Wertschätzung verdienen - sind wir (schon oder noch) etwas Lichterem aufgerufen, sozusagen unsere Hausaufgaben zu machen. Das heißt, alles Unlichte, alles angesammelte Leid, alle Traumata, Blockaden, Verletzungen usw. aus dieser und den unzähligen früheren Inkarnationen auf der Erde, und in anderen Welten, jetzt in uns zu heilen, nach und nach - und in immer schnellerer Abfolge.

Denn darin unterstützen uns massiv die einfließenden lichten Energien aus dem Kosmos, aus der geistigen Welt, von der Sonne, von anderen Sternenvölkern, aus dem Erdinneren usw.

## **Die große Transformation**

So kommt es, dass wir uns in einem grandiosen Transformationsprozess befinden, der auch immer intensiver wird - und der extrem herausfordernd, extrem heilsam und auch immer wieder extrem erschöpfend auch für unseren physischen Körper ist. Denn auch unser physischer Körper wird innerlich vollkommen ‚umgebaut‘, genau wie unsere seelischen Ebenen.

Ein gutes Mittel, um all diese Herausforderungen zu bewältigen, ist dabei immer wieder unser inneres ‚JA‘ zu all dem, zu den hereinfließenden Energien, zu der Transformation, zu dieser Reise ins Ungewisse - unser inneres ‚ICH ERLAUBE‘. Denn auch wenn es ungewiss erscheint, wohin die Reise geht, so ist doch eines sicher: Am Ende wird alles gut werden - sehr gut. Das ist meine volle Überzeugung - und nicht nur meine.

Denn wir können das. Wir, speziell die Menschen, die sich gerade in diesem grandiosen Entwicklungsprozess befinden, machen solch einen Prozess nicht das erste Mal durch, auch wenn wir uns nicht erinnern. Wir wissen - auf Seelenebene - wie das geht - und wir können das!

Es ist genau der Grund, warum wir überhaupt zu dieser Zeit gerade auf der Erde sind. Warum wir seinerzeit, vor der jetzigen Inkarnation, mit Begeisterung alle Hebel in Bewegung gesetzt haben, um eben genau jetzt hier zu sein.

## *Newsletter Juli 2023*

### **Von Krise zu Krise oder: Schritt für Schritt in die neue Zeit**

Kennt ihr das auch?

Es gibt gerade und auch schon seit geraumer Zeit immer wieder innere Einbrüche in immer kürzeren Abständen - und immer wieder wühlen wir uns da hindurch.

Und sobald wir durch sind durch die eine Krise, kommt gleich die nächste und manchmal sogar, bevor wir mit der ersten durch sind.

Aber es wird durchaus leichter im Laufe der Zeit. Wir haben ja inzwischen auch genug Übung - oder?

Und wir wissen - hoffentlich - dass es allgemein für uns Menschen um Transformation geht und dass wir uns sozusagen auf den letzten Metern vorm Ziel befinden - wobei allerdings die letzten Meter ja häufig auch die schwersten sind - oder auch nicht. Weil die Erkenntnis, dass es fast geschafft ist, uns beflügelt. Immer so, wie es sich gerade fügt.

Aber wenn wir dann irgendwann mal so weit sind, dass wir - während es uns noch dreckig geht, trotzdem so vollkommen im Frieden sein können, als ob es uns schon wieder gut ginge - oder als ob es uns gar nicht schlecht ginge - ich glaube, dann werden wir einen großen Schritt weiter sein.

Eigentlich wollte ich das klarer ausdrücken, aber da versagt irgendwie meine Sprache - und auch schon vor der Formulierung sogar die Gedanken, die einfach noch keine klare Vorstellung davon haben, wie es dann sein könnte.

Denn dann ist es möglicherweise gar nicht mehr so, dass wir überhaupt leiden unter den schwierigeren Phasen. Wenn wir in jedem Moment sicher wissen, dass es nur ein Übergang ist und dass es sich definitiv lösen wird - oder eigentlich sich schon gelöst hat und die Materie in Form unseres Körpers nur wie immer ein wenig langsamer ist und etwas auslebt, was eigentlich auf anderer Ebene schon längst geschehen ist . . . oder gelöst ist.

Bisher ist es jedenfalls bei mir noch so, dass ich viel zu häufig noch wieder in die Falle gehe und denke, es bleibt jetzt immer so schwierig, so schmerzhaft und so mühsam, ich bin ungenügend, ich kann das nicht, bis hin zu . . . obwohl die Lösung sogar jedesmal näher liegt.

Auf jeden Fall sind diese Abstürze inzwischen wesentlich kürzer als sie mal waren und eigentlich im Vergleich zu früher tatsächlich schon so kurz, dass man eigentlich erwarten sollte, dass es möglich sein sollte, sie mit dem inneren Frieden locker zu überbrücken ;-))

*Wie das am besten geht? - Das Zauberwort ist „Ich erlaube“.*

Ich erlaube, dass die Krisen kommen, ich nehme sie an als meine, ich erlaube, dass all die neuen Energien, die gerade immer wieder auf die Erde fließen, in mich hinein kommen dürfen, weil dann - auch

wenn es sich vorübergehend fremd anfühlt - weil dann die Krisen immer leichter zu bewältigen sind - also „Ich erlaube“ - die neuen Energien, meine Krisen, die Veränderung, die Transformation - wohin auch immer.

Denn es ist immer nur meins, was sich da verändert und auch der Weg ist meiner. Und ich komme immer mehr zu mir, so wie ich eigentlich bin. Es ist nichts Fremdes bei alledem und es wird immer nur besser.

Das ist meine innere Gewissheit.

Ich wünsche euch noch einen schönen Sommer - liebe Grüße  
Dörte Luna'Him

## *Newsletter August 2023*

Hallo ihr Lieben,

heute möchte ich euch mal wieder etwas aus meinem Leben erzählen, mal wieder unter einem besonderen Blickwinkel.

Beginnend mit meinem 70. Geburtstag vor 2 Jahren begann mir mein mehr oder weniger unbewusst entstandener Lebensentwurf mehr und mehr ins Bewusstsein zu treten. Ich war seit Jahren im Rentenalter und wurde mir jetzt auf eine neue Art bewusst, dass ich mit meiner geringen Rente (die gerade eben für meine Miete reicht - ich hatte mich nie darum gekümmert, mich nie darum kümmern wollen) gezwungen war, bzw. mich selbst gezwungen habe, mich irgendwann für das Thema Langlebigkeit zu interessieren. (So habe ich das jedenfalls verstanden.) Und dieser Zeitpunkt war jetzt unmissverständlich erreicht.

Immerhin habe ich rechtzeitig, noch ohne darüber nachzudenken, schon 2006, in einen Beruf gewechselt, den ich liebe und der mich rein physisch nicht belastet und habe auch einen wesentlich jüngeren Partner (der mich zur Not auch noch eine Weile pflegen könnte . . . ;-)) und der von meiner Seite nicht aus Berechnung in meinem Leben ist ;-))

Eigentlich beginnt die Geschichte aber ziemlich genau 40 Jahre vorher, als ich das erste Mal meine Arbeit gekündigt habe, für die ich 12 Semester studiert hatte. Es war die erste von insgesamt 5 Kündigungen, wo ich jeweils mehr oder weniger 'gute' Stellen habe sausen lassen - weil es mir entweder nicht mehr gefiel, mir aus weltanschaulichen Gründen nicht mehr passte oder mich schlicht kräftemäßig überforderte, auch weil es nie wirklich meins war.

In der Zeit um meinen 70. Geburtstag herum hatte ich dann also sehr sehr deutlich das Gefühl, es beginnt jetzt etwas ganz Neues. Damals ahnte ich noch kaum, was es sein würde, geschweige denn wie ich dort hin kommen könnte - ich hatte lediglich das Gefühl, es würde etwas ganz Neues werden - und ich freute mich darauf.

Es begann dann einige Monate später, Anfang letzten Jahres, mit meiner sehr heftigen Corona-Erkrankung. Es ging weiter Anfang diesen Jahres mit einer recht heftigen und langwierigen Zahngeschichte

(so viele defekte Zähne auf einmal hatte ich noch nie im Mund gehabt), dann kam meine neue Heilerausbildung als Schülerin von Tanja Matthöfer - 17 wöchentliche Online-Treffen, zusammengedrängt auf 5 Monate mit vielen vielen Hausaufgaben jedes Mal, plus meine übliche Arbeit, was mich nur sehr knapp an einem Burnout hat vorbeigehen lassen. Und dann, als ich gerade dabei war mich davon wieder zu erholen, bin ich vor einigen Wochen auf dem Gehweg gestürzt, wie ein Baum der gefällt worden ist und habe mir über den ganzen Körper hinweg blaue Flecken zugezogen und am rechten Arm einen doppelten Ellenbogenbruch.

Während all dieser Zeit, gab es immer diverse positive Ereignisse, wunderbare Menschen, denen ich begegnet bin, die mir geholfen, die mich unterstützt haben, viele innere Veränderungen, die ich sehr positiv registriert habe, die mir auch sehr wichtig waren.

Aber das ganze Ausmaß, oder sagen wir die Zielrichtung dieser ganzen Geschehnisse (von meiner Seele aus gesehen), ist mir erst jetzt, in diesen letzten Wochen, so richtig bewusst geworden.

Aus heutiger Sicht sind damit all diese Ereignisse seit meinem 70. Geburtstag zu dem Zweck in mein Leben gekommen, um mir endlich verständlich zu machen, wenn ich weiterhin auf dieser Erde bleiben möchte und wenn ich meinen Lebensplan so verwirklichen möchte, wie ich mir das zumindest unbewusst schon vor vielen Jahrzehnten vorgenommen habe, dann kann ich so wie ich bisher gelebt habe, nicht weitermachen.

Mehr und mehr begriff ich also nach dem letzten Unfall endlich, dass ich in meinem Leben wirklich ganz Grundsätzliches würde zu verändern haben, wenn meine Rechnung überhaupt auch nur eine kleine Chance haben sollte aufzugehen.

Ich muss das, was sich mit meinem gebrochenen rechten Arm als einzige Handlungsmöglichkeit zu zeigen begann, zu meinem Lebensprinzip machen.

Mein linker Arm - als mein einziger Arm einige Wochen lang - konnte nämlich nur dann einigermaßen erfolgreich etwas bewerkstelligen, wenn ich das, was ich tat, absolut ruhig, gelassen und meditativ tat - etwas, was mir bis dahin über 70 Jahre lang immer vollkommen gegen den Strich gegangen war.

Ich kann absolut nicht behaupten, dass mir das jetzt schon gelungen wäre. Aber ich weiß auf jeden Fall, das ist der Weg - wenn meine am Anfang noch recht unbewusste und inzwischen immer klarere Rechnung auch nur halbwegs aufgehen soll.

Denn es sind nicht nur häusliche Tätigkeiten, um die es da geht, sondern es ist einfach alles - mein ganzes Leben auf allen Ebenen. Und ich kann das nur bedingt einfach 'machen' - ich muss mich führen lassen, durch Begegnungen, Ereignisse usw., in der Hoffnung, dass die Ereignisse in Zukunft dann etwas weniger drastisch ausfallen werden ;-))

Ich erzähle euch all das in der Hoffnung, dass ich so vielleicht ein wenig deutlich machen konnte, warum es aus meiner Sicht in dieser unserer Zeit jetzt geht - je nachdem wie weit wir bereit sind, uns einzulassen - und selbstverständlich auch, wie weit entfernt von oder wie nah dran an unserem Lebensplan wir uns jeweils befinden. Um dann mehr zu dem zu werden, oder auch um mehr zu dem zurückzukehren, was wir eigentlich sind.

Manch einer braucht dafür vielleicht auch gar keine Korrektur. Ich betrachte das Leben ja immer vorrangig aus meinem eigenen Blickwinkel. Und sicherlich gibt es sehr viele verschiedene Arten von Lebensplänen, von denen ich gar nichts weiß bisher und die ich so leicht vermutlich auch gar nicht mal erkennen oder beschreiben könnte, die sich vollkommen anders gestalten.

Seid ganz herzlich begrüßt  
Dörte Luna'Him