

# Du triffst immer eine Wahl!

Gleich-gültig, ob Dir das bewusst ist, oder nicht ☺



(Foto: Nina Grützmacher)

Das ist ein Rundschreiben, das Dich über Neuigkeiten, Inspirationen und Termine rund um meine Arbeit (Lilli Constanze Schmidt) und meine Schule für Bewusstsein und Selbstliebe [www.singende-herzen.de](http://www.singende-herzen.de) informiert.

Das „Du“ ist in tiefem Respekt und Achtung gewählt – es erleichtert mir das Formulieren und Deinem Herzen das Einschwingen, wenn Du magst.

Mitten in der Zeit des Wandels, die immer Jetzt ist, lädt uns die Adventszeit ein, in die Stille zu gehen - nach Innen zu gehen und zu lauschen:

Was will da gehört werden? Was will an die Oberfläche unseres Seins kommen? Was will wahrgenommen werden?

Wow, das Leben ist so schnell und voller Impulse - und schon rasen sie an uns vorbei.

Wir fühlen uns müde und leer. Diese Leere füllen wir mit Dingen oder Informationen oder Essen.

Wir haben immer eine Wahl! Du hast immer die Wahl! Ich habe immer eine Wahl!

Jetzt! Halte inne und lausche! Das ist die Einladung!

Was nimmst Du wahr, wenn Du in Dich hineinlauschst?

Ich höre von meinen Klienten oft vom inneren Chaos oder Haltlosigkeit, Traurigkeit und Angst, Desorientierung und Resignation.

Nach unserer gemeinsamen Arbeit – wenn wir nach Innen gegangen sind und Wahr-nehmen geübt haben, ist meistens tiefe Dankbarkeit, Liebe und Mitgefühl spürbar. Das ist die Kraft, die durch mich wirkt.

Und wenn der Mensch bereit ist, lösen wir gemeinsam Altes und er entscheidet sich für eine neue Kraft oder gar ein neues Leben.

Das ist seine Wahl.

Und Du kannst diese Zeilen nutzen – ganz kostenfrei, um Dich wieder zu erinnern, wer Du wirklich, wirklich bist:

Du bist der Ausdruck der Sehnsucht des Lebens nach sich selbst!  
Du bist ein göttlicher Teil des Lebens!  
Nimm Deinen Platz ein!  
Tritt Dein göttliches Erbe an!

Halte inne und lausche!

Löse Dich von alten, Dich klein machenden Denk- und Verhaltensmustern!

Es gibt Dinge in Deinem Leben, die Du verändern kannst.  
Es gibt Dinge in Deinem Leben, die Du nicht verändern kannst.

Ich wünsche Dir Mut, in Dich hineinzuspüren!  
Ich wünsche Dir Kraft und Liebe all das zu verändern, was in Deiner Macht steht!  
Ich wünsche Dir liebevolle Hingabe, das annehmen zu können, was Du nicht verändern kannst!  
Ich wünsche Dir Weisheit, das eine vom anderen unterscheiden zu können!

Und all das braucht Deine Entscheidung, Dich Dir und dem Leben zuzuwenden.

Diese Zuwendung ist kein einmaliger Akt. Es ist eine Lebenseinstellung, die Dich lebendig hält.  
Immer wieder...

In diesen Zeiten des Wandels, die sich unsere Seelen ausgesucht haben – Hier und Jetzt – braucht es Deine Achtsamkeit.

DU bist der Schlüssel!

Dies ist die Einladung – von ganzem, brennenden Herzen - für eine Neue Erde und eine Neue Zeit:  
Wende Dich Dir zu!

Was macht Dich klein und wie wirst Du groß?  
Was denkst Du über Dich und das Leben?  
Was hindert Dich daran, wirklich, wirklich bei Dir zu sein?  
Was sind Deine Wurzeln und sind sie gesund?  
Wie kannst Du gut für Dich sorgen:  
Welcher Anteil in Dir braucht Trost und Erbarmen?  
Welcher Anteil braucht ein mitfühlendes Herz?  
Welcher Anteil braucht einen liebevollen Schubs?  
Welcher Anteil in Dir braucht Anerkennung und Wertschätzung?  
Wie lebst Du ein gutes Leben?  
Wie geht das: Sich selbst lieben?  
Wofür brennst Du?  
Was bringt Dein Herz zum Singen?

Es ist mir ein tiefes Bedürfnis, mich selbst zu heilen und Dich auf Deinem Weg zu unterstützen.  
Dafür brenne ich!

Mit allem, was wir in uns heilen, heilt unsere Welt ein Stück mit und wird heller!

Die Adventszeit und die bevorstehenden Rauhnächte sind eine günstige Zeit für den Rückzug und die Stille.

Der Schleier zwischen den Welten ist dünn und wir erhalten leicht Informationen und Impulse für uns selbst und für andere und für unser Leben auf Mutter Erde.

Der Tempel der Urquelle am 6. Januar wird ein besonderer sein, da in dieser Nacht die Zeit der Rauhnächte endet.

Wir werden ein altes Ritual feiern. (Voraussichtlich wird dieser Abend etwas länger werden.)

Ich freue mich auf Dich!

## Dies sind die Workshops und Meditationsabende im Frühjahr 2012:

Neu:

### ° Ausbildung zum spirituellen Coach

Spirituelles Coaching umfasst die Beleuchtung der Schattenseiten und die Stärkung der vorhandenen Potenziale!

12 Module: Start 29. März 2012 – Ende 25. Mai 2013, donnerstags - samstags, Kosten pro Modul 370€

Bei Buchung aller Module: 4000€

Aus dem Inhalt:

Energetische Systeme, Heilung des inneren Kindes, Rückholung von Seelenanteilen, Rückführung, Energien sehen und deuten, Entstrickung der Ahnenenergien, Anbindung und Stärkung der Wurzelenergien, Chakrenreinigung, Arbeiten mit Farben und Licht u.v.m.

Einige Module können einzeln gebucht werden.

Bei Interesse bitte Termin vereinbaren ♥

Neu:

### ° Eintägige Praxis-Workshops zum Reinschnuppern: Was ist das und kann ich das auch?

Diese Praxisworkshops haben es in sich. Hier erlernst Du leicht neue Techniken und kannst sie sofort ausprobieren.

Wie der Name schon vermuten lässt, geht es hier hauptsächlich um die Erfahrung und das Üben.

Theoretische Grundlagen werden beleuchtet aber nicht vertieft.

Um eine hohe Qualität der Betreuung zu gewährleisten, ist die Gruppengröße auf 6 Menschen begrenzt. **Bitte rechtzeitig anmelden!**

### **Quantenheilung: 29.01.; 18.03.2012**

“Was ist Quantenheilung? Quantenheilung arbeitet mit sanfter Berührung und versetzt das vegetative Nervensystem spontan und sofort in den Zustand, in dem tiefe Heilprozesse stattfinden: Das Nervensystem schaltet unmittelbar auf Heilung um und kann all das reorganisieren, was nicht optimal funktioniert. Und das Erstaunliche daran ist: Nicht nur der Behandelte, sondern auch der Behandler erleben ein unmittelbares, lang anhaltendes Wohlgefühl. Probieren Sie es aus Sie werden garantiert überrascht sein, was diese Methode zu leisten vermag!“

Quelle: „Quantenheilung“; Autor: Frank Kinslow; Verlag: VAK Verlags GmbH  
Siehe auch: <http://www.singende-herzen.de/quantenheilung.htm>

Dieses Buch ist wirklich ein gutes Grundlagenwerk! Der Workshop dient vor allem der praktischen Übung und Anwendung.

An den Tempel der Urquelle Gruppenheilung – Abenden (jeden 3. Dienstag im Monat) üben wir ebenfalls Quantenheilung!

### **Energiesehen: 08.01.; 26.02.2012**

Wir nehmen mit unseren Sinnen viel mehr wahr, als wir verarbeiten können und haben gelernt zu selektieren. Leider gehen uns durch zu starke Ausgrenzung von Wahrnehmungen sinnvolle und hilfreiche Informationen verloren. Wir können Menschen und/oder Situationen nicht wirklich einschätzen und treffen dann Entscheidungen, die nicht stimmig sind. Manche Wahrnehmungen wurden uns sogar bewusst ab-erzogen. Und dann stehen wir da und nehmen etwas wahr und sind irritiert, weil wir einfach nicht gelernt haben, was welche Wahrnehmung bedeutet. Dieser Workshop hilft Dir, ein gutes Stück Klarheit zu schaffen.

Wer wieder MEHR wahrnehmen möchte ist hier gut aufgehoben.

### **Chakrenreinigung: 05.02.; 25.03.2012**

Die Kraftzentren unseres energetischen Körpers drehen sich im Idealfall kraftvoll und beständig. Ist dem nicht so, staut sich unsere Energie (Blockaden) oder unsere Energie läuft aus uns heraus, wie Wasser aus einem Sieb. Wir sind entweder müde oder überdreht – beißen uns an einem Thema fest oder können uns nicht konzentrieren – wir sind unausgeglichen. Unser psychisches und physisches Gleichgewicht oder auch Ungleichgewicht ist an unseren Chakren erkennbar. Chakrenreinigung und -harmonisierung ist eine Weg zur Gesundheit und Ausgeglichenheit.

**Zeiten: 13.30 – 18.00 Uhr**

**Preis: 82€**

aktuelle Termine findest Du immer unter: <http://www.singende-herzen.de/news/index.php>

### **° Tempel der Ur-Quelle**

Geführte Meditationen und Heilrituale, die klären und nähren und Dich unterstützen, Dein Leben in Freude zu leben!

Jeder Abend ist anders und ein offenes WERden.

Wer mag, lässt mich nachspüren, was momentan ansteht oder das System gerade braucht.

Oft kommen Informationen aus der geistigen Welt für bestimmte Teilnehmer als konkrete Inspiration.

**Jeden ersten Freitag im Monat 19.00 – ca. 21.00 Uhr**

**Bitte anmelden – das hilft mir bei der Organisation 😊**

**Besonderer Tempel-Abend:**

**6. Januar – Rahnacht-Tempel-Abend. Ein Ritualabend für das Neue Jahr.**

### ° Tempel der Ur-Quelle Gruppen-Heilung

Ein Abend an dem nicht nur ich meine Achtsamkeit auf Dich richte und Dir Informationen über Deine Energie gebe, sondern – wenn Du das möchtest - die gesamte Gruppe.

Wer einmal an einem Tempel der Ur-Quelle teilgenommen hat, schätzt das liebevolle Miteinander.

Die Zeit ist reif für die Öffnung dieses Kreises für die Heilenergie aller Teilnehmer. Der Respekt vor Dir und die Liebe zu Dir gebieten es, dass Du nach Deinem Einverständnis gefragt wirst.

Wenn liebevolle Achtsamkeit von allen Gruppenmitgliedern auf Dich gerichtet ist, vervielfacht sich die Wirkung.

Wir üben an diesem Abend, uns führen zu lassen und natürlich gibt es geführte Rituale und Meditationen.

Zum Abschluss richten wir gemeinsame Heilenergie auf Mutter Erde und danken ihr für ihr Tragen und Nähren.

**Jeden 3. Dienstag im Monat 19.00 – ca. 21.30 Uhr**

### **Besonderer Tempel-Abend: Die geistige Welt lädt ein!**

Es ist die Zeit im Jahr, an Menschen zu denken, die uns nahe stehen oder standen.

Manche Menschen, denen wir uns nahe fühlen, machen schwere Zeiten durch.

Ob sie nun im Diesseits oder bei ihren Ahnen sind, Dein liebevolles an sie denken, kommt an.

Die Runde von Menschen, die sich zu den Tempel-Abenden versammelt, ist voller Liebe und Kraft, gleichgültig, ob es drei oder 20 sind.

Wenn Du nicht persönlich anwesend sein kannst, fühle Dich eingeladen, in Deinem Herzen dabei zu sein - die Gruppenheilung geht auch zu Dir und Deinen Lieben! (Stimme Dich um ca. 19.45 Uhr auf diese Energie ein.)

Im Anschluss werden wir ein Ritual feiern, das Dich noch tiefer in die bedingungsfreie Liebe führt.

**20. Dezember um 19.00 Uhr**

Tor 28, Machabäerstr. 28  
Bitte anmelden - Herzdank!

Alle Tempel der Ur-Quelle-Abende finden auf Spenden-Basis statt.  
20€ sind prima – wer wenig hat, gibt weniger, wer viel hat, darf mehr geben!  
Bitte anmelden – Danke!

Im Januar erscheint ein Buch, in dem Du auch über meine Arbeit lesen kannst:

<http://www.amazon.de/Die-gro%C3%9Fen-Heiler-Welt-energetische/dp/3941837281>

Ich bin sehr glücklich und dankbar, dass Heike Katzmarzik mir vertraut und mich in ihr Buch aufgenommen hat!

Fühl Dich herzlich umarmt, wenn Du magst!  
Fühlen Sie sich herzlich umarmt, wenn Sie mögen!

Herzensgrüße und Segenswünsche für eine freudvolle Weihnachtszeit!  
Vielleicht sehen wir uns in einem guten Neuen Jahr 2012!

Lilli Constanze Schmidt

Mögen die Herzen aller Wesen singen!

Falls Du Menschen kennst, die an dieser Arbeit interessiert sein könnten:  
einfach diese Mail weiterleiten.  
Herzdank!

Wenn Du/Sie keine Infos zu meinen Veranstaltungen mehr haben möchtest/n, schicke/n Sie mir einfach eine Mail an [mail@singende-herzen.de](mailto:mail@singende-herzen.de) mit dem Betreff „keine Mail mehr“.