

## Claudia Lämmermeyer - Engelalm

---

**Von:** wochenpost@engelalm.com  
**Gesendet:** Dienstag, 10. Jänner 2012 09:55  
**An:** Claudia Lämmermeyer  
**Betreff:** Engelalm Wochenpost KW 2+3



Liebe Claudia!

Willkommen nun endgültig im Jahr 2012! **Alles wird anders - nicht wahr?** Oder was ist mit den guten Vorsätzen? Hast Du welche? Ob ich welche habe? Natürlich und einer der Vorsätze ist für mich, das neue Jahr etwas ruhiger angehen zu lassen. Was? Das ist auch Dein Vorsatz? **Bravo!**

**VORSATZ !** - Weißt du eigentlich woher dieser Begriff kommt? **Vorsatz!** Das ist glaube ich nur eine Abkürzung von **VORHER-Satz**? Denn das tolle an diesen Vorhersätzen ist, dass sie erst mal NUR vorher sind. Sie schweben sozusagen als materielle Idee und Gutbotschaft vor uns im luftleeren Raum. Ganz leicht sind sie und mit einer kleinen Handbewegung wie ein kleines Fliegerl abzuwehren (aber sie kommen immer wieder .....)



**ABER** dann - wenn aus dem Vor(her)satz plötzlich ein Jetzsatz wird. Kennst Du das? Ja, dann wird es spannend.

Und mein **JETZTSATZ** lautet: **"Ja, ich werde im 2012er besser auf mich aufpassen und nicht mehr so viel Stress haben und mehr spazieren gehen und besser essen..."**

Das bedeutet natürlich **jetzt** auch **Konsequenzen**... Das neue Buch? Ja, es wird wohl doch 2013 werden. Ausbau der Praxiszeiten? Auch 2013/2014... und vom Rest erzähle ich Dir gar nix mehr.

Eine meiner Konsequenzen ist auch die **Umstellung der Wochenpost auf eine 2-Wochen-Post**. Ich hoffe, das ist in Ordnung für Dich.

Es hat auch einen Vorteil, wie ich jetzt im Dezember gemerkt habe. Wir haben eine Woche länger Zeit, um mit der Energie wirklich gut zu arbeiten! Wenn Du Dir einzelne und

persönliche Entwicklungskarten ziehst, gebe ich meistens die Empfehlung, daß Du Dir einen ganzen Monat Zeit nehmen solltest dafür. Und nun haben wir bei der 2-Wochen-Post zumindest zwei Wochen Zeit. Ich habe auch hin und wieder die Rückmeldung erhalten...  
*"ich bin nicht gleich zu Lesen gekommen und da war die Energie schon wieder fast vorbei..."* oder *"ich finde es manchmal schon ganz schön anstrengend wöchentlich eine neue Energie in den Fokus zu nehmen..."*  
 und wenn wir alles zusammenfassen, bin ich überzeugt, dass es eine gute Idee ist, dass ich mich in Zukunft mit der **"JEDEN ZWEITEN DIENSTAG POST"** bei Dir melde!

Ich wünsche Dir von ganzem Herzen, dass auch Du Deine "Vorsätze" zu "Jetztsätzen" machst und als "Nachsatz" dann sagen wirst: **"Ja, es ist gelungen!"**  
 Claudia und Walter




---

## ESSENZOSKOP 10. - 23. Jänner 2012



Die kollektive Energie für diese beiden Wochen ist:

### HEILKRÄFTE AKTIVIEREN



Ich möchte noch einmal kurz auf den Unterschied der beiden Karten **"Heilkräfte aktivieren"** und **"Selbstheilungskräfte"** eingehen. Es gibt nämlich einen ganz klaren Unterschied, auch wenn sich die Begriffe ähnlich anhören.

Deine Selbstheilungskraft ist ein **Potential in Dir**. Diese Energie ist im besten Fall immer aktiv. Grundsätzlich brauchst Du Dich **NUR** 😊 um Dein **Leben**, Dein **Glücklich** sein, Deinen **Körper**, Deine **Gefühle...** kümmern und Deine Selbstheilung funktioniert. Ich weiß schon, so ganz einfach ist es nicht, und meistens haben wir unsere "Rucksacker!" zu tragen, aber grundsätzlich stimmt es schon, dass unsere **Selbstheilungskräfte ständig in uns aktiv sind** oder sein könnten.

Anders ist es mit den **Heilkräften**. Das bedeutet wirklich **aktives Tun im heilenden Sinne**.

Das muss nun keine berufliche Geschichte sein oder bedeutet auch nicht, dass Du umsatteln mußt auf HeilpraktikerIn, Ärztin oder so. Nein - auch wenn es das Gewerbe nicht ganz so einfach sieht, aber das **Basis-Know-How** zum **Naturheiler**, zur **Naturmedizinerin haben wir alle in uns**. Jede Mutter, die sich aktiv um das Bauchweh ihrer Tochter kümmert, legt ihr die Hand auf das Bäuchlein. Jeder Partner, wenn die Partnerin Kummer hat, legt die Hand auf die Schulter etc...

Wenn wir in uns dieser Geburtskraft nicht mehr bewusst sind, sie nicht mehr spüren oder wir nicht darauf vertrauen, dann ist es Zeit für die Karte "Heilkräfte aktivieren".

**Heilkräfte aktivieren** kann natürlich auch bedeuten, daß Du Dich mit allen möglichen Heilmethoden beschäftigen solltest. Das kann die klassische Medizin, die Naturheilkunde oder jede Art von Heilung sein. Du wirst sicher fündig bei einer der vielzähligen Methoden, die es am Markt gibt. Zur meiner Arbeit als Naturheiltherapeutin habe ich einen Dankesbrief an Mutter Erde geschrieben - den kannst Du hier gerne downloaden - [BRIEF AN MUTTER ERDE!](#)

**ALSO! ICH DARF HEILEN** bedeutet, dass ich **MEINE** ganz besondere eigene Methode anwenden werde - mit oder ohne Hilfsmitteln - Aber ich werde es **TUN!**

Affirmation:



**TIPP:** Die Edelsteinessenz "**HEILKRÄFTE AKTIVIEREN**" hilft uns zu erkennen, wo die Blockaden zur Erlangung unserer Heilkräften sind.

### **EDELSTEINTIPP: SUGILITH**



Der Sugilith ist ein **hexagonaler** Kristall. Das bedeutet schon von Grund auf ist er sehr geeignet für die Themen **Ziel, Effizienz und Aufrichtigkeit**. Richtig schöne Sugilite sind eher selten. Es gibt weltweit nur wenig Fundstellen und der Sugilith ist ein ziemlich kostspieliger Stein. In Japan wurde er von Dr. Kenichi Sugi entdeckt - nach dem er auch benannt wurde. (Wenn ich mal einen Stein entdecke, dann heißt er vermutlich *Lämmermeyerit* - cool was?)

Sugilith hilft den **eigenen Standpunkt** zu bewahren. Hier hilft er die **eigenen inneren Wahrheiten** zu leben. Er verbessert auch die Qualität, sich **unangenehmen Dingen zu stellen** - das ist ja auch bei einer Krankheit immer der Fall. Denn wenn wir vom Resonanzprinzip ausgehen, hat die "Störung" unseres Gegenübers auch immer etwas mit uns selber zu tun. Und das könnten wir "unbewusst" abwehren und so nur 1/2 bei der Heilung aktiv sein.

Und so löst Sugilith **Spannungen, Kummer** und **Gram**. Er harmonisiert die **Nerven** und lindert starke **Kopfschmerzen**. Er hilft bei **Epilepsie, Legasthenie** und motorischen **Störungen**. ("Die Steinheilkunde / Michael Gienger)

---

### **Ätherisches Öl: LIMETTE**



Die Limette ist ein reines Tropengewächs und kommt besonders im südostasiatischen Raum vor. Die Limette ist fast doppelt so saftig wie die Zitrone und reich an Kalium, Calcium, Phosphor sowie Vitamin C.

Das **ätherische Öl** der Limette ist besonders gut geeignet in Duschgels, Deos und Mundwässern, da es stark deodoriert. Ihre antispektischen und antiviralen Eigenschaften beugen Ansteckungskrankheiten vor und der Duft erfrischt bei Mattigkeit und Müdigkeit. Das Limettenöl regt auch den Magen an.

---

Auch neu ist unsere Quartalsübersicht unserer Veranstaltungen in der Engelalm. Hier kannst Du Dir die ersten 3 Monate als Word-Datei runterladen.

[Veranstaltungsübersicht 1. Quartal zum download](#)

---

[Bitte keine Wochenpost mehr! - Danke!](#)