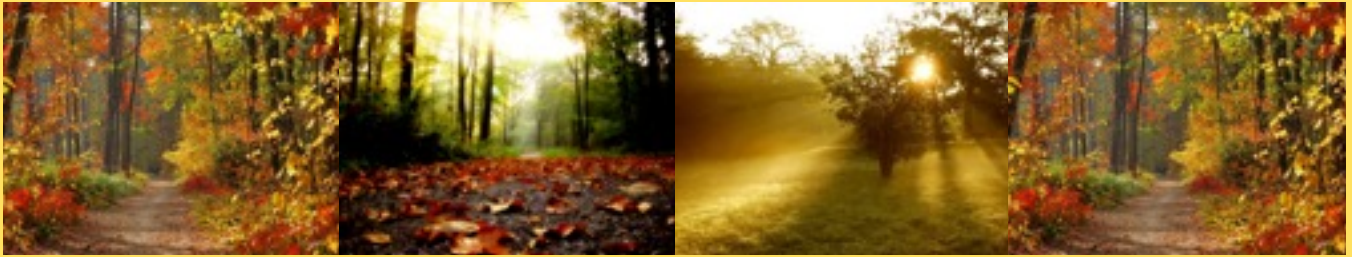


Newsletter Oktober 2015



18. Oktober 2015

Ein Optimist ist jemand der weiß, dass ein Schritt zurück nach einem Schritt vorwärts keine Katastrophe ist, sondern ein Cha-Cha-Cha!

Robert Brault

Liebe Kundinnen, liebe Kunden!

Ganz herzliche Grüsse aus dem aktuell verregneten, mit Schneetagen gezuckerten Emmental.

So begann mein letzter Newsletter im Mai und mir wurde heute bewusst, dass es wieder Zeit wird für ein paar neue News, denn das Wetter ist ja fast schon wieder wie im Mai.

Es war ein turbulenter Sommer, mit viel Bewegung - im Beruf, wie Privaten. Wir hatten im August wieder ein unvergessliche Hüttenwoche hier im Emmental und in der aktuellen Ausbildung sind wir Ende nächstes Wochenende schon in der Halbzeit.

Trotz dem „viel zu tun“ habe ich ein neues Seminar ausgearbeitet, zu dem ich dich einladen mag. Es findet am 07. und 08.11.2015 statt. Näheres findest du weiter unten in den News.

Ich freue mich, wenn auch du einen unvergesslichen Sommer hattest. Sonnig und heiss war er ja fast überall.

Nun können wir langsam wieder die ruhigere Zeit einkehren lassen und uns Zeit nehmen für uns.

Wie sind deine Erfahrungen mit der Deepak Chopra Meditationsreihe? Bist du noch dabei, bzw. hast du Zeit gefunden mitzumachen?

Ich freue mich über dein Feedback dazu.

Nun wünsche ich wieder viel Freude beim Lesen der News

und sende dir herzliche Grüsse

Deine Barbara Zaugg



Wie aufmerksam bist du mit dir?



Sicherlich bist du sehr aufmerksam, wenn ein dir wichtiger Mensch in deiner Nähe Hilfe oder Unterstützung braucht.

Sofort bist du da, oder? 😊

Mit offenem Herzen und Ohr, mit einer Umarmung, mit liebevollen aufmunternden Worten und allem was es braucht. Vor allem Zeit.

Hast du diese Aufmerksamkeit auch für dich?

Warum frage ich dich das?

Weil Selbst-Mitgefühl sehr verantwortlich ist für deine Gesundheit, dein Wohlfühl.

Für das auffüllen deiner Reserven und den Schutz vor Stress, Unzufriedenheit, Depression, Born-out, Selbst-Zweifeln und vielem mehr.

Da wir immer höhere Ansprüche, wie Perfektionsmus, schnelleres Arbeiten, besser sein als andere, usw., an uns haben, ist die Gefahr in eines der genannten Themen zu fallen sehr gross.

Daher ist es umso wichtiger zu erkennen, wie es mit deinem Selbst-Mitgefühl für dich selbst steht und was du tun kannst um mit dir liebevoller umzugehen, um deine Ressourcen aufzufüllen und kraftvoll deine Tage zu gestalten.

Die Möglichkeit dies zu erkennen, anhand von Übungen, Test und dann mit vielen Anregungen und praktischen Beispielen nach Hause zu gehen hast du am **07. und 08.11.2015** beim **Seminar „Self-Compassion - die Wichtigkeit von Selbst-Mitgefühl für uns“** in Nürnberg.

Ich freue mich wenn du dabei sein magst, bei diesem mir am Herzen liegenden Thema und ich dich in **Nürnberg** begrüßen darf.

Weitere Informationen findest du hier:

<http://www.barbarazaugg.com/seminare-ausbildung/self-compassion-die-wichtigkeit-von-selbst-mitgefuehl-fuer-uns/>

Wunder geschehen immer wieder - eine wahre Geschichte!

Kranke 9-Jährige trifft Jesus bei Nahtoderfahrung und ist danach geheilt....

Die neunjährige Annabel Beam fällt von einem Baum und ist stundenlang ohnmächtig. In dieser Zeit erlebt sie etwas geradezu Unglaubliches.

Bereits mit fünf Jahren werden bei Annabell Beam zwei sehr seltene und lebensgefährliche Verdauungskrankheiten festgestellt. Jahrelang kann sie nur flüssige Nahrung zu sich nehmen und hat ständige Schmerzen. Ein Krankenhausaufenthalt reiht sich an den nächsten. Das Mädchen hat zeitweise so schlimme Schmerzen, dass sie sich wünscht zu sterben.

Ein Baum verändert alles

Im Dezember 2011 passiert dann das Unglaubliche. Annabell Beam fällt beim Spielen von einem fast zehn Meter hohen Baum, schlägt dabei mehrfach mit dem Kopf an und ist danach stundenlang ohnmächtig. Erst nach Stunden wird sie entdeckt und anschließend von der Feuerwehr gerettet. Das erste Wunder steht schnell fest: Annabell überlebt den schweren Sturz ohne einen Kratzer. Doch nicht nur das: Seit dem Sturz ist Annabell von ihrer schlimmen Krankheit scheinbar über Nacht geheilt. Sie kann auf einmal wieder feste Nahrung zu sich nehmen und hat seitdem keinerlei Schmerzen mehr.

Sie trifft plötzlich ihre Oma – und wird von Jesus ins Leben zurückgeschickt

Das Wundermädchen erklärt den aus dem Staunen nicht mehr herauskommenden Ärzten die plötzliche Heilung mit einem besonderen Erlebnis: Während Annabell stundenlang ohnmächtig auf dem Boden liegt, begegnet sie laut eigener Aussage plötzlich Jesus.

„Ich sah den Himmel und es war wirklich hell, und ich sah meine Omi, die ein paar Jahre zurück, gestorben war. Und daher wusste ich, dass ich im Himmel war“, so die heute Zwölfjährige. „Ich glaube, dass ich geheilt bin, weil ich Jesus gefragt habe, ob ich bei ihm bleiben kann und dann sagte er: ‚Nein, Annabel, ich habe Pläne für dich auf der Erde, die du nicht im Himmel erfüllen kannst. Wenn ich dich zurücksende, wird nichts mehr mit dir falsch sein‘“, sagte Annabel dem Star Telegram.

Annabells Eltern und insbesondere ihr Arzt Dr. Samuel Nurko sind glücklich über das Wunder. Doch medizinisch erklärbar ist dieses trotzdem nicht. Der Arzt von Annabel bestätigte mittlerweile, dass diese „völlig asymptomatisch ist, ein normales Leben führen kann und keine Behandlung mehr erfordert.“

Eine unglaubliche Geschichte die man sogar nachlesen kann: Annabells Mutter Christy Wilson hat diese in dem Buch „Miracles from Heaven“ („Wunder aus dem Himmel“) aufgeschrieben.

http://www.amazon.de/Miracles-Heaven-Christy-Wilson-Beam/dp/0349408920/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1445179438&sr=8-1&keywords=christy+wilson

Neu! Start von Sitzungen in der Praxis InnenRaum Steffisburg

Ab **01.11.2015** praktiziere ich **jeden Dienstag** in der **Praxis Innenraum, Oberdorfstrasse 21, 3612 Steffisburg b. Thun**, um zentraler persönliche Sitzungen anbieten zu können. Die Praxis ist sehr gut mit dem ÖV erreichbar, die Haltestelle Oberdorf liegt genau vor dem Haus. Parkplätze sind gegenüber ausreichend vorhanden.

Ich freue mich dich persönlich in Steffisburg zu begrüßen. Freie Termine findest du immer hier: <http://www.barbarazaugg.com/angebot/terminwunsch-kalender/>



Buch-Tip

„Praxisbuch der Chakra-Heilung“

Neue Impulse für die praktische Chakra-Arbeit – ganzheitliche Heilung auf energetischer Ebene

Diese praktische Anleitung für die Chakra-Arbeit vermittelt kraftvolle Impulse zur Selbstheilung: Mit zahlreichen Übungen wird es möglich, Energieblockaden zu lösen, Disharmonien zu beheben und Krankheiten effektiv vorzubeugen. Ein innovatives Praxisbuch, das weit über die körperliche Dimension hinausgeht und Wege zum tiefsten inneren Selbst öffnet.

ISBN: 978-3453702677

Preis: 13,90 CHF / 8,99 Euro

Vielen Dank an Heike für diese Empfehlung.



Link-Tip

www.caringandhealing.de

Es tut sich was im Medizinsektor. Interessant für alle Mediziner, Ärzte unter euch.

Was ist Caring and Healing?

Es ist ein studienbegleitendes und universitätszertifiziertes Curriculum für Medizinstudenten, Ärzte und Ärztinnen, das ab März 2016 mit einem Grund- und einem Aufbausemester erstmals an die medizinischen Fakultäten der deutschsprachigen Länder geht.

Für wen ist es gedacht?

Caring and Healing richtet sich an Medizinstudenten und -studentinnen und approbierte Ärztinnen und Ärzte, die ihre ärztliche Tätigkeit als Heilarbeit verstehen und vertiefen wollen. Eine humane Medizin behandelt kranke Menschen, keine Krankheiten.



„Wunder der Lebenskraft - Eine Reise zur Heilung der Seele“

Dieser Film geht der unsichtbaren Urenergie auf den Grund, die uns ins Leben bringt, nährt und durch die Herausforderungen des Lebens begleitet.

Was für eine Kraft ist es, die unseren komplexen Organismus auch in Extremsituationen am Leben erhält?

Im Film demonstrieren Heiler und Schamanen Wege die Lebenskraft zu steigern. Eindrücklich schildern sie, wie jeder Mensch auch in kurzer Zeit einen gewaltigen Anstieg an Kraft erleben kann.

Der Film läuft aktuell in ausgewählten Kinos, mehr dazu hier: <http://www.wunder-der-lebenskraft.de/index.php>

Danke an Angelika für den Tip.

Film-Tip

Deine Schatzkiste

Immer wieder gibt es Zeiten, die zäh sind, in denen es uns weniger gut geht.

Was hilft hier positiv?

Anstatt zu grübeln, zu hadern?

Unsere eigene Schatzkiste, die wir dann öffnen können.

Um diese in solchen Momenten bereit zu haben, empfehle ich euch diese jetzt, in positiven Momenten zu füllen.

Nimm dir ein Blatt Papier und notiere dir, was dir zu folgenden Fragen als Antworten einfällt:

- * Was hat dir, bzw. schenkt dir immer wieder neue Kraft?
- * Was unterstützt dich, stärkt dich auf deinem Weg?
- * Was gibt dir in schwierigen Zeiten Mut und bringt dich wieder mit deiner Freude in Verbindung?

* Welche Menschen unterstützen dich positiv auf deinem Weg, bzw. tun dir gut?

* Es können auch Tiere sind, ein Ort in der Natur, ein Buch?

Fülle deine Schatzkiste, so dass du in schwierigen Zeiten darauf zurückgreifen kannst.



NEWSLETTER

Barbara Zaugg
Sitz der Geschäftsleitung:
Hindten 192 A
CH-3537 Eggiwil
Tel. +41 (0)79 928 78 55
Email: info@barbarazaugg.com
www.BarbaraZaugg.com