

# NEWS

Newsletter Dezember 2016 | | Barbara Zaugg

## Zeit für mich

„Zeit für mich“ macht nach 4 Jahren Pause. Gerne sind wir in 2018 in neuer Form, mit neuen Ideen, für euch mit einer Woche „Zeit für mich“ wieder da.

## Akasha-Chronik

Lust mal in deine Akasha-Chronik zu blicken? Hast du Fragen zu deinen Lebenssituationen? Hier hast du die Möglichkeit über Marlies Einblick zu erhalten: <http://www.die-quelle.ch/index.cfm?a=er&et=3&ek=11175&si=597ef398-1143-cd1e-33b0-08362bef0f80>

## Neu - EmailCoaching

Für alle bestehenden Kunden biete ich ab sofort auch die Möglichkeit des Email-Coachings an.

Als Hilfestellung für kleinere Themen oder Fragen.....

Mehr Infos darüber findest du hier: <http://www.barbarazaugg.com/angebot/email-coaching/>



Liebe Kunden, liebe Kundinnen

eine gesegnete Adventszeit wünsche ich euch und möchte euch diese Versüssen mit einigen News, Zeit zum Lesen und Infos für dich oder vielleicht ein paar Geschenkideen?

Ich hoffe ihr genießt jeden Sonnenstrahl und das kalte klare Winterwetter auch ohne Schnee.

Viel Freude beim Lesen

Herzliche und Lichtvolle Adventsgrüsse 🌲 🕯️

*Eure Barbara*





## Januar 2017 - Start der LETZTEN Transformations- und Soulcoach- Ausbildung

Am Fr. 06.01.2017 startet die  
Ausbildung in Freiburg i. B. / DE

- Sie finden an 6 Wochenenden jeweils von Freitag bis Sonntag statt
- Sie bietet die Möglichkeit dein Wissen im Bereich der Spiritualität, deines Körpers und den Möglichkeiten mit Energiearbeit zu arbeiten zu erweitern.
- Nach mehr als 10 Jahren Ausbildung in diesem Bereich steht für 2018 ein Neubeginn an. Was genau und wie? Das ist noch offen. Sobald ich mehr weiss, gebe ich es gerne an euch weiter.

Geschenk an alle früheren Teilnehmer: Jede/r WiederholerIn kann dies in 2017 zum Sonderpreis mit 50 % Ermässigung tun.

Infos unter: <http://www.barbarazaugg.com/seminare-ausbildung/ausbildung/>

## Eine Geschichte - „Die kleine Schraube“

Es gab einmal in einem riesigen Schiff eine ganz kleine Schraube, die gemeinsam mit vielen anderen ebenso kleinen Schrauben zwei grosse Stahlplatten miteinander verband. Diese kleine Schraube fing an bei der Fahrt mitten im Ozean etwas locker zu werden und drohte herauszufallen. Da sagten die nächsten Schrauben zu ihr: „Wenn du gehst, dann gehen wir auch.“ Und die grossen Nägel am Schiffskörper sagten: „Uns wird es auch zu eng, wir lockern uns auch ein wenig.“

Als die grossen Schiffsrinnen das hörten, reifen sie: „Um Gottes Willen bleibt! Wenn ihr nicht mehr haltet, dann ist es auch um uns geschehen!“

Das Gerücht vom Vorhaben der kleinen Schraube verbreitete sich schnell durch den riesigen Körper des Schiffes. Es ächzte und erbebt in allen Fugen. Da beschlossen sämtliche Rippen, Platten, Nägel und Schrauben eine gemeinsame Botschaft an die kleine Schraube zu senden, sie möge doch bleiben, denn sonst würde das ganze Schiff Auseinanderfallen und niemand von ihnen jemals die Heimat erreichen.

Das baute die kleine Schraube auf. Mit einem gewissen Stolz wurde ihr nun bewusst, welch grosse Bedeutung ihr im Gesamtgefüge zukam. Zufrieden liess sie sagen, sie wolle an ihrem Platz bleiben.

Bist du dir deiner grossen Bedeutung in deinem Leben, genau an dem Platz, an dem du gerade bist, bewusst??



## Humor

Humor ist wichtig in, den Lachen hält ja bekanntlich gesund. Wie einfach das möglich ist im Alltag und wie es wirkt erfahrt ihr hier von Vera F. Birkenbihl. <https://www.youtube.com/watch?v=luk8x1szxrE&app=desktop>  
Wer wenig Zeit findet für das ganze Video sollte wenigstens in die Zeitspanne von 1:37 h bis 1:47 h reinschauen....

## Winna - Weg der Seelen

ist ein Film über ein Stück ursprüngliches, mysteriöses, faszinierendes Wallis, über Sagen und Mythen zum Thema Seelenwanderungen und über Menschen, die Verstorbenen begegnet sind. Dieses alte und verborgene Wissen gerät immer mehr in Vergessenheit. Mit dem Film wurde ein wichtiges Zeitdokument geschaffen. Die alten Traditionen werden aufgespürt, es kommen Sagenerzähler und Sagensammler zu Wort. Wir wandern mit, an der Gratzugnacht am Aletschgletscher und begleiten Menschen mit Kontakten zum Jenseits. Wo zu sehen?

jetzt auch in Deutschland und weiterhin in der Schweiz:  
[http://winna.ch/?page\\_id=507](http://winna.ch/?page_id=507)

Trailer: <https://youtu.be/fFCQFozn7gk>



## Kaffee-Alternativen

Kaffee - gut oder schlecht?

Hierüber wird immer wieder diskutiert. Aus energetischer Sicht haben Kaffee oder Tee mit viel Coffein/Teein (schwarzer Tee z. B.) die Eigenschaft in die Aura Risse zu bringen und ayurvedisch gesehen das Vata (Wind) zu erhöhen.

Ebenso wird die Aktivität deiner Zirkeleddrüse unterdrückt, was deine Verbindung zum Göttlichen blockiert, bzw. deinen freien Willen unterdrückt.

Macht ja nichts, bei einer Tasse pro Tag, oder? Doch wie sieht es aus bei 3, 4, 5 oder mehr Tassen pro Tag?

Wie wäre es mit einer Alternative? Einer Alternative zu Getreidekaffee, der meist gefriergetrocknet oder auf eine ähnliche Art und Weise hergestellt, wenig Vitalität in sich trägt?

Hier empfehle ich euch den „Café de Pino“ der Firma Kornkreis. Dieser ist aus Süsslupinen hergestellt, sanft geröstet wie von Bohnenkaffee gewohnt. Er ist sehr aromatisch, gluten- und koffeinfrei und in jedem Bioladen erhältlich.

Und er schmeckt herrlich!! Ob pur, schwarz, mit Vollrohr- oder Rohrohrzucker gesüsst oder als Cappuccino. Es geht alles!

Herstellungsart? Wie du Lust hast. Vom klassischen Filteraufguss bis hin zum Espressokocher. Meine liebste und für uns geschmackvollste Variante ist die Herstellung in der FrenchPress (siehe Foto oben), etwas Vollrohrzucker und SojaCuisine dazu. Für Nichtveganer empfiehlt sich die Variante „Wiener Melange“ mit Schlagrahm. Mh.....



## Buch-Tip

### „Lass dein Licht strahlen“

Was geschieht, wenn eine gestandene Frau, die als ehemalige Managerin und erfolgreiche Unternehmensberaterin mit beiden Beinen fest im Leben steht, schlagartig hell-sichtig wird?  
Nun, sie muss sich erst einmal von ihrem Schock erholen ...

Dann macht sie, was sie immer macht. Sie beschäftigt sich theoretisch und praktisch intensiv mit dem Thema übersinnliche Phänomene und entwickelt schließlich die „Lichtkugel-Methode“, eine Heilmeditation für alle Lebensbereiche....

Lust auf mehr? <http://zutiefst-gluecklich.de>

#### Verantwortlich für diese News:

Barbara Zaugg  
Sitz der Geschäftsleitung:  
Herzogenacker 42  
CH-3654 Gunten  
Tel. +41 (0)33 535 62 96  
Email: [info@barbarazaugg.com](mailto:info@barbarazaugg.com)  
[www.BarbaraZaugg.com](http://www.BarbaraZaugg.com)

## Schutz durch die Lichtsäule *meditative Übung für euch...*

Erde dich, indem du dir vorstellst, wie eine dicke Wurzel aus deinem Steissbein, sowie weitere Wurzeln aus jeder Fusssohle in den Kern von Mutter Erde wachsen und sich dort verankern.

Aktiviere (indem du dich darauf konzentrierst werden sie aktiviert) deine Chakren und richte diese entlang deiner Mitte aus und verbinde sie mit einer Lichtsäule.

Verlängere diese Lichtsäule bis in den Kern von Mutter Erde und bis hinauf zum göttlichen Licht (Gott, Ursprung, Quelle - wie du es nennen magst).

Bitte das göttliche Licht, diese Lichtsäule mit ihrem Licht, ihrer Liebe und ihren Heilkräften zu durchströmen und spüre, wie sie sich mit jedem Einatmen erweitert und ausdehnt bis sie dich ganz umhüllt.. vielleicht sogar den ganzen Raum ausfüllt und weit über das Dach hinausragt.

Versuche zu FÜHLEN, wie dich die Liebe durchströmt und sich ein Wohlgefühl verbreitet. Wenn du Zeit hast genieße den Zustand einige Minuten.

Bedanke dich aus tiefstem Herzen für diese Erfahrung und das Geschenk.

Auch wenn du gar nichts fühlst, reicht deine Absichtserklärung und dein inniger Wunsch, um diese Lichtsäule zu erzeugen. Wo Licht ist kann keine Dunkelheit existieren - du bist geschützt!!

Optional aber sehr wirksam und verstärkend wirkt es, wenn du dich als Kanal zur Verfügung stellst, um diese göttlichen Energien weiterzuverbreiten:

Bitte das höchste göttliche Licht durch deine Lichtsäule ihre Energie, ihr Licht und ihre Liebe in den Kern von Mutter Erde selbst und in alle Winkel der Erde zu schicken. Zu allen Naturkatastrophen, in Kriegsgebiete, überall dorthin wo fühlende Wesen leiden, in die amerikanische, deutsche etc. Politik, zu geliebten Menschen, ganz besonders auch zu den ungeliebten, usw. der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Je öfter du den Vorgang am Tag wiederholst umso besser. Irgendwann wird es zur Gewohnheit und du kannst auch während deines Alltages diese Lichtsäule um dich herum spüren.