

Sigrun und Armin Ender

HIMMLISCH GEFÜHRT -
AKADEMIE FÜR SPIRITUELLES WACHSTUM



AKADEMIE - HIMMLISCH GEFÜHRT: NEWSLETTER Oktober 2025

Liebe Lichtseele, lieber Leser, liebe Leserin,

der Oktober ist da – die Tage werden kürzer, die Natur zieht sich zurück, und auch wir spüren oftmals, dass sich etwas verändert. Vielleicht stehst du gerade vor einer Entscheidung, die dir Kopfzerbrechen bereitet, oder fühlst dich von zu vielen Möglichkeiten überwältigt.

Keine Sorge – genau jetzt ist der richtige Zeitpunkt, um Klarheit zu schaffen. In diesem Newsletter bekommst du Impulse, wie du deine Optionen sichtbar machst, Gedanken ordnest und den Weg erkennst, der wirklich zu dir passt. So wird das Treffen von Entscheidungen leichter – und du gehst gestärkt und bewusst deinen nächsten Schritt.

Alles Liebe

Sigrun & Armin

Coachingtipp:

Optionen klären – Klarheit finden – Entscheidungen leichter treffen

Kennst du das Gefühl, wenn du vor einer wichtigen Entscheidung stehst – und in deinem Kopf wirbelt alles durcheinander? Die Gedanken drehen sich im Kreis, jede Option hat Vor- und Nachteile ... und du wünschst dir einfach Klarheit.

Der Schlüssel liegt darin, Optionen bewusst zu klären, statt sie nur im Kopf hin- und herzuwälzen.

5 Schritte, um Klarheit zu schaffen:

1. Alles sichtbar machen:

Schreibe alle Möglichkeiten auf, die dir einfallen – auch die, die auf den ersten Blick „unrealistisch“ wirken.

Wenn Optionen auf Papier stehen, verlieren sie an Schwere im Kopf.

2. Informationen sammeln & vergleichen:

Oft lohnt es sich, genauer hinzusehen: Informiere dich über die einzelnen Möglichkeiten, sprich mit Menschen, die Erfahrung auf diesem Gebiet haben, und vergleiche verschiedene Optionen.

Je mehr du weißt, desto klarer erkennst du, was zu dir passt.

3. Kriterien festlegen:

Was ist dir wirklich wichtig? Zeit, Geld, Freude, Sinn, Entwicklung, Sicherheit? Deine Kriterien sind wie ein innerer Kompass, der dir hilft,

Optionen zu bewerten.

4. Gefühl & Verstand verbinden:

Prüfe jede Option einmal rational (passt sie zu deinen Kriterien?) und einmal intuitiv (wie fühlt es sich im Bauch an?).

Entscheidungen werden leichter, wenn beides im Einklang ist.

5. Stillstand vermeiden

Das Schlimmste ist, keine Entscheidung zu treffen. Stillstand führt oft dazu, dass du später das Gefühl hast, Chancen verpasst zu haben.

Besonders dann, wenn du dir keine Informationen holst, kreierst du im Kopf ein endloses „Gedanken kino“ – und drehst dich im Kreis, statt voranzukommen.

Warum das funktioniert:

Indem du Optionen klar strukturierst und dir Wissen aneignest, verwandelst du ein Gefühl von Chaos in eine Landkarte voller Möglichkeiten.

Und wenn du siehst, was wirklich vor dir liegt, fällt es dir viel leichter, einen Schritt nach vorne zu machen.

Affirmations-Mantras:

- „Ich erkenne meine Optionen und vertraue meiner Entscheidungskraft.“
- „Jede Wahl bringt mich meinem Weg näher.“
- „Ich finde Klarheit in mir und treffe Entscheidungen mit Vertrauen.“
- „Ich öffne mich für Möglichkeiten und wähle voller Leichtigkeit.“

Tipp: Gerade bei wegweisenden Entscheidungen ist es unglaublich hilfreich, das Thema in einem Coaching intensiver anzuschauen.

Ein Coaching bietet dir einen geschützten Rahmen, um deine Gedanken zu sortieren, blinde Flecken zu erkennen und deine Optionen noch klarer zu sehen – damit du deine Entscheidung mit mehr Sicherheit und Leichtigkeit treffen kannst.

👉 **Fang klein an:** Nimm dir heute 10 Minuten und schreibe deine Optionen für ein aktuelles Thema auf. Du wirst überrascht sein, wie viel leichter sich die Entscheidung anfühlt.

Jede Entscheidung, die du bewusst triffst, ist ein Schritt hin zu dem Leben, das wirklich zu dir passt.

Inspiration des Monats

Affirmation:

Ich erlaube mir, alle meine Optionen in Ruhe anzuschauen.
Schritt für Schritt erkenne ich, was möglich ist und was wirklich zu mir passt.
Mit jedem klaren Gedanken finde ich mehr Sicherheit
und Vertrauen in meinen Weg.
Ich treffe meine Entscheidungen bewusst –
aus Klarheit, Stärke und Leichtigkeit heraus.

Nimm diese Affirmation mit in deinen Alltag und spüre die innere Kraft und
Klarheit, die sie dir schenkt.



Deine spirituelle Monatsbotschaft von Erzengel Raphael für den Monat Oktober

Ihr Lieben,

es beginnt eine Zeit, in der die Nächte wieder länger werden und die Tage kürzer.

Der Rhythmus der Natur verändert sich – und auch ihr Menschen seid eingeladen, euch diesem natürlichen Wandel anzupassen. Es geschieht nicht ohne Grund, dass sich die Jahreszeiten und ihre Rhythmen verändern. Jeder Kontinent, jedes Land – so auch Deutschland – hat seinen eigenen, einzigartigen Lebensrhythmus.

Wenn ihr genauer hinschaut, erkennt ihr, dass sich dieser Rhythmus nicht nur in Tag und Nacht zeigt, sondern auch in Pflanzen, Früchten und der Tierwelt. Die Natur schenkt euch in jedem Monat unterschiedliche Nahrungsmittel, und auch die Tiere bereiten sich auf ihre Weise auf den kommenden Winter vor.

Habt ihr euch schon einmal gefragt, warum das so ist?

Ich möchte euch ein paar Gedanken dazu mitgeben:

- Es ist eine Zeit der Erholung und Regeneration.
- Ihr zieht euch etwas mehr zurück, um neue Kraft zu tanken.
- Die Natur beschenkt euch mit einer reichen Ernte, damit ihr gut durch den Winter kommt.
- Der Körper erhält die Chance, langsamer zu werden und sich zu erneuern.
- Der Geist darf zur Ruhe kommen und reflektieren.
- Die Seele findet Raum für Stille und Innerlichkeit.

Alles ist aufeinander abgestimmt. Wenn ihr beginnt, diesem natürlichen Fluss bewusster zu folgen, lebt ihr im Einklang – ihr schwimmt mit dem Strom, statt gegen ihn. Schaltet ihr in dieser Jahreszeit einen Gang herunter, eröffnet euch das die Möglichkeit, bewusster zu leben, klarer zu sehen und weiser zu handeln

Darum habt kein schlechtes Gefühl oder gar ein schlechtes Gewissen, wenn ihr in den kommenden Wintermonaten etwas langsamer werdet. Es tut eurem gesamten System – Körper, Geist und Seele – gut.

Genießt diese Zeit der Ruhe – zündet eine Kerze an, kuschelt euch auf das Sofa und lasst den Tag sanft ausklingen.

So kann sich euer ganzes Wesen regenerieren und neue Kraft schöpfen.

Ich wünsche euch viel heilsame Abende!

Euer Erzengel Raphael

Was gibt es sonst noch Neues?

Diesen Monat gibt es keine großen Neuigkeiten – dafür habe ich etwas Kleines und Schönes für dich: Affirmationskärtchen! 🌸

Drucke sie am besten auf etwas dickerem Papier oder Karton aus und schneide die Kärtchen anschließend zurecht. Dann mische sie und ziehe jeden Tag oder jede Woche ein Kärtchen. Lass dich von der Botschaft inspirieren und nimm dir einen Moment für dich selbst.

Viel Freude beim Ausprobieren!

Perfekt, um deinen Alltag mit Spiritualität, Achtsamkeit und positiver Energie zu bereichern .

Ich
erkenne
meine
Möglichkeiten
klar und
deutlich.



Ich treffe
meine
Entscheidungen
mit Ruhe
und Vertrauen.



Jede Option
eröffnet mir
einen Weg
zu wachsen.



Ich vertraue
meiner
inneren
Weisheit.



Klarheit
entsteht,
wenn ich
hinschaue
und mich
öffne.



Ich bin
mutig genug,
Entscheidungen
zu treffen.



Ich lasse
Gedankenkin
los und finde
Frieden in
der Klarheit.



Stillstand
weicht,
sobald ich
den ersten
Schritt wage.



Meine
Entscheidungen
sind Ausdruck
meiner Stärke
und Freiheit.





Aktuelle Ausbildungen, neue Seminare & Workshops

- **Tagesseminar: Geführt & getragen vom himmlischen Unternehmen - die richtige Strategie für dein Leben**

Start: 02. November 2025

Fühlst du dich manchmal orientierungslos, verzettelst dich oder spürst du eine innere Leere - obwohl du tief in dir weißt, dass mehr in dir steckt? In diesem Seminar bist du eingeladen, deine persönliche Strategie im "Himmlischen Unternehmen zu entdecken.

[Mehr erfahren](#)

- **ErdenEngel-Coach - Expert®**

Start: 11. September 2025

Als erfahrener ErdenEngel-Coach erhältst du wertvolle Tipps zu Reichtum und Fülle sowie die himmlischen Verkehrsregeln, um deine Arbeit bewusster und harmonischer zu gestalten.

[Mehr erfahren](#)

- **Spirit-Healing-Coach©**

Start: 11. Oktober 2025

Entfalte deine Fähigkeiten im energetischen Heilen und unterstütze andere auf ihrem Weg mit Techniken der neuen Zeit.

[Mehr erfahren](#)

- **ErdenEngel-Coach®**

Start: 06. März 2026

Lerne, wie du als ErdenEngel deine Flügel ausbreitest und anderen zur Seite stehst.

[Mehr erfahren](#)

Gebet für Klarheit, Schutz und Stärke

Lieber Schutzengel,
führe mich in Momenten der Unklarheit zu Ruhe und Vertrauen.
Schenke mir die Weisheit, meine Optionen klar zu erkennen,
den Mut, Informationen zu suchen und Wege zu prüfen,
und die Gelassenheit, meiner inneren Stimme zu vertrauen.

Hilf mir, meine Entscheidungen nicht aus Angst,
sondern aus Liebe und Zuversicht zu treffen.
Öffne mein Herz für die Möglichkeiten, die mir dienen,
und lass mich erkennen, welche Schritte mich näher zu meinem Weg führen.

Ich danke dir für deine Führung,
für die Zeichen, die du mir sendest,
und für die Kraft, in Bewegung zu bleiben.

Sigrun Ender

Finde Klarheit in deinen Möglichkeiten –
und vertraue darauf: Jede Entscheidung führt dich ein Stück weiter auf deinem
Weg.

Mit liebevollen Gedanken,
Sigrun & Armin

Aktuelle Termine

Akademie Angebot

IMPRESSUM

Sigrun & Armin Ender GbR
Ruchtiberg 13
87727 Babenhausen
Deutschland

Tel.: 08333-9275010
Fax: 08333-9275012
E-Mail: info@ender-coaching.de

Vertretungsberechtigte Gesellschafter/innen:
Sigrun Ender, Armin Ender

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE268982808

Zuständige Aufsichtsbehörde für das Angebot audiovisueller Mediendienste:
Bayerische Landeszentrale für neue Medien (BLM), Heinrich-Lübke-Str. 27, 81737 München,
Tel.: +49 (0)89 63 808-0, Fax: +49 (0)89 63 808-140, E-Mail: info@blm.de

Plattform der EU-Kommission zur Online-Streitbeilegung:
<https://ec.europa.eu/odr>

Wir sind zur Teilnahme an einem Streitbeilegungsverfahren vor einer Verbraucherschlichtungsstelle weder verpflichtet noch bereit.

Lade Dir unsere App herunter, um stets informiert zu bleiben!

Ender Coaching App herunterladen

www.ender-coaching.de ➞

Diese E-Mail wurde mit Wix erstellt. Mehr entdecken