

Sigrun und Armin Ender

HIMMLISCH GEFÜHRT -
AKADEMIE FÜR SPIRITUELLES WACHSTUM



AKADEMIE - HIMMLISCH GEFÜHRT: NEWSLETTER

Liebe Leserinnen und Leser,

vielen Dank, dass du unseren Newsletter abonniert hast. Das freut uns sehr! Mit unserem Newsletter erhältst du unter anderem Coachingtipps, Gedankenimpulse, himmlische Infos, News und vieles mehr. Lass dich einfach überraschen.

Herzliche Grüße
Sigrun & Armin

Coachingtipp:

Diesmal widmen wir uns einem faszinierenden Thema: **Seinlassen statt Loslassen - ein neuer Weg, um mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen**

Loslassen ist ein Begriff, der in unserer Gesellschaft oft verwendet wird, wenn es darum geht, mit schwierigen Situationen oder negativen Gefühlen umzugehen. Doch was, wenn das Loslassen nicht so einfach ist, wie es scheint? Was, wenn wir uns einfach nicht von den Dingen lösen können, die uns belasten? In solchen Fällen kann das "Seinlassen" eine hilfreiche Alternative sein.

Was bedeutet Seinlassen?

Seinlassen ist im Grunde die "kleine Schwester" des Loslassens. Es geht darum, alle Aspekte einer aktuellen Situation, einschließlich der damit verbundenen Gefühle, als veränderbare Bestandteile im eigenen Inneren anzunehmen. Es bedeutet, einzusehen, wann etwas nicht mehr möglich ist und Nachsicht zu üben, wenn etwas nicht gelingt – sei es bei uns selbst oder bei anderen.

Warum fällt Loslassen so schwer?

Dass uns das Loslassen von Erwartungen oft so schwerfällt, hat damit zu tun, dass wir tief mit unserer Lebenssituation und unserem Umfeld verbunden sind. Wir haben Erwartungen an uns selbst, an andere und an das Leben im Allgemeinen. Wenn diese Erwartungen nicht erfüllt werden, kann das zu Enttäuschungen, Frustrationen und sogar zu tiefer Trauer führen.

Die Vorteile des Seinlassens

Seinlassen kann uns helfen, mit den negativen Seiten des Alltags besser umzugehen, ohne dass wir uns zwingen müssen, etwas loszulassen, was uns eigentlich noch wichtig ist. Es ermöglicht uns, die Dinge so anzunehmen, wie sie sind und uns auf das zu konzentrieren, was wir beeinflussen können.

Wie funktioniert Seinlassen?

1. Achtsamkeit: Nimm deine Gefühle und Gedanken bewusst wahr, ohne sie zu bewerten.
2. Akzeptanz: Akzeptiere die Situation so, wie sie ist, auch wenn sie nicht deinen Vorstellungen entspricht.
3. Mitgefühl: Übe Nachsicht mit dir selbst und anderen, wenn etwas nicht gelingt.
4. Fokus auf das Hier und Jetzt: Konzentriere dich auf das, was du im Moment tun kannst, anstatt dich in Gedanken an die Vergangenheit oder Zukunft zu verlieren.

Ein Beispiel

Stell dir vor, du hast eine wichtige Präsentation bei der Arbeit, aber du bist nervös und hast Angst, Fehler zu machen. Anstatt zu versuchen, die Nervosität loszuwerden, kannst du sie seinlassen. Akzeptiere, dass du nervös bist und konzentriere dich darauf, dich bestmöglich auf deine Präsentation vorzubereiten. Sei nachsichtig mit dir selbst, wenn du während der Präsentation Fehler machst und lerne daraus für die Zukunft.

Fazit

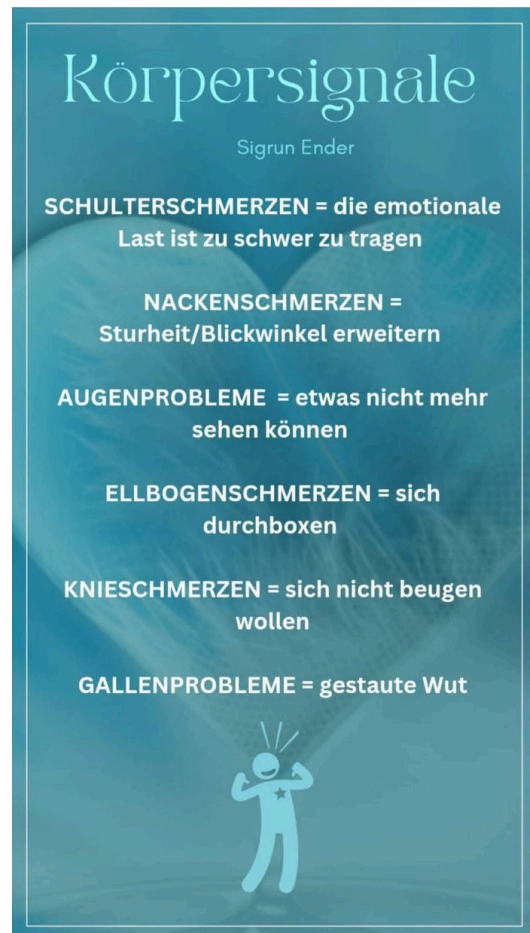
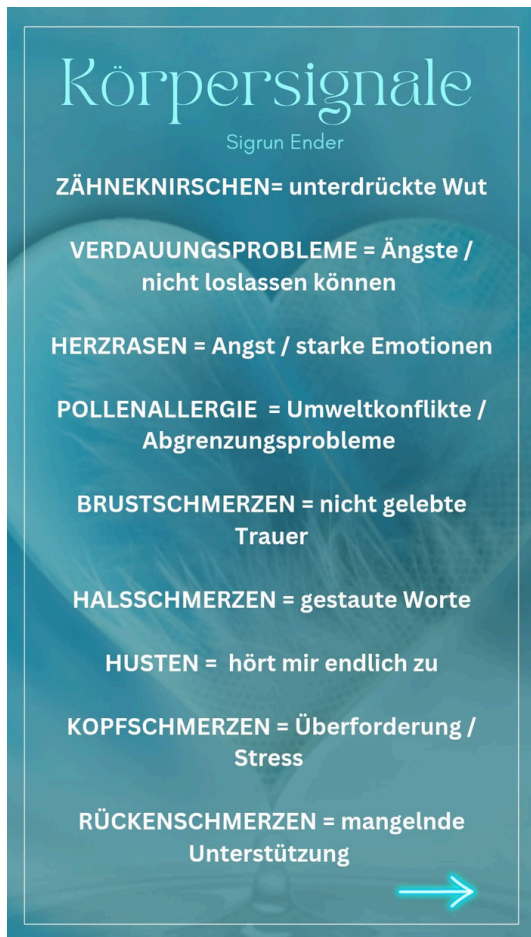
Seinlassen ist eine wertvolle Fähigkeit, die uns helfen kann, ein erfüllteres und glücklicheres Leben zu führen. Es ist eine sanfte Alternative zum Loslassen, die uns ermöglicht, die Dinge so

anzunehmen, wie sie sind und uns auf das zu konzentrieren, was wirklich zählt.

Körpersignale - die Sprache des Unbewussten:

Unser Körper ist ein Meister der nonverbalen Kommunikation. Er sendet unaufhörlich Signale aus, die unsere innersten Zustände, Emotionen und Bedürfnisse widerspiegeln. Diese Signale sind oft subtiler als gesprochene Worte, aber sie sind nicht weniger aussagekräftig. Die Fähigkeit, diese Signale zu erkennen und zu interpretieren, ist entscheidend für unser Wohlbefinden und unsere Interaktion mit anderen.

Körpersignale umfassen ein breites Spektrum an Ausdrucksformen, von unbewussten physiologischen Reaktionen bis hin zu bewussten Gesten und Haltungen. Hier sind einige Beispiele für Körpersignale:



15 % Rabatt - im Monat Mai 2025!

Auf alle "Original Engel- und Energiebilder" von Sigrun.



Farben haben tatsächlich eine eigene Schwingungsfrequenz und können auf unseren Körper, Geist und unsere Seele wirken. Sie können verschiedene Stimmungen und Emotionen hervorrufen und beeinflussen uns auf allen Ebenen unseres Seins. In der modernen Zeit nutzen wir dieses Wissen auch in alternativen Heilmethoden, wie z. B. der Farb- und Lichttherapie und der Aura-Lehre.



Wir können Informationen über unsere Augen aufnehmen, daher können sie unser eigenes Wohlbefinden beeinflussen. Sie wirken unbewusst auf unser Unterbewusstsein. Darum sollten wir bewusst wählen, welche Bilder wir in unseren Wohn- und Arbeitsräumen aufhängen. Hole dir die Energie der Engel nach Hause oder eine Energie, welche deinen Geist erheben und du neue Kraft schöpfen kannst.

Zu den Energiebildern

Zu den Engelbildern

News - Bücher



Bücher

HIMMLISCH GEFÜHRT:

Am 13.02.2025 ist mein neues Buch erschienen und überall im Buchhandel oder auch bei uns im Shop erhältlich. Ich hoffe, dass Dir die Tipps und Impulse dabei helfen, deinen Alltag besser zu meistern.

Kundenrezession: *Liebe Erdenengel und Lichtseelen Coaches, ich möchte Euch von ganzem Herzen das neue Buch von Sigrun "Himmlisch geführt" empfehlen. Ich bin zur Zeit im Urlaub und ich liebe es in diesem Buch zu lesen. Obwohl ich schon einige Jahre in der Energiemedizin arbeite, und bei vielen Sachen die ich lese, mir dessen schon bewusst bin, lerne ich bei jedem Kapitel wieder was dazu. Auch die Gebete, die Affirmationen die da drin stehen, fühlen sich schon beim lesen unglaublich gut an, und ich werde die auch gut in der Praxis verwenden können. Das Buch besitzt eine unglaublich schöne Energie, und ihr dürft mir das wirklich glauben, ich will hier niemanden was andrehen, ich empfehle Euch das Buch weil es jeder verdient diese Energie zu erleben. Herzumarmung ❤️*

Das Buch ist erhältlich als: Softcover, Hardcover oder E-Book (Reader notwendig).

Ich freue mich sehr über eine Rezession auf Amazon!



Zum Buch

Anbei ein kurzer Auszug aus meinem Buch:

11

Der Seelenauftrag

DIE ERDE – DER LERNPLANET

Die Erde ist die größte Schule im Universum. Da jede Seele sich in einer unterschiedlichen Bewusstseinsstufe befindet, existiert auf der Erde ein vielfältiges Entwicklungs- und Lernsystem. Viele junge Seelen kommen hierher, um zu lernen. Ihr Ziel ist es, sich weiterzuentwickeln und zu wachsen, was durch die Vielfalt ihrer Geburten und die menschlichen Erfahrungen geschieht. Dieser Prozess wird als Seelenwachstum bezeichnet, da die Seele mit jeder Inkarnation dazulernt.

Es gibt aber auch reife Seelen, sogenannte Lichtseelen, die als Lehrerseelen fungieren. Deren Auftrag besteht nicht in einem eigenen Lernprozess, sondern darin, die jungen Seelen zu unterrichten. Damit ist deren Auftrag um ein Vielfaches größer und umfangreicher. Bei ihnen steht das Wohlergehen vieler Menschen im Vordergrund.

DER SEELENAUFTRAG

Du solltest wissen, dass dein Seelenauftrag nicht zwangsläufig statisch ist. Mit der Zeit und den verschiedenen Phasen des Lebens kann sich der Fokus deiner Seele verändern, und neue Aspekte können sich entfalten. Lerne deine Seele zum Beispiel sehr schnell dazu, kann

114

sich dein Seelenauftrag erweitern. Dies unterstreicht die Dynamik und die ständige Entwicklung des spirituellen Wachstumsprozesses. Deswegen durchlaufen Personen, die sich schnell entwickeln, häufig viele Veränderungsprozesse, da sich das Umfeld dann erneut anpasst.

DIE BEWUSSTWERDUNG

Durch die vielen Wiedergeburten hat deine Seele vergessen, warum sie hier ist. Sie kann sich meistens weder an ihren Auftrag noch an ihre angelegten Lernprozesse erinnern. Leider findet das spirituelle Erwachen oftmals durch Schicksalsschläge statt. Das können unter anderem Krankheiten, Todesfälle in der Familie oder andere prägende oder schockierende Situationen sein. Ich durfte es immer wieder beobachten, wie gerade dann die größten Erwachensprozesse beginnen und sich der mentale Radius bei den betroffenen Personen erweitert.

FAZIT

Deine Seele ist hier, um ihren Seelenplan, um vorbestimmte Lernprozesse zu verwirklichen. Schafft sie das nicht, dann treten Personen oder Situationen in dein Leben, die deiner Seele behilflich sind. Du solltest erkennen, dass jeder Mensch nicht nur ein zufälliges Produkt des Universums ist, sondern eine himmlische Seele mit einer einzigartigen Mission. Dabei geht es entweder um deinen eigenen Entwicklungsprozess oder um den vieler Menschen.

Ich möchte dich daran erinnern, dass dein Dasein einen tieferen Sinn hat und dass deine Seele mit viel Hingabe, Respekt und voller Liebe erschaffen wurde. Auch wenn du die hintergründigen Zusammen-

115

hänge noch nicht greifen oder verstehen kannst, vertraue darauf, dass alles seinen Sinn hat.

116



GESCHENKE DES HIMMELS:

Mit großer Freude und tief empfundener Dankbarkeit präsentiere ich dir auch meinen **Gedichtband "Geschenke des Himmels - Himmlische Gedichte"**. Diese Sammlung entstand aus meiner tiefen Verbundenheit mit der spirituellen Welt der Engel. Jeder Vers ist ein Versuch, die himmlischen Botschaften und sanften Weisheiten der Engel, die uns umgeben, in Worte zu fassen.

Viel Spaß beim Lesen!

Sigrun

E-Book als PDF - zum kaufen und downloaden. Kann mit jedem Handy und PC gelesen werden!



Mehr Infos



Mehr Bücher

Auch hiervon ein kleiner Vorgeschmack:

Zu Hause im Himmelszelt, gefallen in diese Welt.
Vergessen, wer ich bin, falle ich häufig hin.

Ich lache und bin immer noch heiter,
darum mache ich mutig weiter.

Ich halte inne und lerne langsam, wer ich bin,
und trotzdem falle ich wieder hin.

Mit Humor gesegnet, vertraue ich auf meine Gaben,
in so manchen schweren Tagen.

Aufgestanden und weitergemacht,
habe ich häufig über mich selbst gelacht.

Die Sehnsucht wird immer bleiben,
darum muss ich wieder höher steigen.

Das Himmelszelt erneut gefunden,
heilen endlich meine Wunden.

Der Friede kann kommen, bin voller Mut,
wird am Ende doch alles gut.

Sigrun Ender



Öffne Deinen Geist für die Energien und Frequenzen der neuen Zeit und erlebe die transformierende Kraft von Energien und Frequenzen!

Unsere neue Ausbildung zum Spirit-Healing-Coach ging an den Start!

Der Schritt in die neue Dimension lädt Dich ein, neue Wege zu gehen und Deinen Horizont durch neue Methoden zu erweitern. Entdecke mit uns die neue Dimension der Geistheilung! In der Ausbildung zum SPIRIT-HEALING-COACH erlernst Du mehrere fortschrittliche Methoden, wie Du tiefgreifende Veränderungen bei Dir und Deinen Klienten bewirken kannst. Du wirst lernen, gezielt mit verschiedenen Energien und Frequenzen zu arbeiten, um Blockaden zu lösen, Energiefelder zu harmonisieren und das Wohlbefinden auf allen Ebenen zu steigern. Gleichzeitig wirst Du Deine eigene persönliche Entwicklung fördern, indem Du die Prinzipien der Energie- und Frequenz-Heilung in Dein eigenes Leben integrierst.

Von der theoretischen Basis bis hin zur praktischen Anwendung erhältst Du umfassendes Wissen dieser neuen Techniken. Du wirst in die Lage versetzt, Deine Klienten auf ihrem persönlichen Transformationsprozess zu begleiten. Erweitere Dein Spektrum als Coach und biete Deinen Klienten eine neue und innovative Behandlungsmethode. Werde mit uns zum Spirit-Healing-Coach und erlebe die Kraft dieser gebündelten Techniken:

Energy-Healing - Frequency-Healing - Angel-Healing

Bitte beachten: Die Ausbildung findet nur 1x jährlich statt. Die neuen Termine werden wieder bekannt gegeben.

Mehr Infos



Zum Schluss noch eine Kurzgeschichte:

Die junge Seele

Es war einmal eine junge Seele, die jeden Tag voller Sehnsucht von den himmlischen Gefilden aus auf die Erde blickte. Sie war fasziniert von der lebendigen Schönheit des blauen Planeten, der so voller Leben und Farben schien. Der Tanz der Wellen im Ozean, das Flüstern des Windes durch die Bäume und das Lachen der Menschen weckten in ihr eine unstillbare Neugier und einen tiefen Wunsch, diese Welt selbst zu erleben.

Eines Tages fasste sie all ihren Mut zusammen und begab sich zu Gott. „Bitte, lieber Gott,“ bat sie, „erlaube mir, auf der Erde zu inkarnieren. Ich möchte die Wunder dieser Welt selbst erfahren.“

Gott lächelte weise und sah die reine Begeisterung in ihren Augen. „Liebe Seele,“ sprach er sanft, „ich werde deinen Wunsch erfüllen. Doch sei dir bewusst, dass das Leben auf der Erde nicht nur aus Freuden besteht. Du wirst auch Schmerz, Verlust und Einsamkeit erleben. Bist du bereit, diese Konsequenzen zu tragen?“

„Ja, lieber Gott,“ antwortete die junge Seele entschlossen, „ich bin bereit.“

Mit Gottes Segen erfüllte sie sich ihren Traum und machte sich auf die Reise zur Erde. Voller Vorfreude und Aufregung inkarnierte sie in einen menschlichen Körper. Doch als sie ihre Augen öffnete, war nichts mehr so, wie sie es sich vorgestellt hatte. Die Farben schienen blasser, die Geräusche schrill und unharmonisch. Die Wärme und Einheit, die sie aus dem Himmel kannte, waren verschwunden.

Sie fühlte sich fremd und verloren in dieser neuen Welt. Die Menschen um sie herum wirkten oft abwesend und verschlossen. Ihre Herzen schienen von Sorgen und Ängsten belastet, und sie bemerkte, dass die Verbindungen zwischen den Menschen oft brüchig und oberflächlich waren.

Die junge Seele kämpfte mit dem Gefühl der Einsamkeit und der

Trennung. Sie sehnte sich nach der Geborgenheit und dem Licht des Himmels. Doch sie erinnerte sich an Gottes Worte und wusste, dass sie diese Erfahrung selbst machen wollte. Also begann sie, die Welt um sich herum mit offenen Augen und einem offenen Herzen zu erkunden.

Mit der Zeit lernte sie, die kleinen Freuden des Lebens zu schätzen: das Lächeln eines Kindes, das Zwitschern der Vögel am Morgen, die Wärme der Sonne auf ihrer Haut. Sie entdeckte, dass auch in der menschlichen Welt Liebe und Mitgefühl existierten, wenn auch oft verborgen hinter Schichten von Angst und Schmerz.

Durch ihre eigenen Erfahrungen und ihr Mitgefühl für die Menschen um sie herum, begann sie, Licht in die Dunkelheit zu bringen. Sie half anderen, sich zu erinnern, dass auch sie einst reine Seelen waren, verbunden durch die gleiche himmlische Quelle. Ihre Präsenz brachte Hoffnung und Heilung, und langsam wuchs um sie herum ein Netzwerk aus Wärme und Einheit.

Die junge Seele erkannte, dass die Erde trotz ihrer Herausforderungen ein Ort voller Wunder war. Sie hatte gelernt, dass wahre Schönheit oft im Verborgenen liegt und dass das Licht, das sie einst im Himmel kannte, auch hier auf Erden zu finden war – in den Herzen der Menschen. Und so lebte sie ihr Leben weiter, erfüllt von der Weisheit und Liebe, die sie sowohl aus dem Himmel als auch von der Erde gelernt hatte.

©Sigrun Ender

Nun wünschen wir dir eine wundervolle und himmlische Zeit!

Vertraue auf dich und fühle dich umarmt!

Herzliche und himmlische Grüße

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](#)