



Fürchtet euch nicht!

Die Welt liegt still
Weiß bereift
Wartet
Im Ausatmen der Zeit

Möge Leben wachsen
Und Güte sich zeigen
Im offenen
Im zukommenden Jahr

Brigitte Enzner Probst



Ihr Lieben,

Weihnachten – „Fürchtet euch nicht, denn es ist ein Kind geboren ...“

Mögen diese Botschaften lange ins neue Jahr hineinwirken und uns hilfreiche Zuversicht und Vertrauen ins Leben schenken, auch dann, wenn die Herausforderungen manchmal dornig sind.

An dem Spruch hat mich besonders eine Zeile berührt: **das Ausatmen**.

Dass diesem Moment so viel Aufmerksamkeit geschenkt wird. Ob im Yoga oder immer dann, wenn es um das bewusste ein- und auszuatmen geht.

Ich bin – das weiß ich inzwischen – eine Meisterin im Einatmen. Das kann ich gefühlt endlos. Das Ausatmen dagegen geschieht rucki zucki, obwohl doch immer wieder der Hinweis kommt, es möge doppelt so lang sein. Und ja, es ist gut, dass mich diese Hinweise immer wieder erreichen: Es braucht die Richtung genauso.

Was für ein schöner Gedanke: **das zukommende Jahr**.

Ein Jahr, das auf mich zukommt. Ich darf mich überraschen lassen, in welcher Qualität es mir begegnet.

Und in diesen wenigen Zeilen steckt noch etwas wie eine Handlungsanweisung, eine Einladung zu einer inneren Haltung: **Güte zeigen**.

Für mich ist Güte eng mit Liebe verbunden – mit einem wohlwollenden, liebevollen Blick auf meine Mitmenschen. Ich gehe immer vom Guten aus. (Das kann manchmal auch gefährlich werden, aber so bin ich.) Ich begegne dir mit allem Guten, das mir zur Verfügung steht – und daraus entsteht Güte.

Das klingt fast wie eine Backanleitung. Wenn es nur immer so einfach wäre. Euch soll das eine oder andere gelingen in diesem neuen Jahr, was euch in eurem Leben gütig sein lässt und euch an Güte umgibt, leise und tragend. Ihr dürft wachsen und mit euren Lieben und an ihnen.



Meiner Seelenmatrix auf der Spur

Tagesveranstaltungen

auf der Grundlage der Seelenlehre

von Varda Hasselmann und Frank Schmolke

von 10 bis 18 Uhr

Am 24. Januar kannst mit dabei sein, wenn die **Seelenängste** Thema sein werden. Ich wiederhole das Matrixelement Seelenrolle und du erfährst mehr zu deinem Seelenalter. Die Reise kann dann weiter gehen, wenn du dich dafür entscheidest. Zum Einstieg wäre der Termin ideal, ansonsten beginnt **am 12.9. 2026** die nächste Gruppe.

Sich selbst und deine Mitmenschen annehmen lernen – ein Geschenk an mich selbst

Hast du dich jemals gefragt, ob du dich wirklich vollständig annimmst?

Ob du alle Facetten deines Selbst wertschätzt – auch die, die dir vielleicht Schwierigkeiten bereiten? Sich selbst in seiner Ganzheit anzunehmen, ist kein einfacher, aber ein unglaublich lohnender Weg.

Durch die Seelenlehre nach Varda Hasselmann habe ich gelernt, mich auf einer tieferen Ebene zu verstehen und zu akzeptieren. Ich durfte erkennen, dass vieles in mir genauso sein soll, wie es ist – als Teil meines seelischen Auftrags hier auf der Welt. Diese Einsicht war befreiend: Nicht mehr gegen mich selbst kämpfen zu müssen, sondern in den Einklang mit mir zu kommen.

Die Teilnehmerinnen vergangener Gruppen berichteten immer wieder von ähnlichen Erfahrungen. Sie fühlten sich ausgeglichener, liebten sich selbst mehr und verstanden ihre Kinder, Partner und Mitmenschen auf eine neue, tiefere Weise. Besonders bereichernd ist die Erkenntnis, dass nicht die Veränderung anderer das Ziel ist, sondern die Annahme des eigenen Selbst.

Systemische Aufstellungen – Lösungsaufstellungen

09.01.2026 - noch 3 freie Plätze
22.01. und 23.01.2026 - noch 5 freie Plätze
19.02. und 20.02.2026 - noch 7 freie Plätze
26.02. und 27.02.2026 - noch 6 freie Plätze
12.03. und 13.03.2026 - noch 7 freie Plätze
26.03. und 27.03.2026 - noch 7 freie Plätze
23.04. und 24.04.2026 - noch 7 freie Plätze
04.06. und 05.06. 2026 - noch 7 freie Plätze
28.08. und 29.08. 2026 - noch 7 freie Plätze

Ausbildung für Systemische Strukturaufstellungen

2026 – wer hätte es gedacht, ich bin bereit nochmal auszubilden – weil ich mich eingeladen fühle und ermutigt von Interessentinnen.

Diese Ausbildung richtet sich an dich, wenn du selbst Aufstellungen begleiten und leiten möchtest.

Gleichzeitig habe ich in meinen Ausbildungsgruppen immer auch Teilnehmende integriert, die diesen Weg ausschließlich für sich gehen wollen und das in einer stabilen, verlässlichen Gruppe, in der Entwicklung, Tiefe und intensive Prozesse willkommen sind. Bei mir wird ausschließlich mit eigenen Anliegen gearbeitet.

So entsteht Authentizität – im eigenen Erleben und später im Begleiten anderer.

Mit „**Von der Skulptur zur Aufstellung I 12.-14.11.2026**“ beginnt auch für mich dieses neue Abenteuer. Alle, die mir bei mir bereits eine Ausbildung gemacht haben, erhalten die Möglichkeit zur Wiederholung oder Assistenz zu anderen Konditionen.



„Leben heißt, langsam geboren zu werden.

Es wäre auch zu bequem, wenn jeder sich fertige Seelen besorgen könnte.“

Antoine de Saint-Exupéry

Und ich möchte nochmal erinnern- **„Fürchte dich nicht!“**

Die Fotos erzählen von meinen heutigen Wegen, Lebenswege - wie wir sie nennen. Und diese beginnen mit der Geburt. Dafür feiern wir jedes Jahr Weihnachten und dann gilt es das **Danach** zu gestalten, Wege zu finden, mit dem was uns begegnet zu wachsen, uns zu entwickeln zu Persönlichkeiten. Wir dürfen die beste Version unseres Selbst werden.

In Aufstellungen begegnen wir manchmal unserem „ursprünglichen Selbst“, was vieles neu möglich werden lässt. Manche kennen ihr Selbst nicht, andere vergaßen es. Das Erinnern kann anstrengend sein, sich wie Arbeit anfühlen, Prozessarbeit Und doch lohnt es sich. Unsere Seelen fühlen sich genau darin verstanden und genährt.

So soll es sein für dich und euch im neuen Jahr.

Sagt „Ja“ zu euerem ursprünglichen Selbst!

Mit diesem Wunsch grüße ich euch zum neuen Jahr. Ich freue mich auf Begegnungen und bin dankbar für die Verbundenheit zu so vielen Menschen, die ich begleiten durfte. Vielen Dank für euer Vertrauen und eure Treue.

Alles Gute von Herzen Griseldis Höppner

PS: Sagt oder schickt bitte alles weiter! Auf meiner Homepage finden sich alle Informationen.

Griseldis Höppner

Sonnenweg 14

01445 Radebeul

[Unsubscribe from newsletter](#)