

# Zu Wurzeln und Flügel in dir selbst!

Praxistipps & Rituale zur  
Rückanbindung



*Die Verwurzelung ist in dir drin! Durch Aufnahme des Fadens findest du deine innere Verbindung und durch das Pflanzen von Bäumen verbindest du dich mit Mutter Erde. Durch diese Rituale findest du innere und äußere Rückverbindung und Verwurzelung!*

**Erika Maizi**

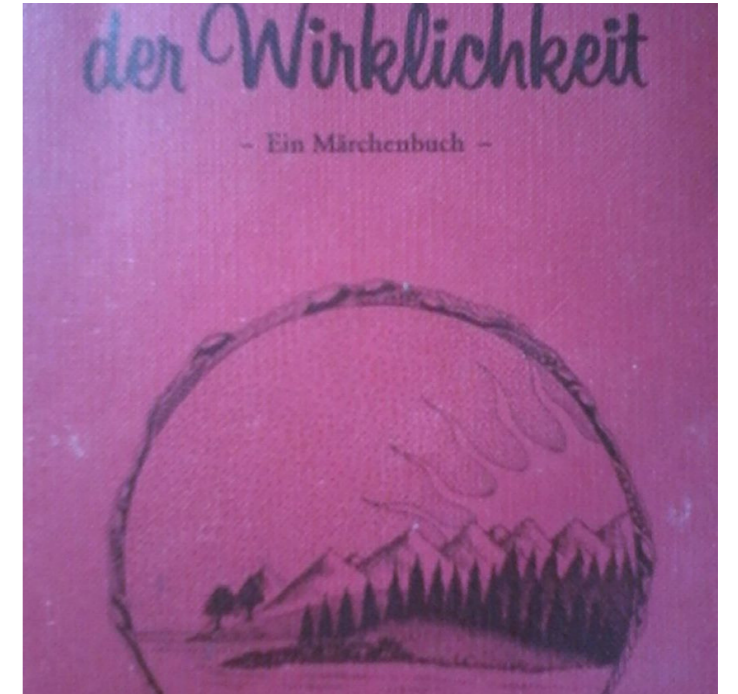
# INHALT



3 MEINE  
ENTWURZELUNG



5 DIE DREI NORNEN  
VON YGGDRASIL



7 MÄRCHEN



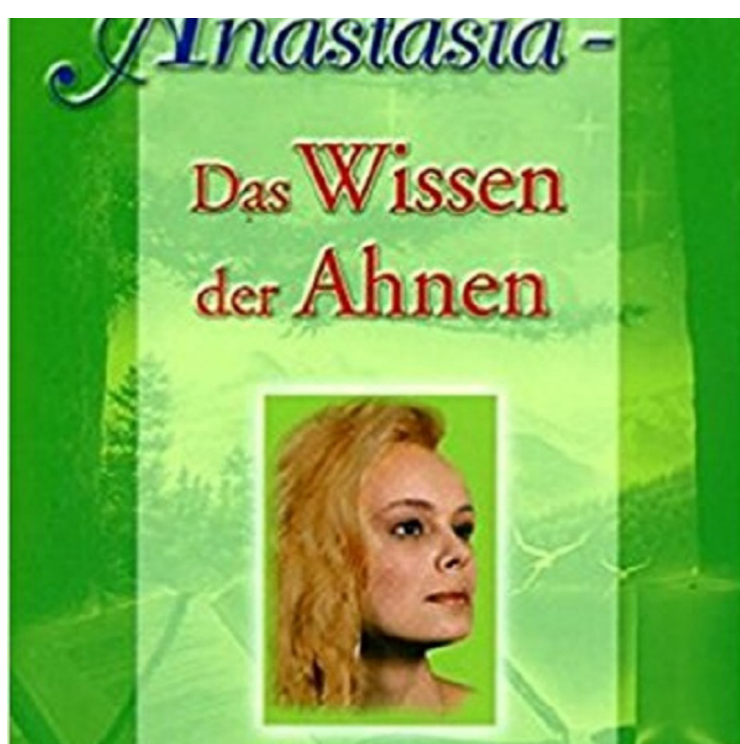
8 BÄUME PFLANZEN &  
ANDERE RITUALE



11 BEDEUTUNG VON  
SYMBOLIK & BESONDERHEITEN  
DER SLAWISCHEN STICKKUNST



13 LEBENDIGE  
KLEIDUNG



14 VERBINDUNG &  
HEILUNG DER AHNENLINIE



16 MIT WURZELN &  
FLÜGELN: BINDEGLIED  
SEIN



17 EMPFEHLUNGEN &  
WICHTIGE LINKS

© Erika Amaizing Online Marketing  
[www.erikaamaizing.me](http://www.erikaamaizing.me)  
[erika.maizi@gmail.com](mailto:erika.maizi@gmail.com)  
Cover photo : Erika Maizi



# Total disorientiert, heimatlos und entwurzelt

## Meine Entwurzelung wird zur Lebensaufgabe als Bindeglied/Transition Specialist

*"Die Entwurzelung ist bei weitem die gefährlichste Krankheit der menschlichen Gesellschaft"*  
-Simone Weil-

Seitdem ich mit 9 Jahren aus Kasachstan nach Deutschland gezogen bin, fühlte ich mich entwurzelt, nirgendwo dazugehörig: heimatlos, "zwischen-den-Welten", disorientiert, unsicher und identitätslos. Hinzu kam es, dass ich durch meine professionelle Sportlaufbahn keine Kindheit hatte und nicht gelernt hatte "mich zu spüren", sondern nur von außen getrimmt wurde zu funktionieren.

Ich versuchte so schnell wie möglich Deutsch zu lernen, und kehrte meinen russischen Wurzeln sehr früh den Rücken zu, um mich in Deutschland und der Kultur hier zu "integrieren". Mit der Folge, dass ich jetzt kein richtiges Russisch sprechen kann, und nicht sagen kann was meine "Heimatsprache" oder "Heimatland" ist. Als Resultat, fühlte ich mich fast mein ganzes Leben lang wie eine Aussenseiterin, nirgendwo dazugehörig.

Des weiteren, war ich mit einem Marokkaner verheiratet und wir haben zusammen einen 8-jährigen Sohn, der nun 4-Kulturen in sich trägt. Ich bin auch früher sehr viel umgezogen, und habe über die Hälfte meines Lebens in anderen Ländern gelebt. Wurzeln und Zugehörigkeit waren mir fast mein ganzes Leben lang ein Fremdwort.

Durch diese Herausforderungen habe ich gelernt sehr sensibel für verschiedene Menschen und Kulturen zu werden, und auch niemals aufzugeben, sondern mich auf Veränderungen und das Neue/Übergänge schnell und flexibel einzulassen.

Mit dem Verstand habe ich gelernt sehr tief zu schauen/denken, mit dem Bauch meine Intuition einzusetzen, und mit dem Herzen viel Empathie für meine Mitmenschen zu entwickeln, denn ein jede\_r von uns führt einen individuellen Entwicklungskampf auf der Entdeckungsreise zu sich selbst.

Meine Tipps für Rückanbindung an Wurzeln und Flügeln sind:

- Yoga und Meditation
- Märchen und Sagen
- Sticken & generell Handarbeit
- Bäume pflanzen
- Versöhnung mit Ahnenlinie
- Heilung des inneren Kindes
- feste Rituale im Alltag

Ich werde in den verschiedenen Kapiteln auf einige dieser Praktiken eingehen und dir aufzeigen, wie auch du dadurch in deine Mitte mit Wurzeln UND Flügeln finden kannst.





## Die drei Nornen vom Weltbaum Yggdrasil

Ich interessiere mich für kreative Handarbeit seit der Geburt meines Sohnes vor 8 Jahren. Während der Schwangerschaft hatte ich angefangen mir nähen beizubringen, stricken, häkeln und sticken. Das habe ich dann vertieft, während ich drei Jahre lang den Handarbeitskreis meines Sohnes in seiner KITA geleitet habe. Vor allem das Stickten hatte es mir sehr angetan, obwohl ich nie genau wusste warum eigentlich.

Dann hatte ich angefangen, ganz intuitiv, kleine "Mathroshka Püppchen" für Freundinnen zu sticken, mit individuell auf Sie abgestimmten Zaubernachrichten innen drin. Das hat meinen Freundinnen unheimlich gut gefallen, und mir besonders viel Freude bereitet, weil ich dann bestimmte Symbole und Weisheiten ganz tief aus meiner Seele schöpfen durfte.



Als ich dann im Mai auf der Insel Rügen ein Seminar besucht hatte über das Sticken eines Schicksalstuches "Rushnyk", und dann noch verknüpft mit Besuchen von Dolmen auf der Insel, ist es mir so gewesen als hätte ich mal als eine der Norne (Schicksalsgöttin in germanischer Sage) in früherem Leben gelebt;-).

Dann gab es da noch den Zufall (die gibt es ja gar nicht;-)), dass ich an meinem letzten Geburtstag ein Ahnenbäumchen "Ebersche" (nach keltischen Horoskop bin ich eine Eberesche) gepflanzt hatte, und die drei Nornen am Weltenbaum Esche "Yggdrasil" sitzen und die Lebensfäden sticken. Und noch mehr Synchronizität wurde mir bewusst, wo ich mein Logo angeschaut hatte das ich vor paar Monaten selber kreiert habe:



Dieser Baum aus dem Logo erinnert mich stark an den Weltbaum "Yggdrasil". Die Wurzeln und Flügel hatte ich als Inspiration, weil ich das Logo im Februar für unseren Online Kongress [www.natuerlich-leben-und-lernen.de](http://www.natuerlich-leben-und-lernen.de) kreiert habe. Und da war das Motto: *"Jedes Kind braucht für gesundes Wachstum Wurzeln und Flügel"* (J.W. von Goethe). Und das gilt für große, genauso wie für kleine Kinder;-).

Das Sticken berührt meine Seele sehr, und ist für mich die am tiefsten reichende Handarbeitskunst die ich kennenlernen durfte. Mit jedem guten Gedanken/Intention, kann ich mit jedem Stich wahrhaftig schöpferisch SEIN, und sogar lebendige Kleidung nach alter slawischer Tradition nähen/sticken, siehe Nadjeshda's Kunst die auf Rügen das Seminar gehalten hat: <https://slavvishivka.jimdo.com/>.

Durch die verschiedenen Symbole, auf die ich später eingehen werde, kann man sein Schicksal und bestimmte Energien co-kreativ mitschöpfen. Das ist wahrhaftig eine zauberhafte Tätigkeit.

# Die Farben der Wirklichkeit

~ Ein Märchenbuch ~

## Märchen

Seitdem ich ein kleines Mädchen war, liebe ich Märchen über alles, denn dort gewinnen Helden\_innen immer auch nach anstrengenden Herausforderungen und wachsen an diesen Prüfungen. Das regt Phantasie, Willensstärke, und Lebensmut an. Das habe ich aus meiner Kindheit bis in die Gegenwart mitgenommen, und lese immer noch sehr gerne Märchen, vor allem die vom Lucy Körner Verlag.

Auf meinem YouTube-Kanal, habe ich eine "Playlist" extra für Märchen, die ich vorlese, siehe hier: [https://www.youtube.com/playlist?list=PLbGKKKYWnWhr45UN09Q5UAE2dw-\\_Re17X](https://www.youtube.com/playlist?list=PLbGKKKYWnWhr45UN09Q5UAE2dw-_Re17X).

Über die meditative Handarbeit ist es sehr leicht möglich in den sogenannten "Flow"-Zustand zu gelangen, den das Märchen "Die Nähstunde" von Wolfram Eicke "Die Farben dieser Welt" so schön beschreibt. Dieses Märchen lese ich ebenfalls in diesem Videobeitrag vor, und fasse nochmal zusammen was es für mich bedeutet zu sticken, bzw. den Lebensfaden zu halten: [https://www.youtube.com/edit?o=U&video\\_id=m5nAZ2iFbX4](https://www.youtube.com/edit?o=U&video_id=m5nAZ2iFbX4).

Märchen regen die Intuition an, und zeigen uns wie wir unserer Seele lauschen können trotz unterschiedlicher Herausforderungen im Leben. **Wir können immer wieder zurückkehren in unsere innere Weisheit und Antworten aus der Tiefe unserer Seele schöpfen, Helden\_innen unseres eigenen Lebens werden.**



## Bäume pflanzen

Ganz intuitiv habe ich zur Geburt meines Sohnes vor fast 8 Jahren ein Apfelbäumchen im Garten meines Vaters gepflanzt. Ich bin auch in Alma-Ata in Kasachstan geboren, was übersetzt der "Apfel des Vaters" heisst;-). Aber das habe ich während des Bäume pflanzens nicht gewusst.

Seitdem ich angefangen habe Anastasiabücher von Wladimir Megre zu lesen, hat es mich sehr berührt wie sie den heiligen Prozess des Samen säens und Baum pflanzens beschreibt. Ganz intuitiv fühlte ich mich dazu bewegt an meinem Geburtstag dieses Jahr ein Ahnenbäumchen zu pflanzen, ganz nach dem Ritual wie im Anastasia, Band 1 "Tochter der Taiga" beschrieben. Dazu gibt es auch ein Video von Larissa Demici, die die Anstasiafacebookgruppe betreibt, und die ich im Rahmen meines Online Kongresses "Natürlich leben und lernen" interviewt hatte, siehe hier: <https://www.youtube.com/watch?v=CXSkyemuvx0&t=8s>.

Ich habe eine Ebersche als mein Ahnenbäumchen ausgewählt, weil ich nach keltischem Horoskop eine bin. Falls du wissen möchtest, welches dein Lebensbaum ist, kannst du hier nachschauen: <http://www.baumpruefung.de/keltisches-horoskop>



## Zusammenfassung des Baum - Pflanz - Rituals:

- Am besten Samen selbst aussäen
- Aber wenn das nicht gelingt, kannst du natürlich auch einen Setzling kaufen
- Verbinde dich mit dem (Ahnen)baum mit deinen Gedanken
- Denke während des Pflanzens positiv und setze positive Intentionen
- Reichere das Gießwasser mit dem du den Baum gießt mit deinen Informationen an (z.B. Wasser in der Hand halten und vorstellen dass dein Strahl durch deine Hand in dieses Wasser reinfließt; reinspucken)
- dann einpflanzen und regelmässig giessen

## Ergänzende Rituale:

Zusätzlich zu den obigen Punkten, mag ich ein Ahnenverbindungsritual in Form einer Zeremonie von Thich Nhat Hanh:

*Ich sehe meine Mutter und meinen Vater, deren Fleisch, Blut und Lebenskraft meine Adern durchströmen und jede meiner Zellen nähren. Durch sie sehe ich meine vier Großeltern, Ihre Erwartungen, Ihre Erfahrungen und Ihre Weisheit wurden über viele Generationen von Vorfahren hinweg übermittelt. In mir trage ich das Leben, das Blut, die Erfahrung, die Weisheit, das Glück und den Kummer all dieser Generationen. Ich übe mich darin, das Leiden, und alle Teile dieses Erbes, das verwandelt werden muss, zu wandeln. Ich öffne mein Herz und das innerste meines Körpers, um die Kraft der Erkenntnis, der Liebe und Erfahrung in mich aufzunehmen, die mir alle meine Vorfahren weitergereicht haben. In meinem Vater, meiner Mutter, meinen Großvätern und Großmüttern und all meinen Vorfahren, kann ich meine Wurzeln erkennen. Ich weiß, dass ich die Fortsetzung dieses Stammes bin. Ich bitte euch, stützt mich und schützt mich mit der Kraft, die ihr an mich weitergebt. Ich erkenne, dass meine Vorfahren sich um eine Leben bemühten, das gegründet war auf Dankbarkeit, Freude, Vertrauen, Achtung und liebevolle Zuwendung. In Fortsetzung dieses Bestrebens verbeuge ich mich tief und lasse ihre Kraft durch mich hindurchfließen. Ich bitte meine Vorfahren um Hilfe, Schutz und Stärke.*

Thich Nhat Hanh: "Mutter- das erste Wort für Liebe", S. 81-82.

Und auch das Legen eines Lovy Hearts in Form von Blüten oder anderen Materialien ist mehr wie geeignet. Lovy Hearts wurden von Elsbeth Maurer erfunden, die ich auch in meinem Online Kongress interviewt hatte. Es ist möglich anhand von Bovis zu prüfen, dass die Erdenergie oder auch Wasserenergie enorm ansteigt mithilfe der Lovy Hearts. Man kann diese auch als Aufkleber bei sich selber auftragen, siehe: <http://www.lovy-heart.com/>



**LOVY-HEART GOLD** steht für ÖFFNE DEIN HERZ und den goldenen Weg. Das innewohnende DESIGN/LINIE ist ein Symbol für die Einheit von Denken und Sein, Leben und Tod.

**MITTE INNEN nach rechtsdrehend** ist es ein Zeichen der Schöpfung, denn von einem Punkt aus verbreitet sich alles (LICHT) nach Aussen.

**MITTE SPITZE nach linksdrehend** ist es ein Zeichen der Rückkehr zur Einheit, denn von Aussen führt der Weg wieder in die **Mitte**.

**LOVY-HEART DESIGN** beschreibt eine Bewegung, die jeweils in die Mitte leitet. Diese Bewegung macht die Verbindung der rechtsdrehenden **Kraft YANG** mit der linksdrehenden **Kraft YIN** erfahrbar und führt automatisch in eine **innere Ebene von Balance und Harmonie**. LOVY-HEART ist damit Symbolträger vielschichtiger gesundheitsfördernder Infos, die im Körper „gelesen“ werden können. Die nachweislich rasche Reaktion der Flüssigkeit des Körpers kann als Entwicklungsgrundlage angesehen werden, die den kontinuierlichen Prozess des Gleichgewichtes der Elemente ERDE, FEUER, WASSER, LUFT unterstützt und stabilisiert.

**LOVY-HEART WASSER-KRISTALLE** sind ein Beweis dafür.

By MD 17.10.2016

**ab jetzt einkaufen**





## Bedeutung der Symbolik und Besonderheiten der traditionellen slawischen Stickkunst

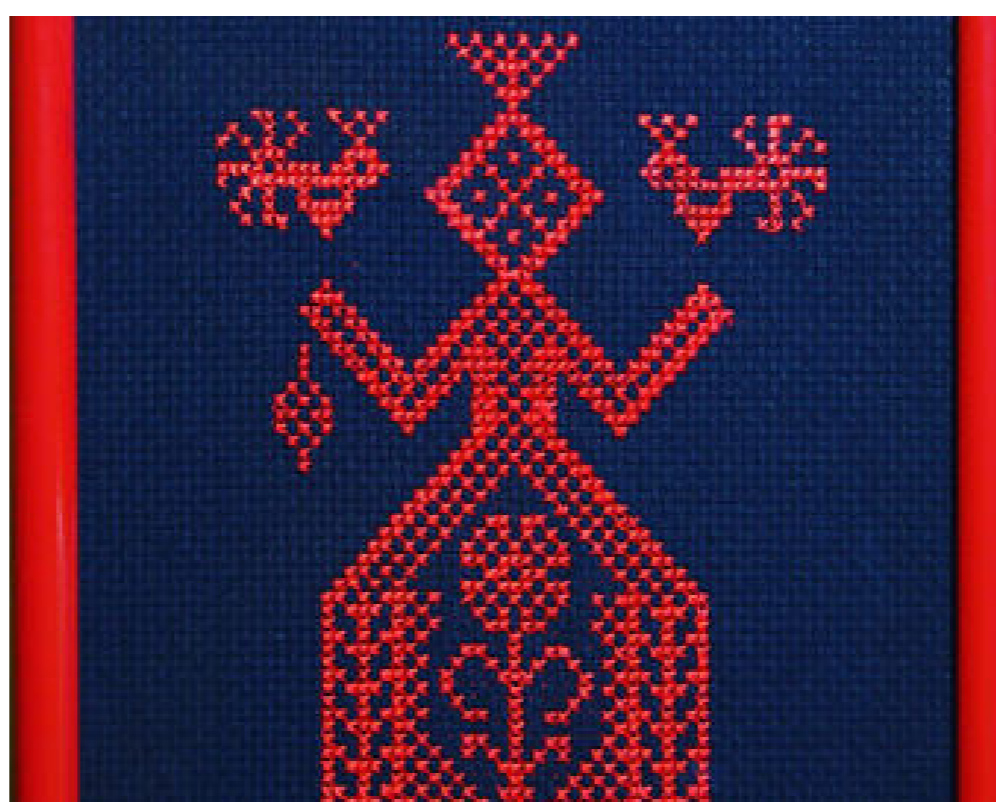
Die rechteckige Form von dem Stoff (Rushnyk) stellt die Lebenslaufbahn dar und die Ornamente zeigen bestimmte regionale Kultur und Tradition auf. Siehe für mehr Infos hier: <https://en.wikipedia.org/wiki/Rushnyk>.

Der Stoff ist entweder aus Hanf oder Leinen.

Die Nadel hat ihre eigene Energie und die Farbe des Garns hat heilige Bedeutung. Rot repräsentiert Leben und wird am häufigsten benutzt.

Ein Rushnyk wird einem Baby bei Geburt gegeben, begleitet ihn/sie meistens ein Leben lang, und wird auch mit in den Grab gegeben.

Die Handlung des Nadel spinnens geht zurück zu spirituellen Zeiten von Göttin Mokosch, die oft beim Sticken abgebildet wurde. Siehe das Bild unten. In der rechten Hand hält sie eine Spindel...



# Einige bekannte Symbole und ihre Bedeutung

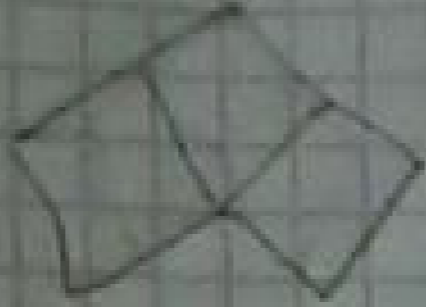
REICHUM



SOZIALITÄT



LIEBE (jung)



GEMEINSCHAFT



GLÜCK



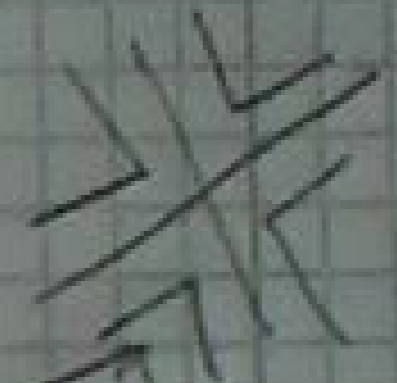
AUSGEGLICHTENHEIT



BERECHTIGUNG



EWIGKEIT



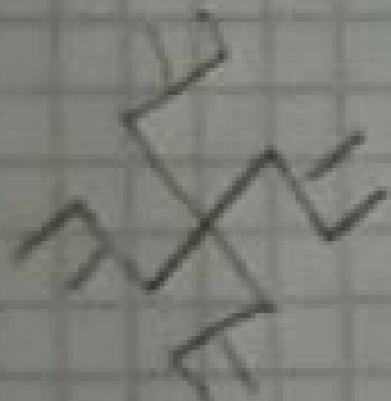
FREUND



KRAFT



GESUNDHEIT



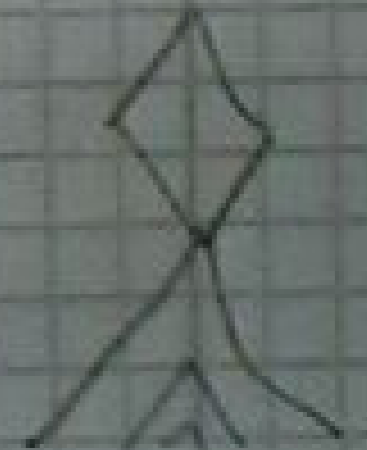
BEWAHNERIN



FREIHEIT



BEWAHRER



RESPEKT



JUGEND + LIEBE



LEICHTGLÜCK



VEREINIGUNG  
VON MÄNNERN





## Lebendige Kleidung

- Mit bestimmten Symbolen bestickte Kleidung
- Die Symbole haben eine energetische Schutzkleidungswirkung
- Durch bestimmte Bedeutung der Symbole kann man seine Aura verbessern/ausweiten
- bis zu 15 Meter geschützte Aura
- Die bestickten Symbole verleihen der Kleidung lebendige Energien;-)))

Weitere Informationen findet ihr hier: <https://slavvishivka.jimdo.com/> Das ist die slawische Meisterwerkstatt von Nadjeshda, von der ich auf der Insel Rügen das Sticken eines Schicksalstuches gelernt habe

Diese Seite ist nur auf Russisch. Bei Fragen könnt ihr mich gerne kontaktieren, und ich übersetze oder lasse es ins Deutsche übersetzen. Kontakt via [erika.maizi@gmail.com](mailto:erika.maizi@gmail.com).



## Verbindung & Heilung der Ahnenlinie

In der heutigen Zeit ist es im Trend im Augenblick und im JETZT zu leben. Da wird häufig vergessen, oder leicht abgetan, dass wir gleichzeitig auch immer mit der Vergangenheit, sprich unseren Ahnen, IMMER verbunden sind. Denn im wahrsten Sinne sind wir ja immer schon EINS mit allem. Unsere Herkunft ist daher auch sehr wichtig, und wir können uns nie "ganz" fühlen wenn wir auch nicht unsere Ahnengeschichte anschauen, annehmen und integrieren.

Das ist ein Prozess des Zurückerinnerns und immer tiefer gehens, Schicht für Schicht, den man immer wieder machen kann. Denn es zeigt sich immer wieder etwas Neues,, das da aus der Tiefe an die Oberfläche gelangen will, und angeschaut, angenommen und oftmals geheilt werden will.

Das ist die Natur in uns, dass wir auch schon mit der Natur verwoben sind, dem inneren Kern und dem kosmischen um uns herum. Es ist sehr wichtig, dass wir da regelmässig in uns gehen und uns dieser Ahnenlinie GEWAHR werden, und einfach in Demut uns mit unseren Ahnen verbinden, und uns davor verneigen was sie schon alles erlebt haben...Ohne diese verwobenen Gene und Verknüpfungen wären wir gar nicht da, JETZT..

Das Lesen des 6. Bandes des Buches von Wladimir Megre "Das Wissen der Ahnen" hat mich da sehr berührt und mir wurde dieser Prozess des EINSSEINS mit Natur und meinen Vorfahren so bewusst wie nie zuvor. Auch habe ich dann regelrecht gefühlt, wie Bäume und Pflanzen zum Beispiel mit uns kommunizieren und alles in der "Schöpfung" miteinander verbunden ist und miteinander kommuniziert. Anastasia nennt es das "Buch der Urquellen", wo alles auf Mutter Erde in lebendigen Buchstaben beschrieben wird. Auf der Webseite [www.natursymphonie.com](http://www.natursymphonie.com) wird dieser Schöpfungsprozess mit der Symphonie der Pflanzen und Bäume so schön beschrieben >>>[hier](#)  
Wir können unsere Ahnen auch ehren, indem wir sie in unser tägliches Gebet mit einschließen...

*Ihr Väter und Mütter, Töchter und Söhne, Ihr Brüder und Schwestern, Ihr Ahnen, die Ihr vor mir wart, ich rufe Euch an. Euch, die ich kannte, Euch, die ich nicht kenne, Euch, aus deren Gemeinschaft ich hervorging, ein Mensch aus Erde, Geist und Licht. Ein Mensch, der Eure Spuren trägt, Eure Erinnerungen, Eure Saat, die noch aufgehen will in einem Garten der Menschlichkeit. Im Wissen um unsere Verbundenheit in Gott, um unsere Gaben und Aufgaben, um unsere Schritte auf der Erdenmutter, durch viele Jahre hindurch, spreche ich zu Euch.*

*Mit Dankbarkeit und Liebe denke ich an die Aufgaben, die Ihr erfülltet zum Wohle aller. An die Arbeit Eurer Hände, an die Sorgen in Euren Herzen, an Eure Kämpfe, Eure Träume, Eure Errungenschaften. An die Türen, die sich für mich und meine Liebsten öffneten durch Eure Gedanken, Euer Handeln, durch Euren Mut, Eure Kraft.*

*Mit tiefem Mitgefühl denke ich an Eure Leiden, Euren Schmerz, Eure Krankheit, Eure Verluste, Eure Kriege und Euren Hunger. An Euer Scheitern, dort wo es unausweichlich war.*

*Einen heiligen Lebensfaden habt Ihr aufgenommen, gewoben und weitergereicht. Und ich habe ihn wiederum aufgenommen, webe ihn weiter und werde ihn eines Tages weiterreichen. Ich erbitte den Segen Gottes, ebenso wie Euren Segen für mein Leben. Für meine Art, den heiligen Lebensfaden zu tragen, zu weben und weiterzugeben. Möge dieses Tun, möge mein Leben voller Liebe, Mitgefühl, Dankbarkeit und Menschlichkeit sein. Möge Euer Segen und Geleit das Beste in mir hervorbringen, zum Wohle aller, denen ich in diesem Leben begegnen darf.*

*Kraft der Liebe, aus der wir alle hervorgingen, und in die wir alle zurückkehren, segne auch ich unseren Lebensfaden, unser Seelenhaus, unsere Gemeinschaft im Einen, um die mein Herz weiß, zu jeder Stunde.*

Amen ( Ahnenhausgebet – Quelle: Klanggebet)

Ich persönlich finde es sehr wichtig immer wieder unserer Herkunft gewahr zu werden, und führe auch regelmäßig z.B. die Meditation von Lumira durch: **7-Generationen Ahnenheilung**. Auch diese Meditation aus den Russischen Heilmethoden finde ich empfehlenswert: **Die Arbeit mit der Zeitlinie**. Allerdings finde ich es ebenso wichtig, mich wieder auf das Neue, den Augenblick, das JETZT zu konzentrieren. Dieses Gleichgewicht zu halten, die Tradition und Herkunft zu würdigen, aber gleichzeitig auch das was sich in mir gerade jetzt und heute und durch mich zeigen will. Ich fühle mich da schon seit jeher wie ein **Bindeglied** zwischen "altem und Neuen", Vergangenheit und Zukunft, der Schöpfung in mir und im aussen, dem Natürlichen und technologischen, dem Himmel und Erde, dem **Verwurzelten aber gleichzeitig auch dem Beflügeltem DaSEIN**.



## Mit Wurzeln UND Flügeln Bindeglied SEIN

Das ist meine Homepage von [www.erikamaizing.me](http://www.erikamaizing.me), und der Baum und ich darauf symbolisieren (finde ich) diese Verbindung zwischen dem Himmel und Erde, dem Verwurzelten und dem Beflügeltem sehr gut. Genauso wie ein Baum, sehe ich mich als **Bindeglied** zwischen Übergängen und verschiedenen Disziplinen, wie auch online und offline.

Das Sticken ist für mich eine praktische Aktivität, wo ich auch durch meine (ideellen) Intentionen direkt in das Tun kommen kann: kreativ wirken und (mit)schöpfen kann. Es ist ein immerwährender Balanceakt zwischen diesen verschiedenen Welten und Aufgaben, und ich kann mich durch meinen Fokus auf meine Intuition (innere Führung) und innere Mitte durch Yoga, Meditation und Sticken gut ausrichten und das Gleichgewicht halten.

**Falls du auch Unterstützung brauchst auf dem Weg zur deiner inneren Mitte, deiner Essenz und SEIN, und dessen Ausdruck in der Online-Welt, dann kontaktiere mich gerne unter [erika.maizi@gmail.com](mailto:erika.maizi@gmail.com).**





## Empfehlungen & Links

1) Simone Weil: *Die gefährlichste Krankheit*; 1900

2) **Yggdrasil und die 3 Nornen:**

<https://de.wikipedia.org/wiki/Yggdrasil>

<http://www.die-goetter.de/yggdrasil-weltenbaum-weltenesche>

Buch: Dr. Wolf-Dieter Storl: *Die alte Göttin und ihre Pflanzen: Wie wir durch Märchen zu unserer Urspiritualität finden*; 2014

(S.98-101: Die spinnenden Göttinnen Urd, Werdandi und Skuld)

3) **Märchen (vor allem vom Lucy Körner Verlag):**

- *Die Farben der Wirklichkeit*

- *Wieviele Farben hat die Sehnsucht*

- *Alle Farben dieser Welt*

- *Johannes: Eine Erzählung*

Webseite über tiefenpsychologische Bedeutung von Märchen:

[www.maerchenapfel.de](http://www.maerchenapfel.de)

4) **Bäume pflanzen & Ahnen**

- Anastasia, Band 1: *Tochter der Taiga*; 1998

- Anastasia, Band 6: *Wissen der Ahnen*, 2003

Webseite: <http://www.natursymphonie.com/>

Anastasiabücher zum kostenlosen

Download: <http://www.naturwesen11.com/bücher-musik-kostenfrei/>

**Buch: Thich Nhat Hanh:** *Mutter- das erste Wort für Liebe*; 2008