

**Von:** Ruth Day ruth@day.li  
**Betreff:** Januar News  
**Datum:** 30. Januar 2022 um 19:20  
**An:** day@innerspring.ch



Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



**Hallo Ruth!**

Jeder Schneekristall, jede Schneeflocke ist anders - es gibt weltweit nur individuell  
Schneekristalle, nur einzigartige Schneeflocken!

Jeder Mensch ist anders - es gibt weltweit nur individuelle, nur einzigartige Men-  
schen!

**Du gehörst dazu! Ich gehöre auch dazu!**

Wow! Das ist ja grandios! Es gibt mich nur ein einziges Mal!

Im ersten Moment freut mich der Gedanke, einzigartig zu sein auf dieser Erde. Doch bald schon werde ich nachdenklich und ein leicht beengendes Unwohlgefühl schleicht sich in meinen Körper. In meinem Kopf beginnen sich Gedanken zu formen, wie:

Das heisst ich bin unvergleichlich, unvergleichbar?  
Warum und wieso bemühe ich mich denn, mich einzupassen, mich anzupassen?

**Wenn das stimmt, kann ich ja einfach sein, wie ich bin, wer ich bin?**

Genau!

Nautilus\* sagt dazu:

**Ich bin was ich bin und das ist das Beste, was ich sein kann.**

\*Nautilus:

Wie Du vielleicht weisst, übermittelt das geistige Wesen Nautilus meiner Tochter und mir "Botschaften zur heutigen Zeit". Mehr dazu kannst Du [hier](#) herunterladen zum Lesen oder Hören. Ausnahmsweise, denn...

...Du kannst Nautilus' Botschaften abonnieren - neu auch als Probeabonnement. Die Botschaften werden in Mundart aufgenommen, in die Schriftsprache übersetzt und zum Lesen und Hören verschickt.

Das Spannende an diesen Botschaften ist, dass ein Bewusswerdungsprozess beginnt eine Öffnung hin zur inneren Wahrheit.



**Achtsamkeit, Wahrnehmung und Medialität**

gehören zusammen. In der Achtsamkeit lenken wir den Blick, die Gedanken auf das jetzige Moment. In diesem Moment nehmen wir tiefer wahr, erkennen unsere innere Wahrheit, sind in uns und bei uns aufgehoben, geerdet und geschützt. Hier beginnt die Medialität.

Oft haben Menschen Angst vor ihren medialen Fähigkeiten - vielleicht, weil sie schon unangenehme Erfahrungen damit gemacht haben. Aber keine Sorge - Du bist bei uns gut aufgehoben und lernst Erdung, Achtsamkeit und vor allem **Vertrauen!**

**Ein Datum für Deine Agenda!**

**Donnerstag, 10. März 2022, 10h**

Da beginnt die neue mediale Ausbildung! Klicke [hier](#) und Du erfährst mehr dazu.



**Du bist gesucht und erwünscht!**

Eine meiner Lieblingsarbeiten ist das **Familienstellen draussen auf dem Felde.**

**Wir brauchen Dich als Stellvertreter!** Du benötigst weder eine Ausbildung noch

**Wir brauchen Dich als Stellvertreter!** Du benötigst weder eine Ausbildung noch Erfahrung - bring einzig Deine Neugier mit zu erfahren, wie wir Menschen "funktionieren" und Deine Offenheit, für Dich dabei etwas zu gewinnen.

**Gönne Dir eine neue Erfahrung!**

**Noch ein Datum für Deine Agenda:**

**Samstag, 19. Februar 2022, 09.00h**

Anmelden kannst Du Dich [hier](#). Da gibt es auch Antworten auf Deine Fragen.

Übrigens: Als Stellvertreter kannst Du neu für **Fr. 50.-** teilnehmen, da die Aufstellungen nur noch einen Tag dauern.



**Und wenn Du die Agenda schon gezückt hast:**

Ich habe mich entschieden, den beliebten **Krafttag** auch dieses Jahr zwei Mal anzubieten:

**Samstag, 04. Juni 2022, 09.00h**

**Samstag, 24. Oktober 2022, 09.00h**

[Hier](#) kannst Du Dich anmelden und mehr erfahren.

Es können maximal vier Menschen teilnehmen. Das Mindestalter ist 16 Jahre.



Stell Dir mal vor, die ersten Schneeglöckchen gucken aus dem Schnee hervor und Du beginnst, Dich langsam aber sicher in Dich und in Dein Potenzial zu verlieben?

Und Schritt für Schritt ganz achtsam wirst Du

**die Veränderung sein, die Du im Leben sehen willst!**

Ich freue mich.

Von Herzen!



Ruth



Wenn Du diese E-Mail (an: [day@innerspring.ch](mailto:day@innerspring.ch)) nicht mehr empfangen möchtest, kannst du diese [hier](#) kostenlos abbestellen.

Inspiration & Leben  
Ruth Day  
Sonnenhofstrasse 26  
8123 Egg  
Schweiz

+41 (0)79 455 04 80