



Der Dreifache Atem - Erläuterung -

Diese Erläuterung ist eine meditative Reise in die dreifache Natur des Atems und der menschlichen Gehirnfrequenzen zur Überwindung von Trennung und Angst, Schuld und Minderwert Ohnmacht und Anhängigkeit



Etwas bewegt sich - zwischen Himmel und Erde, zwischen Kosmos und Planet, zwischen dem Lichte und der Dunkelheit.

Etwas wandert - zwischen Geist und Körper, über Räume und Zeiten hinweg.

Und dies - hat viele Gesichter und Namen, Formen, Richtungen und Absichten.

Es ist - vielfältigster Natur und in unendlich vielen Reichen zuhause.

Etwas bewegt sich aus der Einheit in die Dualität - und zurück in die Einheit. Und doch ist dieses *Zurück* in Wahrheit ein *Vorwärts* - immerzu tanzend und wirbelnd, kommend und gehend - und wiederkehrend.

Etwas bewegt sich
zwischen Unwürdigkeit und Erhabenheit,
zwischen Schuld und Reinheit,
zwischen Verzweiflung und Vereinigung,
zwischen Aggression und Freude,
zwischen Angst und Liebe.

Ist es ein Wesen? ein Geist? ein Atemzug vielleicht?
Bin ich es selbst?



Dunkelheit ist göttliche Liebe - ebenso wie Licht.
Beides wird zu Angst und Grauen, wenn es nicht frei fließen kann,
wenn wir nicht atmen.



Diese Raum-Zeit-Reise lässt uns erkennen, dass es *nicht* um Dunkelheit oder Licht geht, sondern um freies Fließen oder Stau - um tief fließenden senkrechten Atem oder angehaltene, flache Atemzüge, die in der horizontale Welt irren und dort keine wahre Nahrung mehr finden. Nicht das Dunkel kann entlassen werden, sondern die Trennung zwischen Dunkelheit und Licht. Atmen wir tief und hoch - senkrecht - in der Finsternis, dann wird sie sich sehr schnell lichten.

So erschaffen Dunkelheit und Licht gemeinsam den Kristall des Geistes auf Erden - in unseren Herzen. Dies ist die Reise unseres fließenden Atems, der das Leben in all seinen Formen und Erscheinungen liebt - und sich darin fortentwickelt.



Der Atem ist ein interdimensionales Medium - ein Wesen, das in verschiedensten Welten zuhause ist - dazwischen agiert, reist und vermittelt. Zu diesen Welten gehören der Kosmos, der Himmel - *oder auch: Seelenraum* - und der Körper. Und in jedem dieser drei Großräume herrschen weitere Sphären, Dimensionen und Welten, durch die der Atem streicht: die Lunge, Bronchien und Haut, das Blut- und Lymphsystem und insbesondere auch das Gehirn.

Der Atem ist physisches, seelisches und geistiges Bewusstsein - und trägt daher auch physische, seelische und geistige Intelligenzen, Energien und Kräfte in sich. Diese tauscht er permanent aus, öffnet und verbindet, verändert und erneuert sie.

Indem wir tief und hoch atmen - entspannt und doch bewusst und willentlich - können wir unsere Gehirnfrequenzen innerlich erhöhen und äußerlich beruhigen und damit in unserem Bewusstsein Frieden, Weisheit und Glückseligkeit erschaffen und in unserem Körper Heilung und vollkommene Gesundheit.

Der Körperatem

Der *passive* Körperatem fließt *horizontal* durch die Haut. Der *aktive* Körperatem fließt *senkrecht* durch den Bronchienbaum und die Lunge. Von dort aus fließt das Luft-Gas-Gemisch in die linke Herzkammer - und weiter mit dem Blutstrom durch die Arterien in das Zellgewebe aller Organe, Funktionssysteme und Körperteile.

Der Einatemzug versorgt das Herz und - über das Arterienblut von der linken Herzkammer aus - den Körper mit seinen Leben spendenden Stoffen. Der Ausatemstrom entsorgt Schlacken und Gifte, führt sie über das Venenblut zur rechten Herzkammer und über die Lunge aus dem Körper hinaus.

Der Einatemzug zieht die frischen Substanzen und Energien aus Atmosphäre und Biosphäre in den Körper herein - und der Ausatemstrom drückt die verbrauchten, faulen Substanzen und Energien wieder hinaus.

So erhält der Körperatem seinen Körper mit allen Funktionssystemen und Organismen aufrecht und versorgt ihn mit immerzu frischer Lebenskraft.

Körperatem, Gehirnschwingung und Lebensweise

Der Körperatem vibriert in den niederen Bereichen der Gehirnschwingung, im Beta- und Gamma-Bereich zwischen 14 und 70 Hertz. Das bedeutet, dass er fließt, während unsere Augen geöffnet sind. Daher ist er aus geistiger Sicht ein horizontal fließender Strom, ein waagerechter Atemweg auf Erden. Denn dieser folgt unserer entspannten oder erhöhten Aufmerksamkeit nach außen - hinaus in die Welt und in das Bewusstsein der Massen - und zieht uns daher auch immer von uns selber fort.

Je höher der Pegel unserer inneren Anspannung bei Stress, Angst und Aggression ist, desto flacher und hektischer wird der Körperatem und desto stärker zieht er uns aus unserer Mitte heraus. Dann sind wir - im wahren Wortsinn - *außer uns*. Dasselbe gilt für große Konzentration bei anspruchsvoller äußerer Arbeit. Wenn ein hoher - äußerer - Informationsfluss herrscht, ist unsere Gehirnschwingung so eng mit diesem äußeren Thema verbunden, dass kaum noch Verbindung zu uns selbst besteht. Jede Störung von innen oder außen würde uns aus der Bahn werfen.

Der Körperatem hält das physische Leben am Laufen. Nicht weniger aber auch nicht mehr. Und dazu gehören eben auch die Angst um's Überleben und die Ausrichtung auf die äußere Welt der Materie, der Normalität und des Massenbewusstseins, in dem beständig Hunger, Unzufriedenheit und Krankheit herrschen, Abhängigkeit und Unterdrückung, körperlicher Verfall und frühe Sterblichkeit. So begleitet der Körperatem uns voller Liebe und Hingabe durch sämtliche emotionalen und mentalen Dramen unserer Dualität: durch die dunklen Ozeane von Angst und Aggression, Schuld und Sühne, Gier und Geiz sowie Macht und Ohnmacht, Kontrolle und Vergeltung.

Und dabei wird er immer flacher - und immer schwächer. Daher erinnern wir euch immer wieder: „Atmet senkrecht, von ganzem Herzen und mit eurer ganzen Liebe. Auf diese Weise kehrt ihr zu euch selbst zurück.“

Der Seelenatem

Der Seelenatem fließt durch den *Kanal des Metatron*, der unsere Wirbelsäule und Herzlinie umschließt. In unserem Seelenraum - oder höheren Energiekörper - ist unser Lebensfaden eine doppelmantelige Röhre aus hoch schwingender Energie, ein zylindrischer *Kanal im Kanal*, der zwischen dem Alpha-Chakra - 20 cm über dem Kopf - und dem Omega-Chakra - 20 cm unter dem Steißbein - vibriert. Er wird auch Lichtsäule genannt, der wir an anderer Stelle ein eigenes Kapitel gewidmet haben.

Dieser Atemstrom ist *außerkörperlich* und *höherdimensional*. Er transportiert psychologische Energien, die frei von Körper bildendem Magnetismus sind. Wir nennen sie auch *axiale Nervenenergien*, da sie Teil unseres kosmisch-axialen

Nervensystems sind: geist-elektrische Energien aus höheren Dimensionen, die wir in Lektion 5 „Der Lichtkörper-Prozess“ näher erläutern.

Im Gegensatz zum Körperatem, der im Ein- und Ausatemstrom selbst wirkt, agieren die Kräfte des Seelenatems *zwischen* den Atemzügen: im angehaltenen Leeratem und im angehaltenen Vollatem. In diesen passiven Phasen des Atems finden eine Umkehr der Strömungsrichtung und eine Veränderung der Schwingungsfrequenz statt - und damit eine Wandlung der Energien und Kräfte. In einer gegenläufigen Bewegung treffen das aus dem Kosmos *Herabgesogene* und das aus der Erde *Emporgezogene* aufeinander und verschmelzen - werden zu etwas Neuem, etwas Heilem: zu einer kristallinen Energie.

Dieses Aufeinandertreffen verschiedener Atemdimensionen findet nicht im körperlichen Raum unseres Lebens statt, sondern im geist-seelischen - auch wenn wir es aus dem körperlichen Raum heraus wollen und anregen müssen: „*Indem wir es beschließen, geschieht es - von selbst*“. *Von selbst* bedeutet: aus den höheren Räumen heraus.

Dieses Aufeinandertreffen verschiedener Atemdimensionen öffnet die so genannte *Raum-Zeit-Lücke*. Das ist ein kurzzeitiges Vergessen des eigenen menschlichen Seins in einem Aufblitzen der eigenen kosmischen Gegenwart, die frei von Vergangenheit und Zukunft ist und damit auch frei von Schuld und Sühne. Die Raum-Zeit-Lücke ist ein blitzartiges Öffnen des kosmischen Quantums - des Feldes aller Möglichkeiten - im eigenen Körperraum. In diesem Sekundenbruchteil berühren sich zwei Drähte und leiten einen gewaltigen Impuls von einer Dimension in die andere über.

Die Raum-Zeit-Lücke ist identisch mit dem Kosmos und seiner grenzenlosen Kraft und Liebe. In solchen Momenten des angehaltenen Atems zwischen zwei tiefen Atemzügen und -strömen können vollkommene Heilung und Erleuchtung geschehen - von selbst, ohne dass wir es darauf anlegen, denn dies würde unseren Kanal gleich wieder verengen.

So ist der Seelenatem bestens geeignet, die Wandlung aktueller Lebensdramen zu bewirken - gleichgültig, ob diese sich im körperlichen oder lebensorganisatorischen Bereich befinden.

In der Zeitenwende transportiert der Seelenatem zusätzlich zu den psychologischen und geist-elektrischen Nervenenergien das *Undifferenzierte Licht*: ungebrochenes, transzendentes Licht der zwölften Dimension, aus dem noch kein Spektrum hervorgegangen ist. Dieses Licht und seine Bedeutung beschreiben wir ebenfalls in Lektion 5 „Der Lichtkörperprozess“.

Zusammenfassend können wir sagen: Der Seelenatem reinigt den physischen Körper und das menschliche Leben von den grauen Spuren und Schmerzen vergangener Lebenswege. Insbesondere im Zusammenspiel zwischen Unter- und Überbewusstsein, die in ihren größeren Höhen und Tiefen bisher dem Wachbewusstsein verborgen geblieben waren, bewirkt der Seelenatem eine außerordentliche Öffnung und Befreiung für unser Körperbewusstsein. Und daraus entsteht stabile Gesundheit und geringe Alterung.

Seelenatem, Gehirnschwingung und Lebensweise

Der Seelenatem vibriert in den mittleren Bereichen der Gehirnfrequenz, im Alpha- und Theta-Bereich zwischen 14 und 6 Hertz. Er fließt, wenn unsere Augen geschlossen sind. Dann ist unsere Aufmerksamkeit nach innen gerichtet in einen Raum der

Entspannung, wo sich noch tiefere Formen der Ruhe und noch größere Tiefen der Innenwelt öffnen können.

Von dort aus erreichen wir schließlich das transzendente Reich der Meditation, das sich weit über die Grenzen einer einzigen Lebensspanne hinaus erstreckt. Hier haben wir eine deutlich erhöhte Erinnerungsfähigkeit - an viele andere Räume, Zeiten und Lebensformen, die wir durchwandert haben. Hier herrscht eine ausgeprägte Kraft der Selbstheilung in unserem Körper.

Was gemeinhin als *Schlafstörung* und *Halluzination* bezeichnet wird, ist in den meisten Fällen eine ausgeprägte und notwendige - *unnormale, aber positive* - Entspannung des Körpers, eine Aktivierung von bisher verborgenen seelischen Gehirnfunktionen. Hierzu gehören auch der Halbschlaf und der Wachtraum, die Einschlaf- und die Aufwachphase - und selbst die Übermüdung ist in diesem Sinn ein geforderter Aspekt des Seelenatems, mit dem wir in den Heilschlaf gleiten, wenn dieser nötig ist.

Der senkrechte Seelenatem fördert geistige Konzentration und Kreativität ebenso wie die transpersonale Erinnerungsfähigkeit - die Erinnerung anderer Wesen in unserem eigenen Atemstrom. Denn als Seelen sind wir Eins mit vielen anderen Seelen und Wesen.

In dieser seelischen Lebensebene kennen wir weder Angst noch Mangel sondern nur erfüllende Erfahrungen - Mitgefühl und Dankbarkeit, Zufriedenheit und Wohlstand. Und auch die liebevolle Emotionslosigkeit, die uns hin und wieder etwas unterkühlt vorkommt, sowie die bedingungslose Liebe sind - *heilende* - Kräfte des Seelenatems.

Der Geistatem

„..... und Gott hauchte ihm das Leben ein.“ In den höheren Räumen unseres Lebens ist der Atem Eins mit dem kosmischen Geist. Dieser bildet im hauchenden Atemstrom - aus sich selbst heraus - seinen physischen Körper und erhält ihn so lange aufrecht, wie er ihn braucht.

Zu Beginn sendet der Geist seinen Atemstrom in die Überseelenräume aus. Von hier aus strömt er als Überseelenatem weiter und formt im Akt der körperlichen Geburt den Körper- und den Seelenatem. Dann atmet die Seele fünf Jahrsiebte lang im Körper und bereitet diesen auf die *zweite Geburt* vor: die Geburt des Geistes.

Übernimmt der Geist dann den Körper, verschmilzt er die Urkraft seines kosmischen Atems mit dem erwachsenen menschlichen Atem. Dies haben wir in Lektion 14 „Geistgeburt“ ein wenig näher beschrieben.

Verweigert der Egogeist die zweite Geburt - will er seinen Thron nicht verlassen, die Verantwortung nicht abgeben - dann werden Seele und Körper bald müde und alt, dann versiegt der Atemstrom und der Geist zieht sich zurück.

Doch oftmals will der Geist den Körper auch aus dem fließenden Lebensstrom herausreißen und von sich aus ablegen. Nun, dann zieht er den Atem - sich selbst - einfach zurück und entleert den Körper. Darüber haben wir mehr in den Lektionen 16 und 17 geschrieben: „Der Tod und das Leben“ sowie „Der Tod und das Sterben“.

Der kosmische Geist drückt sich im Dreifachen Atem aus
und der Dreifache Atem drückt sich im Körperleben aus
Die fünf Einweihungen Jesu zeigen den Weg des Geistes in die Körperwelt:

1. Einweihung: Geburt

Der Geistatem erschafft sich - mit Hilfe der elterlichen Energien und Substanzen - einen atmenden physischen Körper. Dieser wächst innerhalb von sieben Jahren in seiner femininen - und innerhalb der nächsten sieben Jahre in seiner maskulinen Matrix heran, stabilisiert und vollendet sich. Das Ziel ist der vollendete horizontale Körperatem: der Mensch.

2. Einweihung: Taufe

Bis zum 14. Lebensjahr hat sich der geistige Atem so stark verdichtet, dass er selbst zu einem festen Körperatem in einem gesunden Körper geworden ist. Nun beginnt der Seelenatem, verstärkt zu fließen und den Menschen von den angelernten Mustern der körperlichen und elterlichen Welt wieder fortzuziehen: hinein in die eigene - senkrechte - Welt der Gefühle, Emotionen und Intuition.

3. Einweihung: Verklärung

Ein weiterer kosmischer Einfluss, ein blitzartiges geistiges Fortziehen von den antrainierten mentalen Mustern der alten Welt, beginnt mit dem 21. Lebensjahr, wenn der Geist im Menschen seiner eigenen kosmischen Intelligenz folgen und sie verwirklichen will. Am Ende des vierten Jahrsiebts ist der Mensch also zu 75 Prozent vom geistigen Atem durchdrungen - und damit auch von der kosmischen Intelligenz.

4. Einweihung: Kreuzigung

Ab dem 5. Jahrsiebt beginnt der hohe Geist, seinen Egoeist sanft zu zwingen. Dieser soll nun den Körperatem zugunsten des Geistatems wieder loslassen, was für das Verständnis des Egos *Tod* bedeutet. Tatsächlich jedoch ist es der geistige Atem, der den Körper nun weiterhin am Leben erhalten kann. Der akzeptierte *innere Tod des Körperatems* ist ein geistiger Akt der Selbst-Einweihung, der das Freiwerden von jeglichen körperlichen Bedürfnissen und Abhängigkeiten bewirkt.

5. Einweihung: Auferstehung

Mit dem Ende des 5. Jahrsiebts, in der Zeit des 35. Lebensjahres, findet die zweite Geburt statt: Der kosmische Geist hält Einzug in den ausgereiften Körper. Der Geistatem strömt nun wesenhaft in das menschliche Leben ein und verwandelt das eigennützige und hilflose egogesteuerte Menschsein in eine warmherzige und machtvolle Menschlichkeit.

Natürlich beschreibt dies nur die Idealmatrix, die sich in den vergangenen Jahrtausenden wohl nur wenige Male auf Erden verwirklicht hat. Dennoch ist dies der Terminplan und die Natur des geistigen Atems, die wir uns hier und jetzt zunutze machen können.

Geistatem, Gehirnschwingung und Lebensweise

Der Geistatem vibriert in den hohen Bereichen der Gehirnschwingung, im Theta- und Delta-Bereich zwischen 6 und 0,5 Hertz. Er fließt, wenn wir uns in einer totalen inneren Ruhe befinden, die zunächst nur durch Tiefschlaf oder Trance möglich ist.

Nach einiger Zeit der Übung und des beharrlichen Willens erreichen wir allerdings diesen Zustand auch durch Meditation und geistige Konzentration, durch senkrecht atmen und *ziellose Entspannung* - sowie durch das Praktizieren der bedingungslosen Liebe und des Mitgefühls *allen* anderen Menschen und Wesen gegenüber.

Und hier liegt tatsächlich die Betonung auf: *ausnahmslos alle*. Da wir im Seelen- und Geistraum Eins mit allen sind, spalten wir uns mit jeder Verurteilung anderer von uns selbst ab - und unsere Gehirnschwingungen *wandern in den Keller*.

Der Geistatem liegt jenseits der Dimensionen, die wir mit unserem dualen Bewusstsein erfassen können. Dennoch wirkt er unmittelbar auf unser körperliches Leben ein. Mehr noch: Wir selbst sind dieses vielfältige, fordernde und unbekanntes Wesen. Das kann *ent-* oder *er-mutigend* sein. Es ist eine Frage der inneren Haltung zu uns selbst.

Befinden wir uns im geistigen Atemstrom, dann sind wir keine Geschöpfe sondern Schöpfer: Meister des Menschseins und der Menschlichkeit, emotionsloses Christusbewusstsein voller bedingungsloser Liebe, Mitgefühl und Empathie.

Der geistige Atem fließt sowohl senkrecht als auch waagrecht, denn er verbindet die inneren und die äußeren Welten miteinander. Genau genommen wirbelt er spiralförmig durch Raum und Zeit hindurch - und zieht *auf-atmendes Leben* nach sich.

Neben erfüllenden Erfahrungen, Zufriedenheit und Wohlstand, neben stabiler Gesundheit und Jugend, die dann aber unbedeutend sind, haben wir hier den Zugang zu allen Dimensionen und jenen Fähigkeiten, die über die fünf niederen Sinne unseres Körpers hinausgehen: Voraussicht (die Zukunft sehen), Telepathie (geistiges Kommunizieren mit weit entfernten Menschen und Wesen), Bilokation (an mehreren Orten gleichzeitig sein), Hellsicht und Heilungskraft sind hier völlig selbstverständliche Fähigkeiten.

Im geistigen Atem sind wir Tröster und Führer, Krieger und Heiler, Hungerstiller und Ernährer für die Menschheit. Hier herrscht unsere göttliche Gegenwart mitsamt unserer höchsten Absicht, Ausstrahlung und Manifestationskraft. Hier wirken göttliche Gnade und Offenbarung sowie totale geistige, mentale, emotionale und physische Freiheit. Der Zugang zu vielen Welten und Wesen sowie zu deren schöpferischen Fähigkeiten ist im Geistatem ein ganz natürlicher Teil unserer selbst.

Im Geistatem wird unser Körper zu einem Lichtkörper, der selbst die Dimensionen durchheilt, ungeheure Ströme des transzendenten Lichtes herabzieht und in die Körper der Menschheit und die Felder der Erde führt. Im geistigen Atem strömen Wellen menschlicher Dunkelheit und irdischer Dichte hinauf zum Kosmos, um sich in kristalline Kräfte zu veredeln - und als solche mit dem nächsten Atemstrom zur Erde zurückzukehren.

Nehmen wir wahr - und wissen in jeder Zelle unseres Körpers, dass unser Atem die stärkste Verbindung zwischen Kosmos, Körper und Erde ist. In dieser Gewissheit stabilisieren sich die Ströme unserer inneren Kraft, die wir bewusst und willentlich in Bewegung setzen können.

Zusammenfassend können wir sagen: Der geistige Atem führt das Leben des eigenen physischen Körpers über die Grenzen des Todes hinaus - und erlöst dabei gleichzeitig das Dunkel der Welt. Das Eine ist an das Anderes gebunden. Denn wir sind als Gemeinschaft aus Einem Punkt der Schöpfung herabgestiegen und werden daher auch nur als Gemeinschaft wieder aufsteigen können:

Alles, was wir im geistigen Raum unseres Herzens und Atems für andere tun, bereichert uns selbst. Und alles was wir hier für uns selbst tun, bereichert andere.

Der Wechsel zwischen den Atemströmen

Nun mag sich vielleicht noch die Frage stellen, wie wir bewusst körperlich, seelisch oder geistig atmen können, wie wir zwischen diesen Atemformen wechseln können.

Es ist einfach. Grundsätzlich fließen alle Ströme gleichzeitig, doch unser geteiltes und getrenntes Körperbewusstsein muss lernen, auch die höheren Ströme der Seele und des Geistes zu spüren und zu lenken. Allein dadurch heilt der niedere Strom des Körperatem. Also konzentrieren wir uns eine Zeitlang auf die einzelnen Ströme.

Zunächst - zu Beginn in der noch ungeübten Zeit - gehen wir mit dem Körperatem zum Seelenatem und anschließend zum Atem des Geistes. Hierfür - als Einstieg in die Kunst des Atmens - ist die „Meditation zum Dreifachen Atem“ gemacht - aber auch:

Der Senkrechte Atem
Die Zwölf-Chakra-Meditation
Die Sonnenmeditation
Die Vereinigung der Felder
Der Herzatem zwischen Alpha und Omega
Die Fünf Tore der Einweihung

sind gute Werkzeuge zum Üben. Sind wir geübt, dann können wir den gewünschten Atemstrom direkt wählen und uns darauf einstimmen. Er wird sofort erwachen und uns folgen - und uns mit sich nehmen. Je nach dem Atem, den wir bewusst und willentlich nutzen, erwacht die entsprechende Energie, Kraft und Intelligenz - und durchfließt, nährt und klärt unseren Körper und die Welt.

**Vertiefung dieser Thematik:**

Lektion 1 Das eigene Dunkel überwinden,
Lektion 2 Der Planetarische Atem,
Lektion 5 Der Lichtkörper-Prozess,
Lektion 6 Herz und Kreuz,
Lektion 18 Das Dunkel der Welt

SUCHEN-Funktion:

Himmel, Erde, Kosmos, Licht, Dunkelheit, Geist, Körper, Einheit, Dualität, Göttlichkeit, Finsternis, freies Fließen, Reise, Atem, Herz, Dimensionen, Tor, Räume, Schlüssel, Atemzug, treiben, Lunge, Seele, Kindheit, Wirbelsäule, Ebenen, Muster, Strukturen, Einatem, Ausatem, Wesen

Gebt die Texte weiter

Gebt diese Texte - und unsere Internet-Adresse - bitte weiter. Lasst möglichst viele Menschen an *euren Erkenntnissen* und *unserem Material* teilhaben. Respektiert unser Urheberrecht - und verteilt es in die Welt zum Wohle aller. Nutzt es für eure eigene Freude und Entwicklung, aber auch für eure beruflichen Zwecke. Dafür ist es gemacht.

Englisch und Spanisch

Wir suchen für die Übersetzung unserer Texte in *Englische* und ins *Spanische* engagierte Übersetzer oder Muttersprachler mit sprachlichem Feingefühl, die bereit sind, kostenlos bzw. auf Spendenbasis zu arbeiten. Für Hinweise und Empfehlungen sind wir dankbar - im Namen der englisch- und spanisch sprechenden Welt.

Spenden

Wir schenken euch unsere Arbeit aus vollem Herzen. Daher sind wir auf Spenden angewiesen. Möchtet ihr uns eine finanzielle Unterstützung zukommen lassen, dann könnt ihr dies über das Pay-Pal-System tun (sh. Link SPENDEN im Kristallmensch.net) oder über diese Konten. Notiert bitte das Wort SPENDE im Verwendungszweck. Herzlichen Dank euch.

In der Schweiz:

Konto 84 - 314 16 - 5 Swiss Post Inhaber: Sabine Wolf

In Deutschland:

Konto 0151 478 427 BLZ: 250 500 00 NORD LB Inhaber: Sabine Wolf
IBAN: DE90 2505 0000 0151478 427 BIC-Code : NOLAHDE2H

Kristallmensch.net
Freie Internetschule Sabine Wolf

