

FÜLLEHERZ und FÜLLESTERN

von Martha Wirtenberger

Die erste leere Seite möchte befüllt werden. Ein weißes Blatt.

So funktioniert unser Leben. Wir beschreiben ein unbeschriebenes Blatt Papier. Wir füllen das Blatt mit unseren Wünschen, Träumen, unserer Energie, unseren Sehnsüchten, unseren Ideen und allem, was uns für uns selbst und die Welt wichtig ist.

In Peru startet ein Ritual, eine sehr bedeutsame Zeremonie genau mit diesem weißen Blatt Papier, das befüllt werden möchte.

Symbole aus der Natur werden dabei verwendet, um alle Wünsche, Themen, Anliegen und Intentionen auf das weiße Blatt Papier zu legen und es dann zusammen zu falten, der Natur zu übergeben mithilfe der Elemente (Feuer, Wasser oder Erde).

In diesem Buch spreche ich dich mit DU an. Denn wir sind Vertraute durch diese Zeilen. Das, was durch mich fließt kommt mit den Worten und vor allem der Energie, die ich beim Schreiben empfinde zu dir.

Es ist kein GEDACHTES Buch. Vielmehr ist es ein GEFÜHLTES Buch. Wie jedes Lied, jede Melodie, jeder Text und jedes Gedicht aus der Energie heraus entstehen, die beim Schreiben vorrangig vorhanden ist so ist es auch mit diesem Buch.

DANKE von Herzen, dass du dich auf jedes der Worte auf den weißen Seiten einlässt. Es wird immer wieder Raum dafür

geben, dass du deine eigenen Gedanken und Worte aufschreibst. Dazu habe ich genug Platz gelassen. Denn das Leben möchte gefühlt werden.

Es ist unser Fühlen, das Kreise zieht.

Herausragende Denker und großartige Visionäre, die Unglaubliches geschaffen haben gibt es sehr viele.

Einen guten von einem herausragenden Schauspieler unterscheidet, dass er die Rolle ist und mit jeder Zelle lebt.

Einen guten von einem herausragenden Sänger unterscheidet, dass die Worte nicht nur gesungen werden, sondern gefühlt und mit jeder Faser ins Leben gebracht werden.

So ist es für mich mit jedem Beruf und mit allem, was wir in die Welt bringen.

Du bist dazu da, dein Licht und deine Berufung zu leben. Jeden Tag. Immer.

Finde heraus, wofür du brennst wie Feuer und was dich trägt wie die Erde.

Erkenne, was der Wind aus allen Himmelsrichtungen dir zuflüstert und was das Wasser von dir nimmt an Themen, die nicht für dich gedacht waren.

Du bist dafür da, deine Bestimmung zu leben und in diesen Zeilen werde ich dir erzählen, wie das geht.

Denn es ist im Grunde das Einzige, was zählt und das Leben weiter und weiter webt: die Energie, aus dem die Geschichten sind. Die Energie der unendlichen Geschichten, die von

Generation zu Generation weitergetragen werden und immer wieder zum Leben erwecken.

1. Die Energie, aus der wir gemacht sind

Das Jahr 2026 hat gerade begonnen. Sehr viele spirituelle Menschen sprechen vom „Jahr des Feuerpferdes“ und vom Merkurjahr, das uns beschleunigt und wir Rückenwind für unsere Projekte, Arbeit und unsere Träume bekommen.

Energie und Bewusstsein wird sehr oft in die „esoterische“ Ecke geschoben und es soll nicht viel darüber gesprochen werden, um weiterhin professionell zu wirken. Heute möchte ich dir sagen, dass Energie aus der Physik kommt und auch mit Albert Einstein in Verbindung gebracht wird. Viele Superstars haben bewusst oder unbewusst erkannt, dass ihre Energie den Unterschied macht und sie durch ihre Energie erst richtig in Schwung kommen.

Energie zündet unser inneres Feuerwerk und lässt uns ins Tun kommen.

Wenn wir in unserer besten Energie sind, können wir wahrlich Berge versetzen. Es gilt darauf zu achten, dass wir in unserer reinsten und besten Energie sind und uns nicht manipulieren und beeinflussen lassen. Es klingt einfacher, als es ist. Denn wir sind keine einsame Insel, sondern bekommen gerade in der heutigen Zeit so viele Informationen, Eindrücke und auch unser Umfeld (Familie, Partner, Freunde, Arbeitskolleg*innen, Nachrichten) wirken auf uns.

Es ist von entscheidender Bedeutung, vertrauenswürdige und ehrliche Menschen in unserem unmittelbaren Umfeld zu haben. Menschen, die Integrität haben und es gut mit uns und unserer Entwicklung meinen.

Wie du erkennst, wer es wirklich ehrlich mit dir meint?

Du darfst selbst laufend prüfen und schauen, wo und in welchen Bereichen deines Lebens du noch nicht ganz ehrlich mit dir selbst bist. Das verlangt Reflexion, Innenschau, Klarheit und das Erkennen der eigenen Wahrheit. Das setzt voraus, dass du dich mit deinen Werten konfrontierst und da weiter optimierst, wo sie nicht im Einklang mit deinem Wesen sind.

Das geht, ohne sich selbst abzuwerten oder auch andere schlecht zu machen.

Du hast allerdings keine Garantie, wie deine Energie auf andere wirkt. Es wird immer Menschen geben, die dich nicht erkennen können. Es wird immer Menschen geben, die dich kritisieren oder ablehnen, was und wer du bist. Es wird immer Menschen geben, die dich nicht verstehen und jedes deiner Worte oder Taten anders empfinden.

Lass´ dich davon nicht beirren. Bleibe bei dir, deiner Energie und lass nicht andere entscheiden, wer oder was du bist.

Nütze das Element Feuer, um dich immer wieder zu befreien von diesen Ansichten, die nicht deine sind. Nütze das Element Wasser, um dich immer wieder zu reinigen und mit deiner wahren Essenz zu verbinden. Nütze das Element Wind, um all das zu hören, was der Wind kommuniziert und das ziehen zu lassen, was nicht zu dir gehört. Nütze das Element Erde, um mit ihr in Verbindung und Kontakt zu sein und deine Füße fest auf unser aller Mutter zu spüren.

Dieses Jahr verlangt noch mehr von dir. Es wird dir gut gehen, wenn du dich auf das Tempo einlässt und auch in deinem Rhythmus vorgehst. Du brauchst dich nicht anstecken lassen von der Geschäftigkeit und der Hektik, den Sorgen und

Ängsten und dem wilden Treiben in allen Bereichen dieser Welt. Das heißt nicht, dass du ignorant bist oder naiv. Es bedeutet viel mehr, dass du auf deine Energie achtest.

Kunst und Kultur fand immer die Antworten, um den großen Anspannungen zu begegnen. Die Welt webt sich durch diese Energien von Liebe, Freude, Verbindung, Mut, Inspiration, Dankbarkeit und Wahrheit.

In Zeiten von KI und dem Gefühl, noch mehr darzustellen oder zu verdrehen ist es besonders wichtig, dass du deine eigene Intelligenz nützt und dich nicht von allen möglichen Seiten und Bereichen ablenken lässt.

Wähle weise, wo du auftankst und wie du dich und deine Energie nährst.

Wähle in jedem Bereich so, dass es dich auflädt.

Du spürst sehr genau, was deine Energie stärkt und was sie schwächt.

Stärkende Energiefelder erkennst du daran, dass du dich besser und wohler fühlst. Das trifft auf Menschen, Berufe, Informationen, Verbindungen, Beziehungen, Wohnorte und auch auf Projekte zu. Fühle. Du wirst es spüren in deinem Körper.

Wenn dein Körper weit und weich wird ist es richtig. Wird er eng, fühlt sich verkrampft oder angespannt an ist es nicht für dich. Der Körper lügt nicht, auch wenn unser Verstand das manchmal überstimmen möchte.

Wir wurden zu vielem erzogen und auch zu vorwiegendem Handeln nach Verstand. ES wurde uns – wenn auch vielfach

unbewusst, da diejenigen nicht bewusst waren – abtrainiert, unseren Träumen zu folgen. Vor allem jenen, die utopisch oder aussichtslos erschienen.

Das war bereits in früheren Generationen der Fall. Auch wenn wir heute unendlich viele Möglichkeiten haben und enorm viel Freiheit, zu wählen so sind wir auch mehr gesteuert als je zuvor. Denn unsere Wahlen werden gespeichert, werden irgendwo gesammelt und uns dann als unsere Ideen verkauft, in anderer Form.

Wir werden durch soziale Medien, Algorithmen, Berichterstattung beschallt und haben jederzeit Zugang zu allen Informationen der Welt.

Gleichzeitig wird mehr gewünscht denn je, dass wir in Schach gehalten werden und nicht (zu sehr) auffallen mit unserer Andersartigkeit.

Dort, wo sie Platz hat ist in der Kunst und auch dort gibt es Bereiche, die sehr stark definiert werden.

Wo ist also unsere Freiheit?

Sie ist in dir und deiner Fähigkeit, dich innerlich so auszurichten, dass jegliche Fülle dieser Welt in dir ist. Du bist die Fülle. Alles andere kommt folgend.

Je mehr du mit dir und deinem Leben in Einklang bist, deine wahren von innen kommenden Träumen umsetzt und dich nicht vom Außen beeinflussen und manipulieren, klein halten oder ausbremsen lässt umso wahrscheinlicher ist es, dass deine Energie all das zu dir zieht, was zu dir gehört.

Das klingt wie in einem Glückskeks Spruch und entspricht dennoch so der Wahrheit, die wir brauchen für unsere Fülle, für unser Leben.

Diese innere Freiheit wird dich lenken und dir sagen, wohin dein Weg geht. Das beginnt immer im Innen und bereitet den Pfad für alles, was im Außen folgt.

Lass' mich das an einem deutlichen Beispiel zeigen:

Dein innerer Ruf sagt jeden Tag: fahre an diesen Ort XY und spaziere dort am Fluss entlang. Was wäre, wenn du es einfach ausprobierst und dann siehst, was du für wundervolle Begegnungen, Erkenntnisse und Synchronizität bekommst? Wenn du es ignorierst und dem Verstand die Kontrolle gibst, der vermutlich sagt: „Das macht keinen Sinn, da bleibe ich lieber zuhause.“ „Nein, das ist jetzt echt der falsche Zeitpunkt.“ „Tja, das kostet einfach zu viel Geld.“ Dann bist du gesteuert von der Vernunft, die dich immer wieder klein hält.

Das mag jetzt ein kleines Beispiel sein und doch funktioniert es immer so. Die Gedankenspiralen führen dich bei diesen Sätzen immer dazu, was nicht geht oder eben nicht möglich ist für dich.

Wenn du stattdessen keine Spiralen erlaubst und dir die Möglichkeit gibst, all diese Ideen die aus dir heraus entstehen zu würdigen und anzuerkennen dann begibst du dich in unbekanntes und neues Terrain.

Dann wird es spannend und ungewöhnlich, weil deine Energie neue Gegebenheiten anzieht. Du wirst neue Begegnungen haben, andere Situationen kreieren und plötzlich siehst du Wege und Abzweigungen, die zuvor nicht sichtbar waren für dich.

Versteht du, was ich dir damit sagen möchte?

Versteht du es mit deinem Herzen, deinem ganzen Sein?

Ich möchte dir an der Stelle gerne etwas aus meinem Leben erzählen, das ich in der Form noch nie zuvor erzählt habe.

Für mich sind einige berühmte Persönlichkeiten (Sänger, Schriftsteller, Schauspieler, Komponisten) wie Ratgeber und ich liebe es, mich mit ihrer Energie zu verbinden.

Allen voran Tina Turner und Freddie Mercury, neben vielen anderen.

Durch diese inneren Dialoge (die ja wie Monologe sind, da ich alleine im Raum bin mit ihnen) haben mich zu sehr großen und mutigen Entscheidungen und Handlungen gebracht. Genau das ist die Kraft, die wir dadurch freisetzen.

Vor kurzem kam eine Idee zu mir und ich weiß, dass sie durch meine Liebe mit der Film- und Musikwelt zustande kam. Es fühlte sich so groß, fast schon zu groß an und dennoch sprach ich darüber und dadurch entstehen gerade die wundervollsten Möglichkeiten.

Ich lasse mich führen, wohin es mich führt und folge diesen Ideen und dieser Stimme, die sich immer stärker und klarer meldet. Denn je mehr wir uns öffnen, dem vertrauen, was wir hören und wahrnehmen und dem auch folgen umso weiter und größer wird dieses „Feld der Möglichkeiten“.

Es kann sein, dass es manche als verrückt oder Hirngespinnste abtun. Doch, wenn wir selbst uns so inspiriert fühlen sollen wir dem folgen, dass unsere Energie uns sagt. Findest du nicht?

2. Die Liebe, die wir sind empfangen wir

Wir Menschen sind soziale Wesen und natürlich brauchen wir Beziehungen und Menschen in unserem Leben. Dennoch ziehen wir andere Menschen an, wenn wir in uns genau diese Liebe empfinden, die wir ausstrahlen. Die Liebe kann uns niemand im außen geben. Wir selbst müssen uns diese Liebe schenken und lernen, wie wir uns so lieben können, dass es fühl- und sichtbar für andere wird. Dann sind wir Magnet und Sog und ziehen die Menschen in unser Leben (ob Partner, Freunde, Kooperationspartnerschaften etc.), die genau mit der Energie in Resonanz gehen.

Die größte Liebe, die du je erfahren wirst ist die in und zu dir und sie zieht aus und ladet alles auf, womit du in Kontakt kommst.

Aus dem Grund ist es so bedeutend für dein Erleben und das was du anzieht, wie du dich mit dir und in deinem Leben fühlst.

Wenn du jetzt innerlich sagst: „Boah, ich weiß nicht, wie ich da hinkommen soll und mich so annehme wie ich bin“ oder „Das klingt ja ganz nett, ist aber für mich nicht so leicht.“ Oder andere Konstrukte, die da auftauchen... dann bist du im Verstand und nicht auf der Ebene, wo du dich als strahlende Essenz siehst.

In der Energie von Liebe bist du mit dem ganzen Universum in Verbindung und mit allen, die vor dir waren. Du bekommst Eingebungen, Ideen, Inspiration und wenn du das aufnimmst (ohne es gleich zu bewerten oder abzutun) bist du im Paradies.

Der Verstand ist absolut wichtig und wir brauchen ihn für viele Vorgänge und auch für Entscheidungen, die mehr oder ausführlicher beleuchtet werden sollen, für Analyse und Auswahl von dem, was für uns in Frage kommt sowie für Optimierung von vielen Prozessen.

Wir wollen verstehen, was vor sich geht und das ist völlig in Ordnung.

Um mit allen Ebenen, Dimensionen und Möglichkeiten des Lebens verbunden zu sein, brauchen wir vor allem das Fühlen, die Liebe und diese Energie von „alles ist möglich und ich bin eingebunden in das Feld der unbegrenzten Möglichkeiten“: Denn genau dort entstehen die Wunder. Dort passiert die Magie. Dort beginnen die Geschichten, die unendlich sind. Dort dehnt sich das Wissen aus und wird zum Ozean der Weisheit.

In diesem Feld weben wir unsere Bestimmung und empfangen genau die Lieder, Geschichten, Informationen und die neuen Ansätze für unser Leben. Dort beginnt und endet die Fülle.

Wenn wir bereit sind uns auf diese unlogische, wundervolle, multidimensionale Energie einlassen und sie vor allem zulassen, werden wir uns getragen und geliebt fühlen. Die Worte, die in diesem Raum gesprochen werden, sind von enormer Kraft und ziehen alles in unser Leben was wir vielleicht bis jetzt für unrealistisch, utopisch oder unwirklich gehalten haben.

Es ist ein Raum, wo Worte Taten folgen... unweigerlich und ohne Anstrengung, sondern weil sie umgesetzt werden möchten.

Die Energie wird durch das Umsetzen noch stärker aufgeladen. Wenn wir bereit sind, auch jenen Ideen zu folgen, die wir nicht verstehen oder deren größere Zusammenhänge mit anderen Ideen wir noch nicht erkennen können, dann entsteht die Magie.

Du wirst merken, wie du immer mutiger wirst und viele deiner großen Träume sich auf unglaubliche Art und Weise entwickeln und entfalten.

Vertraue deiner Energie, deiner Liebe und du wirst überschüttet von der inneren Fülle, die automatisch die äußere Fülle anzieht. Auch wenn das nicht über Nacht geht und vielleicht etwas dauert... bleibe dran und gehe weiterhin die Pfade, die sich dir zeigen.

Erinnere dich daran, dass einige der größten Songs der Musikgeschichte von den Musikern „empfangen“ wurden... in diesem Zustand der Verbindung, der Energie, des Vertrauens und dem, wo Magie möglich wird.

Ich wünsche DIR von Herzen, dass du so oft wie möglich in diesen Raum der unbegrenzten Möglichkeiten und in deinen Füllerraum eintauchen kannst.

Neugierig, wie du das angehen kannst? Dann höre unbedingt meine Fülle Meditation an.

Füllebewusstsein:



3. Träume und bitte um Segen

Wenn du nicht weißt, wo du weiter gehen sollst.

Bitte und es wird dir gezeigt!

Wenn du nicht sehen kannst, wofür du dich entscheiden sollst.

Bitte und du wirst es erkennen!

Was waren deine Kindheitsträume? Was hat dich dazu bewogen, vor Begeisterung zu lachen und wo wolltest du unbedingt, dass sich diese Träume realisieren?

Kannst du dich erinnern, welche Energie das erzeugte?

Du hast vielleicht mit deinen Träumen gesprochen und viel Zeit des Tages damit verbracht, dir alles in Bildern und ganz

detailliert vorzustellen: wie du aussiehst, welche Kleidung du trägst, welche Menschen dich begleiten, wo du lebst, wie es sich anfühlt, wenn du dort angekommen bist und der Traum sich verwirklicht hat?

Dann kam in den meisten Fällen etwas dazwischen. Entweder haben sich deine Träume geändert, bevor sie in die Umsetzung kommen konnten. Viel wahrscheinlicher ist es allerdings, dass du zu einem bestimmten Zeitpunkt dachtest du müsstest „erwachsen“ werden und diese Träume begraben. Vielleicht hast du geglaubt, es wäre deine Entscheidung und bewusste Wahl. Häufig entstehen diese Gedanken allerdings dadurch, dass du von deinem Umfeld nicht die Unterstützung erfährst, die für diese großen Träume von Bedeutung sind.

Ja, wir sind die Schöpfer und Schöpferinnen unserer Realität. Doch in unserer Jugendzeit und im frühen Erwachsenenalter sind wir häufig unsicher und sehr beeinflussbar. In dieser Zeit brauchen wir starke Menschen an unserer Seite, die uns und unsere Träume bestärken.

Sehr oft haben wir diese Vorbilder nicht in unserem Umfeld, da jene selbst mit dem Mainstream gehen oder gar nicht erkennen, dass gewisse Träume von innen geschrieben werden. Wem es gelingt, die eigenen Träume trotz Widerstand, Unverständnis oder Mangel an Unterstützung umzusetzen ist eine sehr starke Seele. Doch wenn diese Träume später wieder anklopfen, dann hat das einen guten Grund. Dann wollen sie gesehen, gehört und gelebt werden. Es ist niemals zu spät und niemals zu früh, damit zu beginnen.

4. Deine Ausrichtung richtet dich aus

Hast du schon einmal beobachtet, wo deine Gedanken jeden Tag hingehen? Was denkst du über dich selbst und das Leben? Fühlst du dich vom Leben reich beschenkt und bist voller Dankbarkeit darüber, was du alles erfahren und erleben darfst?

Dann ist es bereits wunderbar und du erschaffst dir deine innere Fülle.

Was erlaubst du dir, zu denken? Diese Frage mag dir vielleicht im ersten Moment eigenartig erscheinen und doch ist sie so bedeutend.

Gibst du dir selbst die Erlaubnis, all deine Träume zu denken und dich mit all den großen Visionen zu verbinden, von denen du im Moment noch keine Ahnung hast, wie du sie jemals umsetzen kannst? Wenn dir das gelingt, hast du die Meisterdisziplin erreicht und dann bist du auf jeden Fall dabei, dir dein Traumleben in purer Fülle zu kreieren. Das muss jetzt nicht die Million sein. Wenn das dein Traum ist, dann gehe dafür. Wenn du davon träumst, jeden Tag glücksdurchtränkt aufzuwachen und genauso schlafen zu gehen dann ist das der Traum, für den du gehst.

Unsere innere Haltung gibt uns die Ausrichtung und zieht mehr davon in unser Leben. Es ist wirklich so. Nur wollen wir oft, dass es sich unmittelbar und sofort zeigt. Falls das nicht der Fall ist, zweifeln wir oder stellen unsere Träume und Visionen in Frage. Dann setzt häufig die Stimme ein, die im Gewohnten bleibt, kein Risiko eingehen und keine neuen Wege beschreiten will. Denn das ist zu groß

gedacht und das Leben zeigt ja, dass es eben doch nicht möglich ist.

Daher ist es von enormer Bedeutung, immer wieder die Energie, die Liebe und unsere Träume zu nähren mit Vertrauen. Wir sprechen, singen, rufen, schreiben, tanzen immer wieder mit den Gedanken an unsere großen Träume und erhalten sie am Leben. Wir glauben so fest an sie, als wären sie bereits umgesetzt und wir genießen es, ohne uns selbst (oder das Universum) unter Druck zu setzen, weil es nicht innerhalb von 24 Stunden schon gelebte Realität ist.

Das Leben möchte unseren vollen Einsatz und unsere Energie fühlen. Wir weben und weben weiter und es entfaltet sich. Aus dem inneren Fülle Bewusstsein webt sich die äußere Realität. Umgekehrt kann es auch gehen, ist aber vermutlich wesentlich schwieriger. Denn diese Vorbereitung ist essentiell, um es richtig sehen, spüren und genießen zu können ohne überwältigt zu sein oder von der Welle überschlagen zu werden.

Wie richtest du dich aus? Tagtäglich?

Stolperst du noch durch den Tag und überlässt es anderen, wie es dir geht und was dir widerfährt oder bist du bereits so bewusst, dass du dich jeden Tag auf den Tag einschwingst und weißt, was dich durch den Tag begleitet? Denn ja... das können wir steuern!

Neugierig, wie das gehen soll? Dann höre gerne rein in meine innere Reise: **AUSRICHTUNG**



5. Öffne dich und die Portale zeigen sich

Was ist diese neue Erde, von der so viele sprechen? Wo ist sie fühlbar, wenn in mehreren Ländern so viel Chaos und Konflikte herrschen und Herrscher so viele Konflikte verursachen?

Sie liegt dazwischen und genau in diesem Chaos. Wer hier mit Liebe stehen kann und die Vision von einer friedlichen Welt halten kann, ist Teil der neuen Erde. Eine liebe Bekannte von mir hat vor Jahren ein Buch zu dieser Welt verfasst und ich bin überzeugt davon, dass wir diese Erde wunderschön gestalten können. Es braucht uns alle dafür. Jede einzelne Seele. Jeden einzelnen Menschen. Fülle Bewusstsein hat damit zu tun, dass wir auch da wo es noch nicht sichtbar und erkennbar ist die Fülle sehen. Wo kein Friede, spüren wir ihn. Wo kein Miteinander, glauben

wir daran. Wo keine echte Begegnung, sind wir die Brückenbauer. Auch dann, wenn das Gegenüber uns abweist oder sogar heftig kritisiert. Auch dann, wenn wir in manchen Momenten selbst rauskippen aus unserer friedlichen, liebenden Haltung und die Ungeduld, Wut und Frustration in uns aufsteigt. Wir finden zurück in das große Ganze. Warum? Wir erkennen, dass wir durch unsere Energie, unsere Liebe und das Halten der Vision genau diese Portale erschaffen. Wir kreieren sie wie einen Tunnel, der zum Licht führt. Wir öffnen uns immer weiter, wir vertrauen immer mehr und wir holen das Unsichtbare in die Materie. So, dass es für alle sichtbar wird.

Durch die Musik können wir diese Portale öffnen. Auch Albert Einstein nützte Musik, um die unsichtbaren Zusammenhänge des Kosmos zu erklären und verstehen. Kompositionen von Mozart, Goethe und Lieder der moderneren Musikgeschichte sind viel mehr begreifbar, wenn wir uns so öffnen wie noch nie, um alles einströmen zu lassen.

ALLES LIEBE und ganz viel FÜLLE für DICH!

Wenn du meine Reise zu PORTALEN erhalten möchtest, schreib mir gerne unter: herzwelten@gmail.com
(Energieausgleich dafür: EUR 22)



Mag. Martha Wirtenberger, MPH

Autorin, psychosoziale Beraterin, Retreats und Energiearbeit

- ✓ *Dein Seelentext (für Klein und Groß) zu besonderen Anlässen*
 - ✓ *Deine Buchbegleitung*
 - ✓ *Deine Seelenbotschaft*
- ✓ *Jahresgruppe: SEELEN(T)RAUM (online)*

www.martha-wirtenberger.at