

RICHTIG ESSEN für Körper und Geist

Woher kommt die Idee zu diesem Konzept?

Von meinem Geistführer. Im Dezember 2025 begann er damit. Seine Idee „32 Tage HEILUNG“ war ein voller Erfolg. So wundervoll, dass wir drangeblieben sind und das Feld für „KLARHEIT und HEILUNG für Menschen und Tiere“ geöffnet haben. Das ist eine kollektive Heilung für eine wundervolle gemEINSchaft, die angemeldet ist. Sie funktioniert unfassbar leicht; über die Ferne, ohne Termin, ohne To-Do's und ist einfach schön. (Mehr Infos .. <https://www.manuelastarkmann.com/klarheit-und-heilung-anmeldung>) Anfang Januar 2026 gab mir mein Geistführer durch, „KLARHEIT und HEILUNG“ um etwas Elementares zu erweitern: Die geistig feinstoffliche Heilung um die grobstoffliche zu erweitern – über die Ernährung, also Essen und Trinken.

Was ist der Sinn von diesem Konzept?

- SICH richtig zu ernähren bzw. zu nähren
- nicht mit Füllstoff, sondern mit LEBENsmitteln
- Abnehmen, aber nicht für die Bikinifigur, sondern das eigene WOHLempfinden
- Abnehmen von der Last, die man mit sich trägt und erträgt
- Abnehmen ohne Diätplan, denn es geht nicht um das physische Gewicht
- wieder bei sich ankommen
- idealerweise sich durch „KLARHEIT UND HEILUNG“ geistig nähren und heilen
- und über „Richtig essen“ auch körperlich
- zu Selbstbewusstsein, Selbstliebe und Selbstvertrauen finden und es erhöhen

Für wen ist „RICHTIG ESSEN“ richtig?

- Für Menschen, die sich für sich stimmig ernähren wollen
- und dabei „wie von selbst“ z. B. abnehmen oder anderweitig körperlich und / oder geistig heilen



Anmeldung:

Das feinstoffliche Konzept ist „KLARHEIT und HEILUNG für Menschen und Tiere“ und das grobstoffliche „RICHTIG ESSEN für Körper und Geist“.

Das feinstoffliche ist aktiv und Du kannst Dich jederzeit dazu anmelden; wie auch Deine Lieben – Menschen und Tiere. Für das grobstoffliche ist noch nicht der richtige ZeitRaum. Doch wenn Du spürst, dass Du dabei sein willst, maile mir an klarheit@manuelastarkmann.com und ich nehme Dich auf die Warteliste.

Manuela Starkmann
LEBE DEINE KLARHEIT!