



Mari's Channel on YouTube: [swaruu oficial](https://www.youtube.com/channel/UCswaruuofficial)  
Transcription: [www.assemblyai.com/playground](http://www.assemblyai.com/playground)  
German Translation : deepL pro  
Layout inDesign: Helmut Neerfeld

All the images are screenshots from Mari's above mentioned video

### You are never really alone. Part 2

Hello my friends. Thank you for joining me here once more.

I hope you are happy and very well today.

For those who are new to my channel, I am Mari Swaruu.



For a wider context about this subject, I strongly advise you to watch my previous video.

I will also provide a link to it sometime around now. Yet I'm quite sure this one may be understandable on its own.

For thousands of years, religions have offered the idea of positive guiding spirits who are next to you, taking care and guiding you through your

entire life. They are mostly called „guardian angels“, although this name has a strong religious load in it, or simply „spirit guides“ in a more New age context, which I believe may be a more accurate term.

As I was saying in my previous video, from the side of the spirits, from the astral side point of



view, time is not linear or it is only so from one or another context, and from the point of view of one or another particular soul and what it is experiencing while there. This means that our guardian angels or spirit guides work from outside linear time as we know it here in the material world.

Therefore, they know what we will experience

next, although always in the context of knowing that all future experiences can be altered, even though there is also a fixed destiny for each one of us - a fixed destiny the soul of that particular person chose while in the astral or world of the spirits, and from a timeless or non-linear time point of view, where it can see and understand what it will live during its next incarnation, a lifetime it chooses on its own, with free will and for the *learning experience* it will have in it.



As I understand this to be so, it is as if there were a completely fixed and predefined destiny for each incarnated person.

At the same time, there are certain parameters or a certain amount of slack that provide the incarnated person with variations of the same destiny, where some outcomes will be better than others, yet still within the overall final outcome. Although in my understanding this is what mostly happens, it does not mean that in some cases a person may be perfectly capable of changing their entire des-



tiny if the right conditions arise, and if he or she can develop enough mental, ethical, and spiritual strength, as well as having a very strong will. Yet even so, we cannot fully ever know if such a change is actually a new destiny or simply part of

the original soul plan it had.

As the soul who will have the incarnated experience already knows what it will live and all its possible variations and working from that timeless non-linear state, it also has the choice or the possibility of becoming its own guardian angel or spirit guide for its incarnated version. And that's why our guardian angel or main spirit guide is so interested in helping us, as it is mainly helping



itself. So it is very interested in not letting us go sideways in our lives or in a bad direction.

Then all souls also have their spirit family, which is the group of souls with whom it has worked before and may include the most important incarnated people surrounding the subject, as well as all the spirit guides of those loved people, family and friends who are part of the person's life in the world of the living. This means that they are friends and family both in spirit in the astral and also while alive, inhabiting a biological body.



All these positive spirits do intervene during our incarnated lives and all the time, much more than what we dare think. Spirit guides do intervene directly, many times saving someone from a tragedy as I explained in my previous video. They all

make sure that the incarnated person stays within a range of movements, experiences or variations that are following or go with its life plan.



Bad things do happen to us all, and it is hard to accept that we may have willingly chosen to live those terrible experiences, but my best data indicates that this is still so despite our guardian angels and spirit guides best efforts. But as I explained in my video „Same Events, Different Meanings, Physical or Spiritual side“ the way something is interpreted, good or bad, changes dramatically depending on which side of the astral we are in.

The degree or level of the bad things we experi-



ence in life doesn't go over a certain preplanned threshold of trouble and suffering. We may experience hardship and suffering, but as I understand things to be, we cannot ever go over what we ourselves planned before incarnating, leaving hardship in life only as much as what we need to experience, very much as happens with the problems and dangers we go through while playing a video game, and without them, our favorite games would be boring. And how much pain and suffering each soul, each person would go through during his or her life would depend only

on the vibration it had when it was planning its incarnation. and that incarnation's purpose would be to increase the soul's awareness and with it, its expansion and therefore *attaining a higher exis-*



*tential vibration and frequency* which will bring more positive future outcomes to that same soul. And this is where the spirit guides and guardian angels step into, guard and protect the soul's life plan to prevent other forces from interfering. Most of the time they only whisper ideas in our ears, as the saying goes, although it is more of a telepathic communication, mostly making the subject believe that it is his or her own thoughts.

As I explained in my video, „Telepathic Fields,“



we all live in an energetic astral soup where we all share our thoughts, emotions and ideas telepathically through the field, affecting and influencing each other, even if we are not aware of it. Many of your thoughts and ideas are not entirely yours, as they may be the result of what other people are thinking. And this telepathic sharing and influence is especially strong with emotions of all kinds and although physical distance may have something to do at first, it ultimately does not really matter.

This is because you are receptive to the thoughts,

## Information from the waters above

ideas and emotions you pick up from others through the field only directly depending on your own set of ideas, which are vibrations once more. And as the saying goes, „your vibe defines your tribe“.



even deny its existence. This makes them very vulnerable to the negative influence from spirits, demons and disincarnate souls who dwell in those lower astral realms.

Life in a biological body, regardless of what pla-



It is through this same system or same dynamics through which your spirit guides and your guardian angel, who is also your Higher self, talk to you and influence you through the telepathic field. But this means that you must be in a high enough vibration to be compatible with them as they are working from the Higher Astral and therefore are of a very high vibration.

So the lower you vibrate, the further away you

net a person may be on, although this is more prevalent on Earth, has always been defined by being very hard. Everything in life looks like it is conspiring to make it as hard as possible for the souls there.

As I have explained in my paranormal videos, Lower Astral entities of all kinds want to cause incarnated souls to be in a low vibratory state to make them easier to exploit for energy, that is, for



are from their influence and guide and at the same time you become more vulnerable to the other side, the negative one, where dark entities and demons can also influence your thoughts, emotions and therefore your actions as well.

Living in a biological body, you are naturally limited by it to experience existence within the perception range of your five or six senses. This means that people who are alive are mostly cut off from everything that happens in the astral side of existence. They cannot perceive it and most

the creative attention they get from people with a strong connection to SOURCE. All those Lower Astral entities who surround the living *all the time* also influence them heavily, making them take bad decisions and causing them to fall into all sorts of bad things and events in life, which keep them in a low vibratory state.

They are especially interested in high vibration people, those positive souls who are working to elevate the overall frequency of the planet because they are causing the low frequency astral

entities to lose control and influence over the world of the living. So positive people who stand out are almost certainly under lower astral entity observation. What they want is to lower their vib-



ration, not only so they can be exploited for energy again as the rest of the population, but also to stop them from elevating the existential vibration of other people around them because it removes the evil entity's energy supplies.

Positive guardian angels and spirit guides also work through other people, or sometimes through what only looks like a living person as I described in my last video. They can appear, when needed, as someone else, a person, an animal, or as whatever is needed to accomplish their positive influence objective, for example, to tell the man not to take the train because it will crash, as mentioned in the example I gave in my previous video.



But as those positive entities can use other people or appear as a person, so can and so do negative entities - so beware of this.

Positive-loving, high-vibration people such as light workers, star seeds, and so on, are highly targeted by those dark forces who want to normalize them by reducing their vibration, by bringing them down to a more available to them frequency

and vibration.

Those Lower Astral dark entities do not have the best intentions in mind for positive people, saying this mildly, but precisely because of those



people's high vibration, precisely because their creative attention is so high, and because their focus is on beautiful things, they become mostly immune to the negative influence of those dark, lower astral beings of all kinds. The problem is that those Lower Astral dark entities are not stupid because they systematically look for weaknesses to take advantage of in that high vibration people.

As the Lower Astral entities cannot fully perceive or see what the high vibration person is doing, because it is well above their perception range, so they tend to use other incarnated beings, mostly other people, as a tool to research and to know more about those high vibration people to know



where to attack them.

They may use someone you know, a narcissist, friend, coworker or family member, or even an acquaintance you have not seen for years to get information out of you. You may bump into an old acquaintance you have not seen for years, and suddenly he may start to ask you a series of su-

## Information from the waters above

per detailed questions about everything you are doing about your life and future plans. Beware of this, as it most probably is a dark force tactic to know more about you.



So everything you overshare may and will be used against you. This means that you must not overshare what you are doing, much less what you are planning to do. Do not tell everyone what you are doing, and do not share the details of your life with strangers or with anyone whom you do not fully trust. Only share with those who need to know something in particular, need to know only as they say, and also with all those you fully know that they love you and therefore have your best interests at heart.



Never overshare with strangers and be careful what you say in public. Silence is power and it keeps the dark forces from knowing where to attack you. Do not say what you are going to do or what you are doing. Let them be surprised at your results. That's all.

*Oversharing is like playing cards with strangers and showing them what cards you've got.* Remember, the matrix is hearing you and you are not alone. Be strong, my friends.

There will be a third part of this series about not being alone while on Earth.

In the third part I will talk about star races monitoring their star seeds with technological means,



that is, live people from off planet monitoring other live people but on the surface

I was going to include that subject as part of today's video, but it simply didn't fit as it is already too long to handle as it is, so it deserves a separate one.

As always, thank you for liking and subscribing. It helps me a lot and it is much appreciated and I hope to see you here next time.

Take care and enjoy the enjoyable parts of the holidays and merry Christmas.

With much love,  
your friend  
Mari Swaruu





### Deutsche Übersetzung

#### Du bist nie wirklich allein. Teil 2

Hallo meine Freunde. Danke, dass ihr wieder hier seid.

Ich hoffe, es geht euch heute gut und ihr seid glücklich.

Für diejenigen, die neu auf meinem Kanal sind, Ich bin Mari Swaruu.

Um mehr über dieses Thema zu erfahren, empfehle ich euch, mein letztes Video anzusehen.

Ich werde auch gleich einen Link dazu einstellen. Aber ich bin mir ziemlich sicher, dass dieses Video auch für sich allein verständlich ist.

Seit Jahrtausenden gibt es in den Religionen die Vorstellung von positiven Schutzengeln, die dir zur Seite stehen, auf dich aufpassen und dich durch dein ganzes Leben begleiten. Hauptsächlich werden sie „Schutzengel“ genannt, obwohl dieser Name einen starken religiösen Beigeschmack hat, oder einfach „Geistführer“ in einem eher New-Age-Kontext, was meiner Meinung nach besser passt.

In meinem vorigen Video habe ich bereits gesagt, dass die Zeit aus der Sicht der Geistwesen in der Astralebene nicht linear ist oder nur aus dem einen oder anderen Kontext heraus und aus der Sicht der einen oder anderen Seele und dem, was

sie dort erlebt. Das bedeutet, dass unsere Schutzengel oder Geistführer von außerhalb der linearen Zeit, wie wir sie hier in der materiellen Welt kennen, arbeiten.

Daher wissen sie, was wir als Nächstes erleben werden, allerdings immer in dem Wissen, dass alle zukünftigen Erfahrungen verändert werden können, obwohl es für jeden von uns auch ein festes Schicksal gibt - ein festes Schicksal, das die Seele dieser bestimmten Person gewählt hat, während sie sich in der Astral- oder der Geistigen Welt aufhielt, und zwar aus der Sicht einer zeitlosen oder nichtlinearen Zeit, in der sie sehen und verstehen kann, was sie während ihrer nächsten Inkarnation erleben wird, einer Lebenszeit, die sie aus eigenem Antrieb, mit freiem Willen und für die Lernerfahrungen, die sie darin machen wird, selbst gewählt hat.

So wie ich das verstehe, ist es so, als gäbe es für jeden inkarnierten Menschen ein völlig festgelegtes und vordefiniertes Schicksal.

Gleichzeitig gibt es bestimmte Parameter oder ein gewisses Maß an Spielraum, die der inkarnierten Person Variationen desselben Schicksals ermöglichen, wobei einige Ergebnisse besser sind als andere, aber immer noch im Rahmen des Gesamtergebnisses liegen. Obwohl dies nach mei-

nem Verständnis überwiegend der Fall ist, bedeutet das nicht, dass ein Mensch in manchen Fällen durchaus in der Lage ist, sein gesamtes Schicksal zu ändern, wenn die richtigen Bedingungen eintreten und er oder sie genügend geistige, ethische und spirituelle Stärke sowie einen sehr starken Willen entwickeln kann.

Aber auch dann können wir nie ganz sicher sein, ob eine solche Veränderung tatsächlich ein neues Schicksal ist oder einfach nur Teil des ursprünglichen Plans der Seele.

Da die Seele, die die Inkarnationserfahrung machen wird, bereits weiß, wie sie leben wird, und all ihre möglichen Variationen kennt und von diesem zeitlosen, nicht-linearen Zustand aus arbeitet, hat sie auch die Wahl oder die Möglichkeit, ihr eigener Schutzengel oder Geistführer für ihre inkarnierte Version zu werden. Und deshalb ist unser Schutzengel oder Hauptgeistführer so sehr daran interessiert, uns zu helfen, denn er hilft hauptsächlich sich selbst. Er ist also sehr daran interessiert, uns in unserem Leben nicht auf Abwege oder in eine negative Richtung geraten zu lassen.

Dann haben alle Seelen auch ihre geistige Familie, d.h. die Gruppe von Seelen, mit denen sie schon einmal zusammengearbeitet hat. Dazu können die wichtigsten inkarnierten Menschen in der Umgebung des Betroffenen gehören, aber auch alle Geistführer der geliebten Menschen, der Familie und der Freunde, die Teil des Lebens der Person in der Welt der Lebenden sind. Das bedeutet, dass sie sowohl in der Astralebene als auch zu Lebzeiten, wenn sie einen biologischen Körper bewohnen, Freunde und Familie sind.

All diese positiven Geister greifen während unseres inkarnierten Lebens ein, und zwar die ganze Zeit über, viel mehr als wir zu denken wagen. Die Geistführer greifen direkt ein und retten zahlreiche Male jemanden vor einer Tragödie, wie ich in meinem vorherigen Video beschrieben habe. Sie alle sorgen dafür, dass die inkarnierte Person innerhalb eines Bereichs von Bewegungen, Erfahrungen oder Variationen bleibt, die ihrem Lebensplan folgen oder zu ihm passen.

Uns allen passieren schlimme Dinge, und es ist schwer zu akzeptieren, dass wir uns vielleicht freiwillig dafür entschieden haben, diese schrecklichen Erfahrungen zu machen, aber meine besten verfügbaren Daten deuten darauf hin, dass dies trotz der besten Bemühungen unserer Schutzengel und Geistführer immer noch so ist. Aber wie ich in meinem Video „Gleiche Ereignisse, unterschiedliche Bedeutungen, physische oder spirituelle Seite“ erklärt habe, ändert sich die Art und Weise, wie etwas interpretiert wird, ob gut oder schlecht, dramatisch, je nachdem, auf welcher Seite der Astralebene wir uns befinden.

Der Grad oder das Ausmaß der schlechten Dinge, die wir im Leben erleben, übersteigt nicht eine bestimmte, vorher festgelegte Schwelle an Ärger und Leid. Wir können zwar Not und Leid erfahren, aber so wie ich die Dinge verstehe, können wir nie über das hinausgehen, was wir selbst vor unserer Inkarnation geplant haben. So bleibt im Leben nur so viel Not übrig, wie wir erfahren müssen, ganz ähnlich wie bei den Problemen und Gefahren, die wir beim Spielen eines Videospiele durchleben, und ohne die unsere Lieblingsspiele langweilig wären. Und wieviel Schmerz und Leid jede Seele, jeder Mensch im Laufe seines Lebens durchmacht, hängt nur von der Schwingung ab, die sie hatte, als sie ihre Inkarnation plante. Und der Zweck dieser Inkarnation ist es, das Bewusstsein der Seele zu erhöhen und damit ihre Ausdehnung und damit das Erreichen einer höheren Existenzschwingung und Frequenz, die dieser Seele in Zukunft mehr positive Ergebnisse bringt. An dieser Stelle kommen die Geistführer und Schutzengel ins Spiel, die den Lebensplan der Seele bewachen und schützen, um zu verhindern, dass sich andere Kräfte einmischen. Die meiste Zeit flüstern sie uns nur Ideen ins Ohr, wie man so schön sagt, obwohl es sich dabei eher um eine telepathische Kommunikation handelt, die den Betroffenen überwiegend glauben lässt, es seien seine eigenen Gedanken.

Wie ich in meinem Video „Telepathische Felder“ erklärt habe, leben wir alle in einer energetischen Astralsuppe, in der wir alle unsere Gedanken,

Emotionen und Ideen telepathisch über das Feld austauschen und uns gegenseitig beeinflussen, auch wenn wir uns dessen nicht bewusst sind. Zahlreiche deiner Gedanken und Ideen sind nicht ausschließlich deine eigenen, denn sie können das Ergebnis dessen sein, was andere Menschen denken. Und dieser telepathische Austausch und Einfluss ist bei Emotionen aller Art besonders stark. Auch wenn die physische Entfernung zunächst etwas damit zu tun haben mag, spielt sie letztlich keine Rolle.

Der Grund dafür ist, dass du für die Gedanken, Ideen und Emotionen, die du von anderen über das Feld aufnimmst, nur direkt abhängig von deinen eigenen Vorstellungen empfänglich bist, die wiederum Schwingungen sind. Und wie das Sprichwort schon sagt,

„Gleich und gleich gesellt sich gern“.

Es ist das gleiche System oder die gleiche Dynamik, durch die deine Geistführer und dein Schutzengel, der auch dein Höheres Selbst ist, mit dir sprechen und dich durch das telepathische Feld beeinflussen. Das bedeutet aber, dass du in einer ausreichend hohen Schwingung sein musst, um mit ihnen kompatibel zu sein, denn sie arbeiten von der höheren Astralebene aus und haben daher eine sehr hohe Schwingung.

Je niedriger du also schwingst, desto weiter bist du von ihrem Einfluss und ihrer Führung entfernt und gleichzeitig wirst du anfälliger für die andere, die negative Seite, auf der dunkle Wesenheiten und Dämonen ebenfalls deine Gedanken, Gefühle und damit auch deine Handlungen beeinflussen können.

Wenn du in einem biologischen Körper lebst, bist du von Natur aus darauf beschränkt, die Existenz innerhalb des Wahrnehmungsbereichs deiner fünf oder sechs Sinne zu erfahren. Das bedeutet, dass lebende Menschen überwiegend von allem abgeschnitten sind, was auf der astralen Seite der Existenz geschieht. Sie können diese Seite nicht wahrnehmen und die meisten leugnen sogar ihre Existenz. Das macht sie sehr anfällig für den negativen Einfluss von Geistern, Dämonen und inkarnierten Seelen, die sich in den niederen Astralebenen aufhalten.

Das Leben in einem biologischen Körper, un-

abhängig davon, auf welchem Planeten sich ein Mensch befindet, auch wenn dies auf der Erde häufiger vorkommt, war schon immer sehr hart. Alles im Leben sieht so aus, als ob es sich verschworen hat, es den Seelen so schwer wie möglich zu machen.

Wie ich in meinen Videos zum Übersinnlichen erklärt habe, wollen Wesen der niederen Astralebene aller Art die inkarnierten Seelen in einen niedrigen Schwingungszustand versetzen, damit sie leichter für Energie ausgenutzt werden können, d.h. für die kreative Aufmerksamkeit, die sie von Menschen mit einer starken Verbindung zur Quelle erhalten. Die niederen Astralebenen, die die Lebenden die ganze Zeit umgeben, beeinflussen sie ebenfalls stark, indem sie sie dazu bringen, schlechte Entscheidungen zu treffen und sie in alle möglichen schlechten Dinge und Ereignisse im Leben zu stürzen, die sie in einem niedrigen Schwingungszustand halten.

Sie sind besonders an Menschen mit hoher Schwingung interessiert, an den positiven Seelen, die daran arbeiten, die Gesamtfrequenz des Planeten anzuheben, weil sie bewirken, dass die astralen Wesenheiten mit niedriger Frequenz die Kontrolle und den Einfluss über die Welt der Lebenden verlieren. Positive Menschen, die sich abheben, stehen also mit ziemlicher Sicherheit unter der Beobachtung durch die niederen Astralebenen. Sie wollen deren Schwingung senken, nicht nur, damit sie wieder wie der Rest der Bevölkerung energetisch ausgebeutet werden können, sondern auch, um sie daran zu hindern, die Existenzschwingung anderer Menschen in ihrer Umgebung zu erhöhen, weil dadurch die Energieversorgung der bösen Entitäten wegfällt.

Positive Schutzengel und Geistführer arbeiten auch durch andere Menschen, oder manchmal durch etwas, das nur wie eine lebende Person aussieht, wie ich in meinem letzten Video beschrieben habe. Sie können bei Bedarf als jemand anderes, als Mensch, als Tier oder als was auch immer erscheinen, um ihr Ziel der positiven Beeinflussung zu erreichen, z. B. um dem Mann zu sagen, dass er nicht mit dem Zug fahren soll, weil er verunglücken wird, wie in dem Beispiel,

das ich in meinem letzten Video genannt habe. Aber so wie diese positiven Wesenheiten andere Menschen benutzen oder als Person auftreten können, können das auch negative Wesenheiten - also nimm dich vor ihnen in Acht.

Die dunklen Mächte haben es besonders auf positiv eingestellte, hochschwingende Menschen wie Lichtarbeiter, Sternenwesen usw. abgesehen, die sie normalisieren wollen, indem sie ihre Schwingung reduzieren und sie auf eine für sie leichter zugängliche Frequenz und Schwingung herunterbringen.

Die astralen Wesenheiten der niederen Astralebene haben nicht die besten Absichten für positive Menschen, um es milde auszudrücken. Aber gerade weil diese Menschen eine hohe Schwingung haben, weil ihre schöpferische Aufmerksamkeit so hoch ist und weil sie sich auf schöne Dinge konzentrieren, sind sie überwiegend immun gegen den negativen Einfluss der dunklen, niederen Astralebenen aller Art. Das Problem ist, dass diese dunklen Wesen der niederen Astralebene nicht dumm sind, denn sie suchen systematisch nach Schwächen, die sie bei Menschen mit hoher Schwingung ausnutzen können.

Da die niederen Astralebenen nicht vollständig wahrnehmen oder sehen können, was die hochschwingende Person tut, weil es weit über ihrem Wahrnehmungsbereich liegt, neigen sie dazu, andere inkarnierte Wesen, überwiegend andere Menschen, als Werkzeug zu benutzen, um mehr über diese hochschwingenden Menschen zu erfahren und zu erkunden, wo sie sie angreifen können.

Sie benutzen vielleicht jemanden, den du kennst, einen Narzissten, einen Freund, einen Kollegen oder ein Familienmitglied oder sogar einen Bekannten, den du seit Jahren nicht mehr gesehen hast, um Informationen aus dir herauszuholen. Du triffst vielleicht einen alten Bekannten, den du seit Jahren nicht mehr gesehen hast, und plötzlich fängt er an, dir eine Reihe von super detaillierten Fragen über alles, was du tust, über dein Leben und deine Zukunftspläne zu stellen. Nimm dich davor in Acht, denn es handelt sich höchstwahrscheinlich um eine dunkle Machttaktik, mehr über dich zu erfahren.

Alles, was du zu viel erzählst, kann und wird gegen dich verwendet werden. Das bedeutet, dass du nicht zu viel von dem preisgeben darfst, was du tust, geschweige denn, was du vorhast zu tun. Erzähle nicht jedem, was du tust, und teile die Details deines Lebens nicht mit Fremden oder mit jemandem, dem du nicht völlig vertraust. Erzähle nur denjenigen etwas, die etwas Bestimmtes wissen müssen, und auch nur denen, von denen du genau weißt, dass sie dich gern haben und deshalb nur dein Bestes im Sinn haben.

Erzähle Fremden zu viel niemals und sei vorsichtig, was du in der Öffentlichkeit sagst. Schweigen ist eine Macht die die dunklen Mächte davon abhält, zu wissen, wo sie dich angreifen können. Sag nicht, was du vorhast oder was du tust. Überrasche sie mit deinen Ergebnissen. Das ist alles. Zu viel zu erzählen ist, als würdest du mit Fremden Karten spielen und ihnen zeigen, welche Karten du hast. Denk daran, die Matrix hört dich und du bist nicht allein. Seid stark, meine Freunde.

Es wird einen dritten Teil dieser Serie geben, in dem es darum geht, auf der Erde nicht allein zu sein.

Im dritten Teil werde ich über Sternenvölker sprechen, die ihr Sternenwesen mit technischen Mitteln steuern, d.h. lebende Menschen von außerhalb des Planeten, die andere lebende Menschen auf der Erdoberfläche im Auge behalten. Ich wollte dieses Thema eigentlich in das heutige Video einbauen, aber es passte einfach nicht, da es in seiner jetzigen Form schon zu lang ist.

Wie immer danke ich euch, dass ihr ein Like gegeben und mich abonniert habt. Das hilft mir sehr und ich hoffe, wir sehen uns beim nächsten Mal wieder hier.

Pass auf euch auf und genießt die angenehmen Seiten der Feiertage und frohe Weihnachten.

Von ganzem Herzen,

Eure

Mari Swaruu

Helmut Neerfeld, 25. Dezember 2023