

28.12. – MEINE VIERTE RAUHNACHT

April

THEMEN: AUFLÖSUNG | TRANSFORMATION & MUT | NEUGIERDE

Verbrenne deinen 4. Wunsch!

Die Farbe, die dich heute unterstützen kann ist ROT und das zugehörige Element FEUER. Beides wirkt reinigend und transformierend.

Stell dir vor, dass dich zahlreiche Schnüre mit Menschen und Orten oder auch Dingen verbinden, die dich verletzt haben. **Heute geht es darum, diese Verbindungen zu lösen und zu durchtrennen, damit sie keinen Einfluss mehr auf dich haben.**

Nimm dir transformierendes Räucherwerk, wie beispielsweise weißen Salbei, Thymian oder Beifuß zur Unterstützung.

Innenschau:

- **Mache es dir an deinem Ritualplatz gemütlich und stimme dich auf dich selbst ein.**
- **Mache dir alle unschönen, verletzenden Erinnerungen bewusst. Stelle sie dir noch einmal vor und fühle dich hinein.**
- **Visualisiere jetzt all die Schnüre, die dich an diese Situationen oder Menschen binden.**
- **Stell dir dann vor, wie du diese Verbindungen ganz bewusst durchtrennst und diese sich dann auflösen. Tauche alles in weißes oder violette Licht.**
- **Stell dir dann die starken, schönen Bindungen zu deinen Beschützern vor. Zünde ein Licht an (mental oder tatsächlich eine Kerze), um diese Verbindung zu stärken.**

Du kannst dies alles auch malen und für dich so sichtbar machen. Die positiven Schnüre stärkst du, die negativen durchtrennst du.

Vergiss deinen täglichen Rauhnachts-Check-up nicht!



Hier hast du Platz für deine Skizzen und Gedanken
