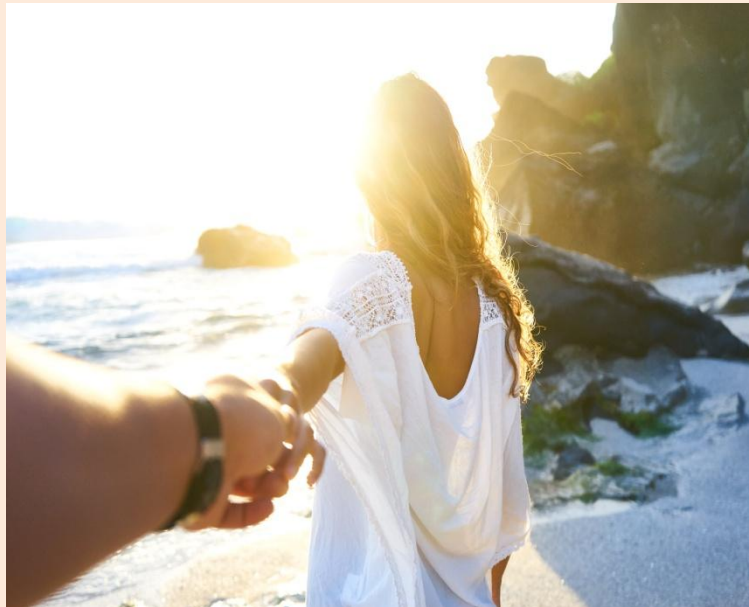


## **5. Rauhnacht**

**Vom 29.12. auf den 30.12.2020**



### **Loslassen und Reinigen**

Die Rauhnächte sind auch die Zeit des Loslassens und der Reinigung. Du hast heute die Gelegenheit, alten Ballast loszuwerden und frei in das neue Jahr zu starten.

Räucher dafür deinen Lieblingsduft, dein Lieblingsräucherstäbchen oder verbrenne Tannengrün. Vergiss nicht, die Fenster danach zu öffnen, um das Alte raus zu lassen.

Dieses Ritual kannst du immer dann durchführen, wenn sich etwas in deinem Leben zum Guten verändern soll. Nur wenn etwas Altes abgeschlossen ist, kann etwas Neues entstehen!

Vergiss nicht deine Erfahrungen und Eindrücke von diesem Tag aufzuschreiben – und deine Träume ...

5. Rauhnacht (*Mai*)