

„Das Glück deines Lebens hängt ab  
von der Beschaffenheit deiner Gedanken.“

MARK AUREL



Agnes

H. AGNES KLAUSMANN

[www.agnesklausmann.at](http://www.agnesklausmann.at)

+43 (0) 688 60 631 465

[mail@agnesklausmann.at](mailto:mail@agnesklausmann.at)

@agnesspirituellehypnose

## RAUHNÄCHTE MEDITATIONSREIHE

Die Nächte zwischen Wintersonnenwende & Heilige Drei Könige sind jedes Jahr aufs Neue eine besondere Zeit des Rückblicks, des Loslassens und der Vorfreude auf alles was da kommen darf. Gemeinsam wollen wir ein Licht aus Hoffnung und Dankbarkeit in den kalten Winter tragen, der uns mit seinen langen, dunklen Nächten bevorsteht.

### 4 MEDITATIONEN

Die Reihe ist aufeinander aufbauend konzipiert, kann aber auch als Einzelsessions besucht werden.

### MEDITATIONSABLAUF

Mentaler Fokus - Entspannung - Farbe fließen lassen  
Safe Place - Energieanhebung - Abschluss

### 4 RÄUCHERUNGEN

Begleitend zu den Meditationen gebe ich mein Wissen über Ausräucherungen von Haus und Hof sowie der eigenen Person weiter. Räucherungen können Gefühle von Geborgenheit, Sicherheit, Frieden und Wohlbefinden neu erwecken und sind auf die spirituelle Reinigung und den Schutz der persönlichen Umgebung ausgelegt.

„Magere“ Rauh Nächte: 20.12. Weißer Salbei; 31.12. Palo Santo  
„Feiste“ Rauh Nächte: 24.12. Rosenweihrauch; 5.01. Königsweihrauch

### ZIELE

2023 in Dankbarkeit abschließen & 2024 Willkommen heißen.  
Kraftvoll und friedlich das neue Jahr beginnen.

### TERMINE

20.12.23 Reinigung von Körper, Geist & Seele. Vergangenes. Loslassen.  
25.12.23 Im Hier & Jetzt. Ankommen. Gegenwärtiges. Reflektieren.  
31.12.23 Zukünftiges. Stille. Hoffnungen. Fülle. Auf Herzebene.  
05.01.24 Inneres Kind. Vorfreude. Neugierde. Wecken. Raum. Schaffen.