



Newsletter 21

für alle die Interesse an mehr haben.

Die Rauh Nächte vom 25.12.11-05.01.12

Was bedeuten die Rauh Nächte?

Nun, das sind die rauen Nächte ~ **12 Tage ~ zwischen den Jahren**, die Zeitdifferenz zwischen einem reinen Mondkalender und dem Sonnenkalender, also die **Mond-Nächte**.

Was bedeutet das für die Kräfte in/für uns?

Es wird **viel mit dem Weiblichen** in uns gearbeitet, das **bedeutet**: wir gestatten uns, dass uns unsere **Seele** ein Stück mehr bewusst wird. (z.B. fühlen wir uns dann an diesem einen Tag etwas unruhiger, ent/gespannter...) **Der Sinn ist**, dass wir uns, mehr wie sonst, zum **kompletten Großen und Ganzen hin gezogen fühlen**, Yin und Yang vereinen sich. Die **innere Gleichberechtigung** sucht nach **Harmonie**, die wir **Gelegenheit** haben in dieser Zeit **wieder her zu stellen**.

Mit anderen Worten?

Fühlen wir uns im Außen im Ungleichgewicht (z.B. mit unserem Partner), dann zeigt das sehr wohl eine innere Verletzung. Diese Nächte bieten uns die Chance, wieder mit dem Gegenüber in der Balance zu sein und sich damit fürs gesamte 2012-Jahr auch noch wohl zu fühlen. Möge uns dies gelingen und damit dem Licht einen weiteren Sieg zu zugestehen.

Weiterer Sinn der Rauh Nächte:

Vorausschauen und Vorreinigungen:

Während dieser Tage können Träume in Erfüllung gehen, sich das Wetter für das kommende Jahr of-

fenbaren, und es kann das „Geisterheer“ in unseren Köpfen bereinigt werden.

Aha!

Es ist also eine Zeit, in der sich so manches Schicksal ankündigt bzw. in Planung geht. Was Ihr vielleicht schon kennt ist, dass sich um diese geheimnisvollen Nächte viel Aberglaube und heidnisches Brauchtum rankt, Brauchtum und Brauchbares das bis heute fortlebt.

Mein Geschenk für Euch ist:

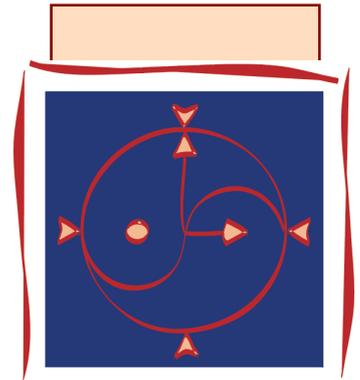
Im **Anhang** erhaltet ihr nun eine **Liste über die Rauh Nächte 2011**. Diese ist aufgeteilt in die speziellen Nächte und die dazu gehörigen Monate. Zur Heilung gibt es folgende Spalten: die Farbe zum jeweiligen Monate, seinem speziellen Mantra und seinem spezifischen Zahlencode.

Was geschieht?

Jeder Monat hat eine spezielle Energie, die ihr individuell fühlt, wenn ihr euch darauf innerlich einstellt. Dazu eine Vorstellungshilfe:

Stellt euch vor:

Der Stein fällt ins Wasser.



Russische Volksheilkunde
Ausbildungen
Diagnosen ohne Berührungen
Heilsitzungen
Ernährungspläne
Prana-Energietherapie
Kräuterheilkunde
Heilmantrameditation
Seelenheilungen durch Ablösungen
und vieles mehr rufen Sie uns gerne an
Sylvia Lucke Friedhofstraße 8 A 79291 Merdingen Fon: 07668/95 01 96 Fax: 07668/95 05 61 sylvia.lucke@gmx.de www.sylvia-lucke.de



Newsletter 21

für alle die Interesse an mehr haben.

Nanu, was hat der Stein mit dir zu tun?

Ganz einfach:
das bedeutet, dass die Dynamik des Steines (das bist du) auf das Element des Wassers trifft. Die Wellen entsprechend also dann der Konsequenz. Das Schicksal nimmt nun einfach seinen Lauf.

Hmh, ok - und was jetzt?

Ziemlich einfach - wie immer - wenn es um Heilung geht:

Verstanden hast du: jede Raunacht entspricht einem Monat. Was du also in dieser Nacht/Tag fühlst lädt dich ein, dich über gute Gefühle zu freuen und mit Unguten in die Heilung zu gehen. Damit klärst du optimal das kommende Jahr zu deinen Gunsten. :-)

Das Stein-im-Wasser-Bild verändert sich:

Durch Anwendung der folgenden Heilungsmöglichkeit könnte das so aussehen:

1. Der **Stein** fällt in einen **anderen Teich** (selbstverständlich fühlt sich dieser wärmer, zugänglicher, leichter abfließbar, besser versorgt mit frischem Wasser, evtl. Veränderung der Tiefe... an.
2. Der Stein hat evtl. eine **andere Form**: er ist glatter und gleitet über die Wasseroberfläche als würde er tanzen und hinterlässt viel Eindruck bei den Zuschauern, weil er so oft „aufdutscht“,
3. er ist **größer** und verursacht größere Wellen, die aber den Wellenreitern **Spass** bereiten, und die Wellen können so schön sauber machen
4. evtl. wird vom Ufer wieder etwas ins Wasser **zurück gespült** - die

Sehnsucht wird gestillt - es wird ruhig.

5. Wellen sind vielleicht **kaum wahrnehmbar**, weil das umgebende Wasser selbst so **lebendig** ist.
6. Oder es **entstehen gar keine**, weil der **Mensch** den Stein überhaupt nicht geworfen hat und ihn freudig in der **Jackentasche aufbewahrt** - als **Erinnerung** an ein **wunderbares Ereignis**. :-)

Anleitung - Anwendung:

Am Besten nimmst du dir **morgens gleich beim Aufwachen 3 Minuten Zeit**:

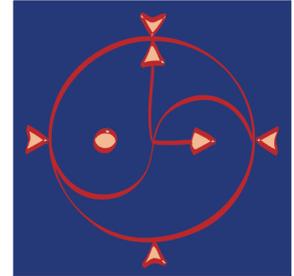
Farbe, Mantra und Zahlencode werden in den entsprechenden **Monat hinein fließen lassen**.

1. **Fühle** das **Datum/Tag**/und seinen **Monat**:
2. **leite** dann die **Farbe**/das **Mantra**/und den **Zahlencode** in das Gefühle hinein, als wäre es **Wasser**.

Du kannst das Mantra einige Male **rezitieren**; **schreibe** den **Code** auf ein separates **Blatt** und **lege** es auf eine **beliebige Körperstelle**, die dir gerade **in den Sinn kommt** (auf den Kopf/Brust/Herz/Bauchraum/Nieren...). Lasse dich davon **durchspülen**. Fühle die **Klärung**, die dich **ruhiger, gelassener, entspannter** sein lässt. **Wiederhole** die **Prozedur** so lange, bis du **merkst** - „**alles i.O.**“.

Solltest du diese **unter tags oder abends nochmals** wiederholen wollen - bitte schön - **fühl dich gut**.

Bedanke dich und **neige dich kurz in Richtung Sonnenaufgang**.



Sylvia Lucke
Friedhofstraße 8 A
79291 Merdingen
Fon: 07668/95 01 96
Fax: 07668/95 05 61
sylvia.lucke@gmx.de
www.sylvia-lucke.de

Kräuterseminar:

Erinnerung:

Am
Do. 22. Dez.
2011

findet das **letzte Kräuterseminar** in diesem Jahr statt.

Lasst euch **überraschen**, was es auch zu dieser Jahreszeit alles zu **entdecken** gibt.

Anmeldung ist im
Anhang



RAUHNÄCHTE 2011

Diese Übungen können von jedermann gemacht werden. Dies schließt auch diejenigen ein, die noch niemals meditiert haben oder andere Meditationen praktizieren und auch diejenigen, die in der Heilerpause... sind.

Nochmals den Hergang: dazu siehe bitte Tabelle unten

1. die **orangefarbenen** Bereich **erst fühlen**; sich darauf einlassen, was damit in der Herzgegend geschieht (holprig, unruhig, zäh, giftig...)
2. die **grünen** Bereiche betrachten und danach die Energie **in die orangenen einfließen** lassen
3. dies **so lange einfließen lassen**, bis man fühlt, dass alles sich **wirklich gut anfühlt** (weich, ergänzt, glatt, sanft, beruhigt, entspannt...)



RAUHNACHTTABELLE

Nacht/Tag	Datum	Monat	Farbe	Mantra	Heilcode
1	25. auf 26.12	Januar	rot	efg´ahaang	777
2	26. auf 27.12	Februar	orange	leh´tenthe (zw. e + ä)	449
3	28. auf 29.12	März	gelb	ghomkh	494
4	29. auf 30.12	April	grün	woiuss (genießerisch)	272
5	30. auf 31.12	Mai	hellblau	sehlngh (aushauchen)	444
6	30.12 auf 31.12	Juni	dklblau	ohilmeng (deutl. e sprechen)	17174
7	31.12 auf 01.01	Juli	violett-lavendel	lehmsh	11114
8	01.01 auf 02.01	August	blau	shindh	12142
9	02.01 auf 03.01	September	grün	vehsh	12146
10	03.01 auf 04.01	Oktober	orange	mh´l´limsh	14141
11	04.01 auf 05.01	November	gelb	soy´ihm	245
12	05.01 auf 06.01	Dezember	rot	leheimsihmh	414