

# NEWSLETTER

Dezember 2012

Dieser Newsletter enthält Himmlisches und Irdisches, Tipps und Termine.  
(Erscheinungstermin in unregelmäßigen Abständen, mehrmals pro Jahr).  
Der Einfachheit halber habe ich alles in der Du-Form verfasst.



## Himmlisches:

### Die Energie der Rauhächte: Weg-Weiser für das kommende Jahr

(Beitrag erschien bereits im Newsletter Dezember 2011, aus aktuellen Anlass hier nochmal)

Die Rauhächte beginnen am 25. Dezember (bzw. in der Nacht 24./25.12.) und enden am 05. Januar (bzw. in der Nacht 04./05.01.).

Über die Rauhächte gibt es viele Mythen. Manche sagen, man kann die Tiere sprechen hören. Andere behaupten, es ist ein guter Zeitpunkt, alte Schulden (materielle und andere) zurückzuzahlen, geliehene Gegenstände zurückzubringen oder sich seinerseits wiederzuholen, was man verliehen hat. Auf alle Fälle werden in den sogenannten Rauhächten seit alters her Orakel befragt.

Probiert es mal aus, wenn Ihr wollt. Beginnt am 25.12. abends. Lasst den Tag kurz Revue passieren. Schreibt auf, wie Ihr die Tagesenergien in Bezug auf Liebe und Familie, die Gesundheit, die Finanzen und in Bezug auf Eure persönliche Stimmung empfunden habt. Notiert Gutes wie Schlechtes (Stichpunkte reichen), das an diesem Tag passiert ist. Wenn Ihr Euch an Träume erinnern könnt, schreibt die wesentlichen Traumfragmente (Stichpunkte oder kurze Sätze reichen auch hier) dazu auf. Macht am nächsten Tag weiter. Führt diese Aufzeichnungen fort bis einschließlich 05. Januar. Haltet diese Notizen griffbereit. Guckt im Laufe des Jahres immer wieder mal darauf:

Die 12 Rauhächte sind ein Spiegel für die kommenden 12 Monate.

Der 25.12. (bzw. die Nacht 24./25.12) verkörpert den Monat Januar, der 26.12. (bzw. die Nacht 25./26.12.) verkörpert den Monat Februar, der 27.12. (bzw. die Nacht 26./27.12) verkörpert den Monat März usw.

Ihr werdet staunen, inwieweit die 12 Rauhächte tatsächlich ein Weg-Weiser für das kommende Jahr sind und dieses im Kleinen bereits in sich tragen!

Ein Vorschlag (und ein fiktives **Beispiel** für Januar), wie man das ganze gestalten kann, siehe hier

→

	Liebe/ Familie	Gesundheit/ Wohlbefinden	Finanzen/Beruf	Persönliche Stimmung	Tagesereignisse	Träume
25.12. (= Januar)	1 2 3 4 5 6 (ankreuzen)	1 2 3 4 5 6 (ankreuzen)	1 2 3 4 5 6 (ankreuzen)	1 2 3 4 5 6 (ankreuzen)	Beispiele -> Wetter: Schneeregen, Ereignisse: Verwundete nerven, zuviel gegessen, gutes Buch gelesen	Beispiele -> Mutter im Traum getroffen, mit ihr beim Einkaufen, dann im Auto gefahren, Reh am Straßenrand, wir fuhren zum Meer, Wasser war trüb und viele Wellen
26.12. (= Februar)						

Bei den ersten vier Punkten am besten Schulnoten vergeben durch Ankreuzen (1 ist die beste Energie in Bezug auf das Thema, 6 die negativste),  
bei den Punkten **Tagesereignisse** und **Träume** Stichwörter schreiben.

Noch eine hübsche Idee für alle, die sich mit Kartenlegen befassen: **Ein Jahres-Horoskop mit Karten(legen)** →

Nehmt Eure Lenormandkarten, oder Tarotkarten (hier bitte trennen in große und kleine Arkana) oder Engelkarten. Mischt kräftig durch und bittet geistig um die Vorausschau für das kommende Jahr. Legt die Karten ausgefächert mit der Rückseite nach oben vor Euch auf den Tisch. Konzentriert Euch innerlich auf den Januar und zieht intuitiv eine Karte. Legt diese verdeckt auf den Tisch. Konzentriert Euch auf den Februar und zieht eine weitere Karte. Legt diese verdeckt auf die erste Karte oben drauf. Macht damit weiter, bis Ihr alle 12 Monate durch habt. Dreht den Stapel um und legt vor Euch eine „Straße“ vom Januar bis Dezember. Schaut Euch die einzelnen Monatskarten an, lasst die Gesamt-Jahres-Energie wirken.

Schreibt die 12 Karten auf.

Diese Aufzeichnung kann - wie ein Jahres-Horoskop – im Laufe des kommenden Jahres immer wieder betrachtet und zu Rate gezogen werden.

(Tipp: Wer mit Tarot legt, sollte die großen und kleinen Arkana vorab trennen, und pro Monat aus jedem der beiden Stapel eine Karte ziehen. Die großen Arkana zeigen die Grundtendenz/Einfluss des jeweiligen Monats an, und die kleinen Arkana ergänzen, auf welche Art und Weise bzw. durch wen dieser Einfluss zustande kommt und aufrecht erhalten wird.)

---> Bei mir hat im übrigen wieder einmal ganz vieles gestimmt, was ich in den letzten Rauhnächten (Dez. 2011 und Jan. 2012) für 2012 an Karten gezogen und zusätzlich mitnotiert habe.... bei vielen von Euch sicher auch.



## **Irdisches: Ver-änderung - und trotzdem in der eigenen Mitte bleiben**

Viel war los im Jahr 2012. Bei den meisten Menschen ver-änderte sich einiges. So manche/r zog um, ließ eine Partnerschaft hinter sich, und/oder ging eine neue Beziehung ein. Oder änderte den Berufsweg. Freundschaften zerbrachen oder ganz unerwartet waren plötzlich neue wertvolle Kontakte da... um gesundheitliche Baustellen mussten sich auch ganz viele endlich einmal kümmern... all dies geschieht ja im Grunde in jedem Jahr – dennoch war es 2012 für manchen so, dass man das Gefühl hatte, man hat eines erledigt, kann jetzt erst einmal tief durchatmen und zur Ruhe kommen - und schon steht das nächste Thema an, worum man sich kümmern muss. Stress pur in manchen Wochen und Monaten. Ein paar hoffentlich ruhige und beschauliche Weihnachtstage haben wir uns sicher ALLE verdient!

Warum war dieses Jahr so extrem chaotisch? Das Datum um den 21.12.12 ist KEIN mögliches Weltuntergangsdatum, sondern ein Datum (vielmehr eine ZEITSPANNE, die im Grunde über einige Jahre geht und jetzt, im Dezember, eine Art Höhepunkt findet durch eine besondere Sternenkongstellat ion am Himmel, nachzulesen z.B. unter <http://www.alchima.de/Astrologie/astrologie.html> . Wenn wir am 22.12.2012 morgens aufwachen, wird „die Welt“ noch da sein.

Unsere Seelen sollen (und WOLLEN) sich weiter-entwickeln, d.h. Überholtes loslassen, Unnötiges abstreifen, reformieren, neu gestalten. ...all dies geschieht z.B. auch wenn wir umziehen, die Wohnung oder das Haus wechseln. Beim Umzug muss alles gepackt werden, mit allen Siebensachen umgezogen, renoviert, geputzt und Vergangenes hinter sich gelassen werden – genauso muss man sich am/im Neuen äußerlich einfinden und dann auch innerlich ankommen...dies dauert. Und verursacht erst einmal Chaos! Was wir gerade im Großen global erleben, ist sozusagen wie ein Umzug – hinein in eine neue Welt, ein neues Bewusstsein. Wobei es dem Einzelnen überlassen bleibt, ob man jetzt, demnächst oder später den neuen Weg geht. Im Außen sind sicher manchmal Störanzeichen, manchmal aber auch nicht und es bleibt somit uns überlassen, ob wir uns be-wegen. Im Inneren aber meldet unsere Seele sich lautstark durch Unzufriedenheit mit ... (was auch immer) und zeigt uns, das einiges nicht mehr stimmt. Es liegt an jedem Einzelnen selbst, ob er /sie noch ausharren oder sein Bündel packen möchte! Niemand kann unsere Schritte für uns tun, wenn wir es nicht selbst tun.

Wichtig ist, sich über sein Ziel klarzuwerden, schauen wie man da am besten hinkommen kann, sich auf den Weg machen und Schritt für Schritt gehen, sich nicht durch Verzögerungen oder Steine auf dem Weg entmutigen lassen. Im ureigenen Tempo in die neue Richtung steuern – da, wo das Herz einem hinzieht.

Geduld haben. Sich nicht überfordern (lassen). In der eigenen inneren Mitte bleiben – mittels der jeweils eigenen für sich selbst als gut empfundenen Methoden – in die innere goldene Mitte immer wieder zurückkehren zum Kraft tanken. Am besten jeden Tag seine eigene Ruheinsel und Energietankstelle besuchen. Auf Beispiele soll hier bewusst verzichtet werden. Ihr ALLE wisst ja, was Euch persönlich gut tut... und wo es MÜHELOS geht, da geht der Weg lang... so ein-fach.

### **Zwei hilfreiche Meditationen**

Um sich besser von anderen Menschen (die uns zuviel Energie kosten) oder herausfordernden Situationen abzugrenzen:

Ziehe Dich für eine Viertelstunde bis zwanzig Minuten zurück. Mach es Dir bequem in einem Sessel (oder auch im Bett – dabei „Einschlafgefahr“ nicht auszuschließen). Schließe die Augen. Erde dich bewusst über beide Fußsohlen (Füße nebeneinander beide auf den Boden). Atme ein paar mal tief ein und wieder aus. Stelle Dir eine große 8 vor Deinem geistigen Auge vor. Es geht immer rundherum, die 8 ist ohne Anfang und Ende, vollständig geschlossen, dennoch aber besteht sie aus zwei einzelnen Kreisen. Du stehst in einem Kreis der 8 – die andere Person um die es geht, steht im anderen Kreis dir gegenüber. Du sagst zur anderen Person: Ich lasse Deines bei dir, und meines bleibt bei mir! Wenn Du magst und es sich richtig anfühlt, wiederhole diesen Spruch noch ein- oder mehrmals. Bedanke dich geistig und entlasse die andere Person aus dem Kreis... sieh, wie sie weggeht, zurück in ihr Leben und ihre Energie. Die 8 löst sich auf... Du kommst langsam wieder ins Hier und Jetzt, spürst den Boden unter den Fußsohlen, streckst und dehnt dich, so wie es sich richtig anfühlt, stehst auf in deinem Tempo und gehst wieder in deinen Alltag.

Um nach einem anstrengenden Tag oder kräftezehrenden Ereignissen besser abzuschalten:  
Ziehe dich wieder für fünfzehn bis zwanzig Minuten in die Stille zurück (Telefon und Handy außer Reichweite, Familienmitgliedern am besten sagen, man will jetzt nicht gestört werden).  
Mache es dir wieder auf die bestmögliche Art bequem (siehe oben). Erde dich bewusst über beide Fußsohlen, schließe die Augen, atme ein paar mal tief ein und aus. Geh in deinen Körper, zu deinen Zellen, such dir z.B. eine Zelle im Brust- oder Bauchraum aus (die Absicht genügt!). Stelle dir nun wieder eine 8 vor, die 8 ist ohne Anfang und Ende, und mithilfe eines Lichtstrahls kreist du immer rundherum, die 8 entlang, immer wieder, ohne Anfang und ohne Ende. Diese Übung verbunden mit tiefen Ein- und Ausatmen bringt innerhalb ganz kurzer Zeit (wenige Minuten genügen) enorm in die innere Mitte zurück und erdet zudem stark.



### **Manifestations-Prinzip**

Im Moment ist es NOCH WICHTIGER als sonst, genau darauf zu achten, was wir denken, und worauf wir unsere Aufmerksamkeit richten.

Durch die permanente Schwingungserhöhung auf dem Planeten manifestieren sich Dinge und Ereignisse schneller als noch vor einigen Monaten. Teils ziehen wir das Ergebnis unserer Überzeugungen sogar innerhalb einiger Tage oder sogar Stunden an: Dies betrifft (leider) Unliebsames, was wir eigentlich von uns fernhalten wollen, genauso wie die Dinge die wir uns wünschen. Worauf wir überwiegend unser Denken und Fühlen ausrichten, das zeigt sich im Leben. Wir merken momentan noch mehr als früher, wie sehr wir der SCHÖPFER unseres eigenen Lebens sind!

Darum lohnt es sich, noch deutlicher hinein zu spüren, wie man über gewisse Dinge, Abläufe oder auch Menschen denkt – und zu beobachten, was aufgrund unseres Denkens und Fühlens

dann im Außen geschieht. Ihr werdet feststellen: Je positiver man über eine Angelegenheit oder Beziehung denkt und fühlt, umso positiver wird die Wirkung im Außen oder beim Gegenüber auch sein. Wenn Euch das nicht gefällt, was ihr erntet im Außen, egal ob in der Beziehung, in der Arbeit, geldmässig oder wo auch immer, so gilt es seine Gedanken und Gefühle dazu zu prüfen – und ggf. diese um-zu-kehren! Dann sieht es im Außen auch wieder anders aus.

Es greift hier das ganz normale Gesetz von Ursache und Wirkung. Es erfordert eine permanente Selbstbeobachtung und Selbsterziehung.

Das Außen, die Umwelt und unsere Mitmenschen spiegeln uns sowieso stets das, was wir lernen sollen, und unsere Gedanken und Gefühle tun ihr übriges....

Aber vielleicht mag ja manche/r die Weihnachtstage auch dazu nutzen, hier mehr in die Innenschau und Selbstbeobachtung zu gehen – um dann umso mehr Wert-volles und Lebenswertes zu ernten!



### Inspirierende Lesetipps

Zum Thema Veränderungen UND in der Mitte bleiben



*Müheles* von JonaMo

Froh und Frei Verlag, ISBN 3939881260, Preis 16,10 €

Ein wunder-bares Buch. Zeigt uns, das wir selbst der Schöpfer unseres Lebens sind. Inspiriert. Er-innert, was wirklich wichtig ist.

*Das Buch vom Ego* von Osho, Allegria Verlag, ISBN 354874110X , Preis 11,95 €  
Das Ego als Gegenstück zum wahren inneren Selbst. Das Ego kämpft, verteidigt, will Recht haben, will Dinge (oder Menschen) haben. Osho erklärt an vielen Beispielen und aus unterschiedlichsten Blickwinkeln, wie wir den Störenfried Ego (der uns ja so oft aus unsere inneren Ruhe bringen kann) ins Leben integrieren, aber unser Leben nicht davon regieren lassen.

### News

Die Preise für Beratungen und für (Kartenlege-)Seminare werden 2013 angepasst. Für Reiki gelten weiterhin die bisherigen Preise.

Die neuen Preise für Seminare siehe unten (bei den Terminen). Achtung: Sollte jemand bereits jetzt wissen, dass er in 2013 bei mir ein Kartenlege-Seminar belegen möchte, dann ist es - sofern

Buchung **und** Geldeingang noch im Dezember 2012 erfolgt - möglich, das Seminar zum bisherigen Preis zu erhalten.

Die Preise für telefonische und persönliche Beratungen werden (nach 3 ½ Jahren Preisstabilität) ab Jan.2013 angepasst auf 1,20 € pro Minute (d.h. pro 30 Min. Beratungszeit werden 36.- € berechnet, pro 60 Min Beratungszeit 72.- € )

Seit kurzem biete ich ein **Quantenheilung-Intensiv-Seminar** an, siehe unten.

### Termine

Hier sind die **Seminartermine** für 2013:

#### **Kartenlegen nach Madame Lenormand**

am **26.01.2013** / **04.05.2013** / **20.07.2013** / **09.11.2013** Einsteigerseminar, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 140.- €

am **02.03.2013** / **29.06.2013** / **07.09.2013** / **14.12.2013** Fortgeschrittenenseminar, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 150.- €

#### **Reiki**

am **23./24.02.2013** und **28./29.09.2013** Reiki-Seminar 1. Grad nach Usui, Dauer 2 Tage, Energieausgleich 190.- €  
(Das Reiki I Seminar kann auf Wunsch auch an einem einzigen Tag durchgeführt werden.)

am **20.04.2013** und **26.10.2013** Reiki-Seminar 2. Grad nach Usui, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 270.- €

Reiki III und IV, Termine nach Absprache, nur einzeln, Energieausgleich 420.- € (III) bzw. 480.- € (IV)

#### **Quantenheilung**

**Intensiv-Seminar** (das Wichtigste kompakt: Eigen-, Fremd- und Fernanwendung)  
Termine nach Absprache, Dauer ½ Tag, Energieausgleich 120.- €

Einzelseminare im Kartenlegen und in Reiki gerne auf Anfrage. Diese sind nach individueller Terminabsprache an den Tagen Montag bis Samstag möglich.

Möchte jemand ein Seminar nochmal wiederholen, so ist ein Preisnachlass möglich.  
Bitte einfach rechtzeitig anfragen.



**Ich bedanke mich hier nochmal herzlich für das in diesem Jahr entgegengebrachte Vertrauen,  
und wünsche Euch allen eine wunderbare und nicht allzu stressige Vorweihnachtszeit,  
ein friedliches Weihnachtsfest  
&  
einen guten Rutsch ins Jahr 2013!**

Solltest Du den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, so gib bitte kurz Bescheid, ich lösche Dich dann sofort aus dem Verteiler.

Bilder - Quelle: [www.bilderkiste.de](http://www.bilderkiste.de)

Impressum: Kianaa - Mediale Lebensberatung  
Karin Wagner-Findl  
Pickelstr. 10  
80637 München  
Telefon 089 – 12 30 92 58  
email: [die-innere-mitte@gmx.de](mailto:die-innere-mitte@gmx.de)  
Website: [www.kianaa.de](http://www.kianaa.de)