



SPIRIT OF FREQUENCIES

„Dein Ritualmoment mit Sagrada Madre“ Mit Liebe ausgewählt von Herbert

Räuchern ist mehr als Duft – es ist ein Moment der Rückverbindung. Mit jedem Stäbchen von Sagrada Madre öffnet sich ein Raum für Achtsamkeit, für innere Klärung und für das, was du wirklich brauchst. Diese Ritualanleitung lädt dich ein, deine Räuchermente bewusst zu gestalten – ganz einfach, ganz kraftvoll. Du brauchst keine Vorkenntnisse. Nur dich selbst und ein paar Minuten Zeit.

“Energetische Reinigung”

Dauer: ca. 10 Minuten

Ort: In deinem Zuhause oder draußen

Du brauchst:

- Räucherstäbchen „Energetische Reinigung“
- Einen sicheren Halter

Ablauf:

1. Zünde das Räucherstäbchen an und stelle dich aufrecht hin.
2. Gehe langsam durch den Raum oder um deinen Körper herum
3. Stelle dir vor, wie der Rauch alles Belastende mitnimmt.
4. Sprich: „Ich reinige mein Feld. Ich lade Klarheit und Leichtigkeit ein.“

Abschlussimpuls:

Was du loslässt, macht Platz für das, was dich wirklich nährt.

