



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.

“Fülle”

Dauer: ca. 10 Minuten

Ort: Ein Ort, an dem du dich sicher und offen fühlst

Du brauchst:

- Räucherstäbchen „Fülle“
- Einen sicheren Halter
- Optional: Optional: ein Füllesymbol (z. B. Münze, Blume, Kristall)

Ablauf:

1. Zünde das Räucherstäbchen an und setze dich bequem hin.
2. Visualisiere dein Leben in Fülle – in Liebe, Zeit, Möglichkeiten.
3. Sprich: „Ich bin bereit zu empfangen. Das Leben beschenkt mich großzügig.“
4. Spüre, wie sich dein Herz öffnet und dein Vertrauen wächst.

Abschlussimpuls:

Fülle beginnt im Inneren. Du bist bereits reich – in allem, was zählt.