

# KOSMOS eBooklet: Samhain, Allerheiligen

Auszug aus dem Hauptwerk: Räuchern  
im Rhythmus des Jahreskreises

e-Book (EPUB)

KOSMOS



3,99 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

7. Auflage 2019

Art.-Nr.: 50109

# Produktinformationen "KOSMOS eBooklet: Samhain, Allerheiligen"

Achtsam und bewusst die Jahreszeiten zu erleben, verbindet uns mit den Kräften der natürlichen Rhythmen. Zur Wintersonnwende, im beginnenden Frühjahr an Mariä Lichtmess oder im Hochsommer an Johanni zu räuchern, schenkt uns Energie und führt uns in die eigene Mitte - wir lösen uns von der Hektik und Schnelligkeit des Alltags.

Die jahreszeitliche Energie des beginnenden Novembers bringt eine Entschleunigung mit sich und unterstützt den Rückzug in die Innenwelt. In der Natur gibt es kaum noch Ablenkungen, die Vielfalt finden wir jetzt in der Beschäftigung mit uns selbst. Gefühle wie Trauer, Angst, Schmerz, Scham, Schuld, Wut oder gar Hass dürfen jetzt voll erlebt und alle Stationen durchlaufen werden: Es geht um anschauen, zulassen, ausdrücken und loslassen.

Mit einer Beschreibung der keltisch-germanischen sowie christlichen Wurzeln, Tipps, das Jahreskreisfest modern zu gestalten und Beispielen für geeignete Räucherstoffe.

