



im dialog
Natur · Kraft · Wege

Die heutigen **Februar-Impulse** kommen nun wieder wie geplant am Monatsanfang :-)

In diesem Monat kommt schon mehr Licht in unser Leben. Bis zum Monatsende sind es 2 1/2 Stunden am Tag. Und auch die Energien für die Umsetzung der guten Vorsätze steigen!
Also los geht's!

„Wie können euch die Fragen durch den Monat begleiten?“

Februar

Der Name Februar kommt aus dem Lateinischen. „februare“ bedeutet reinigen. Auch „fibris“ (Fieber) kommt als Ursprung in Frage. Beides ein spannender Impuls für euch. Andere Namen war auch: **Narrenmond, Schmelzmond, Taumond, Hornung** (da sich das Vieh „hört“).

Monatsthemen

Reinigung:

Die Natur reinigt sich durch Stürme, die das letzte Totholz aus den Bäumen fegen. Für viele ist jetzt die Zeit, um den Frühjahrsputz zu starten. Und jetzt ist auch eine gute Zeit, sich von Überflüssigem zu befreien. Das können Dinge im Haushalt, Bücher, Erinnerungskram vielleicht sogar Wertvolles, aber auch (Ess-)

Gewohnheiten sein, die euch nicht weiterbringen.

Im Februar beginnt die Fastenzeit—auch das heißt Reinigung für den Körper und den Geist. Verzicht auf alles Essbare oder nur auf etwas Bestimmtes wie z.B. Zucker, Alkohol oder auch Medien (TV/PC/Handy).

„Auf was kann ich verzichten? Was ist Be-LAST-ung, was möchte ich LOS-LASSEN? Für was möchte ich mehr Platz in meinem Leben?“

Entscheidung für deinen Weg:

Vor dem eigenen Weg ist die Zeit der Visionssuche. In dieser Zeit könnt ihr überprüfen welchen Weg ihr gehen wollt. Welche Veränderungen euch gut tun.

„Welche Beschäftigung entspricht mir? Was bedeutet für mich Glück und was fehlt mir noch dafür? Was ist stimmig in meinem Leben und wo wünsche ich mir noch Veränderungen?“

Feste

1./2. Feb.—**Imbolc**—Fest des kommenden Lichtes, Fest der keltische Göttin Brigid.

Fastnacht—vor der Fastenzeit nochmal „die Sau rauslassen“. Andere Rollen ausprobieren, Masken tragen, Grenzen überschreiten.

Empfehlungen

Reinigungsrituale: Räumt und reinigt eure Wohnungen/Häuser. Dann räuchert sie aus oder sucht ein anderes Reinigungsritual. Bereitet euch auf eine individuell gestaltete **Fastenzeit** vor. Eine gute Zeit, sich über eure neuen Wege im klaren zu werden. Weiße Kerzen unterstützen das kommende **Licht** und bringen **Freude**. Probiert neue **Rollen** und **Masken** in der Fastnacht aus oder spielt einfach mal so verrückt.

Der Februar ist ein guter Monat, um das Ritual eines **Inspirationstages** zu starten. Ein oder ein halber Tag, um regelmäßig in Ruhe zu sich selbst zu kommen und **Visionen** zu pflegen und die Umsetzung zu planen.

Gesundheit

Birkenblätter sehr früh gepflückt, getrocknet und als Tee verwendet, reinigen Blut, Nieren, Gelenke. Auch als Haarspülung wirkt der Sud wunder. Die Blätter sind auch eine vitaminreiche Essensbeilage, roh oder geröstet.

Infos zu Veranstaltungen

Waldbaden am 6. März

Zeit des Aufbruchs und der Erneuerung

Über die VHS Beilstein findet jeden 1. Freitag im Monat bis einschließlich Juli ein Waldbaden-Termin passend zum Monat statt. **INFO**

Ich wünsche euch einen reinigenden, ordnenden, lichtvollen, verrückten und gesunden **Februar**.

Alles Liebe Nicole