

25. DEZEMBER 2022 - 6. JANUAR 2023

12 nights of magic

BARBARBRYCE.COM

Über diese Zeit – wie ich dazu kam

Bis vor ein paar Jahren hatte ich noch nie etwas von Ruhnächten gehört. Damals nahm ich an einem Workshop teil, der in der Yogawerkstatt stattfand. Ich bin immer offen und neugierig - und irgendwie hat mich dieses Thema angezogen.

Vieles war neu, der Gedanke von Ruhnächten, die offenen Tore, das Räuchern und damit Reinigen der Räume, das Deuten der Träume und der Zeichen der Natur, des Wetters.

Neu und etwas schräg, kam es mir vor, und doch war da diese Faszination.

Ein Jahr später, wieder im Workshop, jetzt hochschwanger und etwas k.o. Wir haben eine Meditations- Reise gemacht, es hat unglaublich gut getan.

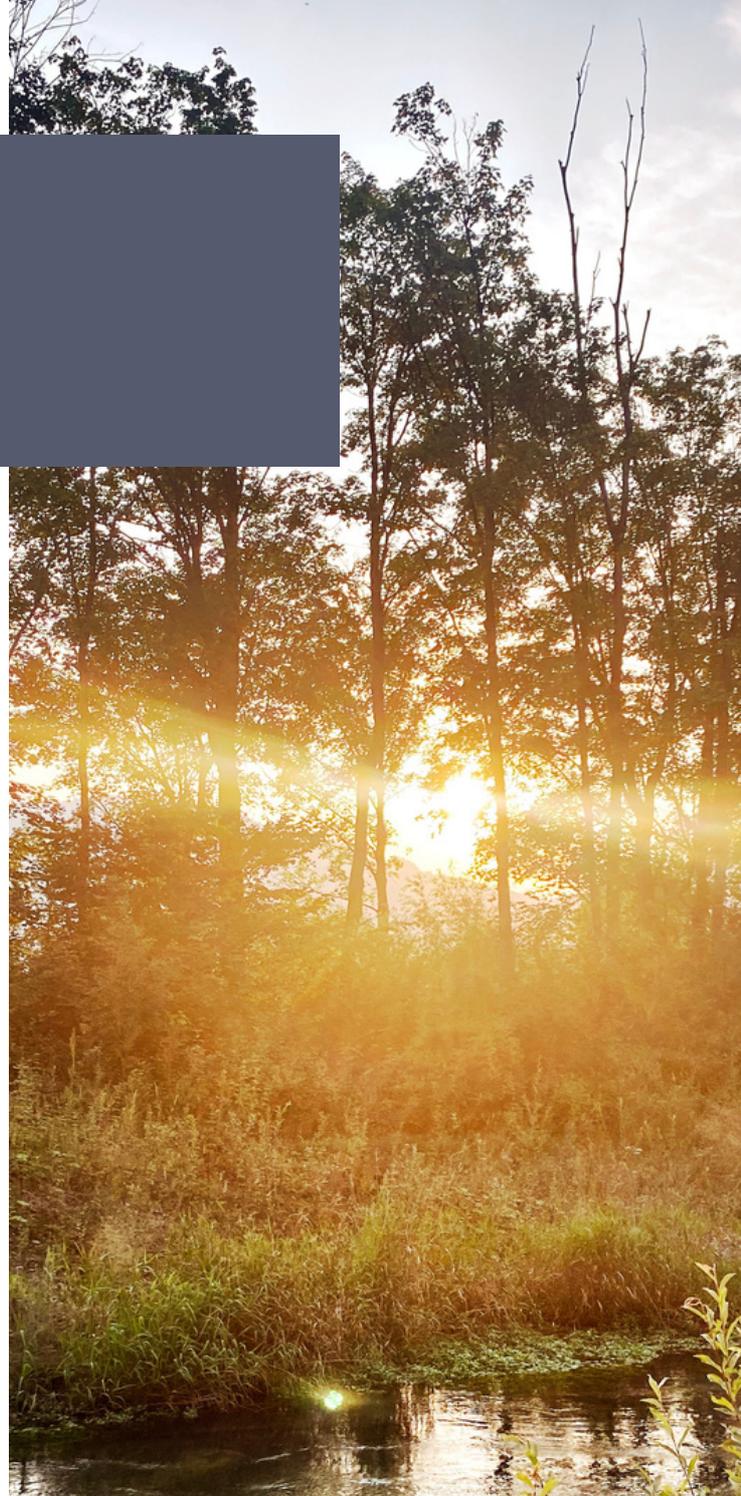
Danach kam die new spirit Ausbildung, Sigrun, der Sprung in meine Selbständigkeit und das Gefühl, dass es Zeit ist zu geben.

Daraus sind die 12nightsofmagic geboren. Ich freue mich und bin unglaublich dankbar, mit dir auf diese Reise zu gehen.

Jetzt, wo ich das schreibe, bin ich total erkältet, um mich daran zu erinnern, dass es leicht, mit Freude und Ruhe, besinnlich sein darf.

Also, lass uns starten in diese wundervolle magische Zeit eintauchen, verbunden, getragen und berührt.

Von Herzen
Barbara



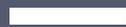
WIR HABEN ES VERDIENT, BESCHÜTZT,
ERFOLGREICH GLÜCKLICH UND GESUND
ZU SEIN UND LEID UND SCHMERZ UND
TRAUER ZU ÜBERWINDEN SOWIE ALS
GEGENWÄRTIGE GENERATION DAS
SCHICKSAL MIT GESTALTEN ZU KÖNNEN.
MIT DIESEN NÄCHTEN HABEN WIR DIE
MÖGLICHKEIT, UNS NEU AUSZURICHTEN
UND UNSERE SCHÖPFERKRAFT ZUM
WOHLE ALLER EINZUSETZEN.
JEANNE RULAND

Tipps

12 nights of magic sind spezielle Nächte, die du für dich nutzen kannst, spielerisch, kreativ, mit Leichtigkeit, Freude und Besinnlichkeit. Hier ein paar Tipps, was du für dich tun kannst:

- führe ein Magic Book (Tagebuch- respektive Gedanken- Gefühle und Traumbuch), wie auch immer du es nennen magst, es ist dein Begleiter während dieser Zeit
- notiere dir deine Traum Erinnerungen (mit Datum!) morgens, gleich nach dem Aufwachen (in der Übergangsphase Schlaf-Wach sein ist unser Kritiker noch nicht voll an und dafür die Erinnerung noch frisch. Du kannst auch abends mit der Intention einschlafen: Morgen darf ich mich an meine Träume erinnern.
- wenn du Lust, Spass und Freude daran hast, zieh dir jeden morgen eine Karte (es gibt ganz viele Kartendecks, ich mag die Göttinnen von Doreen Virtue und Angel Prayers von Kyle Gray, gibt es auch beide als Apps) und notiere dir auch diese gerne in deinem Magic Book
- am Abend zündest du dir eine Kerze an und schreibst was so passiert ist in dein Magic Book:
- was ist dir aufgefallen?
- wie war die Interaktion mit anderen Menschen?
- wie waren deine Gefühle?
- was hast du in der Natur erlebt?
- welchen Tieren bist du begegnet?
- wie war das Wetter und wie bist du damit umgegangen?
- was hast du gelesen, gesehen oder gehört, dass mit dir resoniert hat?

Magic Book



Suche dir ein Lieblingsnotizbuch aus, wünsche oder schenke dir eines auf Weihnachten.

Das Schreiben auf Papier mit einem schönen Stift hat so etwas Sinnliches, Kreatives und darf trotz all den digitalen Erleichterungen noch genutzt werden- mit allen Sinnen, also mit dem Tastsinn, der Geruch von Papier hat auch etwas Sinnliches und dem Sehsinn: die Schrift, inklusive Skizzen und Zeichnungen - ich liebe es. Probier es aus und erlebe, wie viel Spass, Freude, Leichtigkeit und Sinnlichkeit es dir gibt!

Wintersonnenwende 21. Dezember



Der 21. Dezember ist die dunkelste und längste Nacht des Jahres, der Höhepunkt der Dunkelheit und genau dort wird das Licht neu geboren.

Reinigen - Klären - Loslassen - Empfangen

Reinigen
Räuchern - Energiefelder mit Rauch reinigen, und/oder mit Musik, mit Düften und Lüften, was auch immer für dich stimmig ist.

Klären
Energien ablösen und ins Feuer geben.

Loslassen
Gedanken oder Menschen, die dich klein halten oder irgendwie blockieren, verabschieden, mögliche Methoden:
- Aufschreiben und Verbrennen
- Eine Flasche mit frischem Wasser neben das Bett stellen, abends einen Schluck nehmen und morgens austrinken.
-De-linking

Empfangen
Stille Meditation und Besinnung in der Dunkelheit, Kerze anzünden in der Nacht.

1st Night of Magic

25./26. DEZEMBER

URVERTRAUEN

*Wurzeln
und Flügel*



**THE FUTURE
BELONGS TO THOSE
WHO BELIEVE IN
THE BEAUTY OF
THEIR DREAMS**

**ELEANOR
ROOSEVELT**

Heute gibt es eine
Meditation für deine
Wurzeln, dein
Urvertrauen und deine
Flügel, deine Träume.
Gute Reise!

2nd Night of Magic

26./27. DEZEMBER



STILLE

Heute ist die Zeit, um Stille zu finden. Sei es zu Hause oder in der Natur, ganz für dich. Ja, die Stille kann anfangs sehr laut sein, da dann die Gedanken ihren Raum bekommen. Lass sie zu und sehe, wie sie leiser werden, wenn sie gehört wurden. Schenke dir heute die Stille um in die Verbindung zu kommen mit dir und mit deinem höheren Selbst.

**VERBINDUNG MIT DEM
GEISTIGEN ZUHAUSE
BEDEUTET HEIMKEHR.
DIE QUELLE IST IN DIR.
JEANNE RULAD**

3rd Night of Magic

27./28. DEZEMBER

Herz öffnen



“LET YOURSELF BE
SILENTLY DRAWN BY
THE STRANGE PULL OF
WHAT YOU REALLY
LOVE. IT WILL NOT
LEAD YOU ASTRAY.” -
RUMI

“You cannot find your
soul with your mind,
you must use your
heart.” - Gary Zukav

“Everyone has been
made for some
particular work, and
the desire for that
work has been put in
every heart.” - Rumi

4th Night of Magic

28./29. DEZEMBER

LICHTVOLLE

Auflösung



TAG DER AUFLÖSUNG

Das Alte, Schwere darf gehen, Neues, Lichtvolles darf sein.

Entdecke das Wunder, das du bist, das Abenteuer, das du lebst und die Verbindung zu allem. Du bist ein Teil des Ganzen. Du bist nicht nur das Universum sondern auch ein spirituelles Wesen, das gerade eine menschliche Erfahrung macht. Lerne, staune, wachse, jeden Tag von Neuem.

Enjoy the ride!

"YOU ARE THE
BEGINNING OF THE
TRANSFORMED
WORLD."

"YOU ARE THE
UNIVERSE,
EXPRESSING ITSELF AS
A HUMAN FOR A LITTLE
WHILE."

ECKHART TOLLE

5th Night of Magic

29./30. DEZEMBER

Freundschaft

ZU DIR SELBST UND ANDEREN



FREUNDSCHAFT ZU DIR

Bist du dein bester Freund?
Vergibst du dir selbst zuerst?
Bist du gut zu dir selbst?

FREUNDSCHAFTEN

Gibt es tiefe Freundschaften, die zerbrochen sind?
Was braucht es für die Seele als Lösung, Heilung, Frieden?
Bereinige dein inneres Feld, damit neue Freundschaften und tiefe Erfahrungen auch im Neuen Jahr möglich sind.

wie sprichst du mit dir selbst?
kannst du dir selbst vergeben?

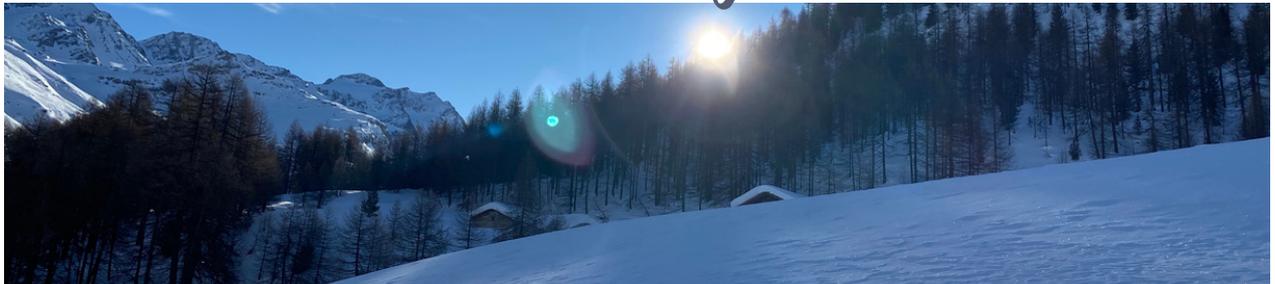
“If you wouldn't say it to a friend, then don't say it to yourself.”

6th Night of Magic

30./31. DEZEMBER

SEGNUNG

*Dankbarkeit für die
Herausforderung im Leben*



RÜCKBLICK, VERGEBUNG, SEGNUNG

Triff dich mit dem Geist des alten Jahres und mache mit ihm eine Reise zu Momenten und Situationen, die du gerne heilen, vergeben, segnen und loslassen möchtest.

Geh für mindestens eine halbe Stunde alleine in die Natur und verbinde dich mit ihr, schau, was sie dir erzählt und beobachte, wie erfrischt und gelöst du nach Hause kommst.

**HERAUSFORDERUNGEN SIND
DAFÜR DA, DICH AUS DEINER
KOMFORTZONE HERAUS ZU
HOLEN UND DICH WACHSEN
ZU LASSEN.**

7th Night of Magic

31./1. JANUAR

VISION

bereit für das Neue



INNEHALTEN

Nimm dir einen Moment Zeit, gerne bei Kerzenlicht, und reflektiere das letzte Jahr. Erkenne, was du alles geleistet hast und wie sehr du dich selbst entwickelt hast. Danke dir dafür!

LEICHTIGKEIT

Erkenne, wovon du dich befreien konntest (Glaubensmuster, Menschen, Blockaden) und spüre, wie viel leichter es sich jetzt anfühlt.

**JEDER ÜBERGANG ERÖFFNET
NEUE MÖGLICHKEITEN,
DINGE ZU VERÄNDERN, SIE
NEU ZU FORMEN, SIE ANDERS
ZU GESTALTEN.**

JEANNE RULAND

FREUDE

Spüre wie du immer mehr bei dir bist und mehr aus deinem Herzen heraus agierst, aus deinem Inneren - freue dich darüber!

8th Night of Magic

1./2. JANUAR

LEICHTIGKEIT

UND

Lebensfreude



TUE DAS, WOZU DU LUST HAST

Heute ist Lebensfreude angesagt. Höre mal in dich hinein und frage dich, wozu habe ich heute Lust?

LEICHTIGKEIT

Das Schwere, haben wir losgelassen, lade noch mehr Leichtigkeit in dein Leben ein und freue dich darüber- ein Tanz, ein Lied, ein Jauchzen können dabei sehr helfen!

SEGENSWÜNCHE AN DEINE LIEBEN

Wenn du Lust hast (nur dann!) schicke Segenswünsche an deine Liebsten!

**PURE LEBENSFREUDE
BEGINNT DAMIT, DASS DU
AUF DEIN HERZ HÖRST,
ERFÄHRST DU DADURCH,
DASS DU TUST, WAS ES DIR
ZUFLÜSTERT UND ENDET
DAMIT, DASS DU ES
GENIESST.**

9th Night of Magic

2./3. JANUAR

MITTE, HERZ, ESSENZ

das goldene Licht in dir



DAS RAD - DEIN LEBENS RAD

Geburt- Lebensverlauf- Tod. Du hast dein Schicksalsrad selber in der Hand du lenkst es mit deinem Herzen, deinem Kopf und deinem Bauch, folge deinen Wünschen mit deinen Taten.

DAS GOLDENE LICHT

Du trägst das goldene Licht in dir. Jeder Mensch trägt es in sich, die Essenz.

**DU BIST DAS LICHT
DU BIST DIE LIEBE
ERLAUBE ES DIR, ZU
SCHEINEN
IN DEINER GANZEN PRACHT
JEDEN TAG ETWAS MEHR
LEUCHTEN
JEDEN TAG ETWAS MEHR
WAGEN
JEDEN TAG ETWAS MEHR DU**

10th Night of Magic

3./4. JANUAR

MANIFESTATION DEINER LEBENSENERGIE

Leben im jetzt



**GEH DEINEN WEG, DEINEM
HORIZONT ENTGEGEN, IN
DEINEM TEMPO, AUF DEINE
ART- DU HAST ALLES IN DIR!
ENJOY THE RIDE!**

11th Night of Magic

4./5. JANUAR

BEREINIGUNG

*friedvoll, positiv,
strahlend*



LEBENSFRAGEN:

Ich weiss, der Spruch ist etwas abgewetzt und doch bringt er dich näher zu der Einstellung, die du mehr kultivieren darfst. In die Einstellung, wie eine FB Freundin, Kerstin Wemheuer so schön sagt: fuck einfach machen

LEBE JEDEN TAG SO, ALS WÄRE ES DEIN LETZTER.

12th Night of Magic

5./6. JANUAR

GNADE

Nacht der Wunder



VERGEBUNG

Überlege dir, wem du vergeben möchtest, wovon du dich befreien möchtest.

HERZVERBINDUNG

Gehe in die Herzverbindung und spüre, was dein Herz möchte und wie sehr den Herz Vergebung liebt. Lass die negativen Verbindungen zu dem Menschen, dem du vergeben möchtest, los.

FREIHEIT

Willst du wirklich frei sein? Bist du bereit, dich neu zu definieren, ohne die alten Geschichten?

FALLEN LASSEN UND BEREIT FÜR DAS UNBEKANNTE

Spür dein Herz und lasse dich dort hinein fallen. Sei bereit für das Unbekannte, neue Abenteuer, neues Erleben, für Wunder.

**„JEDE VERGEBUNG IST
IMMER
EINE SELBSTVERGEBUNG...“**

TRÄUME GEHEN IN ERFÜLLUNG

Gehe heute Nacht vor dem Einschlafen in die Herzverbindung und lade deine Träume ein.

DIE TORE SCHLIESSEN SICH BALD

Ich gebe jeden Tag mein Bestes, um mehr Liebe zu leben, zu geben und zum Ausdruck zu bringen. Ich begegne dem Leben in mir und um mich herum mit Liebe, Respekt und Mitgefühl und erwecke jeden Tag etwas mehr Lebendigkeit und Freude in meinem Leben.

Perchtnacht

GNADE

Segen und Abschluss der Rauhnächte

FRAU HOLLE UND DIE HELIGEN DREI KÖNIGE

Gehe in die Rückschau der letzten Tage, zünde eine Kerze an und lies Deine Notizen der 12 magischen Nächte. Gab es ein wiederkehrendes Thema? Welches Motto würdest Du ihm geben? Welche Farbe hätte diese Schwingung? Dies ist die Farbe Deines neuen Jahres.

Rituale der Nacht:

Der Dreikönigswind ist ein heiliger Wind, der Stube und Haus segnet. Deswegen werden um Mitternacht Türen und Fenster aufgemacht, um den Segen ins Haus zu lassen. Träume gehen in Erfüllung

**MÖGEST DU DIE MAGIE
DIESER NÄCHTE WEITER IN
DEINEM HERZEN TRAGEN.
MÖGEST DU DEINEN
TRÄUMEN FOLGEN.
MÖGEST DU DAS LICHT IN DIR
IN DIE WELT SCHEINEN
LASSEN.
DIE WELT BRAUCHT DICH
UND DEIN LICHT.**

DANKE DANKE DANKE!

Aus tiefstem Herzen Danke
für dein Vertrauen, deine
Offenheit und dein Sein.
Danke für diese gemeinsame
Reise durch die 12 magischen
Nächte. Es war mir eine Ehre.

Von meinem Herzen zu
deinem

Barbara