

Schritte zum 4.Advent... (20.12.2015)

*Nach alter Tradition erlischt am vierten Sonntag das Licht.
Die Geburt des neuen Lichtes liegt in der Luft.
Es ruht in der Materie, in der Mater (Mutter).*

1.Advent

Ich bin - Luft - Vision - Kraft im Inneren

2.Advent

Du bist - Wasser - Öffnung für die innere/äußere Welt - Polarität

3.Advent

*Wir sind - Feuer - Vitalität - Lebenswille - Kraft die in den neuen
Keim einströmt*

4.Advent

*Es sei - Erde - Dunkelheit - Materie - Inneres Erwachen/Neues
Bewusstsein strömt jetzt ein*

(Quelle: Advents- und Weihnachtsrituale, Jeanne Ruland)



Foto: H.K. Morgenlicht 06.12.2015

*Genieße den Augenblick und die Stille.
Empfange eine Botschaft für Dich für das Kommende...*



Foto: H.K. 01.01.2015 Blick aus dem Fenster vom Herzghiesle

*Ströme einfach nur aus deinem Licht,
fließe und klinge in deinem Sein.
Vielleicht,
irgendwo
erfasst es ein ähnliches Klangfeld.
Vielleicht,
irgendwo
verbindet es,
finden sich Menschen im Herzen,
leben diese wiedergewonnene Einheit.
Lebe dein Licht,
egal wie die anderen wählen.
Schwinge in deiner Liebe,
vertraue
und lebe mit mir diese Kraft.
Wirklichkeit ist Jetzt (Herke Koch 11/2009)*

Rohköstliches zur Weihnachtszeit (Buch von Lisa Mattes)

Kipferl

Je 1 Tasse geriebene Cashewkerne und Madeln

½ Mark einer Vanilleschote

ca. 60 ml Agavendicksaft

1 Prise Meersalz

Roh Kakao nach Bedarf (wenn die Kipferl nach Schokolade schmecken sollen) ☺

alles mischen und durchkneten, Kipferl formen, im Dehydrator bei 42 Grad trocken (oder Backofen, leicht geöffnete Türe)

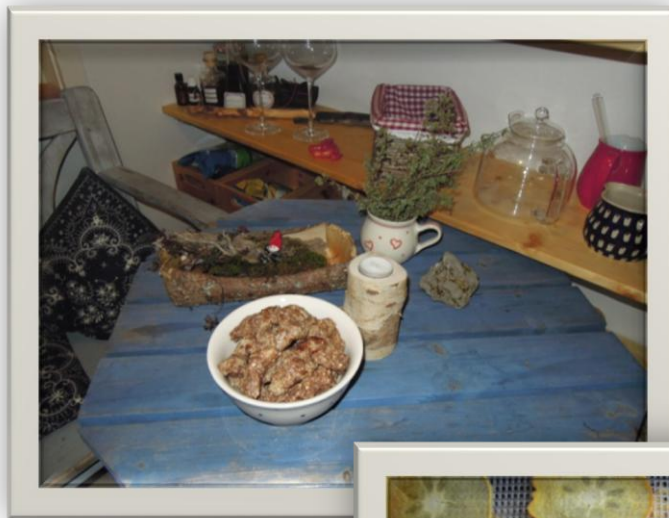


Foto: H.K. 16.12.2015 Kaki getrocknet

Im Bachtel am 16.12.2015 heike@wildnisschule-allgaeu.de