

Ruhe. Einkehr. Innehalten.
Zeit für Rückblick, Träume & Visionen.

Schenke dir eine Reise zu dir;
in den Tagen und Nächten “zwischen den Jahren”
21. Dezember - 6. Januar

Deine Rauh Nächte-Reise 2024-2025

online geführt durch die Heiligen Nächte mit Ursa Sophia

Ursa Sophia

Musikerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Atem- und Stimmcoach,
energetische und schamanische Heilerin

Kontakt & Anmeldung:

www.sanana.me

hello@sanana.me

early-bird bis 30.11.
195€



“Nur was du für möglich hältst, kann in dein Leben überhaupt Einzug halten”

Suchst du zwischen Weihnachtsstress und Silvester-Trubel Momente der Ruhe, Augenblicke für dich, Zeiten zum Innehalten und nach Innen blicken?

Wünschst du dir eine andere Art des Übergangs ins neue Jahr – bewusstes Loslassen von Altem und Willkommenheißen des Neuen, das sich in deinem Leben zeigen und manifestieren mag?

Hältst du es für möglich, dass du selbst die Person bist, die verantwortlich dafür ist, ihr Leben eigenständig zu gestalten?

Die 12 “Heiligen Nächte” von Heiligabend bis Dreikönig, seit jeher in zeremonieller Form begangen, bieten eine wunderbare Gelegenheit, sich mit den Themen Abschied und Neubeginn zu befassen und bewusst den Übergang in dein neues Jahr zu gestalten und zu zelebrieren.

Ich möchte dich von Herzen auf eine gemeinsame Reise durch diese Zeit einladen, die dich stärken darf in deinem augenblicklichen Sein und dich durch das gesamte kommende Jahr tragen kann.
In dein Wunder-volles Jahr 2025!



Ursa Sophia

Das erwartet dich:

- Jeden Morgen eine Inspiration/Meditation zum Thema des Tages
- Vision deines zukünftigen Selbst
- Aufgaben & Impulse zum Erarbeiten deines Rauhnächte-Tagebuchs und deiner Zukunfts-Kollage
- Gestaltung deines individuellen Visions-Kalenders zur Begleitung durchs Jahr 2025
- Orakeln für jeden Monat des neuen Jahres

Voraussichtliche Termine für unsere online-Treffen

Änderungen möglich. Es werden Aufzeichnungen zur Verfügung gestellt, solltest du nicht bei allen Terminen dabei sein können.

21.12. Samstag (15:30)

Wintersonnenwende;
Erstes Zusammenkommen & Vorbereitung

30.12. Montag (18:00)

Vorbereitung des Übergangs;
Rituale zu Abschied & Neubeginn

05.01. Sonntag (9:00)

Vorletzter Tag;
bewusstes Beschließen der Heiligen Nächte

Kosten:

220€ / erm.

& early-bird (bis 30.11.) 195€

(wie immer melde dich gerne bei finanziellen Engpässen persönlich – wir finden gemeinsam eine Lösung!)

Kontakt und Anmeldung:

Ursa Sophia

www.sanana.me

hello@sanana.me