



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

diese Woche steht die Wocheninspiration unter dem Motto "Die Kunst des Loslassens".

Ich begrüße Sie zur Wocheninspiration vom 10.01.2025 bis 16.01.2025 und freue mich darauf, Sie in den kommenden Tagen mit inspirierenden Gedanken begleiten zu dürfen.



Ein neues Jahr steht für Neubeginn – doch bevor wir uns voller Elan auf unsere Ziele stürzen, ist es wichtig, Platz für Neues zu schaffen, indem wir Altes loslassen. Oft tragen wir unnötigen Ballast mit uns herum: nicht nur in Form von Dingen, die wir nicht mehr brauchen, sondern auch durch belastende Gedanken, Gewohnheiten oder emotionale Altlasten.

Diese Woche lade ich Sie dazu ein, bewusst innezuhalten und zu reflektieren: Was belastet mich? Gibt es Dinge, die ich loslassen kann, um Platz für etwas Neues zu schaffen? Beginnen Sie mit etwas Greifbarem, wie Ihrem Zuhause. Räumen Sie einen Schrank, eine Schublade oder eine vollgestellte Ecke auf, die Sie schon lange stört. Spüren Sie, wie befreiend es sein kann, Dinge auszusortieren und loszulassen, die Ihnen nicht mehr nützlich sind.

Doch das Loslassen sollte sich nicht nur auf materielle Dinge beschränken. Überlegen Sie bitte auch, welche Gedanken oder Muster Sie zurückhalten. Vielleicht können Sie sich einen Moment nehmen, um Ihre Ängste oder Sorgen aufzuschreiben. Lesen Sie die Worte noch einmal und fragen Sie sich: „Sind diese Gedanken hilfreich oder hinderlich?“ Wenn Sie bereit sind, lassen Sie sie los – vielleicht durch ein kleines Ritual wie das Verbrennen des Zettels oder das Zerreißen und Wegwerfen. Gedankenhygiene kann sehr hilfreich und befreiend sein.

Loslassen bedeutet nicht unbedingt, etwas zu verlieren, sondern Raum für etwas Neues zu schaffen. Es gibt uns allerdings die Möglichkeit, mit mehr Leichtigkeit und Klarheit voranzuschreiten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine Woche voller befreiender Erkenntnisse, mutiger Entscheidungen und der Leichtigkeit, die entsteht, wenn wir Ballast abwerfen und uns auf das Wesentliche konzentrieren.



Herzlichst

Ihre

Sasina-Seraphina
Hellseherin • Kartenlegerin • Medium