

★ Arthemis Gute-Nacht-Orakel ★
ENERGIE ZURÜCK HOLEN

Hole dir
zurück,
was dir gehört.
Deine Energie.
Deine Kraft.
Dein Leuchten.



Energie reinigen ♥ Grenzen setzen ♥ Loslassen
Altes zurückgeben ♥ Kraftquellen aktivieren
Atem holen ♥ Selbstfürsorge ♥ Abschirmen
Erdung ♥ Licht auffüllen ♥ Neubeginn



seelenmagie

— DEINE WEGBEGLEITUNG —

 ENERGIE ZURÜCK HOLEN

Es ist Abend geworden.

Unter der alten Buche ist es ganz ruhig. Der Mond scheint durch die Äste und kleine goldene Lichtpunkte schweben durch die Nacht.

Arthemis sitzt in seinem Sternchen-Schlafanzug auf seiner Decke. Neben ihm sitzt Bergi.

Vor ihnen liegt das kleine Orakeldeck.

Arthemis nimmt die Karten in seine Hände.

„So, meine lieben Menschleins... ihr wisst ja, was jetzt kommt.“

Er grinst.

„Wir ziehen unsere Karte für heute Abend.“

Er mischt.

Einmal.

Zweimal.

Dreimal.

Dann schließt er die Augen.

„Welche Botschaft brauchen meine Menschleins heute?“

Arthemis zieht eine Karte.

Er dreht sie langsam um.

Seine Augen werden groß.

„Ohhh... ENERGIE ZURÜCK HOLEN.“

Bergi schaut auf die Karte.

„Eine Botschaft, die viele Menschleins heute brauchen könnten.“

Arthemis nickt.

„Dann erzähl ich ihnen mal, warum ihre Energie manchmal überhaupt nicht mehr bei ihnen ist.“

✨ Die goldenen Fäden

Arthemis und Bergi gingen an diesem Abend durch den Wald.

Plötzlich blieb Artemis stehen.

„Bergi... was sind das denn?“

Vor ihnen schwebten unzählige feine goldene Fäden durch die Luft.

Manche waren hell.

Andere fast durchsichtig.

Einige führten zu Menschen, die weit entfernt waren.

Bergi erklärte:

„Jeder dieser Fäden steht für Aufmerksamkeit, Gedanken, Sorgen oder Gefühle, die ein Mensch irgendwo lässt.“

Arthemis staunte.

„Also wenn ein Mensch ständig an jemanden denkt...?“

„Dann kann ein Teil seiner Aufmerksamkeit dort hängen.“

„Und wenn er sich ständig Sorgen macht?“

„Dann ebenfalls.“

„Und wenn er immer versucht, es allen recht zu machen?“

Bergi nickte.

„Auch dann.“

Arthemis betrachtete die vielen Fäden.

„Dann wundert es mich gar nicht, dass manche Menschleins abends völlig erschöpft sind!“

🌙 Das Menschlein, das überall war – nur nicht bei sich

Bergi erzählte Arthemis von einem Menschlein, das jeden Tag versuchte, für alle da zu sein.

Es dachte morgens schon darüber nach, was andere brauchen könnten.

Während der Arbeit dachte es darüber nach, was jemand von ihm erwartete.

Nach der Arbeit dachte es darüber nach, was es noch erledigen musste.

Abends beschäftigten es die Sorgen anderer Menschen.

Und wenn es endlich im Bett lag, wanderte sein Kopf noch immer zu all den Dingen, die irgendwo außerhalb von ihm passierten.

Es schlief ein.

Aber es fühlte sich trotzdem nicht erholt.

Eines Tages fragte es sich:

„Warum bin ich eigentlich ständig so müde?“

Da kam eine alte Frau vorbei.

Sie schaute das Menschlein an und sagte:

„Weil du deine Energie überall verteilt hast.“

Das Menschlein verstand nicht.

Die Frau zeigte auf die goldenen Fäden.

„Hier hängt ein Teil von dir.“

Sie zeigte auf einen anderen.

„Dort hängt deine Sorge.“

Noch einer.

„Da deine Angst.“

Und noch einer.

„Dort deine Aufmerksamkeit.“

Das Menschlein erschrak.

„Aber wie bekomme ich das alles zurück?“

Die alte Frau lächelte.

„Indem du dich daran erinnerst, dass nicht alles deine Aufgabe ist.“

💛 Arthemis' Botschaft an dich

Arthemis schaut direkt zu dir.

„Duuu... Menschlein.“

Vielleicht kennst du dieses Gefühl.

Du bist körperlich irgendwo...

...aber deine Gedanken sind überall.

Bei einem Menschen.

Bei einem Problem.

Bei einer Nachricht.

Bei etwas, das gestern passiert ist.

Bei etwas, das morgen passieren könnte.

Bei Dingen, die du gar nicht kontrollieren kannst.

Und während du versuchst, überall gleichzeitig zu sein...

bist du irgendwann selbst kaum noch bei dir.

Bergi lächelt sanft.

„Energie zurückholen beginnt nicht damit, alles im Außen zu verändern.“

„Es beginnt damit, die eigene Aufmerksamkeit wieder nach innen zu holen.“

Arthemis nickt.

„Du musst nicht jede Sorge lösen, Menschlein.“

„Du musst nicht jeden Menschen retten.“

„Du musst nicht überall verfügbar sein.“

„Und du musst auch nicht ständig darüber nachdenken, was andere von dir denken.“

 Hol dich zurück

Arthemis nimmt die Karte ENERGIE ZURÜCK HOLEN in die Hand.

„Vielleicht ist das heute dein kleines Ritual, Menschlein.“

Schließe die Augen.

Atme tief ein.

Und beim Ausatmen stell dir vor, dass all die goldenen Fäden, die dich heute irgendwo festgehalten haben, langsam zu dir zurückkommen.

Deine Gedanken.

Deine Aufmerksamkeit.

Deine Kraft.

Deine Ruhe.

Dein Licht.

Alles darf wieder zu dir zurück.

Und dann sag ganz leise:

„Ich hole meine Energie zu mir zurück.“

„Was nicht meine Aufgabe ist, darf ich abgeben.“

„Was nicht zu mir gehört, darf gehen.“

„Ich darf wieder bei mir ankommen.“

 Arthemis' Brief an dich

Liebes Menschlein,

vielleicht hast du heute viel gegeben.

Vielleicht hast du zugehört.

Geholfen.

Getröstet.

Funktioniert.

Probleme gelöst.

Dich gekümmert.

Vielleicht hast du dich sogar um Dinge gesorgt, die überhaupt nicht in deiner Hand lagen.

Dann möchte ich dich heute Abend an etwas erinnern:

Du darfst dich selbst zurückholen.

Du darfst aufhören, ständig dort zu sein, wo du gerade gar nicht sein musst.

Du darfst dein Handy weglegen.

Du darfst eine Nachricht später beantworten.

Du darfst Nein sagen.

Du darfst Ruhe brauchen.

Du darfst anderen ihre Verantwortung lassen.

Und du darfst dich fragen:

„Was brauche ich jetzt?“

Nicht:

„Was brauchen alle anderen von mir?“

Sondern:

„Was brauche ich?“

Denn deine Energie ist kostbar.

Nicht jeder Gedanke verdient deine Aufmerksamkeit.

Nicht jedes Problem braucht deine Lösung.

Nicht jeder Mensch braucht Zugang zu deiner Kraft.

Und manchmal ist die liebevollste Entscheidung überhaupt:

Dich selbst wieder nach Hause zu holen.

Von ganzem Koboldherzen,

dein Arthemis 🌙✨

🌟 Deine Botschaft für die Nacht

Leg eine Hand auf dein Herz.

Schließe deine Augen.

Atme tief ein ...

... und langsam wieder aus.

Stell dir vor, wie ein warmes goldenes Licht aus allen Richtungen zu dir zurückkehrt.

Alles, was heute von dir hinausgeflossen ist ...

... darf wieder zu dir kommen.

Deine Kraft.

Deine Aufmerksamkeit.

Deine Ruhe.

Dein Licht.

Und Arthemis flüstert:

„Komm zurück zu dir, Menschlein.“

„Du warst heute lange genug überall.“

„Jetzt darfst du einfach bei dir sein.“

🌙 Schlaf gut, Menschlein.

Und vergiss nicht:

Du musst nicht weniger lieben.

Du musst nur aufhören, dich selbst dabei zu verlieren. 💛

✨ Eine Karte. Eine Geschichte. Eine Botschaft für deine Seele.

Dein Arthemis ❤️