

Sorgenbad

Zutaten:

1 L Frischmilch

5 EL Honig

Saft 1 Zitrone

1/4 L Bier

1/2 L starken Brennesseltee

1 Ei

Baden Sie bei abnehmendem Mond (siehe Mondzyklus)!

Bereiten Sie zuerst alles vor!

- Nehmen Sie frische Bade- und Handtücher!
- Mischen Sie die Milch mit dem Honig und verrühren Sie das ganze bis sich der Honig auflöst.
- Geben Sie das Ei in eine Tasse und verquirlen Sie es (am besten mit einer Gabel).
- Lassen Sie den Brennesseltee mindestens 15 Minuten ziehen – der Tee sollte soweit auskühlen, dass er noch eine angenehme Handwärme hat.
- Pressen Sie die Zitrone aus.
- Machen Sie das Bier warm.

Stellen Sie die vorbereiteten Zutaten in Reichweite der Badewanne!

Lassen Sie Badewasser in einer für Sie angenehmen Temperatur ein. Gießen Sie die Milch-Honig-Mischung hinein und geben Sie den Zitronensaft dazu!

Legen Sie sich für ca. 20 Minuten in die Badewanne. Schließen Sie die Augen und stellen Sie sich vor, wie all Ihre Ängste, Sorgen und Probleme aus Ihnen heraus in das Badewasser sickern!

Waschen Sie sich dann Ihr Haar mit dem Ei – ohne Shampoo!

Dann das Ei gründlich mit frischem Wasser ausspülen. Gießen Sie nun ganz langsam den Brennnesseltee über den Kopf und zum Abschluss der Haarbehandlung das handwarme Bier – nicht mehr ausspülen! Der Geruch ist nach ca. 5 bis 10 Minuten verflogen.

Steigen Sie nun aus der Badewanne und wickeln sich in die frischen Bade- und Handtücher. Lassen Sie nun das Badewasser aus – Sie bleiben bei der Wanne stehen und sehen dabei zu, wie das Wasser mit all Ihren negativen Gefühlen ausläuft. Spülen Sie die Wanne gut nach, so dass nichts zurückbleibt!

Kämmen Sie Ihr Haar durch und lassen Sie es an der Luft trocknen!

Haare sind die Antennen für Ihre Umwelt, darum ist es ratsam pfleglich mit ihnen umzugehen!

Die Haut ist ein Sinnesorgan und nimmt viele äußere Reize wahr, aber gleichzeitig ist sie auch ein Organ das uns schützt, wärmt, oder kühlt – außerdem können wir über die Haut auch entgiften!

Gönnen Sie sich nach dem Bad Ruhe und versuchen Sie im Hier und Jetzt zu sein.

Versuchen Sie es! Ihre Seele und ihr Körper werden es Ihnen danken.

Ich wünsche Ihnen Glück und Erfolg – mögen sich all Ihre Wünsche erfüllen!

Ihre Mondhexe Lisa