



Bär

Eigenschaften

fruchtlos, selbstbewusst,
mutig, stark

Schutzstrategie

Finde Geborgenheit in
deiner sicheren Höhle.

Übung

Höhlen-Übung

Bedeutung

Glaube an dich selbst.

Traumdeutung

Sorge gut für dich.

Meditation

Geborgenheits-Meditation

Botschaft

Verteidige deine Grenzen
und stehe für deine
Überzeugungen ein.

Affirmationen

Ich bin genau richtig,
so wie ich bin.

Rituale

Lavendel-Duftstäbchen