



Hase

Eigenschaften

schnell, wendig, scheu,
sensibel, ängstlich

Schutzstrategie

Lerne Angst und Respekt zu
unterscheiden.

Übung

Hinterfrage deine Angst

Bedeutung

Du versteckst dich hinter
deiner Angst.

Traumdeutung

Dir steht eine fruchtbare
Zeit bevor.

Meditation

Annahme-Meditation,
geführte Meditation
»Ängste überwinden«

Botschaft

Überwinde deine Angst und
genieße die schönen Seiten
des Lebens.

Affirmationen

Ich fühle mich sicher und
beschützt.

Rituale

Selbstfürsorge