



Inspirationen zum Thema Kreativität für Rauhnacht 8

Die Monatsenergie für die heutige Rauhnacht ist Kreativität. Die Monatsentsprechung ist der August. Diese Energie will Deinen Ideenreichtum, Deine Vorstellungskraft und Schaffenskraft unterstützen, damit Dein sehnlichster Wunsch in diesem Monat Erfüllung findet.

Folgende Fragen können Dich dabei weiterbringen:

- Sprühst Du nur so von Ideen und weißt nicht, ob und wie Du sie umsetzen kannst? Was genau hält Dich davon ab? Schreib es auf.

.....

- Wenn ja, welche Ideen sind das genau, bezogen auf diesen einen Wunsch?

.....

Fällt Dir wenig dazu ein und wünschst Du Dir mehr Kreativität in Deinem Leben? Ganz egal wie Deine Antworten ausgefallen sind, die gute Nachricht ist: Jede von uns kann lernen, ihre Kreativität zu steigern, sowohl den Ideenreichtum als auch die Umsetzungskraft.

Hier sind einige Tipps und Übungen aus meinem Erfahrungsschatz, die Dich in jedem Fall unterstützen können, wenn es um Deine Schöpferinnenkraft geht.

Suche Dir jene raus, die Dich am meisten ansprechen und dann...probiere sie am besten gleich heute aus.

Bestimmt lässt sich die eine oder andere in Deinen Alltag integrieren.

Im August darfst Du Dich dann täglich damit beschäftigen, um Dein Anliegen voran zu bringen. Los geht's!

- Du brauchst vor allem einen freien Kopf, damit die Kreativität wachsen kann. Bewege Dich! Tanze, laufe, gehe spazieren. Mache das regelmäßig und gönne Dir im Alltag viele solcher Bewegungsmomente.
- Fordere Deine Sinne! Je mehr sie beteiligt sind, umso offener bist Du für Inspirationen. Also, rieche, schmecke, lausche, erspüre Deine Umgebung, z.B. auf einem Waldspaziergang.
- Variiere Deine Gewohnheiten! Begebe Dich immer wieder in unbekannte Gefilde. Gehe andere Wege, fahre eine andere Strecke zur Arbeit, besuche neue Orte und mache, wenn möglich Ausflüge in andere Kulturen mit ungewohnten Lebensweisen, treffe Menschen aus anderen Ländern, - sei offen für Neues!
- Mache Brainstorming! Um eine Lösung für Dein Problem zu finden, schreibe alles, was Dir dazu einfällt auf ein großes Blatt Papier. Lasse nichts weg, sortiere nichts aus, denn alles zählt, auch die scheinbar verrücktesten und absurdesten Ideen. Dein Kopf wird dabei klarer und auf magische Weise kannst Du dabei Lösungen finden. – Du kannst auch andere bitten, Dich bei dieser Methode zu unterstützen und mitzumachen.
- Kennst Du die Morgenseiten? Schreibe gleich nach dem Aufstehen, bevor Dein Kopf mit Informationen geflutet wird, mindestens eine A4 Seite von Hand. Lass alles raus ohne nachzudenken, völlig egal was, ohne zu bewerten. Es kommt nicht auf den Inhalt an, sondern auf das Tun. Diese Seiten kannst Du anschließend gleich wieder vernichten. Jedenfalls lässt sich so gleich schon am Morgen Deine Kreativität anregen.
- Assoziiere! Probiere einmal beim Essen den verschiedenen Geschmacksrichtungen ein Gefühl zuzuordnen, woran erinnert Dich der Geschmack von....z.B. Banane – Geborgenheit, oder Limonade – Leichtigkeit usw. Teile den Menschen in deinem Umfeld, z.B. Deinen KollegInnen bestimmte Tiere zu und frage Dich, was du damit verbindest. (Du musst ja nicht unbedingt darüber sprechen. Lausche verschiedenen Geräuschen und assoziiere jeweils eine Farbe dazu oder stelle Dir beim Hören eines Musikstückes eine bestimmte Landschaft vor.

Alle diese Übungen und die, die Du vielleicht schon selbst kennst oder Dir beim Lesen spontan und kreativ eingefallen sind, helfen Deine Schöpferinnenkraft zum Blühen zu bringen.

Ganz wichtig dabei...Kreativität braucht Wertschätzung, wird aber häufig vom Umfeld als Spinnerei, Zeitverschwendung oder Nebensache bewertet. Lass nicht zu, dass Deine wertvolle Gabe auf diese Weise geschwächt wird, lass Dich nicht beirren und bleib dran!

Es lohnt sich, versprochen!

Ich wünsche Dir von Herzen noch weitere magische und vielleicht schon kreative Rauh Nächte.

Angela

Ich bin Angela Pflüger, kreative Genussbotschafterin und Wegbegleiterin auf dem Weg zu Deiner Essenz. Mehr über mich, meine Arbeit und meine Angebote findest Du auf www.mamas-picnic.de