

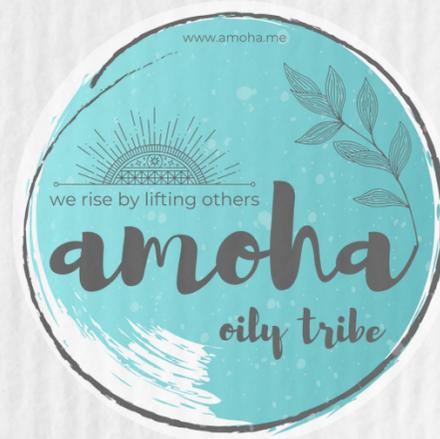


Raushnächte

Was das ist, wie du sie für dich nutzen
kannst & welche Öle & Rituale dich
dabei unterstützen können



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



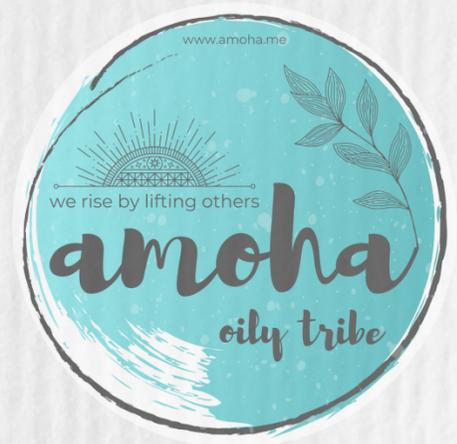
Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Lisa VieraugeOilytribe

- 29 Jahre alt, verheiratet und Mama eines Sohnes
- Künstlerin & Tätowiererin
- arbeite seit Juni 2019 mit YoungLiving, „Executive“ Rang
- lebe & reise im Wohnmobil durch Europa
- letztes Jahr zum ersten Mal mit den Ruhnächten befasst



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

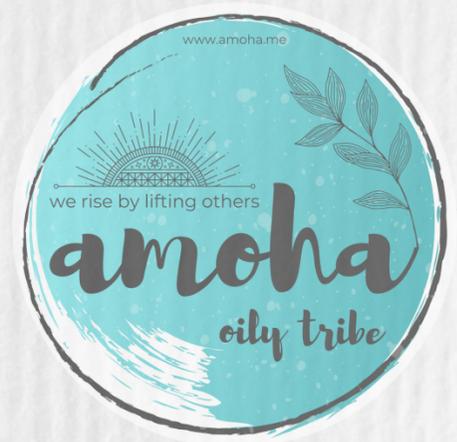
Rauhnächte

Was ist das?

- Die Rauhnächte sind die 12 Nächte & Tage „zwischen“ den Jahren
- 12 Nächte stehen für die 12 Monate des kommenden Jahres
- Haben ihren Ursprung in der germanischen und keltischen Tradition
- rühren aus der Differenz der Tage im Sonnenjahr (365 Tage) und dem Mondjahr (354 Tage)
- Kelten fügten 11 Schalttage (und damit 12 Nächte) ein, die quasi „nicht existent“ sind
- die Tore zur „anderen Welt“ stehen offen



Instagram icon [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
www.vier-auge.de



Instagram icon [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
www.amoha.me

Rauhnächte

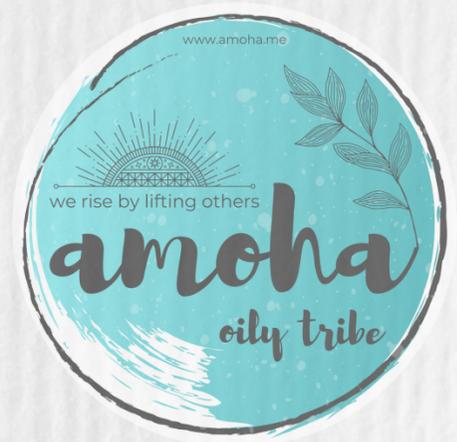
Wofür nutzen?

Zeit der Stille & besondere Energien dieser Nächte & Tage begünstigen:

- Schau nach Innen (Meditieren, Persönlichkeitsentwicklung)
- Rückschau auf das Jahr (Vergeben, Loslassen)
- Vorschau auf das kommende Jahr (Visualisieren, Manifestieren, VisionBoards, GoalMapping)
- durch bewussten Umgang mit den Rauhnächten hast du die Möglichkeit das kommende Jahr aktiv & positiv zu gestalten



Instagram icon [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
www.vier-auge.de



Instagram icon [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
www.amoha.me

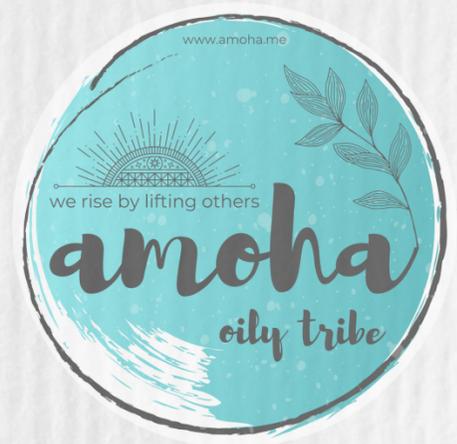
Rauhnächte

Warum?

- oftmals sind die Vorweihnachtszeit & die feiertage besonders stressig privat & geschäftlich
- wenn wir zur Ruhe kommen, werden wir oft krank
- Winterdepression
- in der aktuellen Zeit ist es wichtiger denn je zu sich zu kommen & auf sich zu achten



Instagram icon [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
www.vier-auge.de



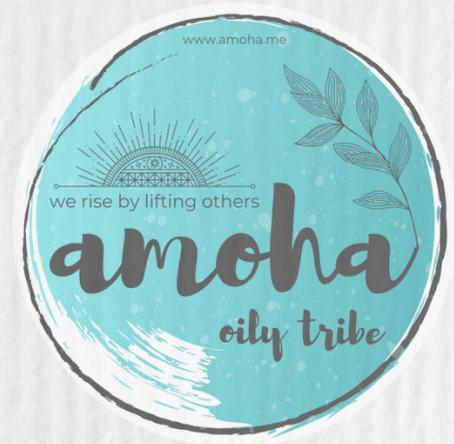
Instagram icon [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
www.amoha.me



Jetzt
ist DEINE Zeit



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

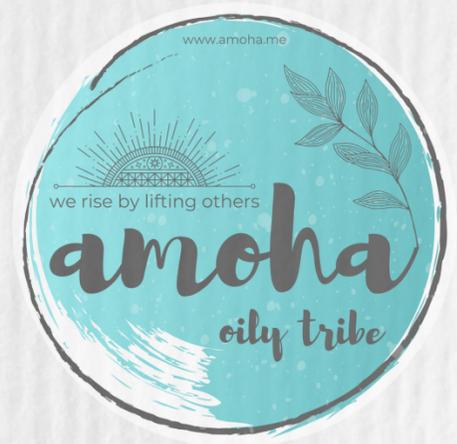
Rauhnächte

Was benötigst Du?

- ein Journal (in meinem RauhnächteKurs zeige ich wie du dir dein eigenes Journal erstellen kannst)
- Zeitschriften/Magazine & KreativZeug
[\(hier findest du eine Liste mit Empfehlungen\)](#)
- für TraumTagebuch, Gedanken, Dankbarkeit & Manifestieren, Visualisieren



Instagram: [@vierauge.oilytribe](#)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [@amoha.me](#)
Website: www.amoha.me

Rauhnächte

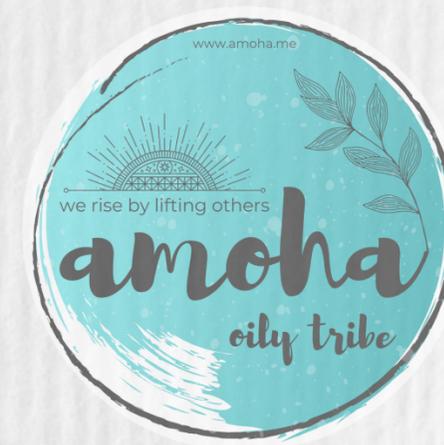
Was benötigst du?

- Orakelkarten
- Das Schamanische Seelen Orakel ist wirklich schön gestaltet und einfach erklärtes Kartenset
- ziehe täglich eine Karte oder mache spezielle Legungen mit 3 oder mehr Karten

[\(hier findest du meine Empfehlung\)](#)



Instagram: [@vierauge.oilytribe](#)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [@amoha.me](#)
Website: www.amoha.me

Rauhnächte

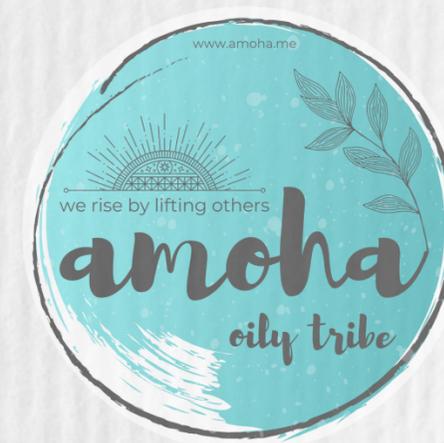
Was benötigst du?

- Räucherwerk um dich & dein Haus zu reinigen
- böse Geister & negative Energien vertreiben
- Salbei oder PaloSanto
- ich habe im letzten Jahr diesen Salbei verwendet

[\(hier findest du meine Empfehlung\)](#)



Instagram: [@vierauge.oilytribe](#)
Website: www.vier-auge.de



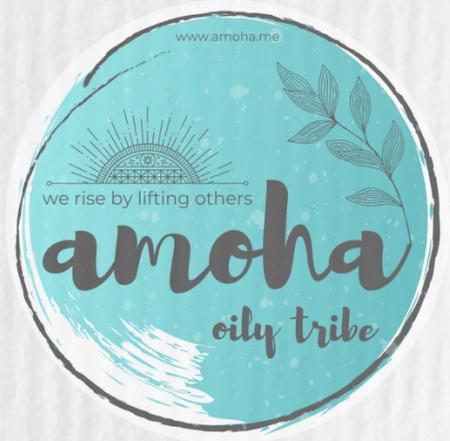
Instagram: [@amoha.me](#)
Website: www.amoha.me



.. ätherische
Öle



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

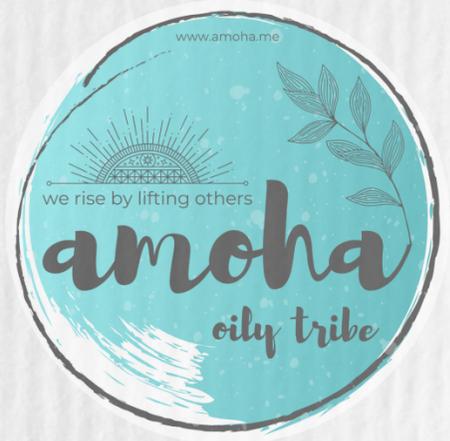
ätherische Öle

Wie wirken sie?

Mit den richtigen Ölen kann ich gezielt meine positiven Gefühle anregen. Das funktioniert, weil unser Geruchssinn direkt mit dem limbischen System, sozusagen unserem emotionalen Kontrollzentrum verbunden ist. Düfte wirken dadurch ganz direkt ohne Umweg über meinen Verstand auf den Ort meiner Gefühle.



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

ätherische Öle

Worauf ist zu achten?

- unbedingt auf hohe Qualität & Reinheit achten

Anwendung

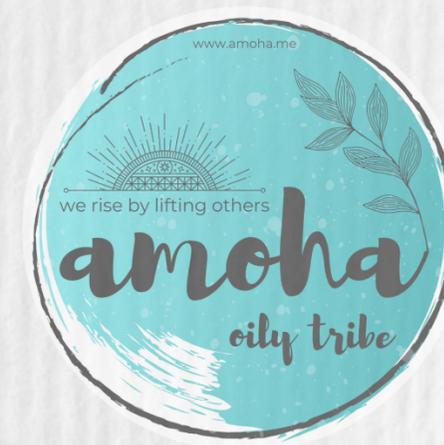
- vernebeln im Raum mit Diffuser
- einatmen aus den Händen oder direkt aus dem Fläschchen
- körperlich auftragen
- Einnehmen (Plus Öle)



[Erfahre mehr hier](#)



Instagram: [@vierauge.oilytribe](#)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [@amoha.me](#)
Website: www.amoha.me

Loslassen

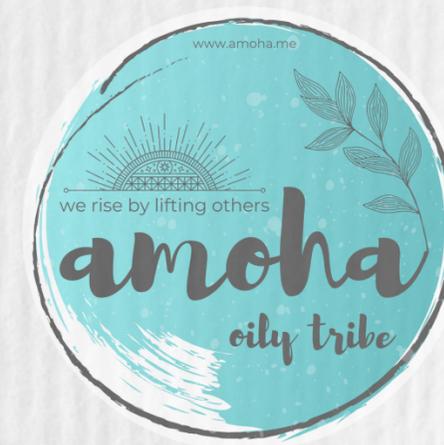
Release

- Erhebt den Geist & beruhigt
- fördert Gefühle von Wohlbefinden
- unterstützt die Fähigkeit, sich von Ärger und Frust zu befreien
- fördert körperliche und geistige Harmonie & Ausgeglichenheit

YlangYlang, Geranie, Blauer Rainfarn, Lavendin, Sandelholz



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Loslassen

Forgiveness

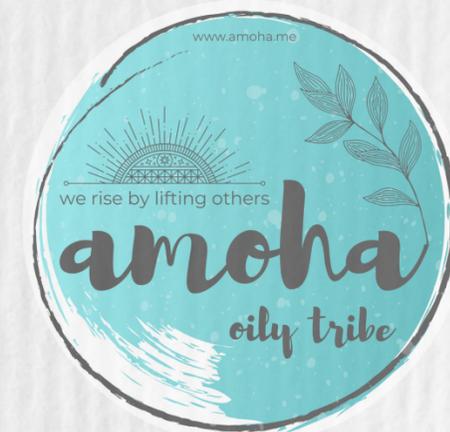


- Schmerzhaftes Erinnerungen loslassen
- über emotionale Blockaden hinaus wachsen
- Vergeben

Melisse, Engelwurz, Bergamotte, Geranie, Lavendel, YlangYlang, Weihrauch, Zitrone, Palmarosa, Rosenholz, Jasmin, Immortelle, Sandelholz, Rose, RömischeKamille



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Reinigung

Salbe:

- Stärkt die Sinne & lebenswichtige Zentren im Körper
- balanciert das Beckenchakra, wo negative Emotionen von Ablehnung und Missbrauch gespeichert sind
- reinigt fremdenergien



Instagram: [vieraugen.oilytribe](https://www.instagram.com/vieraugen.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



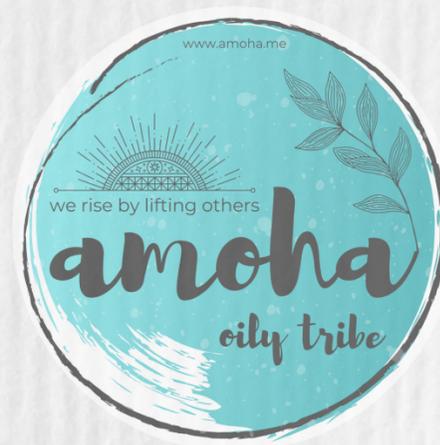
Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Reinigung Palo Santo

- „Heiliges Holz“
- Als spirituelle Pflanze bekannt & geschätzt (gleiche Pflanzenfamilie wie Weihrauch)
- traditionell von den Inkas verwendet, um den Geist von negativen Energien zu befreien & zu reinigen



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

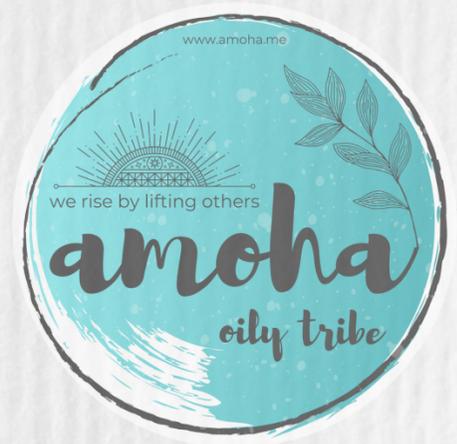
Meditieren

Weihrauch

- Herkunft: Somalia
- Verbesserung der geistigen Ausgeglichenheit und der Steigerung der Vorstellungskraft
- Bringt Körper & Geist in Einklang



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

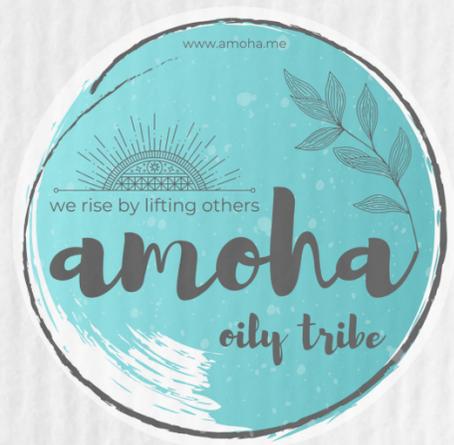
Meditieren

Heiliger Weihrauch

- Herkunft: Oman
- YL waren die ersten, die eine Genehmigung erhielten, diesen im Oman destillieren zu dürfen, um das Öl dann zu exportieren
- dieser Weihrauch war nur für die saudische Königsfamilie & andere privilegierte Leute
- gilt auf der ganzen Welt als das seltenste & begehrteste Räucherwerk



Instagram: [vieraugen.oilytribe](https://www.instagram.com/vieraugen.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Meditieren

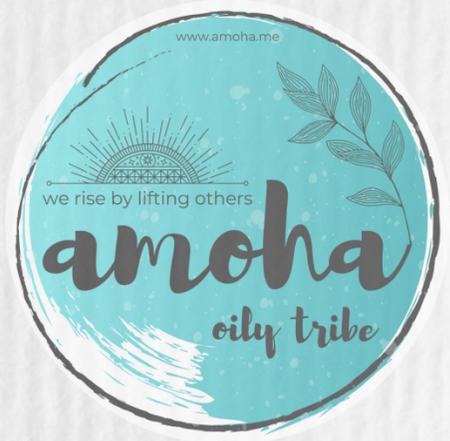
Believe

- Höhere Bewusstseinsstufe
- beruhigendes & belebendes Aroma
- emotionale Barrieren & Rückschläge überwinden
- wahres Potential entfalten
- Unterstützt Glauben an dich selbst

IdahoBalsamTanne, Bergamotte, Weihrauch, IdahoBlaufichte, YlangYlang,
Geranie



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

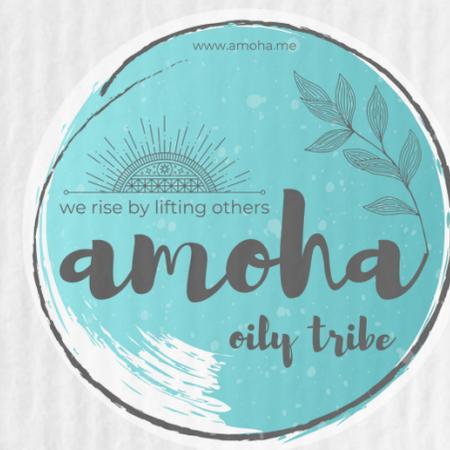
Träumen

DreamCatcher

- wurde entwickelt, um sich die Kraft der positiven Träume zu nutze zu machen
- unterstützt bei der Realisierung der Wünsche
- hilft auf dem Weg der Verwirklichung zu bleiben
- lässt Klarheit & Zuversicht entstehen, beruhigt, fokussiert



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

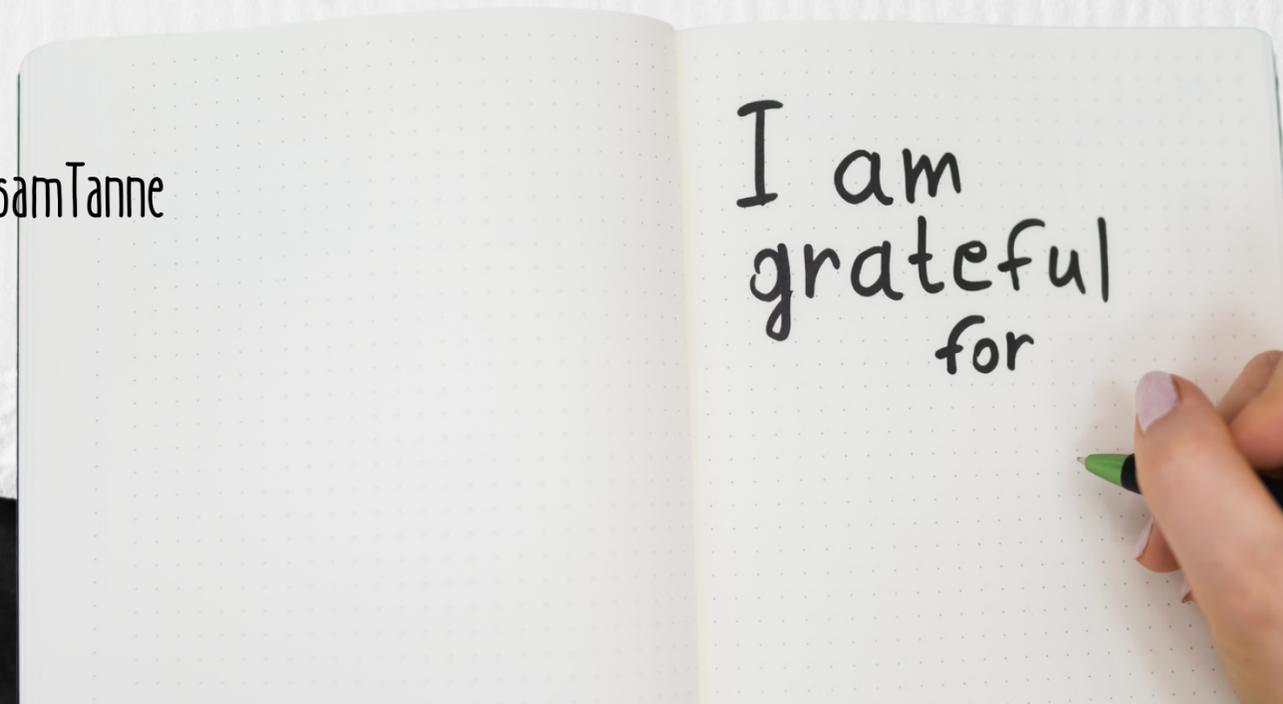
Sandelholz, Mandarine, YlangYlang, SchwarzerPfeffer, Bergamotte, Anis, Wacholder, Geranie, BlaueZypresse, Davana, Jasmin, DeutscheKamille, BlauerRainfarn, Rose, Grapefruit, GrüneMinze, Zitrone, Ocotea

Journalen

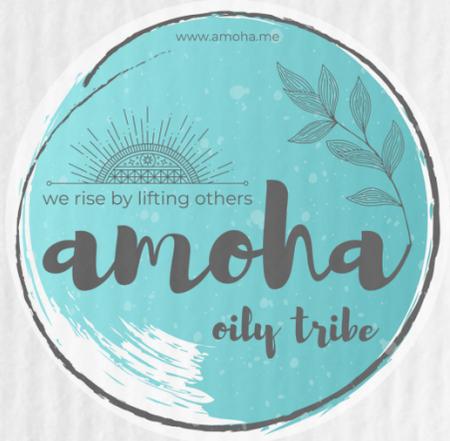
Gratitude

- Inspiriert den Geist
- klärt Emotionen
- fördert eine innere & dankbare Einstellung
- beruhigend & inspirierend

Rosenholz, Weihrauch, Myrrhe, YlangYlang, IdahoBalsamTanne



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Manifestieren

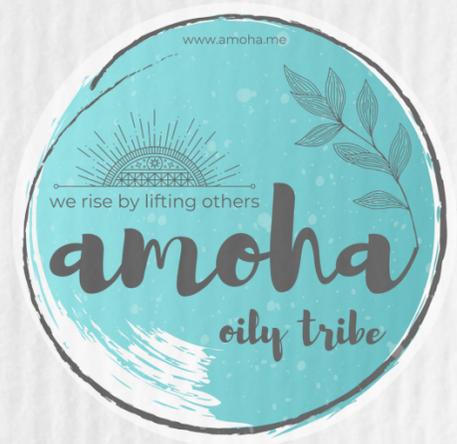
Highest Potential

- Lebe dein höchstes Potential
- aufbauende & inspirierende Eigenschaften
- schafft mehr Klarheit im Lebensweg
- stärkt das Selbstbewusstsein
- hilft, negative Gefühle freizulassen, die dir im Weg stehen

Jasmin, Lavendel, Zypresse, YlangYlang, Geranie, Zederholz, BlauerRainfarn, Weihrauch,
Weißtanne, Sandelholz, fichte, Rose, Zimt



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

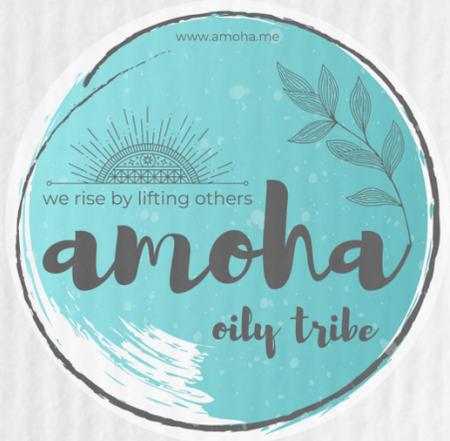
Manifestieren

Magnify your Purpose

- Hilft bei der Festigung einer positiven Einstellung
- Überwindung negativer Erlebnisse
- inspiriert zum Ergreifen der Initiative & zur Überwindung von Selbstmitleid
- fördert Tatendrang & Kreativität

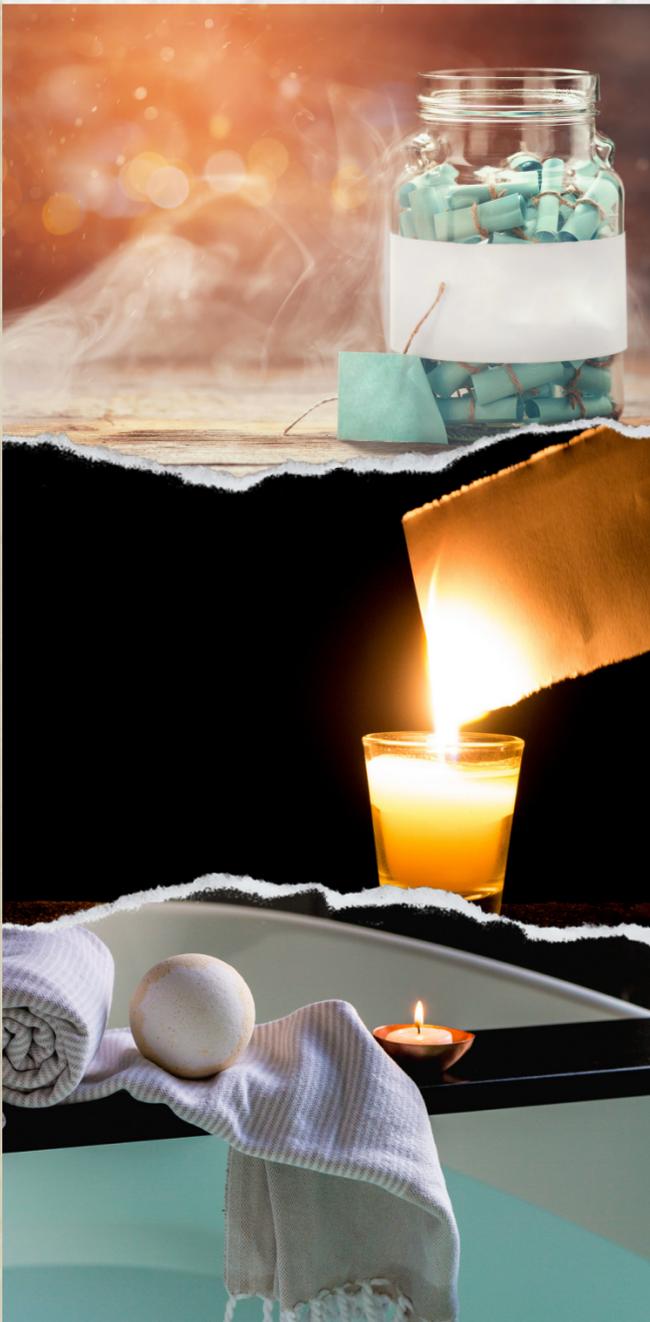


Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

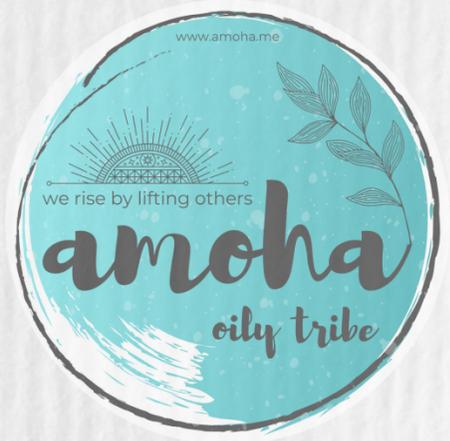
KöniglichHawaiianischesSandelholz, Salbei, Koriander, Patchouli, Muskat, Bergamotte, Zimt, Ingwer, YlangYlang, Geranie



Ritual



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

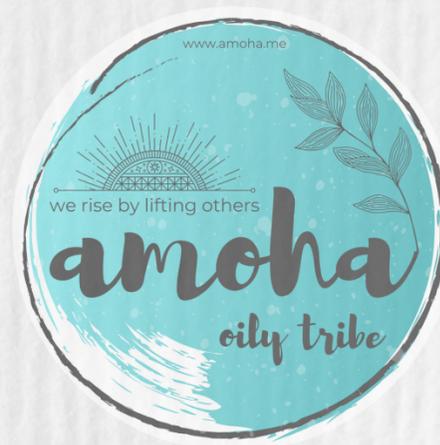
21. Dezember

Julfest Wintersonnenwende

- Längste Nacht des Jahres & Wendepunkt
- Wiedergeburt des Lichtes
- leiten die Rauhnächte ein
- 13 Wünsche Ritual



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

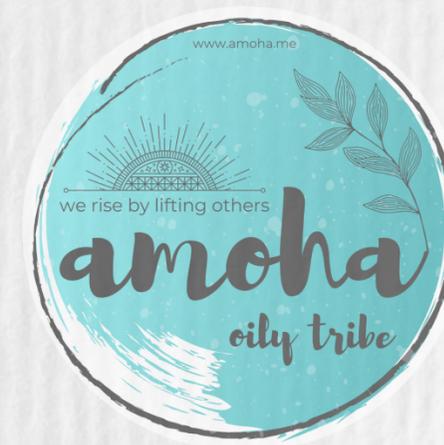
Rituale

Take a Bath!

- Rituelles Baden oder Duschen
- mix dir dein eigens RuhnachtsBadesalz mit TotesMeerSalz, Kokosöl & äÖ bspw. Realease zum Loslassen oder Rose für's Herz



Instagram: [vieraugen.oilytribe](https://www.instagram.com/vieraugen.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Rituale

Eine Perle für jeden Monat

- Jede Nacht segnest du eine Perle mit einer Affirmation & Öl, dann fädelst sie auf ein Armband auf
- traditionell schnitzt man Hollunderzweige „Hausgeist“



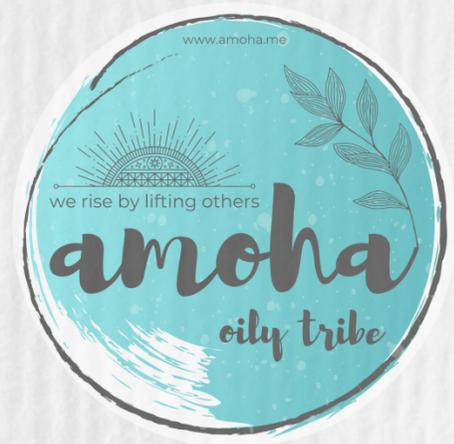
Instagram: amoha.me
www.amoha.me



Rauhnächte Produkte



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



Badebomben 18,81€



ShowerSteamer 39,76€

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Lisa
@vierauge.oilytribe
www.vier-auge.de



@amoha.me
www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



Neujahrsvorsätze Set 184,73€

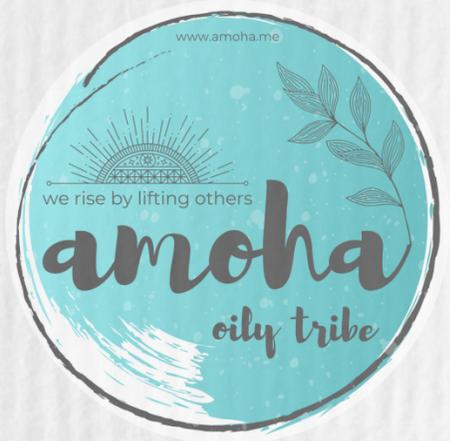
*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



NLBS Energetisiere Set 45,41€



Lisa
@vierauge.oilytribe
www.vier-auge.de



@amoha.me
www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte

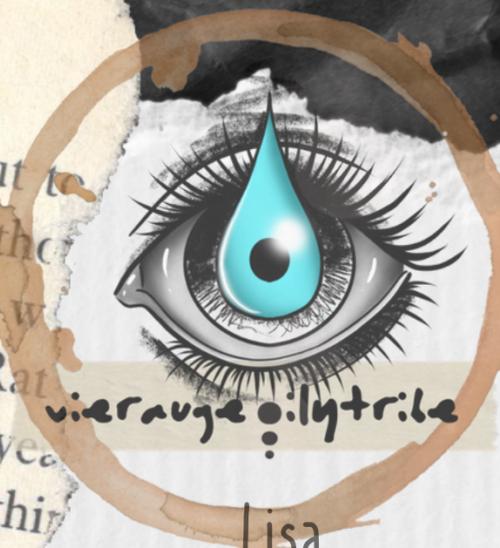


Feelings Set 202,42€

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Crystal Diffuser Set 40,60€



Lisa
@vierauge.oilytribe
www.vier-auge.de



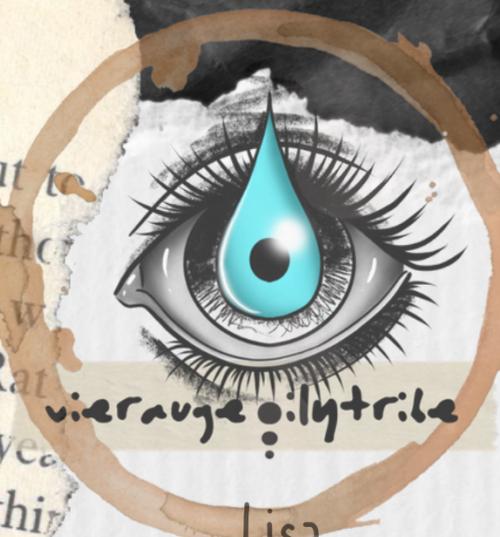
@amoha.me
www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



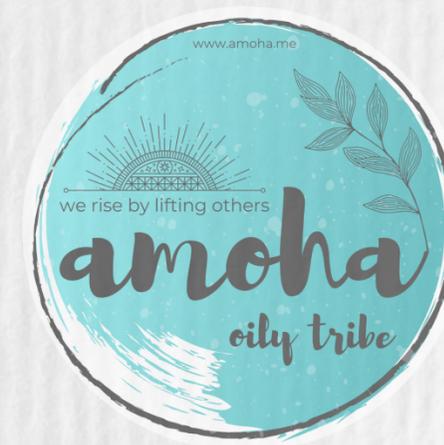
150,22 €

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Lisa

Instagram icon [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
www.vier-auge.de



Instagram icon [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



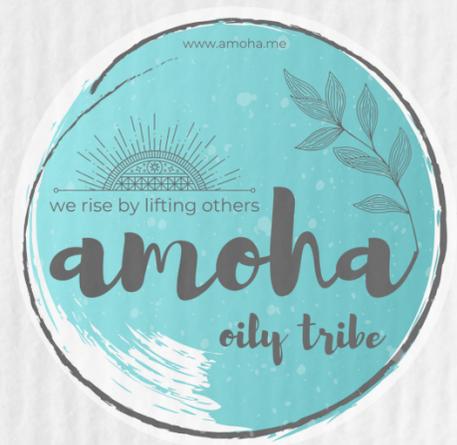
164,37 €

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Lisa

Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



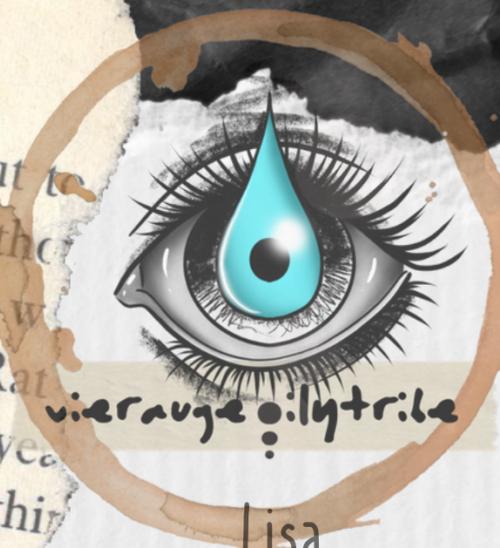
Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



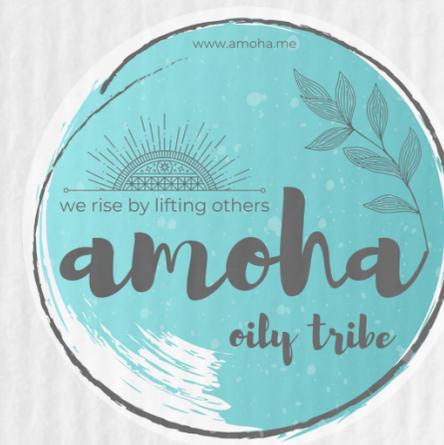
161,54 €

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Lisa

Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



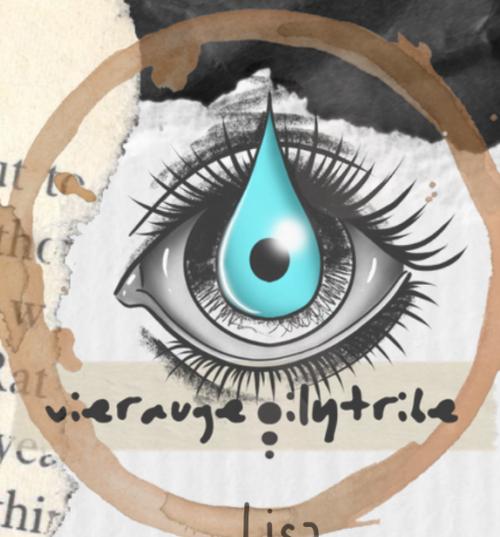
Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me

Sets für deine Rauhnächte



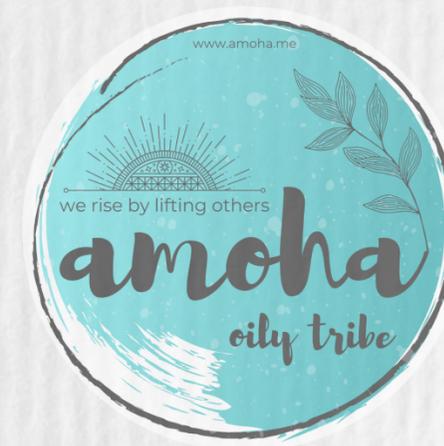
197,60 €

*alle Preise sind Vorteilskundenpreise



Lisa

Instagram: [vierauge.oilytribe](#)
Website: [www.vier-auge.de](#)



Instagram: [amoha.me](#)
Website: [www.amoha.me](#)

Mein Kurs

- findet in einer geschlossenen facebookGruppe statt
- gratis Zugang wenn du bereits meinem Team & im ALS bist & natürlich wenn du dich jetzt noch dazu entscheidest
- ich leite dich mit Inspirationen zu Ölen, Ritualen & Journalfragen durch die einzelnen Rauhächte
- es gibt eine Menge Printables für dein Journal

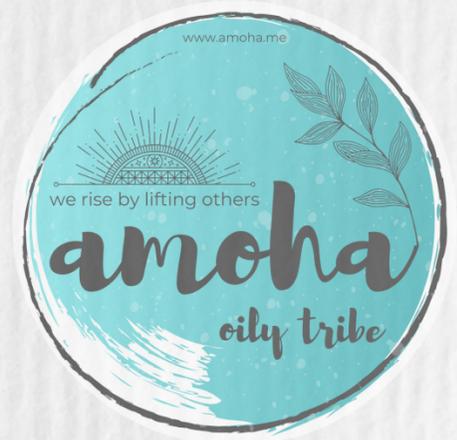
38 €



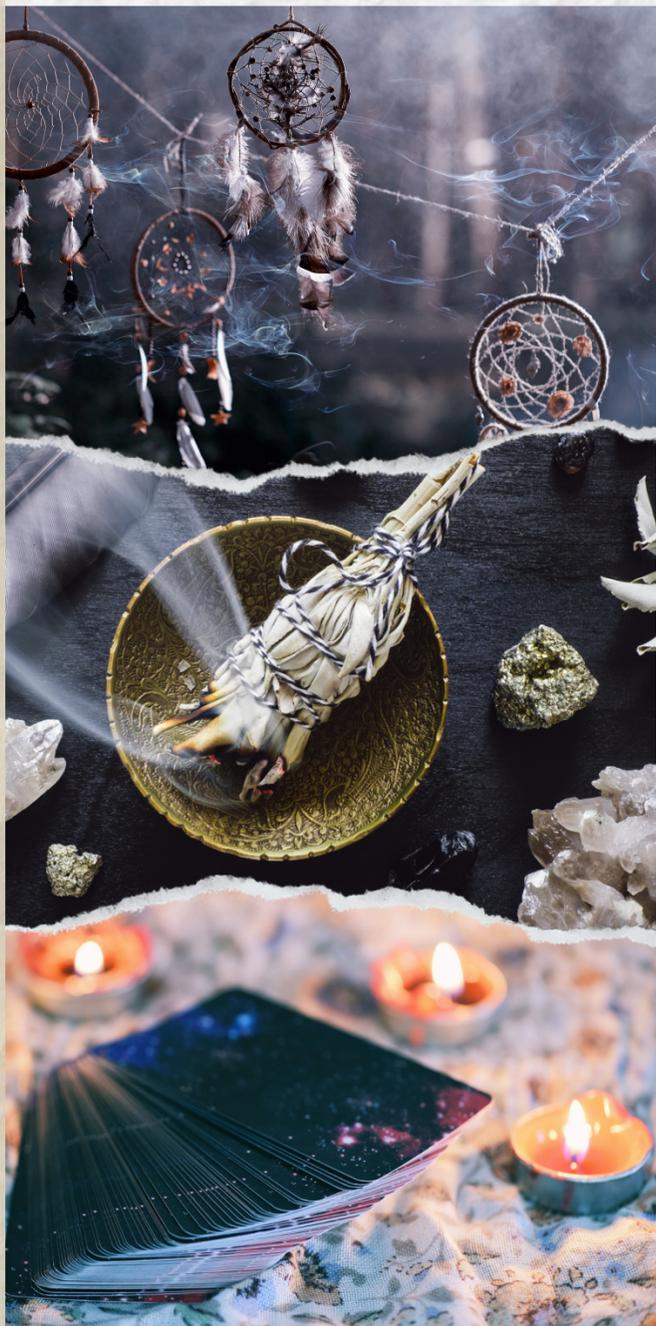
[hier kannst du den Kurs kaufen](#)



Instagram: [vierauge.oilytribe](#)
Website: [www.vier-auge.de](#)



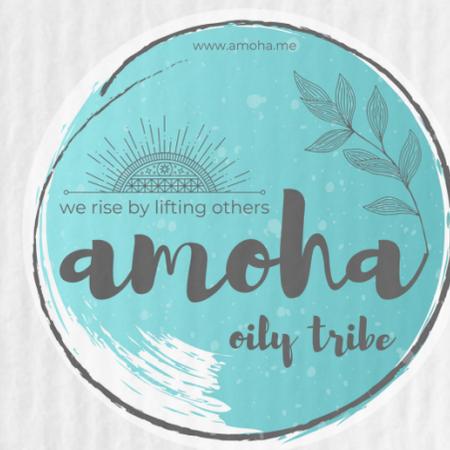
Instagram: [amoha.me](#)
Website: [www.amoha.me](#)



Danke!



Instagram: [vierauge.oilytribe](https://www.instagram.com/vierauge.oilytribe)
Website: www.vier-auge.de



Instagram: [amoha.me](https://www.instagram.com/amoha.me)
Website: www.amoha.me