

Brittas Stimmungsbuch



Inhalt

Die 7 Stimmungskarten	Seite 7
Warum gibt es gerade 7 Stimmungskarten?	Seite 9
Die 7 Grundstimmungen	Seite 12
Ihre persönliche Stimmungskarte	Seite 16
Farben & Wirkungen auf Geist und Seele	Seite 19
Welcher Farbtyp sind Sie?	Seite 21
Viel Spaß beim Erkennen ihrer Eigenschaften	Seite 23
Das Befragen der Karten	Seite 26
Arbeiten mit den Stimmungskarten	Seite 28
Die Tageskarte nach Madame Lenormand	Seite 29
Das Ziehen einer Tageskarte	Seite 30
Die Stimmungskarte als Tageskarte	Seite 32
Das Verbinden der beiden Tageskarten	Seite 33
Übungen mit den Stimmungskarten	Seite 37
Die Bedeutung der Stimmungskarten & ihre Farbverläufe	Seite 48
Der Gebrauch der Stimmungskarten im großen Kartenbild	Seite 62
Kurzdeutung eines Kartenbildes	Seite 64
Beispiele für das Arbeiten mit den Stimmungskarten im großen Kartenbild	Seite 67
Übersicht über ein Beratungsgespräch	Seite 69

(.....)

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

Brittas Stimmungsbuch



Die 7 Stimmungskarten

Wir alle kennen sie, die Stimmungshochs und –Tiefs, die unseren Alltag so nachhaltig beeinflussen können.

Es gibt Tage, an denen wir die ganze Welt umarmen möchten, dann wieder würden wir uns scheinbar grundlos am liebsten in ein Mauselloch verkriechen und so schnell nicht wieder daraus hervorkommen. Dieses oft so vorschnell als „schlechte Laune“ abgetane Gefühl beeinflusst uns jedoch weit mehr, als uns im Alltag zumeist bewusst wird.

Wohl jeder hat schon einmal aus einer schlechten Stimmung heraus gehandelt und sich und andere dabei möglicherweise in kleinere oder auch größere Schwierigkeiten gebracht. Oft genügt schon ein unbedachtes Wort, das uns in einer anderen Situation vielleicht gar nicht weiter aufgefallen wäre, um uns an einem solchen schlechten Tag „ausrasten“ zu lassen.

Wir handeln übereilt wie auch unüberlegt und verletzen dabei oft ungewollt die Gefühle unserer Mitmenschen. So Leid es uns später auch tun mag, einmal Gesagtes lässt sich kaum, oder nur mit Mühe, wieder ungeschehen machen.

Brittas Stimmungsbuch



Wie aber lassen sich derart stimmungsbedingte Reaktionen verändern oder vermeiden?

Wie können wir objektiv bleiben, wenn wir uns persönlich so verletzlich und angreifbar fühlen?

Das Allerbeste in einer derartigen Situation wäre natürlich ein guter Freund, mit dem man in Ruhe über alles sprechen könnte. Doch der steht bekanntlich nicht immer zur Verfügung. Was also nun?

Lassen Sie sich in einem solchen Fall von den sieben Stimmungskarten beraten. Mit Hilfe dieser Karten können Sie Ihre jeweilige Tagesstimmung genauer analysieren und entsprechend darauf reagieren.

Ist die Tendenz gut, fühlen wir uns in unserer Mitte und sagt uns eine Situation auch im tiefsten Inneren zu, so zeigen uns die Stimmungskarten, in welcher Weise wir das Positive halten oder ausbauen können.

Ist sie dagegen schlechter, so raten uns die Karten, wie wir unsere Lage verbessern können und zeigen uns auch, worauf wir im Besonderen achten sollten.

Nehmen Sie sich ausreichend Zeit für Ihre Karten. Betrachten Sie diese ausführlich, lassen Sie sie auf sich wirken und überlegen Sie, weshalb Sie nun gerade diese spezielle Karte gezogen haben.

In welcher Weise entspricht sie Ihrer derzeitigen Stimmung? In welcher Hinsicht scheint sie dies auf den ersten Blick vielleicht nicht zu tun?

Gehen Sie in sich und versuchen Sie dabei, die Situation

Brittas Stimmungsbuch



(.....)

Die sieben Grundstimmungen

- 1) **BLAU:** Gefühlsbetont, phantasievoll, eifersüchtig,
verträumt, hochsensibel, Neigung zu
Missverständnissen

Element: Wasser

Sternzeichen: Fische, Skorpion

Zugeordnete Karten nach Madame Lenormand:

Sterne (Fische)



Lilie (Skorpion)



- 2) **BRAUN:** Bodenständig, realistisch, mütterlich,
starr, wenig flexibel, leicht phlegmatisch

Element: Erde

Sternzeichen: Jungfrau, Krebs

Zugeordnete Karten nach Madame Lenormand:

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

Brittas Stimmungsbuch



Park (Jungfrau)



Mond (Krebs)

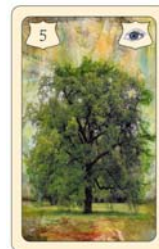
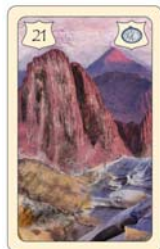


3) GRÜN: Ruhig, hoffnungsvoll, wirkt geerdet, Neigung zur Sturheit, niedrigem Blutdruck und Erkältungen.

Element: Erde

Sternzeichen: Steinbock, Stier

Zugeordnete Karten nach Madame Lenormand:
Berg (Steinbock) **Baum** (Stier)



4) ROSA: Ausgeglichen mit leichten Schwankungen, harmoniebedürftig, manchmal kritisch, ehrgeizig

Element: Luft

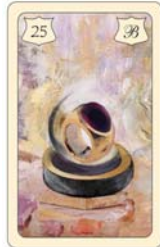
Sternzeichen: Waage, Wassermann

Brittas Stimmungsbuch



Zugeordnete Karten nach Madame Lenormand:

Ring (Waage)



Storch (Wassermann)



(.....)

Farben und ihre Wirkungen auf Geist und Seele

1) Blau: kühl, ruhig, frisch, erinnert an Wasser und blauen Himmel. Ein helles Blau wirkt erfrischend, sauber und beruhigend. Dunkles Blau wirkt kalt. Hellblau ist gut geeignet als Wand und Gardinenfarbe für Schlafzimmer und Bad.

2) Grün: beruhigend, ausgleichend, frisch. Als Komplementärfarbe zu Rot neutralisiert Grün Hektik und Hitze. Durch die Assoziation mit Gras und Wald wirkt diese Farbe ungemein beruhigend und konzentrationsfördernd. Helles Lindgrün eignet sich daher gut für Arbeitszimmer und Schlafräume. Grüne Brillen neutralisieren gerötete Augen.

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

Brittas Stimmungsbuch



4) Braun: erdig, natürlich, heimatlich, gemütlich. Braun ist die Farbe von Holz sowie Erde und wirkt daher auch sehr erdverbunden, ländlich, unter Umständen (.....)

Das Ziehen einer Tageskarte

Diese Übung ist Ihnen sicherlich noch bekannt. Machen Sie das Ziehen einer Tageskarte zu einem kleinen täglichen Ritual, bevor Sie den Tag angehen.

Suchen Sie sich einen Ort, an dem Sie ungestört sind. Nehmen Sie Ihre Lenormand Karten zur Hand und ziehen Sie eine Karte, wie zuvor im Kapitel „Das Befragen der Karten“ beschrieben.

Machen Sie sich mit der Aussage der Karte vertraut und überlegen Sie, was sie Ihnen mitteilen möchte.

Die Bedeutung der Karten nach Madame Lenormand finden Sie in meinen Lehrbücher I und II „Kartenlegen leicht erlernbar“ (Grundkurs), sowie im Kompaktkurs

„Britta führt Sie mit 7 Schritten in das Kartenlegen ein“.

Machen Sie sich Notizen über die gezogene Karte.

Am Ende des Tages können Sie diesen Aufschrieb dann noch einmal zur Hand nehmen und sich überlegen, inwiefern die Gefühle und Ahnungen,

Brittas Stimmungsbuch



Beispiel 1:

Erste Karte (Lenormand): **Nr. 20** (Park)
(Öffentlichkeit, außerhalb des häuslichen Bereiches,
Menschenansammlung)

Nr. 20 Park



Frage:
begegnen?

Wann könnte ich heute einer
Menschenansammlung

Wo und wie stehe ich heute in der
Öffentlichkeit?

Erklärungsbeispiel:

Ich muss heute
beim Elternabend in der Klasse
meines Sohnes einen wichtigen
Punkt ansprechen und vor allen
Eltern und Lehrern klarmachen,
weshalb es so wie bisher nicht
weitergehen kann.

Brittas Stimmungsbuch



Zweite Karte (Stimmungskarte): **gelb**

Wie fühle ich mich?

Ich muss dieses Problem unbedingt ansprechen.
Irgendwie freue ich mich ja auch, auf das Problem aufmerksam machen zu können.

Ich habe mich auch umfangreich informiert und bin gut vorbereitet, trotzdem bin ich nervös und unruhig.

Sicher werde ich mich vor lauter Nervosität total verhaspeln.

Richtung des Farbverlaufes:

Von Dunkel nach Hell



Rat der Stimmungskarte:

Das Thema ist mir wichtig.

Sicher werden die anderen Eltern genauso empfinden.

Vielleicht brennt auch Ihnen das Thema auf der Zunge und sie sind froh, dass endlich jemand den Mut findet, auszusprechen was alle denken.

Ich habe mich ausreichend informiert und bin gut vorbereitet. Es gibt also überhaupt keinen Grund, nervös zu sein.

Fazit: Ich schaffe das schon.

Nur Mut!

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

Brittas Stimmungsbuch



Beispiel 2:

Erste Karte (Lenormand): Nr. 28 (Mann)
(Partner, Ehemann, Lebensgefährte)

Nr. 28 Mann



Frage:

Warum habe ich gerade diese Karte gezogen?
Wie geht es (.....)

Beispiel 4:

Nr. 28 Mann Nr. 25 Herz Nr. 10 Sense



Kurzbedeutung:

Nr. 28 Mann bedeutet:

Personenkarte

Nr. 24 Herz bedeutet:

Liebe

Nr. 10 Sense bedeutet:

plötzliches Ende

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

Brittas Stimmungsbuch



Deutung:

Nr. 28 Mann + Nr. 24 Herz + Nr. 10 Sense
Personenkarte + Liebe + Ende
Dieser Mann wird die Beziehung beenden.

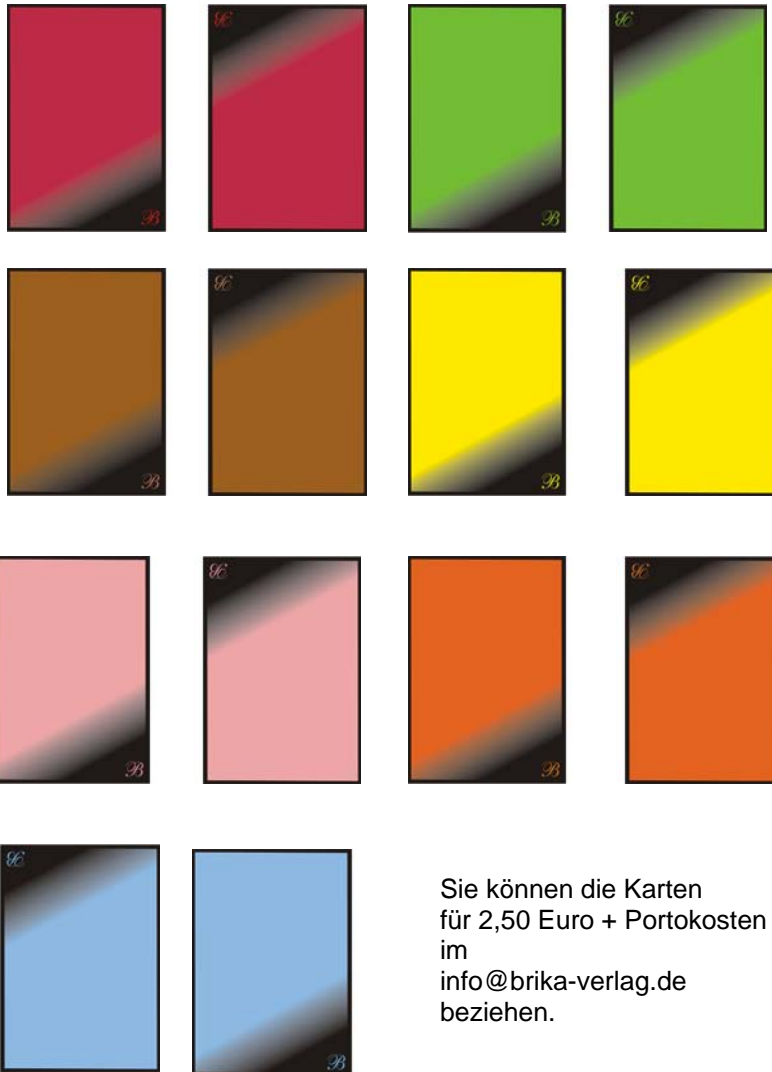
Frage: Wie soll ich in dieser Situation reagieren?

Stimmungskarte: Grün



Farbverlauf: von Dunkel nach Hell
(.....)

Brittas Stimmungsbuch



Sie können die Karten
für 2,50 Euro + Portokosten
im
info@brika-verlag.de
beziehen.

www.kartenlegekurse.de

info@brika-verlag.de

