

HEYNE <

Das Buch

Jeden einzelnen Tag bewusst und glücklich gestalten und dich dabei selbst immer wieder neu – und vor allem besser – kennenlernen: Das Tarot bietet unschätzbar wertvolle Unterstützung dafür! Wie du mit ausgewählten Spreads und tollen Ideen dein Leben selbst in die Hand nimmst, das zeigt die Tarot-Expertin Eva Murges. Sie erweitert die Interpretation der einzelnen Karten um ganz neue Deutungsmöglichkeiten für die Großen Arkana und kombiniert sie mit weiteren Anwendungen wie beispielsweise der »Tarot-Wesenskarte« oder der »Tarot-Jahreskarte«. Mit dem Mondzyklus, den keltischen Jahreskreisfesten, einer Tarot-Achtsamkeitspraxis oder den Ruhnächten kannst du die Weisheit der Karten vielfältig in deinen Alltag integrieren.

Die Autorin

Eva Murges, geboren 1988 mit Sonne und Mond im Steinbock und dem Aszendent in den Fischen, hatte bereits erste belletristische Bücher veröffentlicht, bevor sie ihre Liebe zum Tarot und der spirituellen Welt entdeckte. Heute bietet sie erfolgreich Kartenlegungen an und bildet sich auf vielen Wegen des inneren Wachstums und der Selbstfindung weiter. Gemeinsam mit ihrem Mann und ihren beiden Kindern lebt sie in Köln.

EVA MURGES

Everyday TAROT

Achtsamkeit & Empowerment für jeden Tag

Wie du dich selbst ganz neu entdeckst
und deine innere Kraft entfaltest

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Originalausgabe 08/2024

Copyright © 2024 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.
Redaktion: Dr. Diane Zilliges
Kartenabbildungen: © Alisovna
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München unter
Verwendung von Motiven von © Alexey Yaremenko/iStock/
Getty Images Plus; © Medina Creatives/iStock/
Getty Images Plus; © letoosen/iStock/Getty Images Plus
Layout & Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 978-3-453-70478-7

www.heyne.de

*Für alle,
die sich trauen, groß zu träumen,
und trotzdem im Moment leben*

Inhalt

Ein liebes Hallo und wie du dieses Buch am besten für dich nutzt	9
Dein Start mit dem Tarot	11
Tageskarte	12
Wochenkarte	13
Achtsamkeit & Selbstfürsorge	14
Was ist Achtsamkeit eigentlich?	15
Spüre dein Glück	17
Tarot & Achtsamkeit	18
Me, Myself & I! Selbsterkenntnis und Empowerment mit dem Tarot	21
Happy Birthday – Let’s celebrate	21
Deine Persönlichkeits- und Wesenskarte im Tarot	23
Mit dem Tarot durch das Jahr	28
Leben im Einklang mit dem Mond	29
Die verschiedenen Mondphasen	30
Sperrnächte/Dunkelnächte	35
Yule – Wintersonnenwende (21. Dezember)	39
Durch die Rauh Nächte mit dem Tarot	40
Happy New Year! Silvester-Neujahrs-Spread	68
Die Jahreskarte im Tarot	70
Ostara – Frühlings-Tagundnachtgleiche (21. März)	73
Litha – Sommersonnenwende (21. Juni)	74
Mabon – Herbst-Tagundnachtgleiche (21. September)	76

Die Bedeutungen der einzelnen Tarot-Karten.....	78
Die Kleine Arkana	79
Die Große Arkana	122
Im Moment	170
Danksagung	172

Ein liebes Hallo und wie du dieses Buch am besten für dich nutzt

Du fragst dich vielleicht, was es mit »Everyday Tarot« auf sich hat? Falls du mich schon kennst und sogar *Intuitives Tarot* gelesen hast, wirst du dich womöglich etwas wundern, weil ich eine Person bin, die Routinen oftmals als To-do empfindet und es auch nicht immer als sinnvoll erachtet, sich jeden Morgen eine Tageskarte zu ziehen. Denn dies kann uns leicht unter Druck setzen und es kann uns ein schlechtes Gefühl geben, wenn wir unsere *Selfcare-Routine* wieder einmal »nicht geschafft« haben. Diese Herangehensweise würde somit gänzlich die Wirkung verfehlen, die ich mit diesem Buch anstrebe, nämlich dass du dein Leben achtsamer und bewusster gestaltest und gleichzeitig liebevoll mit dir selbst bist. Das alles ist mithilfe von Tarot möglich und sogar ganz nach deinen Vorstellungen.

Du darfst lernen, das Tarot für dich so zu nutzen, dass es sich perfekt in deinen Alltag integrieren lässt, ohne dass es dich stresst. Die Karten dürfen dich bei deiner Ausrichtung und deiner eigenen Selbstfürsorgerroutine unterstützen, dennoch musst du nicht jedes Kapitel akribisch durcharbeiten und wirklich alle Legungen befolgen. Daher musst du dieses Buch ab dem Kapitel »Mit dem Tarot durch das Jahr« auch nicht unbedingt chronologisch lesen, sondern du kannst im Inhaltsverzeichnis stöbern, womit du dich beschäftigen möchtest oder wo du gerade innerhalb des Jahres stehst. Fällt dir dieses Buch kurz vor den Weihnachtstagen in die Hände, lohnt es sich natürlich, einmal einen Blick auf das Kapitel zu den Sperr- und den Rauhnächten zu werfen oder dich mit dem Thema Neujahres-Spreads und persönliche Jahreskarte auseinanderzusetzen.

Tarot ist, was du daraus machst, auch dieser Leitsatz gilt hier. Deshalb noch einmal die Ermutigung meinerseits, die Karten mit