

## Der RAT der WEISEN FRAUEN oder Die HEILUNG der ANIMA

(... stehen für eine kurze Pause beim Lesen)

Ich mache mich jetzt auf eine innere Reise, um die weibliche Kraft, die Anima in mir kennen zu lernen, sie zu entwickeln, zu heilen und ganz in mich aufzunehmen. Auf meinem Weg gehe ich Schritt für Schritt immer tiefer und tiefer. Alles rundherum ist ganz unwichtig.

Ich bin ganz bei mir, lasse aus den Tiefen meiner Seele Bilder steigen und komme auf eine Lichtung, auf der sich 4 Frauen in einem weiten Kreis versammelt haben.

Langsam gehe ich auf die Gruppe zu und warte. ...

In der Mitte des Kreises sitzt eine weitere Frau an einem Webstuhl. Sie lädt mich wortlos ein in ihrem Kreis Platz zu nehmen. Ich bedanke mich für die Einladung und mache eine Geste der Begrüßung. ...

Dann nehme ich Platz.

Meine Aufmerksamkeit geht zur Frau links neben mir.

Sie ist die

### Mutter der Erde - FÜRSORGE

Die Mutter der Erde sitzt, am Eingang einer Höhle, auf den **Wurzeln** eines alten **Baumes**. Das grüne Blätterdach spendet Kühle und Schatten. Auf ihrem Schoß hält sie, liebevoll schützend, eines ihrer **Kinder**. Beide sind eingehüllt in eine farbenfrohe Decke. Zu ihren Füßen sitzt eine **Schildkröte**.

Die Mutter der Erde winkt mich zu sich und ich setze mich ganz nahe an ihre Seite. Sie streckt mir ihre warme Hand entgegen. Vertrauensvoll lege ich meine Hand in die in die ihre. ...

Neben ihr steht, als Zeichen ihrer Fruchtbarkeit, ein voller Korb mit den schönsten **Früchten**.

Sie lädt mich ein davon zu essen und ihre Kraft in mir zu spüren. Sie sind saftig und schmecken fruchtig und süß. Leise singt sie ein Lied der Dankbarkeit für das uns geschenkte Leben. ...

Eine üppige **Landschaft** mit ihren Steinen, Pflanzen und Tieren liegt weit ausgebreitet um uns herum.

Ganz tief wachsen nun, wie aus einem keimenden Samenkorn, meine Wurzeln aus den Fußsohlen und verankern sich fest in dem lockeren Boden. Die Mutter der Erde lädt mich ein, mich mit ihr auf den **Herzschlag** unseres gemeinsamen **Heimatplaneten** einzustimmen.

Kraftvoll spüre ich mein Herz im gemeinsamen Rhythmus schlagen, bis dieser nach und nach meinen ganzen Körper erfasst. Ich kann das Schwingen ganz tief in jeder meiner Zellen spüren. ...

„Hab Vertrauen“, sagt sie. „Mutter Erde trägt, nährt und schützt uns!“ ...

Sie erinnert mich daran, auf die Botschaften meines Körpers zu hören und fürsorglich, wie eine gute Mutter, mit mir selbst umzugehen. ...

Behutsam legt sie einen Stein an einer Schnur in meine Hand.

„Er wird dich beschützen und dir DEINEN Weg zeigen“, sagt sie mit tiefer Stimme.

Dankend nehme ich das kostbare Geschenk an mein Herz. ...

Nach einer gewissen Zeit bedanke ich mich, tief berührt, bei ihr und verabschiede mich.

Meine Aufmerksamkeit geht weiter zur nächsten Frau.

Es ist die

## **Mutter des Wassers - MITGEFÜHL**

Die Mutter des Wassers steht bis zur Hüfte in einem tiefblauen **See**. Das silberne **Mondlicht** taucht alles in einen geheimnisvollen Glanz. Aus einem Hügel entspringt eine leise murmelnde **Quelle**. ...

Das Wasser sammelt sich und ergießt sich in einem sanften **Wasserfall** in den See.

Der Körper der Mutter des Wassers ist von einem zarten Schleier umhüllt, in dem kleine Wasserwesen tanzen. Ihre Brust ist mit leuchtenden Türkisen geschmückt, den Steinen der Heilung. Sie winkt mich zu sich. In ihren Händen hält sie eine Schale, die mit einem Heiltrunk gefüllt ist. Sie reicht sie mir und ich trinke davon. Die angenehme Wirkung des Wassers breitet sich in mir aus. ...

Sanft nimmt sie meine Hand. Ich spüre ihre Wärme und fasse so viel Vertrauen, dass ich ihr und dem Wasser das ganze Gewicht meines irdischen Körpers überlasse. Alles fühlt sich plötzlich so leicht an. Ich beginne zu schweben. Ihre Hände halten mich. Hier bin ich sicher. Sie wacht über mich, hält mich. Das warme Wasser umspült meinen Körper. Es trägt. Langsam lasse ich los. ...

Im sicheren Schutz der Mutter und des **Heilwassers** kann ich Altes, Verbrauchtes und Fremdes, all meine Trauer, meinen Schmerz und vieles andere mehr auftauchen und gehen lassen. ...

Nach einer Weile schwimme ich vergnügt hinaus und tauche mit den vergnügten Wasserwesen in die Tiefe. ...

Wieder aufgetaucht lasse ich mich noch einmal vertrauensvoll von den sanften Wellen tragen und wiegen. ...

Die Mutter des Wassers lehrt mich, in vollkommener Ruhe und Konzentration **Einfühlung**, **Loslassen** und **Hingabe**. ...

Liebevoll stärkt sie mein Vertrauen in meine urweiblichen Kräfte. Sie erinnert mich an meine **Intuition** und **Hellfühligkeit**. ...

Zur Erinnerung an meine Gaben legt sie sanft einen zarten türkis-blauen Schal um meine Schultern.

Ich bedanke mich, tief beschenkt, bei ihr und gehe weiter. ...

Nach einer gewissen Zeit geht meine Aufmerksamkeit langsam zur nächsten Frau.

Es ist die

### **Mutter der Luft - INSPIRATION**

Die Mutter der Luft ist eine schöne, selbstbewusste Frau. Sie steht in einem leuchtend gelben Kleid auf einer Anhöhe. Ihr Blick geht in die Weite. Über ihr schweben mehrere **Vögel** wie schwerelos in den Lüften.

Die Landschaft öffnet sich ihr in einem goldenen Licht. Der **Wind** streicht sanft durch ihr langes blondes Haar.

Auf ihrer Stirn trägt sie einen klaren **Bergkristall**. Ihre Gedanken ziehen mit den Hütern der Luft und der Wolken in der Ferne einen großen Kreis. ...

In ihrer rechten Hand hält sie eine **Feder**, damit winkt sie mich näher zu sich. Ich folge ihrer Aufforderung, bis wir uns Auge in Auge gegenüber stehen. Sanft berührt sie zuerst meine Stirn, den Stein, den ich auf meiner Brust trage und dann mein Herz. ...

Etwas in mir öffnet sich weit, erwacht zu vollem **Bewusstsein**. ...

Eine Libelle summt leise ein Lied der Heilung. ...

Plötzlich kann ich mich ganz klar aus meiner Mitte heraus erkennen.

Alle Masken fallen ab. ...

Der **Wind** löst alle Vorstellungen und Meinungen von mir und der Welt sanft, aber mit Bestimmtheit, auf. ...

Er trägt mein Bewusstsein sicher auf seinen Schwingen und plötzlich wird alles ganz leicht und weit in mir. Ich bin eins mit dem Wind und der Schöpfung. ...

In einer deutlichen **Vision** kann ich mich an meinem rechtmäßigen Platz in der Welt sehen. ...

Ich bin jetzt ganz bei mir. In mir wächst die Bereitschaft diesen Platz einzunehmen. ...

Die Mutter der Luft erinnert mich an meine **Visionskraft** und an meine **innere Klarheit**. ... Sie erinnert mich daran, dass ich die Gabe habe, alle Wesen so zu sehen, wie sie sein könnten. ...

Damit ich das nicht vergesse, steckt sie eine Spange mit einem **Spiegel** und einer **Feder** in mein Haar.

Sie sollen alles Böse von mir fernhalten und mich an die Welt hinter allen Dingen erinnern.

Ich bedanke mich mit einer Geste der Ergriffenheit bei ihr und verabschiede mich. ...

Dann schwebt meine Aufmerksamkeit weiter zur nächsten Frau.

Es ist die

### **Mutter des Feuers - SELBSTVERTRAUEN**

Die Mutter des Feuers sitzt, in sich ruhend, an einem hell lodernnden Feuer. Sie ist sich gewiss darüber, wie man es entfacht und im Zaum hält. ...

Sie weiß um seinen Segen UND die Gefahr. ...

Die untergehende **Sonne** steht noch glutrot am Himmel, jeden Augenblick bereit sich in die Tiefe der Nacht sinken zu lassen. ...

Den züngelnden Flammen entsteigt weißer Rauch, der Duft von Salbei und Lavendel breitet sich aus. ...

Die Mutter des Feuers winkt mich zu sich. ...

Ich folge ihrer Geste und setze mich an ihre Seite. Die **Wärme** des Feuers und die ihre umhüllen mich.

Sie durchdringen mich ganz und gar. ...

Leise empfängt mein Herz ihre Gebete zur **Großen Mutter** und den **Ahnen**. Sie bittet für mich um ihren **Segen** und **dankt gleichzeitig dafür** mit der Gewissheit, dass es bereits geschehen ist.

Die Mutter des Feuers macht mir **Mut**, meinen **eigenen Weg** zu gehen und erinnert mich an die **Fülle**, meine **Stärke** und **Durchsetzungskraft**. Sie gibt mir die Gewissheit der Begleitung, des Wohlwollens und des Schutzes der **spirituellen Kräfte**. ...

Zur Erinnerung legt sie ein Band mit einem leuchtend roten **Rubin** um mein Handgelenk.

Es soll meine **Kraft** und Handlungsfähigkeit auch nach außen hin sichtbar machen.

Ich bedanke mich bei ihr und verneige mich tief, während ich mich verabschiede. ...

Zärtlich haucht sie einen Kuss auf meine Stirn. ...

Meine Aufmerksamkeit geht weiter zur Frau in der Mitte.

## Die Quint-Essenz - INTEGRATION

In der Mitte der Frauengruppe sitzt eine Frau vor ihrem riesigen **Webstuhl** und webt eine **Zauberdecke**.

Das Muster zeigt Gestirne, Steine, Pflanzen, Tiere, Menschen und noch vieles andere mehr. ...

Die Farben grün, blau, gelb und rot fließen harmonisch ineinander und sind kunstvoll miteinander verwoben. Das Motiv zeigt eine üppig grüne Landschaft mit einem tiefblauen See. Die glutrote Sonne steht hoch am Himmel. Dort zieht der Wind seine gelben Spiralen über der friedvollen Landschaft.

In der Mitte ist eine Maispflanze zu sehen. Korn reiht sich an Korn, harmonisch geordnet. Jedes an seinem ganz eigenen Platz. ...

Die Maispflanze symbolisiert die **Kraft der Schöpfung**, die Erhaltung und den Schutz des Lebendigen. ...

Die Frau am Webstuhl überbringt mir eine **Botschaft**. Sie lautet:

**Gerade, wenn es den Anschein hat, als stünde dein Leben still,  
wirken die Kräfte der Transformation besonders stark in dir.**

...

**Es geht um die harmonische Vereinigung all deiner Kräfte.**

**Lass dir Zeit.**

**Es gibt nichts zu tun!**

...

**Manchmal genügt es  
EINFACH DA ZU SEIN.**

Am oberen Rand der gewebten Decke werden die **Vögel** plötzlich **lebendig** und erheben sich wie selbstverständlich hinauf in die Lüfte. Sie tragen als Botschafter diese Worte zu den Frauen der Welt. ...

Eine Zeitlang lasse ich die Eindrücke in mir wirken. ...

Tief berührt und beschenkt bedanke ich mich bei der Frau in der Mitte und den vier Frauen im Kreis.

Ich bin bereit, mich auf den Weg in mein Leben zu machen. ...

Die Frau in der Mitte erinnert mich daran, dass ich jederzeit bei ihnen willkommen bin. Ob es mir gut geht, ich ihnen von meinem Glück berichten und auftanken möchte, oder ob es mir nicht gut geht, ich Ruhe, Rat und Hilfe brauche. In ihrer Mitte ist immer ein Platz für mich. Bei ihnen bin ich immer willkommen. ...

Hier ist ein Stück **Zuhause** für mich.

Hier fühle ich mich im Einklang mit der Urquelle allen Seins, fühle mich gesehen, ganz und heil. Hier kann die Frau in mir zur Ruhe kommen, regenerieren, wachsen und heilen, getragen und geschützt vom Ur-Weiblichen.

Ich bedanke mich noch einmal, nehme die vielen Eindrücke und Geschenke ganz tief in mein Herz. ...

Jetzt mache ich mich Schritt für Schritt auf meinen Weg, in mir entfaltet sich meine **innere Balance** und mein Gespür für das **richtige Maß**.

Ich bin mir gewiss, dass, sobald die Schöpfung in mir vollendet ist, sie sich wie die Vögel auf dem gewebten Tuch hinauf in die Lüfte schwingt und frei ist. ...

Ich gebe dem **schöpferischen Prozess** in mir allen Schutz, alle Freiheit und Ruhe für sein Wachstum.

Ich habe **Geduld** und **Verständnis** für die Vorgänge, die oft im Dunkeln und in der Abgeschiedenheit vor sich gehen. Ich bin jetzt vor allem **gut zu mir selbst** und **vertraue** darauf, dass meine reifen Früchte ganz wie von selbst, wenn die Zeit reif dafür ist, in meine Wirklichkeit geboren werden. ...

Bis dahin bin ich still und achtsam – mit mir, mit meiner Welt und der Welt hinter dem Spiegel.

Ruhig öffne ich meinen Schoß, nehme das Lebendige in Empfang, schütze und liebe es, damit es in mir wachsen und zum richtigen Zeitpunkt geboren werden kann. ...

**Zum richtigen Zeitpunkt erhebt sich meine Schöpfung wie von selbst ins Leben.**

Und wenn ich bereit bin, komme ich, in dem Tempo, das gut und richtig für mich ist, mit drei tiefen Atemzügen und mehrmaligem Anspannen und Entspannen meines Körpers, erfrischt, klar und zufrieden zurück ins Hier und Jetzt und in diesen Raum.