

— 29.12 —

RAIDHO



SELBST-BEHERRSCHUNG

JENNIFER WEIDMANN

SELBST- BEHERRSCHUNG

In der neunten Rauhnacht treffen wir auf einen Selbsta Ausdruck, der –gerade in der spirituellen Szenerie negativ besetzt wird. Wir tauchen nun ein in die Selbst-Beherrschung.

Landläufig scheint die Ansicht verbreitet, dass es auf dem Erleuchtungs- oder Erkenntnisweg darum geht, sich zu befreien. Und Befreiung steht für viele konträr zu Beherrschung.

Mit Beherrschung verbinden viele Menschen in erster Linie „Unterdrückung“. Sie sind der Ansicht, dass Beherrschung dem Befreiungsgedanken widerspricht. Aber wenn du das Ganze vom Seelenentwicklungsweg aus betrachtest, ist genau das Gegenteil der Fall.

Erinnere dich daran: Wir befinden uns in Seelenentwicklungsfeldern. Das heißt, der höchste Stand ist bei den wenigsten gegeben und auch im Selbst-Beherrschungsfeld gibt es mannigfaltige Abstufungen. Es gibt hier eben auch die Stufe, wo Selbst-Beherrschung Unterdrückung bedeuten kann, wie Unterdrückung der eigenen Emotionen, der eigenen Bedürfnisse und Wünsche.

Aber die Selbst-Beherrschung ist hier nicht in ihrer größtmöglichen Ausdrucksform zu sehen.

Letztendlich verhelfen dir alle Seelenentwicklungsfelder irgendwann zu der Erkenntnis, dass du nicht eine Seele hast, sondern eine Seele BIST. Das ist ein großer Unterschied – lass das ruhig immer wieder auf dich wirken. Du BIST eine Seele, die sich entschieden hat zu inkarnieren, sprich, einen Körper sich zu nehmen und diesen zu beseelen. Mit dem Körper kommen auch der Verstand und die Emotionen als Werkzeuge zur Seele, damit sie überhaupt in der Lage ist, sich als Seele auszudrücken und sich selbst zu erkennen. Es geht darum, dass die Seele sich ihrer selbst immer mehr bewusst wird und so in die Lage versetzt, den Verstand und die Emotionen von Seelenebene aus zu ergreifen, um sie dem eigenen Seelenplan folgend und dem eigenen Seelenentwicklungspfad entsprechend, einsetzen zu können.





Dieses bewusste Ergreifen des Verstandes und der Emotionen ist Selbst-Beherrschung. Die Seele versetzt sich mehr und mehr in die Lage, die Herrscherin über ihr eigenes Reich zu sein, sprich dem jetzt gewählten Leben. Somit hört man auf, der Spielball für andere zu sein. Man hört auf zu versuchen, es den anderen recht zu machen. Die Seele herrscht über ihre eigene Inkarnation.

Die Seele bekommt Kontrolle über ihren eigenen Seelenplan und wie sie diesen in der Welt ausdrücken, ausleben möchte. Somit sind Kontrolle und Beherrschung keine schlechten Attribute, sondern im höheren Seelenentwicklungsfeld ein Zeichen, dass die Seele übernommen hat und sie sich ihrer selbst immer bewusster wird.

Bis wir aber in diesem „schönen“ Zustand sind, „kämpfen“ wir in der Regel ordentlich mit unserem Verstand und unseren Emotionen, die gerne immer wieder unserer Kontrolle entrinnen und sich durchaus zerstörerisch gebärden können. Wir versuchen, unser Leben zu kontrollieren und zu beherrschen, doch zunächst häufig von der Egoebene aus.

Je mehr wir versuchen „zu erkennen“, desto mehr übernimmt die Seele die Zügel und beherrscht und kontrolliert ihr gewähltes Leben zum Wohle des eigenen Seelenentwicklungsweges.

MACHT



Mit der Selbst-Beherrschung kommt ein weiteres Attribut ins Spiel, mit dem viele Menschen Probleme haben: Es ist die MACHT. Macht wird wieder gerne zusammengewürfelt mit Unterdrückung, beherrscht werden, ohnmächtig sein usw. Macht haben, kann aber auch ganz anders sein, denn wenn du der Schöpfer deines eigenen Lebens und deines Seelenweges bist, dann hast du die Macht darüber. Dabei ist es ganz gleichgültig, ob du bereit bist, diese Macht auch zu nehmen oder zu verweigern. Übernimmst du nicht die Macht für dein Leben, dann tut es in der Regel jemand anderes und fängt an, über dich zu bestimmen.

Weißt du, was dann passiert? Dann entwickeln wir eine negative Einstellung in die Macht, weil der andere mächtig ist und wir uns ohnmächtig fühlen. ABER: Das passiert nur, wenn du nicht die Macht über dein Leben ergreifst, sondern abgibst.

Ich finde hier die Besteigung des Lebensthrons ein sehr schönes Beispiel. Du bist die Königin über dein Lebensreich, dein Lebensthron steht für dich bereit und weißt du, was die meisten machen? Sie besteigen ihn nicht. Aus welchen Gründen auch immer. Aber wie im realen Leben: Einen unbesetzten Thron gibt es nicht. Es kommt immer ein Verwalter, der sich den Thron unter den Nagel reißt und möge er auch augenscheinlich die besten Absichten haben, er wird über dich herrschen.

LEBENSTHRON

Dein Lebensthron gehört zu dir und nur zu dir. Jeder Seelenthron wartet nur darauf, dass wir ihn besteigen und die Herrschaft über unser Leben antreten. Mit der Besteigung unseres uns zustehenden Throns erlangen wir zum einen Macht über uns selbst und zum anderen Macht über unser eigenes Reich, sprich unser Leben.

Nochmal zum Nicht-Vergessen: Jeder Thron will besetzt sein. Das bedeutet, wenn du deinen Lebensthron nicht besteigst, dann wird es ein anderer tun und die Macht über dich und dein Leben übernehmen. Der Thron fordert die Besteigung und es gibt immer eine Seele, die sich bereit erklärt, den Platz auf deinem Thron einzunehmen, wenn du es nicht tust.

Was passiert dann in der Regel? Wir gehen in den Kampf mit demjenigen, der unseren Thron bestiegen hat und fühlen uns unterdrückt, kontrolliert, von ihm beherrscht, bevormundet usw. Du hast Recht, genauso ist es. Warum ist es so? Weil du dich geweigert hast, die Macht über dein Leben zu übernehmen und den Thron zu besteigen.

Das, was ich hier schreibe, muss selbstverständlich nicht auf dich zutreffen. Vielleicht sitzt du schon warm und gemütlich auf deinem Thron und bist Herrscher deines Reiches. Das ist super.

Jetzt kommt nämlich der nächste Clou: Jede Seele, die einen Teil eines anderen Throns bestiegen hat, kann diesen Teil nicht auf dem eigenen Thron leben! Was bedeutet das, wenn jemand deinen Thron bestiegen hat? Dass derjenige seinen eigenen Thron nicht bestiegen hat. Das ist nämlich das große Phänomen. Man verweigert die Besteigung des eigenen Throns, setzt sich aber gemütlich auf den Thron eines anderen und meint jetzt über ihn und sein Leben bestimmen zu müssen. Die Macht hat sich verlagert.

Beobachte mal die Menschen und du wirst dieses Phänomen ganz schnell entdecken. Die Frau, die keine Macht über ihr Leben hat, aber über Mann und Kinder durchgehend bestimmen will.

Lehrer, die ihren Thron nicht bestiegen haben, und nun versuchen, Macht auszuüben über die Schüler usw.

Hier kommen wir zum nächsten Puzzleteil: Der Thron kann geteilt werden. Wenn es sehr ungünstig läuft, teilen sich dein dir eigener Thron sehr viele Menschen und für dich ist da gerade kein Platz mehr. Die Eltern, die dir sagen wollen, wo es lang zugehen hat, obwohl du längst erwachsen bist. Der Partner, der dir sagt, was er von dir verlangt. Der Chef, der von dir etwas verlangt, die Freunde, die verlangen, die Kinder, die verlangen usw. Auf deinem Thron tummeln sich unter Umständen viele Menschen, die alle Aspekte deines Lebens versuchen zu kontrollieren und zu beherrschen.





Natürlich ist dann Macht, Herrschen und Kontrolle extrem negativ besetzt. Ja, besetzt von anderen. Hier gilt es dringend aufzuräumen und einen nach dem anderen von deinem Thron zu entfernen. Das darf auch gerne liebevoll und achtsam passieren. Zeitgleich verabschiedest du dich von den Thronen der anderen, die du vielleicht zum Teil besetzt hast, um dich nicht ohnmächtig und machtlos zu fühlen.

Es ist dein Lebensthron und er wartet darauf, dass du ihn besteigst. Kein anderer hat hier etwas darauf verloren. Die anderen können gerne als Berater, Hofnarren, Gesellschaftsdamen usw. neben deinem Thron dir zur Seite stehen, aber du hast die Herrschaft.

So, wie du auf keinem anderen Thron etwas zu suchen hast, und bei den anderen als Berater, Hofnarr oder als Gesandter neben dem Thron des anderen stehen kannst.

Die Besteigung des eigenen Throns gehört zum Seelenentwicklungsfeld Selbst-Beherrschung und erfordert beständiges Überprüfen der eigenen Lebensschritte und -handlungen. Gehe und handle ich als Herrscher meines Lebens oder werde ich beherrscht, und auf der anderen Seite: Versuche ich andere zu beherrschen und über sie zu bestimmen oder bin ich ein weiser Berater und/oder Hofnarr?

Dies ist übrigens sehr interessant für Eltern, um mal die „antiautoritäre Erziehung“ anders zu betrachten: Viele Eltern besteigen den Thron ihrer Kinder und herrschen über und für die Kinder. Häufig vergessen sie, den Thron zu räumen und ihn den Kindern zu übergeben, wenn die Zeit gekommen ist. Das kann zu lebenslangen – vielleicht auch nur innerlichen – Kämpfen mit den Eltern führen. Als Eltern gilt es, den Balanceakt zu meistern, den Kindern von Anfang an ihren Thron zu überlassen und als weiser Berater ihnen zur Seite zu stehen und ihnen zu helfen, hineinzuwachsen in das Feld der Selbst-Beherrschung.

Den Kindern zu helfen, wie man ein mächtiger und weiser Herrscher über das eigene Leben wird. Und wie könnte es besser sein, denn als Vorbild. Wenn wir als Eltern unseren Thron bestiegen haben, voll und ganz, dann können wir Vorbilder sein, nicht nur für unsere Kinder, sondern auch für andere Menschen, denen wir in unserem Leben begegnen.





9. RAUHNACHT | 29. DEZEMBER

Hier kommen wir nämlich auch schnell zu den Grenzen der Macht. Letztendlich gilt es zu erkennen, dass du „nur“ die Macht über dein Leben hast und nicht über das Leben und den gewählten Seelenplan der anderen Menschen. Achtung: Wir sprechen jetzt hier vom „kleinen“ Kosmos. Wenn wir uns das Kollektiv anschauen, sprich in die Größe gehen, verhält es sich zwar genauso, ist aber ein wenig komplexer. Wir wählen z.B. Regierungen – als Seelen-kollektiv – die den Thron besteigen und damit die Macht und Kontrolle innehaben über unser Land.

Aber auch hier gilt: Dieses Kollektiv hat den „Thron“ eines Landes und eines Seelenkollektivs bekommen und nicht über andere Länder und andere Seelenkollektive. Das fällt vielen Herrschern schwer anzuerkennen!

Deine Macht hört da auf, wo dein Reich aufhört. Damit meine ich: Du bestimmst über dein Leben und es steht dir nicht an, über das Leben des anderen zu bestimmen. Du kannst sie beraten zu ihrem Wohle, aber nicht zu deinem Wohle.

Selbst-Beherrschung ist eben Selbst-Beherrschung und nicht die Beherrschung der anderen. Wenn man ehrlich ist, hat man damit auch schon genug zu tun und es ist eine wahre Lebensaufgabe, alle Teile des eigenen Throns zu erkennen und bewusst zu ergreifen und zu beherrschen.

GRENZEN DER MACHT



HERRSCHEN

Wenn wir weiterschreiten durch unseren Schöpfungskreislauf, kommen wir nach der Liebe zum Bereich „HERRSCHEN“.

Du bist der Herrscher deiner eigenen Schöpfung. Du hast sie gedacht, du hast sie auf die Erde gebracht, du ziehst deine Schöpfung groß. Du trägst die Verantwortung für deine Schöpfung.

In dir liegt die Macht, deine Schöpfung großartig zu machen. In dir liegt die Macht, deine Schöpfung so zu gestalten und zu formen, dass sie Segen bringend ist, für dich und für alle anderen.

Aber in dir liegt auch die Macht, dass deine Schöpfung zerstörerisch sein kann, manipulierend, verletzend, unterdrückend. Jede Medaille hat zwei Seiten.

Der Herrscher über sein Reich trägt die Verantwortung, ausgewogen zu regieren, nicht nur auf sein Wohl zu schauen, sondern auf das Wohl aller. Wenn du deinen Lebensbaum so groß machst, dass die anderen kein Licht mehr bekommen, du ihnen die Wurzeln abschnürst, dass sie keine Nahrung mehr bekommen, ihren Fluss unterbrichst, dann ist deine Herrschaft nicht segensreich, weder für dich noch für die anderen.

Aber genauso ist es, wenn du dich und dein wunderbares Schöpferpotenzial unter den Scheffel stellst. Dich klein machst, dich klein verhältst, ständig zurücksteckst, dich aufopferst für die anderen. Dein Lebensbaum vor sich hinkümmert, weil deine gesamte Energie die anderen Bäume speist, dann ist das auch nicht Segen bringend. Denn über kurz oder lang bekommen deine Blätter nicht mehr genug Sonnenlicht, deinen Wurzeln geht der Saft aus, so dass sie weder dich noch die anderen speisen können.

Du nimmst dann deine Macht, die Herrschaft über dein wunderbares Seelenreich nicht an. Herrschaft bedeutet in unserem Schöpfungskreislauf somit auch Selbstermächtigung. Du hast die Erlaubnis, groß und schön zu sein, prachtvoll, eine Freude für dich und all die anderen. Du trägst deine Schöpfung in deinen Händen. Es ist deine Verantwortung, sie zu erhalten, zu pflegen, wachsen und blühen zu lassen und vor allem, zu deinem Wohle zu gestalten ohne den anderen dabei zu schaden



Fragen für die Raidho-Energie

Wie geht es dir mit Macht?

Wo in deinem Leben fühlst du dich machtlos?

Wie geht es dir mit deinem Lebensthron?

Wie sollte ein guter Berater an deiner Seite sein?

Was ermüdet dich in deinem Leben?

Wie großartig gedeiht dein Lebensbaum?

Wo fühlst du dich nicht richtig genährt?

Wo bist du nicht Herrscher in deinem Reich?



DIE RUNE RAIDHO

Der Schöpfungsprozess HERRSCHEN wird von der Rune Raido (Raidho) symbolisiert. Diese Rune körperlich nachzustellen, kann ganz interessant sein in ihrer Aussagekraft.

Stell dich zunächst einfach nur gerade hin. Die Füße sind nebeneinander gestellt. Nun nimm deinen linken Arm, beug ihn und leg deine Hand auf die Hüfte. So dass deine Position jetzt aussieht wie der obere Teil der Rune.

Immer noch sind beide Füße auf dem Boden. Nun schließ die Augen und atme ein und aus.

Fühl in diese Haltung hinein. Jugendliche nehmen gerne diese Haltung ein, um Macht zu demonstrieren, um Stärke zu zeigen, mit einer Hand an der Hüfte Raum einnehmend.

Aber jetzt kommt das Kunststück des Herrschens. Nun spreizt du seitlich dein linkes Bein ab.

Jetzt muss man meistens schon die Augen wieder öffnen, um nicht den Halt zu verlieren.

Fang an, mit deinem Bein zu spielen. Wie weit kannst du es seitlich wegstrecken, ohne zu kippen. Wie weit entfernt fühlst du dich wohl und kannst diese Position ein paar Atemzüge halten?

Wenn du den für dich besten Abstand gefunden hast, halte diese Stellung und atme fünf Atemzüge lang ein und aus.

Du kannst dabei denken: „Ich bin der Herrscher meines Lebensbaumes oder meiner Schöpfung. Ich bin achtsam und bewusst im Ausüben meiner Herrschaft.“



Meine Tageseindrücke

LOSLASSEN KÖNNEN

Auf unserem Weg durch den Schöpfungsprozess werden wir über kurz oder lang an einen Punkt kommen, wo wir lernen dürfen loszulassen und im Laufe eines Lebens „müssen“ und dürfen wir immer wieder loslassen.

Geliebte Menschen, deren Zeit gekommen ist, diese Inkarnation zu verlassen, dürfen wir loslassen. Ideen und Vorstellung, die sich als doch nicht so dolle entpuppt haben, dürfen wir loslassen. Liebe, deren Potenzial der Weiterentwicklung sich erschöpft hat, dürfen wir loslassen. Wege, die in die Sackgasse führen, dort wo wir stagnieren, dort wo es schwer und dunkel wird, dürfen wir loslassen. Wege, auf denen wir nicht weiterkommen, die uns einengen, die uns klein machen, die uns auslaugen und erschöpfen, dürfen wir loslassen. Loslassen, damit die Wandlung zum Besseren stattfinden kann.

Das Verrückte daran: Obwohl wir ganz tief in uns drinnen genau wissen, was jetzt losgelassen werden darf, weil das Ende auf diesem Weg gekommen ist, fällt es uns schwer. Haben wir Angst davor. Zögern, zögern es hinaus, vermeiden vielleicht sogar komplett das Loslassen und hängen uns am „Toten Pferd“ fest in der Hoffnung, dass es vielleicht doch noch großartig wird.





Die Einladung zum Loslassen: Wähle neue Wege, andere Wege, probiere dich aus, lote deine Möglichkeiten aus und wähle solange, bis es sich gut anfühlt, bis es sich stimmig anfühlt. Und ja, wenn du gerade umgezogen bist, aber es nicht passt, dann ziehe weiter.

Wenn du gerade die Arbeitsstelle gewechselt hast und jeden Morgen mit Bauchschmerzen hingehst, dann wechsle wieder. Wie dürfen uns selbst erlauben, das loszulassen, was uns ausbremst, klein hält, uns schlecht fühlen lässt, uns die Lebensfreude nimmt usw.

In diesem Zuge kommen zwei alte Bekannte mit ins Spiel: das Schönreden und unsere allseits beliebten Ausreden, warum wir jetzt was nicht loslassen oder ändern können.

Weißt du was? Das ist völlig in Ordnung. Wir dürfen alle unsere Schönreden- und Ausreden-Modelle haben, denn letztendlich ist der Einzige, den du damit auf Dauer bescheißt, du dich selbst. Aber irgendwann gelangen wir an den Punkt, wo auch all das Schönreden nichts mehr hilft. Der Lack so weit abgekratzt ist, dass wir den Mist darunter nicht mehr ignorieren können. Irgendwann greifen unsere Ausreden nicht mehr, weil wir fühlen, wie hohl sie klingen, wie leer und schlapp.

Das ist der Punkt, wo wir spätestens wissen, jetzt kann es nur noch in die Veränderung gehen.

Jetzt können wir nur noch loslassen, weil es keinen Sinn mehr macht festzuhalten. Selbstverständlich darf das Angst machen und verunsichern.

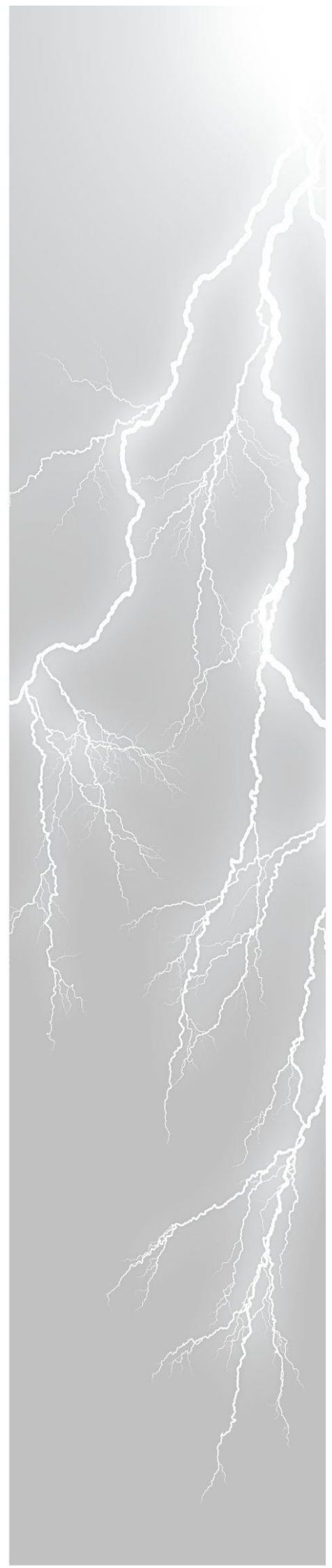
Wir lassen etwas los, was wir vielleicht schon ewig krampfhaft festgehalten haben und plötzlich ist da nichts. Wir stehen mit leeren Händen da.

Das ist gut. Nur eine leere Hand ist in der Lage neue Dinge zu ergreifen, zu fühlen, kennen zu lernen, auszuloten und wenn es passt anzunehmen.

Ich persönlich finde, dass wir Menschen anfangen dürfen, früher loszulassen. Damit meine ich nicht, sofort bei jeder kleinen Unstimmigkeit, bei jedem kleinen Missgefühl. Sondern, wenn es anfängt, dauerhaft schwer zu werden. Wir müssen das Pferd nicht reiten, bis es vollends tot ist.

Wir dürfen es freigeben, wenn wir merken, dass hier keine Energie mehr ist, keine Kräfte mehr, die erleuchten, erheben und schön sind. Wir müssen nicht warten, bis der Karren vollends im Dreck versunken ist oder der Zug über die Klippen gerast ist und wir dann anfangen müssen, hektische Not-Schadensbegrenzung zu betreiben. Wir müssen nicht ausharren bis zum bitteren Ende, wir dürfen unseren Gefühlen vertrauen und vorher in einen lichtvollen Schöpfungsprozess eintauchen.

Dazu gehört Mut. Mut, zu sich selbst zu stehen, zu seinen Bedürfnissen. Der Mut, ein wahrer Schöpfer der eigenen Lebensrealität zu sein.





Auch der Mut, gegen die Meinung der anderen zu handeln. Eine eigene Meinung zu haben. Mut, den eigenen Weg zu wählen. Der Mut, Fehler machen zu dürfen, zu straucheln, neu zu wählen. Mut, sich zu entwickeln und das Schönste: der Mut, wirklich nach den Sternen zu greifen, um wahrhaft innerlich groß zu werden.

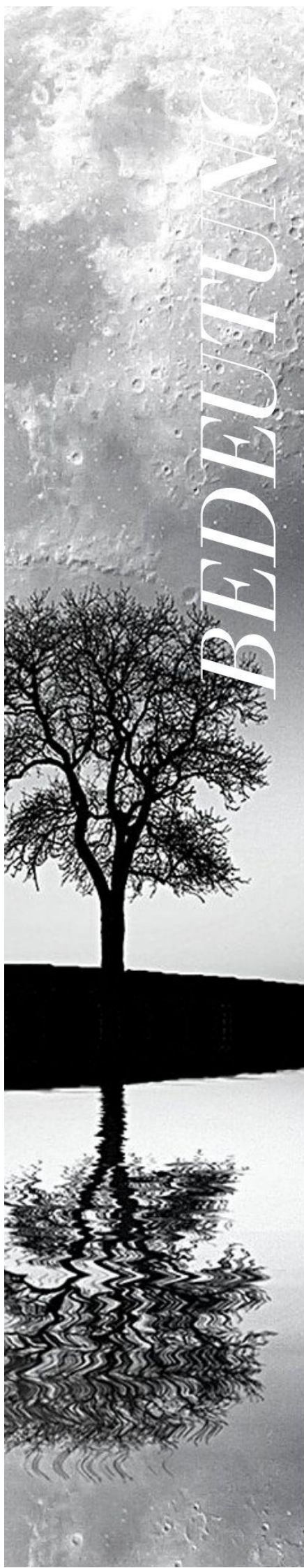
Die Rauh Nächte können uns häufig schon Impulse bringen, wo wir aufhören dürfen, uns etwas schönzureden. Was wir loslassen dürfen, um Neues im Leben willkommen zu heißen. Und ja, wir dürfen Angst fühlen, aber ich lade dich ein, dir die Freude dazuzuholen. Die Freude auf das Neue, das Unbekannte, vielleicht das Bessere, das Schönere, das Ersehnte.

Das Universum ist großzügig, es möchte, dass es dir gut geht und dass du deinen Schöpfungsprozess erfüllt erfahren kannst, aber das geht nur, wenn wir auch bereit sind zu gehen. Alte Wege zu verlassen, um neue zu finden, die lichtvoller sind, erhebender, weiter, einfach schöner. Und weißt du was? Schreiben kann man viel darüber, lesen kann man viel darüber, aber letztendlich hilft alles nichts: wir „müssen“ gehen. Es gibt keine andere Möglichkeit, um zu reifen, um Erfahrungen zu machen, um zu sich selbst zu finden, um herauszufinden, was einem gut tut, wo man sich mit wem wohlfühlt, wo Heimat und zu Hause ist. Was für einen selbst wahrhafte Erfüllung ist. Es hilft nur loszugehen, loszulassen, um Neues willkommen heißen zu können.

Deine Raidho-Nacht Frage:

Wie soll dein Lebens-Königreich aussehen?

Was für ein Herrscher möchtest du über
dieses Lebens-Reich sein?



TITEL

Warum ich diesen Titel gewählt habe:

Wichtige Symbole für mich in diesem Traum:

Wichtige Gefühle während des Träumens und danach:

Das hat der Traum mir zu sagen:

MEINE RAIDHO-EINDRÜCKE



CREATIVE ART PAGE