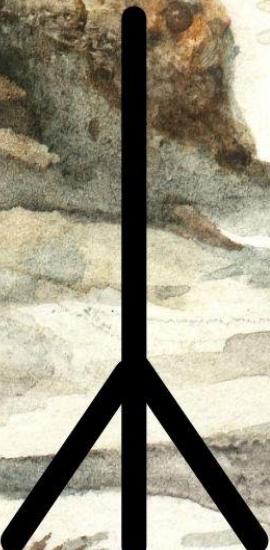




YR





Odins Runenwerbung

Ich weiß, dass ich hing
am windigen Baum
neun Nächte lang
mit dem Ger verurundet,
geweiht dem Odin,
ich selbst mir selbst,
an jenem Baum,
da jedem fremd,
aus welcher Wurzel er wächst.

2.

Sie spendeten mir
nicht Speise noch Frank;
nieder neigt ich mich,
nahm auf die Runen,
nahm sie rufend auf;
nieder dann neigt ich mich

3.

Neun Hauptlieder
lernt ich vom hehren Bruder,
der Bestla, dem Böltthornssohn;
von Odrörir,
dem edelsten Met,
tat ich einen Trunk

4.

Nu wachsen begann ich
und wohl zu gedeihn,
weise war ich da,
Wort mich von Wort
zu Wort führte.
Werk mich von Werk
zu Werk führte

aus der Edda



y R

Die Wurzeln des Lebensbaums

Die Rune Yr gehört nicht zum „alten“ Futhark, sondern ist später dazugekommen. Nichtsdestotrotz erachte ich sie für extrem wichtig und führe sie daher in dieser Ausbildung mit an.

Yr symbolisiert die Wurzeln deines Lebensbaums. Und wir alle wissen, wie wichtig Wurzeln sind für einen festen Stand.

Wir haben so viele Ideen, so viele Visionen, so viele Luftschlösser, die wir in unseren Gedanken zusammen spinnen können. Aber wenn wir irgendetwas davon auch in unserem realen Leben erfahren wollen, dann muss es aus dem Himmel auf dir Erde gebracht werden. Das Luftsenschloss braucht Wurzeln, wenn es Bestand haben soll. Ein Baum, eine Pflanze, alles benötigt Wurzeln, wenn sie nicht beim kleinsten Windhauch davon geweht werden wollen.

Wurzeln kann man in vielen Bereichen schlagen: in dem man

eine Familie gründet, ein Haus baut, ein Unternehmen oder eine Selbstständigkeit aufbaut, in dem man Meister in seinem Hobby wird, in dem man etwas aufbaut, was tragfähig ist, was Bestand hat. Etwas worauf man weiter aufbauen kann. Mit Yr schaffen wir das Fundament unseres Lebens.

Yr lädt uns ein hinzuschauen: Wie sieht es in unserem Wurzelbereich aus. Und das für jeden einzelnen Schöpfungsaspekt. Damit meine ich, was für Wurzeln hast du geschlagen im Bereich Selbst-Wert, Selbst-Liebe, Selbst-Achtsamkeit. Auf den folgenden Inspirationszetteln führe ich das genauer auf und lade dich ein jetzt am Beginn unserer gemeinsamen Reise dich nach und nach mit deinen Wurzeln auseinander zu setzen. Runenmagie und ein Meister der Runen zu sein/zu werden, bedeutet immer, wirklich immer kontinuierliche Arbeit an sich selbst.



DIE SEELE SAMMELT ERFAHRUNGEN

Die kontinuierliche Bereitschaft sich selbst und das eigene Leben zu hinterfragen, den Mut sich selbst anzuschauen, hinab zu tauchen in die eigene Seelenwelt, sich über die eigene Schöpfermacht klar zu werden. Je klarer du bist, je ehrliche du zu dir und deinem Leben sein kannst, desto machtvoller kannst du mit den Runen arbeiten, desto stärker können sie dich in deinem Leben, und vor allem in deinem Schöpfungsprozess unterstützen. Wie ich schon geschrieben habe: die Runen singen dein Lied vom Leben und daher sind sie für jeden einzigartig und besonders.

Auch für Yr kann ich dir nur Anregungen mitgeben und dich einladen, die Übungen auszuprobieren, um mehr und mehr dich selbst zu erkennen, zu verstehen, was Wurzeln für dich bedeuten. Und keine Sorge: Wurzeln bedeuten nicht zwangsläufig, dass man sich binden muss, dass man sich niederlassen muss usw. Auch ein Weltenbummler kann stärkere Wurzeln haben, als jemand, der sich ein Haus gebaut hat.

Yr lädt dich ein, dir darüber klar zu werden, dass du Wurzeln brauchst um Visionen Realität werden zu lassen. Aber deine Visionen und deine Schöpfung gehören dir, nur dir. Du wirst daraus einzigartige Wurzeln machen.

Aber deine Wurzeln sind diejenigen, die die Nährstoffe für dich aus dem Boden holen, die sich ausbreiten, die sich mit anderen Wurzeln von anderen Schöpfungen verbinden, die sich einen Weg ebnen im dunklen Reich der Erde. Deine Krone kann nur so groß und machtvoll werden, wie deine Wurzeln im Reich der nährenden Erde sich ausgedehnt haben. Das vergessen wir häufig und wundern uns, warum so vieles, so schnell in sich zusammen fällt.

Daher wird Yr auch gerne mit dem Schicksal in Verbindung gebracht. Aber das Schicksal nimmt dir nur, was keinen Bestand hat in deinem Leben. Ein Lebenssturm nimmt dir das, was du nicht verwurzelt hast. Wenn dich das tief trifft, dann bist du eingeladen, deiner Schöpfung mehr Aufmerksamkeit zu schenken, mehr Selbst-Liebe, mehr auf dein Reich und deine Wurzeln zu achten, damit der Sturm nur noch das nimmt, was auch gehen darf.

Mit der Ergreifung deiner Schöpfermacht, wofür die Runen auch symbolisch stehen, wirst du mehr und mehr Herr und Meister über dein Leben. Das Schicksal liegt dann in deinen Händen und passiert dir nicht mehr von außen, sondern ist ein Prozess im Inneren, so wie du es möchtest.

Der Weg der Runen weist uns den Weg dorthin. Yr ist das Anfang und das Ende.



ICH BIN
MIT
MEINER
SCHÖPFUNG
VERWURZELT

ICH GEBE MEINER
SCHÖPFUNG DAS
NÖTIGE FUNDAMENT

Aus der Asche stehen wir auf und letztendlich werden wir wieder zu Asche. Letztendlich vergeht unser Körper und verbindet sich mit dem Erdreich. Interessant ist, dass viele Runenbücher YR auslassen. Diesen wirklich essentiellen Teil unserer Schöpfung negieren.

Ich lade dich ein YR als wertvollen Teil deines Runensets zu betrachten. Nimm diese Rune und trage sie in diesem Schöpfungsmonat bei dir. Sie lädt dich ein an deine Wurzeln zu denken. Sie lädt dich ein heraus zu finden, welche deiner Schöpfungsvisionen es tatsächlich wert sind, dass man dafür die Kraft der Wurzelbildung investiert und was nur „Spinnerei“ ist und im Reich der Luft bleiben darf.

Ein ganz besonderer Aspekt kommt bei Yr noch dazu: es ist auch das weltweitbekannte Friedenssymbol. Wenn wir unsere Wurzeln finden, dann können wir auch Frieden finden. Wir hören auf in den Reichen der anderen herumzuwuseln und uns dort einzumischen, weil wir voll und ganz erfüllt sind mit unserem Reich. Wir kommen mit YR zuhause an, was immer das für dich bedeuten mag. Wir lernen unsere Wurzeln so auszudehnen, dass es uns gut geht, aber das wir den anderen nicht schaden, nicht den anderen ihre Nährstoffe wegnehmen oder ihren Platz beschneiden. Aber wir lernen auch uns zu behaupten, klar zu erkennen, was wir wollen und brauchen in unserem Reich -unserem Leben- und dass auch klar und eindeutig nach außen bringen.

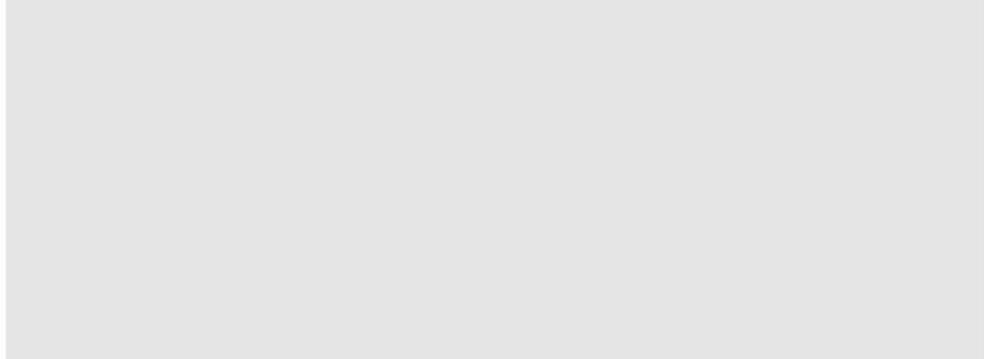
Mit YR beginnt der Wachstumsprozess. Erst wenn ein Same Wurzeln schlägt, besteht auch die Chance, dass daraus überhaupt jemals eine Pflanze wird, die irgendwann einmal Blüten und vielleicht Früchte tragen kann.

Ich lade dich ein, die nächste Zeit mit der Rune YR zu arbeiten. Dir dein Leben anzuschauen unter dem Aspekt von Wurzeln und auch von Frieden. Lass die Rune für dich singen, erkenne ihre Botschaften, erkenne dich selbst, ergreife deine Wurzeln.



WAS BEDEUTET ES FÜR DICH:

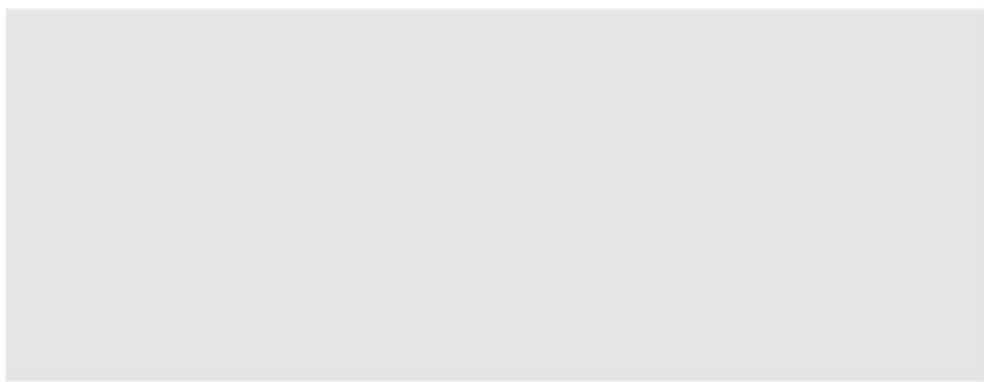
Wurzeln zu schlagen?



Frieden zu finden?



Heimat zu finden bzw. zu hause anzukommen?



das Schicksal?





WAS FÜR WURZELN MÖCHTEST DU SCHLAGEN

im Bereich SELBST-BEWUSSTSEIN?

im Bereich SELBST-WERT?

im Bereich SELBST-ACHTSAMKEIT?

im Bereich SELBST-LIEBE?

YR



WAS FÜR WURZELN MÖCHTEST DU SCHLAGEN

im Bereich SELBST-BEHERRSCHUNG?

im Bereich SELBST-ERKENNTNIS?

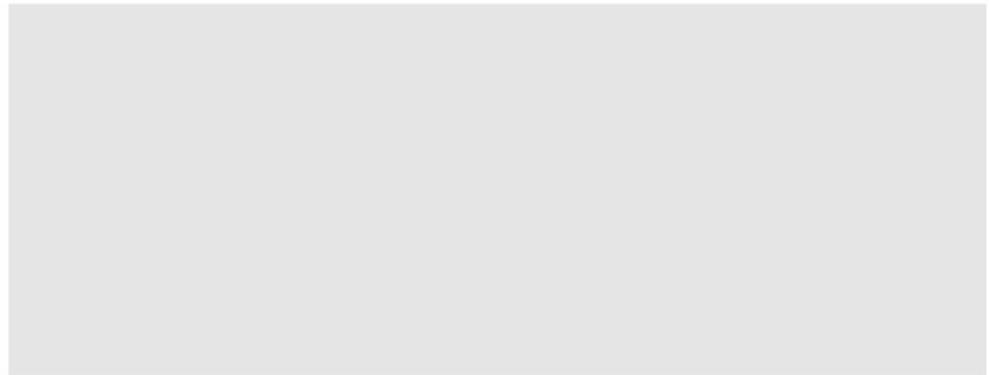
im Bereich SELBST-ENTSCHEIDUNG?

im Bereich SELBST-VERGEBUNG?



WAS FÜR WURZELN MÖCHTEST DU SCHLAGEN

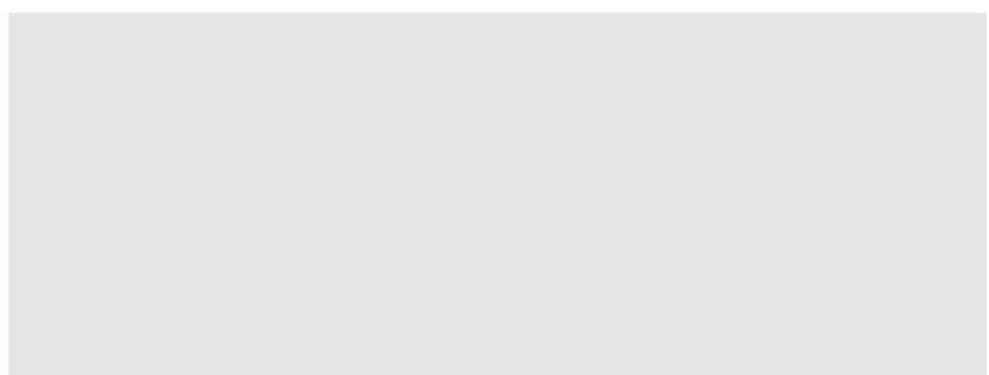
im Bereich SELBST-ERFÜLLUNG?



im Bereich SELBST-VERWIRKLICHUNG?



im Bereich SELBST-BEFREIUNG?



im Bereich SELBST-VERTRAUEN?



Stichpunkte

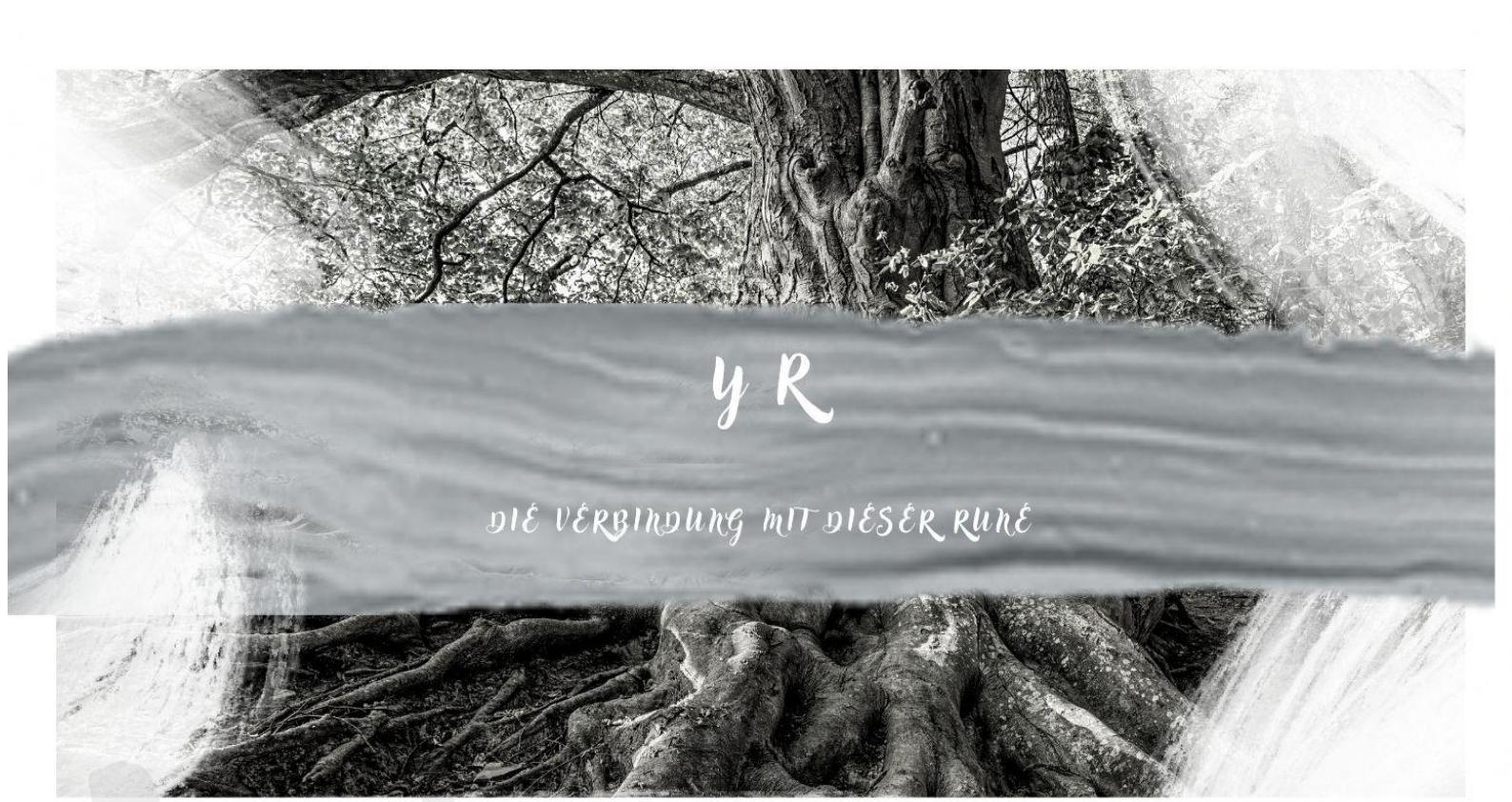
YR

- Menschliche Verbindung zum Lebensbaum
- Wurzeln schlagen für einen erfolgreichen Schöpfungsprozess
 - Heimat finden
 - zu hause sein
- Verbindung zum eigenen Leben
 - Verbindung zur eigenen Schöpfung
- angekettet an das selbst-erzeugte Ursache-und-Wirkungs-Prinzip
- Verantwortung tragen für die eigene Schöpfung
- Konsequenzen tragen können für das eigene Handeln

Das Lied von

YR

-symbolisiert Odin, wie er an den Baum gekettet ist - er ist verbunden mit seinem Leben und seiner Schöpfung - er kann dieser Verbindung nicht entfliehen - wahre Freiheit entsteht durch Hingabe an die eigene Schöpfung



y R

DIE VERBINDUNG MIT DIESER RUNE

Wie du schon gemerkt hast, ist in dieser Schöpfungseinheit und der Rune YR der Fokus auf dem Wurzelbereich des Lebensbaums. Die Frage ist nun, wie kann man die Rune YR gut für sich selbst ergreifen. Zum einen in dem du nach und nach dich ruhig und bewusst mit den Fragen auf den vorherigen Seiten auseinandersetzt.

Aber natürlich geht es auch ganz praktisch und darum soll es in dieser Ausbildung ja auch gehen: Die Runen und die Arbeit mit ihnen in den Alltag integrieren. Daher habe ich noch drei ganz besondere Aufgaben für dich und selbstverständlich bist du völlig frei, ob du sie machen möchtest oder nicht - letztendlich geht es ja auch darum, die Ergreifung des Freien Willens, der eigenen Schöpfermacht und danach zu handeln, ich kann dir nur Impulse an die Hand geben und du bist frei, ob du sie nehmen möchtest oder nicht.

Runen-Yoga

Stelle die Rune YR körperlich nach. Stelle dich gerade hin. Füße mindestens Schulterbreit auseinander, vielleicht ein wenig mehr. Am besten wäre es, wenn du dich dabei gerade an einen Baum lehnst. Aber nicht immer haben wir einen Baum zur Verfügung. Daher geht auch ein Türrahmen oder einfach die Wand. Lehne dich gerade, breitbeinig an die Fläche, die dir jetzt zur Verfügung steht. Schließe die Augen, atme tief ein und aus in deinem Rhythmus. Fühle deine Füße, wie sie mit dem Boden verbunden sind. Fühle deinen Körper, wie er mit der Fläche hinter dir verbunden ist. Stelle dir vor die Fläche an die du lehnst, steht jetzt symbolisch für dein Leben. Fühle deine Verbundenheit mit deinem Leben. Fühlt es sich gut an? Oder fühlst du dich vielleicht gefangen? Oder ausgebremst?



VERBUNDEN MIT DEINEM EIGENEN LEBEN - YR

Vielleicht fühlst du dich auch gut gestützt und getragen. Bleibe im Fühlen, im Wahrnehmen - deine Bodenhaften, deine Verbindung zu deinem "Leben" im Rücken. Halte diese Verbindung zu lange du magst, aber bitte möglichst für mindestens 10 Atemzüge. Dann gehe mit deiner Aufmerksamkeit weiter. Wie ist dein Stand? Fest und sicher oder doch eher wackelig und unsicher? Fühlst du deine Verbindung zum Boden, zur Erde? Stelle dir nun vor, wie aus deinen Füßen Wurzeln in den Boden wachsen, sich dort ausdehnen, ausbreiten, dort gedeihen. Wie fühlt es sich an? Gut oder vielleicht schwer? Atme auch diese Verbindung mindestens 10 Atemzüge. Danach kannst du dich wieder lösen aus dieser Verbindung mit der Rune YR.

Schreibe deine Eingebungen und das, was dir aufgefallen ist ruhig auf. Mache diese Übung wenn möglich 21 Tage hintereinander. Beobachte dich dabei. Was verändert sich? Was bleibt gleich? Gibt es eine Entwicklung? Eine Veränderung? Eine Erweiterung?

DIE ERSTE RUNE FÜR DEIN RUNENSET

Ich rate allen meinen Runen-Magierin-Ausbildungsteilnehmerinnen sich unbedingt ein eigenes Runenset zu erstellen. Natürlich kannst du dir auch ein Fertiges kaufen, aber deine Verbindung zu deinem Set wird eine andere sein, wenn du dir die "Mühe" oder besser gesagt, die "Freude" machst, es selbst herzustellen.

Heutzutage hat es sich durchgesetzt, dass man kleine Holzscheiben, aus einem Ast abgesägt, dafür nimmt. Damit habe ich auch lange gearbeitet, bis ich mich entschieden habe, mir ein klassisches Runenset herzustellen mit dem ich sehr glücklich und zutiefst verbunden bin. Entscheide du, mit welchem Set du anfangen möchtest zu arbeiten.

Für Holzscheiben suchst du dir einen dicken Ast mit einem Durchmesser von mindestens einem 1 cm. Wenn möglich von einem Ast, der bereits vom Baum abgefallen ist. Diesen Ast lässt du mindestens 6 Monate trocknen. Dann schneidest du dir von ihm Scheiben ab, sie müssen nicht dick sein, sollten aber nicht brechen. Du benötigst für dein Set 21 Scheiben. In die einzelnen Scheiben ritzt oder brennst oder malst du dann jeweils eine Rune.

Das klassische Runenset sind jedoch kleine Holzstäbe aus kleinen Zweigen, die du bei einem Spaziergang durch den Wald relativ einfach und kostengünstig zusammen sammeln kannst. Die kleinen Zweige sollten so dick sein, dass du noch genug Fläche hast, um eine Rune hineinritzen zu können. Wenn du zuhause bist,



DER GROSSE RUNENSTAB

Also für sich selbst einen Runenstab herzustellen, empfinde ich als etwas ganz besonderes und ich L I E B E meinen Runenstab. Und es kostet wirklich gar kein Geld. Du brauchst dafür nur in den Wald zu gehen und das Universum, oder zu wem auch immer du gerne Kontakt aufnehmen möchtest, darum zu bitten, dir einen geeigneten Stab zu zeigen. Runenstäbe gibt es in unterschiedlichen Größen, von Zauberstabgröße (Harry Potter) bis hin zu Zauberstabgröße von Gandalf bei Herr der Ringe. Also ein großer Spazierstock. Mein Runenstab ist ungefähr 140cm.

Da ich Hunde habe, gehe ich sehr viel in der Natur spazieren und habe dann immer meinen Runenstab bei mir. Andere haben gerne Harry-Potter- Zauberstabgröße, weil sie dann ihren Runenstab in einer großen Handtasche überall mit hinnehmen können. Wenn du um deinen Runenstab bittest, lass dich überraschen, was die geistige Welt dir bringt. Man kann auch später noch einen anderen Runenstab zu sich holen - wir sind da ganz frei. Es darf immer mehr als einen geben, obwohl ich aus Erfahrung weiß, dass wir uns gerne an einen Stab binden.

Deinen Runenstab nimmst du dann mit nach Hause, mache die energetische Feuerreinigung, die ich dir in der Runen-Magierin-Ausbildung mit zur Verfügung stelle und halte dabei den Stab (gleich welcher Größe) in deinen Händen. Wir werden den Runenstab im Laufe der Ausbildung mit allen fünf Elementen reinigen. Jetzt ist Feuer dran.

DEIN RUNENSTAB-SET

kannst du die Zweige, die du gefunden hast auf eine dir genehme Länge kürzen. Ich persönlich finde so um die 5 cm eine gute Länge. Aber probier dich hier ruhig aus, was sich für dich stimmig anfühlt. Auch was die Rinde angeht bist du frei. Du kannst den ganzen Stab von der Rinde befreien oder nur einen Teil, dort wo du die Rune hineinritzen möchtest. In der Regel wird sich die Rinde mit der Zeit sowieso lösen, einfach, weil der Zweig austrocknet und die Rinde dann abfällt. Spiele mit den Möglichkeiten. Jeder Stab bekommt eine Rune. Wenn du magst, kannst du selbstverständlich auch noch Verzierungen hineinritzen, ist aber kein muss und kann auch noch später passieren.

Denke daran, es ist dein Set - deine Energie, die du beim Erschaffen dieses Sets hineingibst. Lass dir hierfür gebührend Zeit.

Der erste Stab bekommt dann die Rune YR eingeritzt. Der Anfang für dein eigenes Runenset, ob Stäbe oder Scheiben, ist hiermit gelegt.



FEUER-REINIGUNG

Entzünde eine Kerze, wenn möglich mache das Ritual draußen, im Garten, auf dem Balkon o.ä. Atme, verbinde dich mit dem Stab und dann denke innerlich: "Ich reinige dich nun mit der Kraft des Feuers" und dann hältst du deinen Stab über die Flamme der Kerze. Ziehe den gesamten Stab einmal durch die Flamme, drehe dabei den Stab, so dass jede Stelle einmal mit der Feuerflamme der Kerze in Berührung gekommen ist. Und keine Sorge, dein Stab sollte dick genug sein, dass er kein Feuer fängt und dann verbrennt. Es geht auch nicht darum den Stab ewig lang in die Flamme zu halten, sondern ist eher wie bei einer Taufe. Dein großer Runenstab wird nun mit Feuergetauft, bzw. gereinigt. Wenn du deine YR Rune als Scheibe oder Stab schon fertig hast, dann kannst du sie auch einmal schnell durch die Flamme ziehen. Das machst du dann bitte auch mit jeder weiteren Rune, die im Laufe dieser Ausbildung entsteht. Alle Runen werden mit allen vier Elementen getauft. Und ja, taufe ist keine kirchliche Erfindung, sondern wieder einmal eins der vielen Dinge, die die

Kirche aus alten Traditionen geklaut hat.

Nachdem du deinen großen Runenstab im Feuer gereinigt hast, kannst du deine erste Rune in diesen Stab ritzen. YR. Fühle den Stab und suche intuitiv den für dich stimmigsten Platz für diese Rune auf deinem Stab und dann ritze sie hinein.

Du kannst auch hier eigene Verzierungen mit hineinritzen. Lass nur genug Platz, dass am Ende alle Runen ihren Ort finden auf deinem Runenstab. Somit ist nun auch der große Runentab in dein Leben geboren und wird dir ein treuer Begleiter auf deinem Weg als Runen-Magierin sein.

DER LEBENSBAUM IM KLEINFORMAT

Toll ist es auch für dieses Runenjahr sich einen „Lebensbaum“ zu zulegen. Damit meine ich eine grüne Zimmerpflanze, die Baum ähnlich ist. Natürlich geht auch ein Bonsai, wenn du das Geld dafür hast, aber eine Palme, ein Benjamina, ein Geldbaum oder ähnliches tut es auch. Suche ihn dir mit Bedacht aus. Fühle beim Kaufen in dich hinein, welche Pflanze dich ruft.

Stelle das Bäumchen, welches dich nun symbolisch begleiten wird dieses Jahr und hoffentlich noch viele Jahre darüber hinaus, an einen Platz, wo es ihm a) gut geht und b) wo du deinen Baum gut sehen kannst. Dann lade ich dich ein, wenn du spazieren gehst, einen schönen kleinen Stein zu finden. Nimm diesen Stein mit nach Hause. Verbinde dich wieder mit YR, wie du es für den Runenstab getan hast, und male dann YR auf diesen Stein und lege



ICH TRAGE MIT LIEBE DIE VERANTWORTUNG ÜBER MEINE SCHÖPFUNG

*GEHE GUT UND
ACHTSAM MIT DEM
LEBENDEN IN DEINEM
LEBEN UM*

hin unter deinen Baum/Bäumchen. Das kannst du dann mit jeder weiteren Rune machen, bis am Ende unseres gemeinsamen Jahres alle Runen unter deinem Baum liegen. Der Vorteil bei Steinen ist, dass sie nicht aufweichen, wenn du deine Bäumchen gießt, wie z.B. es Holzscheibchen etc tun würden.

Ich habe dafür einen mittlerweile recht großen Bonsai, da liegen nicht nur meine Runensteine, sondern auch Federn, die mir auf meinen Spaziergängen vor die „Füße fallen“ und andere kleine Kostbarkeiten, die wasserfest sind. So wandelt sich mein „Lebensbaum“ im Laufe des Jahres, so wie auch der große Schöpfungslebensbaum einer stetigen Wandlung unterliegt.

Dein äußerer Lebensbaum hält die Aufmerksamkeit wach. Er erinnert dich an deinen immerwährenden Schöpfungsprozess. Er macht dir bewusst, dass du dich gut um deine Schöpfung kümmern darfst, wenn sie gedeihen soll. Viel Freude mit deinem Lebensbaum im Kleinen.



DI E 4 ELEMENTE

GRUNDENERGIEN

Auf dem Weg zur Runen-Magierin gehört es auch, dich mit den vier Elementen, den Grundenergien, auseinanderzusetzen und diese zu verinnerlichen. Diese vier Elemente gehören wieder zum analogischen Denken. Es sind die vier Grundqualitäten, die alles durchdringen.

Sie können jedem Aspekt des Lebens eine konstruktive oder eine dekonstruktive Schwingung bzw. Richtung geben.

Natürlich kann man die Runen in diese Elemente einteilen. Damit meine ich, dass es Runen gibt, die mehr zur Feuerqualität tendieren und andere Runen, die mehr zur Wasserqualität neigen usw. Aber es würde dem großen Potenzial der Runen-Magie absolut nicht gerecht werden.

Jede Rune trägt auch die vier Elemente in sich. Mal tritt ein Element mehr in den Vordergrund, und zwar immer dann, wenn genau diese Qualität von Bedeutung ist. Die anderen

Qualitäten verschieden dann aber nicht, sondern wirken weiter im Hintergrund. Daher würde ich die Runen-Einteilung in die vier Elemente unterlassen. Es macht mehr Sinn die Energie der vier unterschiedlichen Elemente zu verinnerlichen, damit ich bei jedem Runen-Aspekt erkennen kann, welches Element hier gerade wirkt und welches vielleicht noch ein wenig mehr Stärkung gebrauchen könnte. Vergiss nicht, du bist bereits vollkommen. Alles ist bereits vollkommen. Das heißt nichts anderes, als dass alles bereits da ist. Es liegt an uns überall Licht hineinzubringen, zu erleuchten, damit ich immer die beste, weiseste Schöpfung erschaffen kann.

Die vier Elemente der Runenmagie sind: Feuer, Wasser, Luft und Erde. Unterstützt von den vier Himmelsrichtungen: Süden, Norden, Westen und Osten.



FEUER

GRUNDENERGIEN

Am Anfang steht das Feuer als Analogie für den Funken, den jeder Neubeginn benötigt, um überhaupt loslegen zu können.

Haben wir kein Feuer - innerlich gesprochen - dann fühlen wir uns oft energie- bzw. kraftlos.

Nichts bringt wirklich Freude und es fehlt uns die Motivation überhaupt ins Tun zu kommen.

Wir brauchen die Aktivierung unseres inneren Feuers um starten zu können. Um konstruktive Leidenschaft zu entwickeln für eine Sache, für einen Menschen, für ein Projekt, für unser eigenes Leben, für unsere Schöpfung.

Unser inneres Feuer kann uns erwärmen. Erwärmen für etwas. Unser inneres Feuer kann aber auch ausarten und uns verzehren und dann komplett auslaugen.

Wie immer liegt es auf dem Weg der Runen-Meisterin als Aufgabe vor uns jedes Elemente in einen gesunden Ausgleich, in eine harmonische Balance zu bringen,

damit wir das beste aus jedem Element für unsere Schöpfung herausholen können. Das ist nicht immer leicht. Schwanken wir Menschen doch gerne von einem Extrem zum anderen. Das ist auch völlig normal auf dem Weg zur inneren Balance. Lerne mit dem Feuer in dir umzugehen und du wirst sicher und voller Freude neue Wege beschreiten, neue Projekte angehen, neue Möglichkeiten ausloten und dein Leben damit noch viel voller und reicher gestalten.

Die Himmelsrichtung, die zum Feuer gehört ist Süden. Wieder befinden wir uns im analogen Denken. Der Süden steht hier für Wärme, manchmal auch für Hitze, ja manchmal sogar für unerträgliche Hitze. Der Süden steht aber auch für Überfluss. Überfluss von Früchten, die uns nähren. Die in der Wärme gut gedeihen können. So wie auch Ideen unter dem Einfluss des Feuers und der Energie Süden sich gut entfalten können.

Konstruktive **FEUER ENERGIE**

- 1. Macher Energie - umsetzen, anpacken, loslegen, ausprobieren**
- 2. Umsetzungskraft - aus Ideen Wirklichkeit machen mit der eigenen Kraft, mit der eigenen Energie**
- 3. mutig und offen neue Wege beschreiten - den Mut haben alte Wege zu verlassen, über den Tellerrand schauen**
- 4. sprühende Lebensfreude, mit offenem Sein die Möglichkeiten des Lebens ergreifen und anpacken**
- 5. Anführerqualitäten - mitreißend, energetisch, einladend mit zu gehen, mit umzusetzen, ins Tun kommen**
- 6. sehr viel Kraft für kurze Zeit - das Feuer des Anfangs, des Neubeginns, auflodernd und stark**
- 7. denkt außerhalb der Bos und des Systems - lässt sich nicht unterjochen, unterordnen oder klein machen**
- 8. sprengt alte Altäre, Ketten und Mauern - das Motto: "so haben wir das schon immer gemacht!" wird nicht akzeptiert**
- 9. wärmend, lichtbringend, Schutz vor Dunkelheit - Feuer-Energie wirkt stark und beschützend**
- 10. Neue Möglichkeiten - den Blick öffnen auf neue Möglichkeiten und unentdecktes Land**

Destruktive **FEUER ENERGIE**

- 1. zu impulsiv - erst machen, dann denken, kann zu Chaos und Ergebnissen führen, die man nicht haben wollte**
- 2. zerstörerisch - verbrannte Erde hinter sich zurücklassen - statt Aufbau verursacht man Zerstörung**
- 3. Siegen, um jeden Preis - kann dazu führen, dass man mogelt, lügt, schummelt, übervorteilt**
- 4. Unachtsamkeit gegenüber Traditionen und Dingen, die erhaltenswert sein könnten - zu schnell verbrennen ohne zu überlegen**
- 5. Selbst-Überschätzung - weit über die eigenen Grenzen hinaus agieren und sich damit selbst erschöpfen und schwächen**
- 6. zu schnell verbrennen - ausgelaugt sein, ausgezehrt, über die eigenen Kräfte und die Kräfte, der anderen gehen**
- 7. rücksichtslos - egoistisch- narzisstisch - me first Verhalten**
- 8. unkontrollierbar - unberechenbar - unzuverlässig - nur auf das eigene Wohl und das eigene Vorankommen bedacht**
- 9. vernichtend, herablassend, arrogant**
- 10. Ausbeutung - sich über andere und ihre Schöpfung überlegen fühlen**



DEINE VERBINDUNG ZUM ELEMENT FEUER

Deine positiven Assoziationen mit dem Feuer?

Deine negativen Assoziationen mit dem Feuer?

In welchen Dingen bist du mutig?

In welchen Bereichen bist du ängstlich?

Ritual **FEUER**

- schreibe auf einen Zettel, was du jetzt loslassen möchtest bzw. welcher Seins-Zustand jetzt aus deinem Leben gehen darf (wie z.B. arm sein, alleine sein, neidisch sein usw.)
- gehe nach draußen - entzünde ein Feuer - es geht auch eine Kerze in einem Glas
- Zerreiße den Zetteln in kleine Stücke und übergebe diese ganz bewusst der Flamme des Feuers
- lass am Ende die Asche mit dem Wind wegfliegen oder vergrab sie in die Erde - fühl, was besser jetzt zu dir passt



Verbindung **FEUER**

- es ist wichtig, dich jeden Tag bewusst mit jedem der vier Elemente zu verbinden - daher die Einladung, entzünde jeden Tag, und wenn es nur für ein paar Minuten ist, eine Kerze
- nimm dir die Zeit ein paar Minuten in die Flamme der Kerze zu schauen und verbinde dich dabei mit dem Element Feuer
- fühl, wie die Kraft des Feuers auch in dir ist, wie du die Kontrolle über dieses Feuer hast und du es jederzeit anwenden kannst, wenn du die Feuer-Energie benötigst, z.B. in Zeiten wo es gilt mutig zu sein oder neue Ideen in die Tat umzusetzen, dich zu zeigen oder auch wenn du deine Komfort-Zone mal verlassen musst. Das Feuer ist da, um dich zu stärken und zu nähren.

