

Die wilde Frau

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „wilde Frau“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Feuer
Edelstein: roter Jaspis

„Das Feuer in mir treibt mich an.“



Die wilde Frau verkörpert deine temperamentvolle Seite. Sie ist kraftvoll, kann unbändig und unberechenbar sein und vielleicht sogar zerstörerisch werden, wie das Feuer, um das die wilde Frau tanzt. Aus dem Feuer zieht sie ihre Kraft, mit ihm verbindet sie sich. Die Kraft des Feuers hat die Magie der Transformation inne; sie kann etwas zerstören, und aus der Asche entsteht der Nährboden für etwas Neues.

Der rote Jaspis schwingt mit der wilden Frau auf der Welle von Mut, Energie und Willenskraft. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe des „Feueratems“ mit der wilden Frau verbinden.

Reflektionsfragen: Welches Feuer treibt dich an? Lebst du manchmal deine ungezügeltere und wilde Seite?
Was möchtest du in deinem Leben transformieren?

Was habe ich über mich gelernt dank der wilden Frau?

Möchte ich diesen Anteil in mir

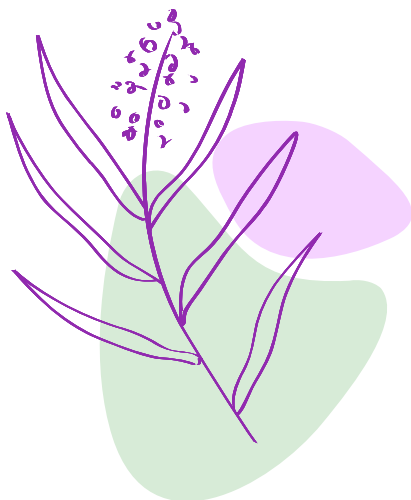
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

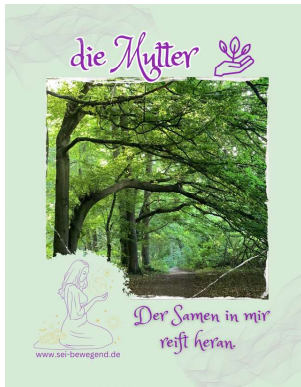
Wie gelingt mir das?



Die Mutter

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Mutter“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Erde
Edelstein: Achat

„Der Samen in mir reift heran.“



Die Mutter verkörpert deine fruchtbare und fürsorgliche Seite. Sie liebt bedingungslos, was sie auf die Welt bringt; ihre Geschöpfe, Werke, Projekte reifen in ihr, bevor sie sie auf die Welt bringt. Sie nährt sie und schützt sie mit all ihrer Kraft und hält sie an der Hand, wenn sie zu Ende gehen. Mutter Erde schenkt uns Stabilität und Vertrauen in den Kreislauf des Lebens.

Der Achat schwingt mit der Mutter auf der Welle von Erdung, Schutz und Sicherheit. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe des „Bhumisparsha Mudra“ mit der Mutter verbinden.

Reflektionsfragen: Was erdet dich? Lebst du manchmal deine fürsorgliche und schöpferische Seite? Was möchtest du auf die Welt bringen?

Was habe ich über mich gelernt dank der Mutter?

Möchte ich diesen Anteil in mir

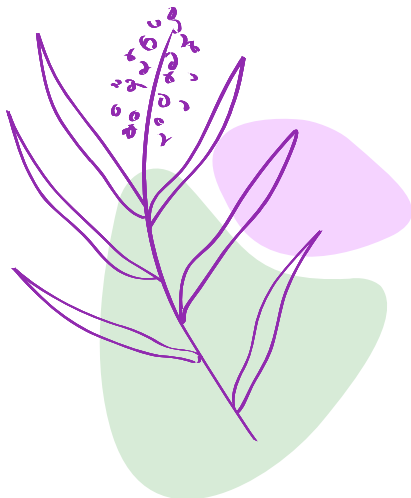
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

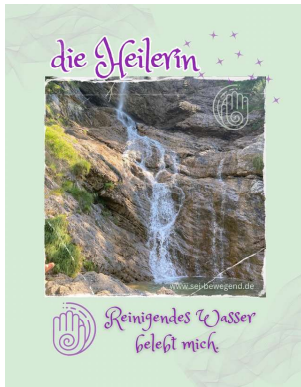
Wie gelingt mir das?



Die Heilerin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Heilerin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Wasser
Edelstein: Bergkristall

„Reinigendes Wasser belebt mich.“



Die Heilerin verkörpert deine klärende und bereinigende Seite. Sie hat eine gute Wahrnehmung für die Energien der Anderen und auch für ihre eigenen Energien. Sie besitzt die heilsame Fähigkeit, Blockaden zu lösen, wo sich zu vieles angestaut hat, und sorgt dafür, dass alles wieder ins Fließen kommt. Ihr Element ist das Wasser, welches uns reinigen und beleben kann.

Der Bergkristall schwingt mit der Heilerin auf der Welle von Klarheit und Reinigung. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Lichtdusche“ mit der Heilerin verbinden.

Reflektionsfragen: Was schenkt dir Klarheit? Lebst du manchmal deine heilsame Seite? Was möchtest du bereinigen?

Was habe ich über mich gelernt dank der Heilerin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

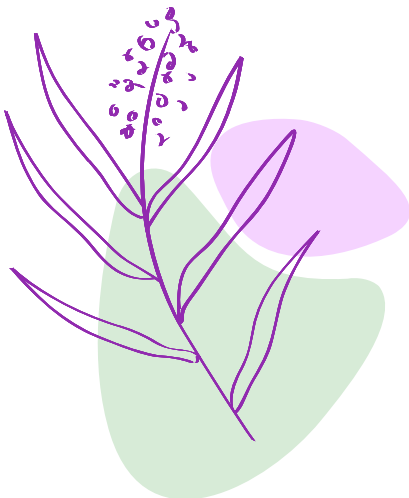
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Künstlerin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Künstlerin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Luft
Edelstein: Labradorit



„Kreativität wirbelt durch jede Faser meines Seins.“

Die Künstlerin verkörpert deine impulsive und kreative Seite. Wie ihr Element, die Luft, kann die Künstlerin mal sanft und im nächsten Moment stürmisch durch die Welt wirbeln, sanft ihren Impulsen folgen oder in Begeisterungstürme verfallen. Sie nutzt ihre Talente, um ihren Bedürfnissen und Belangen Ausdruck zu verleihen, und ist stets auf der Suche nach Inspirationen und neuen Sichtweisen.

Der Labradorit schwingt mit der Künstlerin auf der Welle von Kreativität und Begeisterung. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „neuen Sichtweise“ mit der Künstlerin verbinden.

Reflektionsfragen: Was versetzt dich in Begeisterung? Lebst du manchmal deine künstlerische Seite? Was möchtest du gestaltet?

Was habe ich über mich gelernt dank der Künstlerin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

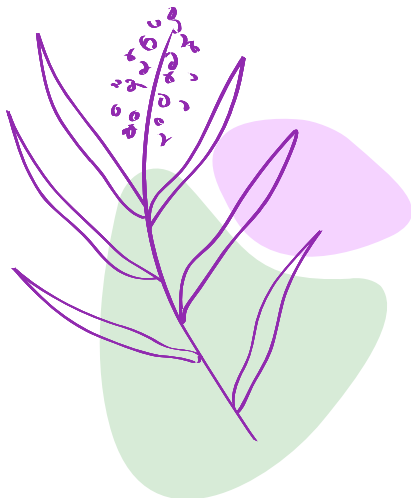
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

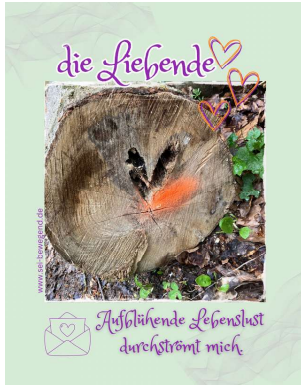
Wie gelingt mir das?



Die Liebende

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Liebende“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Frühling
Edelstein: Rosenquarz



„Aufblühende Lebenslust durchströmt mich.“

Die Liebende verkörpert deine leidenschaftliche und liebevolle Seite. So wie im Frühling das Leben in der Natur erwacht und vor Lebenslust zu strotzen scheint, so pulsiert auch in der Liebenden die Lust auf das Leben. Die Liebe zu sich selbst, zu ihren Projekten, ihren Mitmenschen und allem, was sie umgibt, verleiht ihr Energie.

Der Rosenquarz schwingt mit der Liebenden auf der Welle von Herzöffnung und Vertrauen. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Spiegelübung“ mit der Liebenden verbinden.

Reflektionsfragen: Was öffnet dein Herz? Lebst du manchmal deine leidenschaftliche Seite? Was möchtest du an dir selbst lieben lernen?

Was habe ich über mich gelernt dank der Liebenden?

Möchte ich diesen Anteil in mir

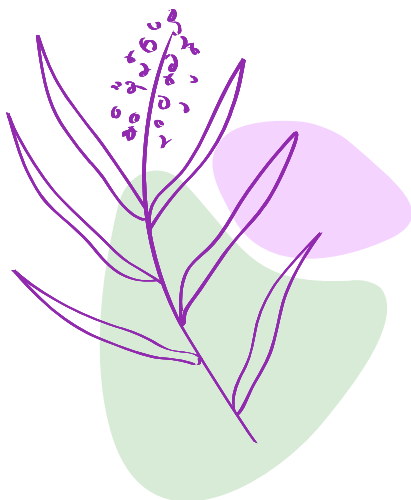
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

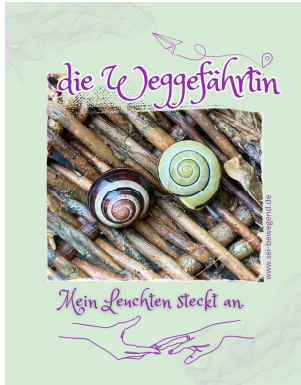
☐

Wie gelingt mir das?



Die Weggefährtin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?
Wie viel „Weggefährtin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Sommer
Edelstein: Chalcedon

„Mein Leuchten steckt an.“



Die Weggefährtin verkörpert deine gemeinschaftliche und unterstützende Seite. Wie die Sonne im Sommer Wärme spendet, so spendet die Weggefährtin Seelenwärme und Trost. Wie die Schatten im Sommer die erhitzten Körper kühlen, so kühlt die Weggefährtin erhitzte Gemüter. In ihrer Kommunikation versucht sie stets empathisch zu sein und authentisch zu bleiben, sowohl auf verbaler als auch auf nonverbaler Ebene.

Der Chalcedon schwingt mit der Weggefährtin auf der Welle von Kommunikation und Selbstvertrauen. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Herzensverbindung“ mit der Weggefährtin verbinden.

Reflektionsfragen: Wie öffnest du dich für deine Mitmenschen? Lebst du manchmal deine gemeinschaftliche Seite? Wie kommunizierst du deine Botschaften?

Was habe ich über mich gelernt dank der Weggefährtin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

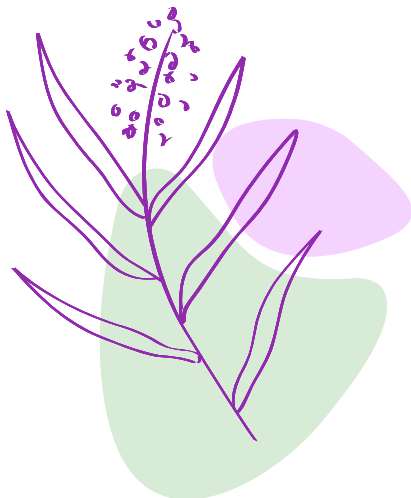
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Kriegerin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?
Wie viel „Kriegerin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Sonne
Edelstein: Tigerauge

„Mein Ziel erleuchtet meinen Weg.“



Die Kriegerin verkörpert deine zielstrebige und kämpferische Seite. Sie hat einen klaren Fokus, ist mit ihrer Aufmerksamkeit absolut im jetzigen Moment. Zielgerichtet wie ein Sonnenstrahl beleuchtet die Kriegerin ihr Handeln. Sie ist sich ihrer Waffen – ihrer Stärken – bewusst, die ihr zur Verfügung stehen, und sie weiß sie anzuwenden.

Das Tigerauge schwingt mit der Kriegerin auf der Welle von Durchhaltevermögen und Selbstvertrauen. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe des „Virabhadrasana II (Krieger 2)“ mit der Kriegerin verbinden.

Reflektionsfragen: Welche „Waffen“ hast du zur Verfügung? Lebst du manchmal deine zielstrebige Seite? Wie fokussiert bist du in deinem Tun?

Was habe ich über mich gelernt dank der Kriegerin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

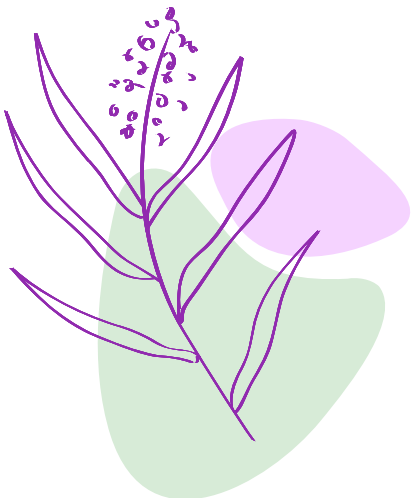
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Priesterin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Priesterin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Universum
Edelstein: Amethyst



„Zu jeder Zeit bin ich mit dem Universum verbunden.“

Die Priesterin verkörpert deine meditative und spirituelle Seite. Mit Hilfe von Meditation und Gebet kann sie sich tief in sich versenken, um Verbindung zu ihrer inneren Weisheit herzustellen. Sie ist sich dessen bewusst, dass sie jederzeit mit dem Universum und der göttlichen Weisheit verbunden ist, um diese Weisheit zum höchsten Wohle aller weiter zu geben.

Der Amethyst schwingt mit der Priesterin auf der Welle von Innenschau und Spiritualität. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „betenden Hände/ Namasté“ mit der Priesterin verbinden.

Reflektionsfragen: Welchen Zugang hast du zu deiner inneren Weisheit? Lebst du manchmal deine spirituelle Seite? Wie verbunden fühlst du dich mit dem göttlichen Universum?

Was habe ich über mich gelernt dank der Priesterin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

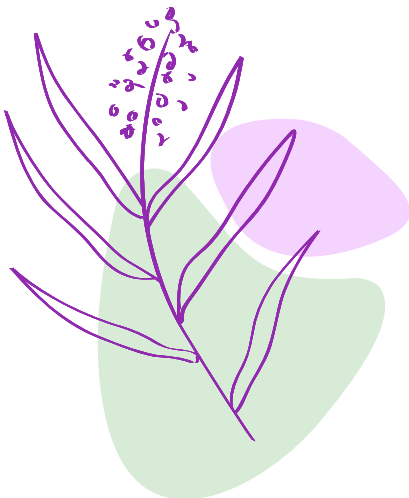
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Jungfrau

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?
Wie viel „Jungfrau“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Neumond
Edelstein: Aventurin



„Der Zauber des Neubeginns kribbelt in mir.“

Die Jungfrau verkörpert deine unbedarfte und optimistische Seite. Sie steht für den Zauber des Neubeginns; frei von schlechten Erfahrungen blickt sie zuversichtlich nach vorne, getragen von unschuldiger Leichtigkeit und erfrischendem Optimismus. Wie der Neumond einen neuen Zyklus einleitet, und die Knospe kurz vorm Erblühen steht, so steht die junge Frau am Anfang ihres Wegs.

Der Aventurin schwingt mit der Jungfrau auf der Welle von Mut und Optimismus. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe des „Padma Mudra“ mit der Jungfrau verbinden.

Reflektionsfragen: Wie optimistisch gehst du an neue Projekte? Lebst du manchmal deine unbedarfte Seite? In welchen Momenten fühlst du dich zuversichtlich und leicht?

Was habe ich über mich gelernt dank der Jungfrau?

Möchte ich diesen Anteil in mir

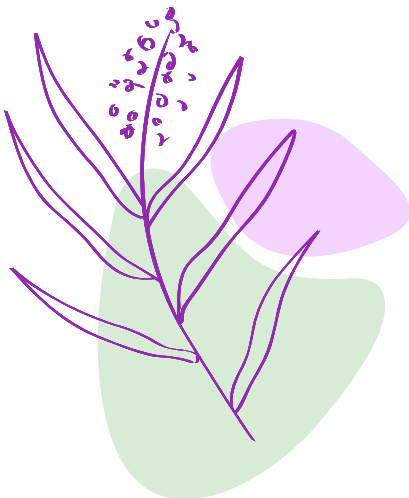
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die alte Weise

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „alte Weise“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Winter
Edelstein: Magnesit



„Meine Früchte nähren mich auf allen Ebenen.“

Die alte Weise verkörpert deine reife und gelassene Seite. Voller Dankbarkeit blickt sie zurück auf die Erfolge ihres Lebens, und auf die Lektionen, die sie aus ihren Rückschlägen lernen durfte. So, wie die Natur sich im Winter zurückzieht, so hat auch die alte Weise ihre Ernte eingefahren und darf nun zur Ruhe kommen und von ihren Früchten leben.

Der Magnesit schwingt mit der alten Weisen auf der Welle von Gelassenheit und Achtsamkeit. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Ahnen-Verbindung“ mit der alten Weisen verbinden.

Reflektionsfragen: Wie gehst du mit Erfolgen um? Lebst du manchmal deine dankbare Seite? Kannst du dich auch zurückziehen und genießen?

Was habe ich über mich gelernt dank der alten Weisen?

Möchte ich diesen Anteil in mir

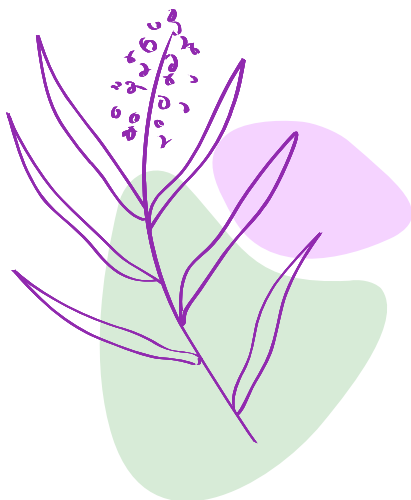
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Wandlerin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?

Wie viel „Wandlerin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Herbst
Edelstein: Mondstein



„Aus meinem Zyklus ziehe ich meine Kraft.“

Die Wandlerin verkörpert deine intuitive und wandelbare Seite. Sie ist sich dessen bewusst, dass sie ein natürliches zyklisches Wesen ist. Wie es die Natur im Herbst besonders deutlich und farbenfroh zeigt, gehört die Veränderung zum Kreislauf des Lebens dazu. In der Einheit mit dem Zyklus des Wachsens und Vergehens liegt eine große Kraft.

Der Mondstein schwingt mit der Wandlerin auf der Welle von Vertrauen und Intuition. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Zyklus-Achtsamkeit“ mit der Wandlerin verbinden.

Reflektionsfragen: Wie gehst du mit Veränderungen um? Lebst du manchmal deine intuitive Seite? Welche Verbindung hast du zu deinem Zyklus oder zum Mond-Zyklus?

Was habe ich über mich gelernt dank der Wandlerin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

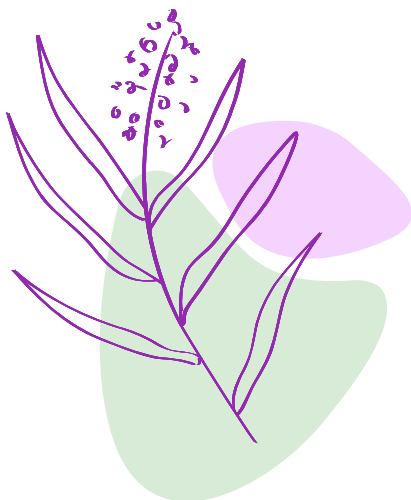
☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?



Die Königin

Welche Assoziationen schießen mir als erstes durch den Kopf?
Wie viel „Königin“ fühle ich in mir?



Natur-Element: Vollmond
Edelstein: Selenit

„Sanftheit und Klarheit regieren in mir.“



Die Königin verkörpert deine ausgeglichene und bestimmende Seite. Sie hat es gelernt, ihren Verstand und ihre Intuition mit einander zu vereinen; diese Ausgeglichenheit lässt sie weise und gerecht regieren. Wie das Licht des Vollmondes strahlt sie Sanftheit und Klarheit aus und zieht damit alle in ihren Bann.

Der Selenit schwingt mit der Königin auf der Welle von Ausgeglichenheit und Ordnung. Wenn du möchtest, kannst du dich jederzeit mit Hilfe der „Königin-Haltung“ mit der Königin verbinden.

Reflektionsfragen: Wie erlangst du Klarheit? Lebst du manchmal deine königliche Seite? Kannst du mit Sanftheit etwas bewirken?

Was habe ich über mich gelernt dank der Königin?

Möchte ich diesen Anteil in mir

☐ akzeptieren

☐ stärken

☐ abmildern

☐ _____

Wie gelingt mir das?

