

Verbindung mit den Sternen



Ich möchte dich einladen, genau in der jetzigen Zeit, wenn die Nächte so lang und die Tage so kurz sind, dich bewusst mit der Dunkelheit des Nachthimmels und den leuchtenden Sternen und ihrer Weisheit zu verbinden, mit dem tröstlichen Licht von Mond und Sternen..... und auch mit uraltem astrologischen Wissen...

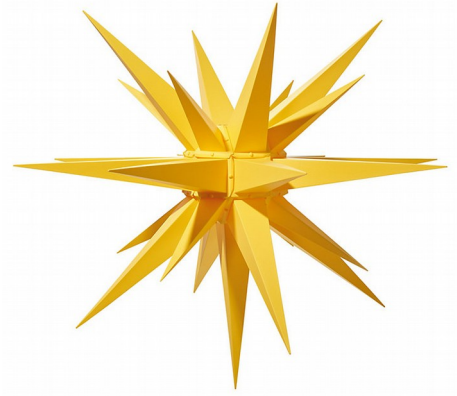
Hier ein sehr schöner und Mut machender Text von der Psychologin und Astrologin Susann von Wolff für die momentane Zeitqualität zwischen den Jahren – die Originalfassung findest du hier: <https://astraia-astrologie.de/zeitqualitaet.html>

Was uns die Sterne für die jetzige Zeit sagen...

Die dunkelste Nacht des Jahres liegt hinter dir, wenn die Sonne in das Zeichen Steinbock eintritt (21.12. 11:02 Uhr – 19.01. 21:39 Uhr). Es ist Wintersonnenwende und der Winter beginnt. Frau Percht, Frau Holle, Hekate und Saturn, die Schicksalskraft stehen dir bei und umhüllen dich schützend mit ihrem Samtmantel der Dunkelheit. Sie spenden Trost, wenn du glaubst, dass die Schwärze in deinem Leben zu groß wird. Sie flüstern dir aus dem Stillstand der Zeit zu, dass Gnade und Freude möglich sind. Sie tragen die Weisheit und das größte Mysterium des Lebens zu dir und zu allen Wesen dieser Erde, dass in der tiefsten Dunkelheit Licht und Leben geboren werden.

Dieses geheimnisvolle Wunder der Wiedergeburt wird mit dir geteilt. Sie laden dich ein, wenn es draußen zu sehr stürmt und friert, dich wie die Bäarin in die Höhle zurück zu ziehen, mit dem Pulsschlag der alten Erdmutter zu schwingen und so sicher die regenerative Kraft dieser Zeit zu erfahren.

Am tiefsten Punkt des Lichts rütteln mächtige Kräfte an deinen alten Ängsten und deinen Überzeugungen. Klar ist, dass es anders kommen wird, als du denkst und das kann durchaus gut sein, denn dein Denken beschränkt oft die Möglichkeiten zur Veränderung. Sei bereit, dich durch überraschende Zufälle zu verändern. Lass Fortschritt zu ohne deine Tradition zu verraten. Sei eine gute und verlässliche Freundin unterstütze und vernetze dich. Widersetze dich bei zu starren Regeln und werde sichtbar mit deinen Ideen und Idealen. Das oberste Prinzip, das dich an dieser Stelle unterstützen kann, ist deine Absicht. Sie weiß, dass es darum geht niemanden zu schaden, auch dir selber nicht. Verabschiede dich bewusst von den alten Zeiten. Es gibt kein Zurück. Mehr denn je geht es darum Besitzansprüche, Wertvorstellung zu wandeln und die Verantwortung dafür zu übernehmen, dass die Naturgesetze geehrt werden und jedes Wesen auf dieser Erde einen sicheren Platz zum Leben bekommt.



Lass dich voller Hoffnung ein, auf das, was in der Dunkelheit zu leuchten anfängt. Es ist die Zeit die Welt hoffnungsfroh zu träumen.

© Susann von Wolff - Ausführlichere Infos findest du hier: <https://astraia-astrologie.de/zeitqualitaet.html>

Sternen-Meditation

Gestalte dir zu Hause einen Raum mit Kerzen, Lichterketten, Sternenglanz. Mach es dir gemütlich und stell dir vor, wie dich die schwarz-samtene Decke der Dunkelheit tröstlich einhüllt. Setze oder lege dich so, dass du es bequem hast. Und stell dir vor, wie du ein Stück tiefer einsinkst, in die Erde. Die Erde, die sich trägt, wohin auch immer du gehst. Spüre den Kontakt an den Stellen, an denen dein Körper den Boden berührt. Spüre den Kontakt zu Mutter Erde. Wenn du willst, schließe die Augen.

Spüre deinem Atem nach. Spüre, wie dein Atem durch deine Nase, durch deinen Mund in dich hineinströmt, wie dein Atem deine Lungen ausfüllt und durch deinen Ausatem wieder hinausströmt.

Spüre bei jedem Atemzug, wie du tiefer einatmest und tiefer ausatmest. Spüre, wie dein Atem all deine Körperzellen erreicht, wie er ins Becken strömt, wie er das Becken ausfüllt. Das Becken, Ort deiner Frauenkraft, deiner Schöpferinnenkraft, deiner Eigenmacht.

Fühle dich durchströmt von der Lebenskraft, die dir die Erde schenkt.

Und nimm nun wahr, wie über dir und um dich herum das Himmelszelt mit seinen Sternen strahlt. Stell dir vor, wie du vom Sternenglanz umgeben bist. Wie sich dein Atem mit dem Kosmos verbindet. Atme die Energie des Himmels ein.

Und so spürst du, wie sich der Atem der Erde mit dem Atem des Kosmos verbindet.

Lass deinen Atem hin und her strömen – und fühle dich verbunden mit Himmel und Erde – mit Erde und Himmel.

Und heute ist es nicht nur der Atem, den du in dir aufnimmst. Heute ist es auch das Licht der Sterne, das in dich strömt – du kannst dir auch vorstellen, dass glitzernder Sternenstaub auf dich herabfällt, dich einhüllt, dich in ein goldenes Leuchten hüllt.

Atme so noch eine Zeit in deinem eigenen Sternenlicht – werde ruhig und innen weit, lass alles Schwere los und öffne dich für Zuversicht und Weite.

Tritt ein, in dein Reich der Stille.

Bleibe so lange in der Stille und in deinen Sternbildern, wie es dir gefällt – und komm dann wieder auf die Erde, in dein Zuhause zurück.

Wenn du magst, mach dir Notizen über deine Reise zu den Sternen oder mal ein Sternbild.

Im Alltag

Schau dir die nächsten Abend/ Nächte den Himmel genau an, grüß die Sterne – und lass deine Last/ deine Sorgen los – lass dich vom Sternenlicht bescheinen und gehe ins Vertrauen.

Für das innere Kind in dir ein nettes Sternenlied: Ich schenk dir einen Stern... <https://m.youtube.com/watch?v=s6Yv6BNHrUQ>

Und denke daran: Tanzen (unter'm Sternenhimmel), singen und lachen stärken dein Immunsystem!



**Ich wünsch uns und allen Wesen unter den Sternen
den Frieden der WeiheNacht**

Habt eine behütete Zeit

Foto: Sternbild: Pixabay_openclipart-vectors