

Zeit zu gehen - Zeit vorwärts zu gehen

Seit 20. Mai hat Mars die Station zur Direktläufigkeit erreicht. Rückblickend betrachtet haben sich in den vergangenen Wochen Ereignisse und Symptome gezeigt, die von überraschend bis bestürzend bezeichnet werden können.

Heftige körperliche Symptome, stagnierende Projekte bis hin zu Verzweiflung, Existenzbedrohung, Trennung in Partnerschaften und verlassen der irdischen Ebene. Eine von Vernunft und äußeren Bedürfnissen geprägte Regelung war nicht mehr möglich und so zeigten sich schmerzhaft (Mars) Veränderungen des Status quo. Nichts wird mehr so sein wie früher! Alte Verhältnisse und Strukturen sind nicht wiederherzustellen. Das war auch der Sinn dieser herausfordernden Konstellation. Neuerungen sind angesagt. Zeit zu gehen – Zeit vorwärts zu gehen (Mars).

Die Voraussetzung dafür ist die bewusste Wahrnehmung von lang verborgen gehaltenen psychischen Mustern, die ihre Wirkung bis in die zelluläre Ebene des Körpers hinein hatten. Damit mussten sie sich Ausdruck über körperliche Symptome verschaffen. Das bedeutet aber nicht automatisch, dass nun alle psychischen und physischen Schlacken entfernt sind, der Körper frei und damit empfänglich für die neuen, konstruktiven Energien ist. Zurück geblieben sind möglicherweise Toxine, die den Körper nur durch unsere bewusste Unterstützung verlassen können.

In Krisen und Umbruchszeiten greift die Psyche meist auf Themen der persönlichen Planeten, entsprechend der individuellen Konstellation zurück. Man könnte es auch als instinkthafte Verhalten bezeichnen. Dies geschieht meist unbewusst und ergibt sich einerseits durch die Konstellationen des individuellen Horoskops und andererseits durch die dadurch gemachten frühkindlichen Prägungserfahrungen. Eventuell fährt das ganze System (Körper, Seele, Geist) alles auf Überlebensmodus zurück.

Für viele Menschen beängstigend, weil dadurch Kontrollverlust und Orientierungslosigkeit zu Tage tritt. Um es noch einmal deutlich zu sagen: Bei Umbruch/Krise greift das System auf gespeicherte Erfahrungen, Geschichten und Energien der frühkindlichen Prägungen zurück. Später erlernte Abwehr-, Verdrängungs-, Projektionsmuster, etc verlieren ihre Wirkung.

Widder/Mars

In Krisensituationen ist die Aktivierung des Marsprinzips wohl die häufigste. Nicht zuletzt deshalb, weil dieses Urprinzip originär mit dem menschlichen Leben zusammenhängt: Die Lebens- oder besser Überlebensimpulse kommen direkt aus dem Stammhirn und dem limbischen System. Je nach Stellung von Widder/Mars im individuellen Horoskop gibt es unterschiedliche Erscheinungsformen.

Nach dieser reaktiven Phase ist es möglich die positiven Marsaspekte einzusetzen um das eigene System wieder in Fluss zu bringen. Dann erst steht Körperkraft und Wille zur Verfügung um die aktuelle Situation meistern zu können. Hilfreich ist es die Widder/Marskraft entweder körperlich abzuleiten durch Sport oder durch eine gezielte Beschäftigung, die dann dazu führt, dass wieder eine Stabilisierung eintritt. Die akute Phase der letzten Monate hat eines bewirkt: Auf der psychologischen Ebene und teilweise in unserer täglichen Welt haben sich abgedrängte, abgespaltene und längst als erlöst geglaubte Anteile ins Bewusstsein gedrängt. Kontrolle der Kräfte und Schattenthemen war nicht mehr möglich und wir mussten uns mit dem konfrontieren, was wir lieber nicht gewusst hätten. Aber – das ist das Tor in unsere **eigene**, neue Welt und damit leisten wir auch unseren Anteil an den kollektiven Veränderungen, die durch die individuelle Klärung jedes Menschen erst möglich werden. Für die momentane Zeit gilt die Maxime, die uns durch den „Aufruhr“ von Widder/Mars erst möglich gemacht wurde: Nach Innen gehen, dort wo unsere Lebensabsicht verborgen und mit vielen Schichten von psychischen und seelischen Schlacken überdeckt war. Der Prozess der letzten Zeit hat sie gelöst. Nun ist der

Weg frei und durch **klare Motive und Absichten** nehmen wir mit diesem verborgenen Anteil Kontakt auf. Hierfür sind keine Methoden und Kenntnisse nötig. Durch diesen Akt lösen sich Ängste, die durch blockierende Gedanken und Gefühle entstanden sind.

Noch ein letztes: Der Neumond vom 28.5. hat eine besondere Qualität, da er mit Neptun (hohe Sensibilität, göttliches Element) durch einen fördernden Aspekt verbunden ist. In dieser Phase können wichtige neue Impulse gesetzt werden, alte Beziehungen bereinigt und neue Gespräche aufgenommen werden. Voraussetzung sind bewusste Entscheidungen für die persönliche Zukunft. Allerdings zeigen sich die konkreten Resultate voraussichtlich erst im Verlauf des Juli.

Widder/Mars Prinzip in seiner Ur-Entsprechung: Aktivität, konstruktiver Energieeinsatz, Ich-Stärke, Durchsetzungsfähigkeit, natürliche Männlichkeit, Wagemut und Initiative, Vitalität, Pioniergeist, Ausleben natürlicher körperlicher Triebe und sportliche Fähigkeiten.

Um dieses Prinzip auf der körperlichen Ebene zu unterstützen hier einige Anmerkungen und praktische Tipps.

Pflanzen binden Gifte

Pflanzen sind in der Lage auf der körperlichen, psychischen und seelischen Ebene Gifte an sich zu binden damit sie ausgeschieden werden können.

Der Körper ist derzeit der Dreh- und Angelpunkt. Damit der Start in die neue Phase gut gelingen kann, sollte ihm die ungeteilte Aufmerksamkeit gelten um ihn zu reinigen, zu stärken um ihn auf die neuen Frequenzen einzustellen.

Wildkräuter eignen sich in besonderer Weise. Sie enthalten die kompletten Vitalstoffe, eine Menge an Katalysatorstoffen, Elementverbindungen und der Körper erkennt sie als naturgegeben im Gegensatz zu isolierten, synthetisch hergestellten Nahrungsergänzungsmitteln. Selbst im Supermarkt gekaufte Smoothies halten nicht was sie versprechen: sie sind pasteurisiert, bestehen ausschließlich aus Obst- oder Fruchtkonzentraten und enthalten oft nicht genau deklarierte Zutaten. Eine süße Kalorienbombe.

Der **Frühstückssmoothie** ist der natürliche Turbo für den Start in den Tag. Er enthält praktisch alle Vitalstoffe, die durch den Mixvorgang so fein aufgeschlossen werden, dass der Körper sie mühelos in den Stoffwechsel aufnehmen kann. Pflanzengrün verfügt über eine extrem hohe Nährstoffdichte.

Er kann auch auf Vorrat hergestellt und über den Tag hinweg getrunken werden.

Weitere Vorteile des grünen Smoothie:

- Stärkt die Selbstheilungskräfte auf allen Ebenen, führt zu körperlicher Fitness, emotionaler Ausgeglichenheit und geistiger Klarheit.
- Liefert die Basisversorgung mit den Stoffen, die unser Körper täglich braucht um die Regelfunktionen optimal zu erfüllen.
- Ändert dauerhaft unser Essverhalten durch ein hohes Maß an Sättigung.
- Durch die Vitalstoffversorgung unseres Körpers verlangt dieser nach und nach weniger an denaturierten Lebensmitteln, raffiniertem Zucker, sowie Transfetten (Nutella, Chips) und schädlichem Weißmehl.
- Er fördert dauerhaft eine positive innere Einstellung weil wir uns dem öffnen, was die Natur uns bietet. Dies wirkt sich stärkend auf das Immunsystem aus.
- Je regelmäßiger wir den Tag mit einem grünen Smoothie beginnen, desto mehr ist der Körper in der Lage sich auszubalancieren.
- Unterstützt die Regulation des Körpergewichtes und fördert einen gesunden Schlaf

Steckbrief

50% Früchten

50% Pflanzengrün

Zugabe von Wasser oder Tee (abgekühlt) verleiht ihm die gewünschte Konsistenz

Sie benötigen dafür einen Mixer oder einen Pürierstab

Basis-Rezept**Obst:**

Beeren, Apfel, Banane, Zitrusfrüchte (Saft), Melonen und was der regionale und saisonale Markt bietet,

Wildkräuter:

Giersch, Löwenzahn, Spitzwegerich, Brennnessel (roh, brennt nicht mehr durch den Mixvorgang), Gänseblümchen ganz, junge Blätter von Beerensträuchern (davon nur wenig), Gundermann, Melisse, Frauenmantel, Pfefferminz u.v.a.

Nehmen Sie nur Wildkräuter die sie auch wirklich kennen. **Tipp:** Nehmen sie an einer Wildkräuterwanderung teil.

Gemüse:

Grün von Karotten, roten Beeten, Rettich, Radieschen, Stangensellerie, Spinat und die diversen grünen Salate.

Der Kreativität und den Kombinationsmöglichkeiten sind hier keine Grenzen gesetzt. *Wildkräuter besitzen nicht nur einen hohen vitalisierenden Aspekt der sich auf den Körper bezieht, sondern repräsentieren bestimmte Wesensmerkmale, die sich auf innerpsychische und seelische Anteile des Menschen übertragen lassen. Man spricht hier vom Wesen und der Signatur. Im nachfolgenden stelle ich ihnen einige der genannten Wildkräuter in einem Kurzportrait vor.*

Brennnessel:

Wesen der Pflanze

Königin der Heilpflanzen

„*königlich stolze Unnahbarkeit und Unbeugsamkeit*“. Genügsam wie sie ist verleiht sie Willensstärke, Selbstüberwindung, Vitalität und Durchsetzungsvermögen der positiven Art, sie verleiht positive „Stacheln“ Waschmittel des blutes. Auch gegen Rheuma und für die Gelenke, Blutbildung, Regulierung der Verdauung, anregende Wirkung auf die Bauchspeicheldrüse, Hoher Gehalt an Eisen.

Giersch

Eines der ältesten Wildgemüse und im Mittelalter als Arkanum (heiliger Alleskönner) bekannt

Entgiftend, blutreinigend, harnsäuretreibend

Gundermann

Wesen der Pflanze

Loslassen und Erneuerung, Gelassenheit, lebenserweckende Wärme, Vertrauen auf die helfenden Naturkräfte, stärkt den Glauben an das Leben selbst, Kommunikation

Schleim- und harnsäurelösend, Magen, Lunge, insgesamt heilend

Spitzwegerich

Wesen der Pflanze

Intensive Emotionalität, stärkt die Akzeptanz der Realität, überzieht geschädigte Grenzflächen mit einem antispetischen Schleier, fördert Heilung und lindert Reizzustände auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene. Dadurch wird die Lebenskraft gestärkt.

Allen Erkrankungen oder Schädigungen im Bereich von Lunge und Bronchien, Blutreinigung, Ausschlägen, schwachem Magen

Löwenzahn

Wesen der Pflanze

Wandlung, Anpassungsfähigkeit, Fließen, Wärme, Lebenskraft

Reinigung, Stärkung von Leber, Galle und Niere, stoffwechsellanregend, antirheumatisch, bindegewebsstärkend

Gänseblümchen

Wesen der Pflanze

Unberührtheit, Unschuld, Unversehrtheit, Bewahrung oder Erlangung der kindlichen Unschuld, enthält Kräfte, um die Übergriffe auf seelische und körperliche Unversehrtheit zu heilen, Ungerechtigkeiten
Blutreinigend, schleimlösend, wasserteibend, darmregulierend

Frauenmantel

Wesen der Pflanze

Umhüllung, Behütung, Hervorbringung.

Frauenleiden, zusammenziehendes Mittel bei Blutungen oder Durchfall, harntreibend, magenstärkend, wundheilend, entzündungshemmend, blutreinigend.

Der für uns an dieser Stelle wichtigste Aspekt: Gifte bindend, die sich in den Zellen oder im Blut befinden.

Christine Linden

Astrologische Lebensberatung, Astrocoaching, Naturcoaching, Paracelsuswissen

Kontakt: christine@lindencoaching.de