

**Von Ankern & Segeln
auf unserer Reise durch Dunkelheit & Licht
(Paulina Harand)**



*„Wechselnde Pfade
Schatten und Licht,
Alles ist Gnade,
Fürchte Dich nicht“
(Taize Lied)*

Mein letztes Jahr war ziemlich schwierig und ich muss zugeben, dass ich froh bin dass es vorbei ist und wir jetzt 2017 haben. In diesen Zeiten war es für mich zugegebenermaßen auch ziemlich schwer in meiner weiblichen Kraft und Stärke zu bleiben. Es gab Phasen in denen ich mich tief verwurzelt gefühlt habe – in mir selbst und der Welt da draußen ... oft ist es jedoch auch gekippt in absolute Leere und Antriebslosigkeit und in die Konfrontation mit meinen Schwächen und Schattenseiten.

Den Anker in stürmischen Zeiten finden:

Wenn man in so einem Strudel ist, dann ist es schwer das Licht im Dunkel zu erkennen, aber etwas in mir – nennen wir es meine „Heilkraft“ – war bereit aus dieser Dunkelheit rauszukommen. Diese Kräfte haben mich empfänglich gemacht für kleine oder große Impulse. Dafür, dass mich die richtigen Zeichen gefunden haben. In meinem Fall war es meine Freundin Dinah die mir über die Raunächte erzählt hat – und plötzlich hat es KLICK gemacht. DAS war mein Licht in der Dunkelheit. Mein rettender Anker auf den ich so lange gewartet habe.

Vom Zauber der einfachen Dinge:

Abgesehen von der Magie dieser besonderen Tage und Nächte, von denen man sagt, dass die Tore zur Anderswelt dann einen Spalt offener sind als sonst, half mir der Zauber der „einfachen Dinge“: Spazieren gehen, in der Natur sein und auf die Zeichen dort achten, meditieren, räuchern, in Stille sein, allein mit mir sein, Karten legen, auf Träume achten, Tagebuch schreiben, meine Gedanken ordnen ... usw. Es waren wie du siehst kleine und scheinbar einfache Dinge und keine Gurus oder spektakuläre Wunderheilungen die mir geholfen haben. Es braucht nur die bewusste Entscheidung sich diesen Raum und diese Zeit zu nehmen um diese Dinge zu tun. Und siehe da – in diesem Tun und diesem Lassen war die Verbindung mit Mutter Erde und mir selbst wieder da.

Das Licht in der Dunkelheit:

Im Nachhinein gesehen war es notwendig, dass mich die Dunkelheit verschluckt hat, um transformiert und neu zusammengesetzt wieder ausgespuckt zu werden. Egal wie schwierig die Zeiten auch sind – es gibt immer ein Morgen. Und besonders wenn es stürmisch wird, ist es wichtig einen Anker zu finden. Mein Anker liegt im Kontakt mit der Natur wo sich Räume auftun die vorher nicht da waren und ich Dinge sehen kann, die vorher im Verborgenen lagen. Der Anker beinhaltet auch das Beachten und Schätzen der kleinen Dinge, der unscheinbaren Dinge. Tiere, Pflanzen, Wind und Wetter, Sätze aus Filmen oder Büchern, Fetzen von Träumen und scheinbar zufällige Begegnungen.

Der Anker ist auch das Wissen um das Wesen des weiblichen Rhythmus und die Kraft des Mondes der einmal im Monat in der scheinbaren Dunkelheit verschwindet. Dann wenn es einem den Boden unter den Füßen wegzieht und wir mit dem Dunkeln in uns konfrontiert sind, da gilt es am meisten zu Vertrauen und sich zu verbinden mit der Kraft von Mutter Erde, der unsichtbaren aber spürbaren Kraft unserer AhnInnen. Wenn wir diese Zeiten durchstehen und bereit sind der Dunkelheit zu begegnen, dann werden wir wie der Mond wieder und wieder geboren – um kurz darauf schon voll und hell zu leuchten.

Anker lichten – Segel setzen:

Diesen Anker zu finden ist manchmal nicht leicht. Als ich in den Raunächten einmal den Anker gefunden hatte, war es dann relativ leicht, Inspirationen und Visionen zu empfangen. Aber dann kommt das Schwierige ... zumindest für mich. Loslassen und weitersegeln – sprich das Umsetzen der Ideen.

Da kommt nämlich die archetypisch männliche Kraft ins Spiel. Zielstrebigkeit, Fokus, Struktur, rausgehen und sich zeigen, zu sich stehen, Führungsqualität beweisen. Nicht umsonst habe ich am 1. Jänner die Karte „Der Herr“ als Jahreskarte für 2017 gezogen. Da gilt es zu lernen, das Männliche in mir Willkommen zu heißen.

Letztlich geht es immer um einen Ausgleich bzw Rhythmus zwischen weiblichen und männlichen Kräften in uns. Sich zuerst zu öffnen und sich zu verbinden um die Vision zu empfangen und sie dann zu packen und sie auch umzusetzen, sie auf die Erde zu bringen und sie konsequent zu verfolgen, sie am Brennen zu halten und etwas Gutes daraus zu machen. Das ist im Moment meine Aufgabe ... aus dem Gelerten und gut Gekochten auch etwas zu machen, es zu verteilen und mich selbst und andere damit zu nähren.

Essentielle Fragen für Dein Leben:

Jetzt habe ich einige Fragen an Dich, die mich interessieren. Wenn Du von oben auf Dein Leben schaust.

Was fällt DIR leicht? Was fällt DIR schwer?

Tust Du Dir leicht beim Öffnen für Ideen, Inspirationen und Visionen?

Oder bist Du besser beim Rausgehen, Tun und Umsetzen?

Was kocht schon lange in Dir?

Und was willst Du damit machen?

Was brauchst Du um endlich loslegen zu können?

Ich habe meine Jahreskarte und alle Zeichen die sich gezeigt haben ernst genommen, meine Bequemlichkeit auf die Seite geschoben und kam dadurch einer Umsetzung meiner Ideen näher. So hab ich zB in den wenigen Tagen des neuen Jahres schon eine Fortbildung gebucht, bin meinem Ruf nach Irland gefolgt und hab mir ein Flugticket dorthin gekauft, hab diesen Artikel geschrieben und arbeite gerade an einem kleinen Online-Kurs, der Dir dabei helfen soll, Dich mit Dir zu verbinden und einen Anker zu finden.

Also egal welche Zeiten du gerade erlebst, egal ob jung oder alt, halte Ausschau nach den kleinen oder großen Zeichen, bleib stehen, höre in Dich hinein. Frag dich was Dich gerade berührt.

Das Leben ist eine spiralförmige Reise. Ein ständiger Wechsel zwischen Eintauchen und Auftauchen. Für mich ist es leichter geworden, seit ich nicht mehr mit aller Gewalt versuche die Dunkelheit zu vermeiden, sondern sie akzeptiere als Teil einer natürlichen Bewegung. Es geht eigentlich „nur“ darum, diesen natürlichen Fluss nicht zu unterbrechen. Und auch der Stillstand ist manchmal Teil des Flusses – so paradox das auch klingt. Wenn Du Dich nicht festhältst, dann geht es irgendwann plötzlich von alleine weiter.

Wenn Du möchtest, dann lass Dich mitnehmen auf einen Kurs. Der Online-Kurs ist ein Sich-Einlassen auf ein Experiment, das Dich von innen heraus verändert. Wahre Veränderung basiert auf Erleben und Erfahrung. Dazu hast Du in 7 Lektionen viel Gelegenheit. Ziel ist es Dich zu öffnen und dafür empfänglich zu machen was Du in Deinem Innersten bist und welche Visionen Du für Dein Leben hast. Dafür brauchst Du Verbindung zu Dir, die Dir über das Setzen von Ankern besser gelingt. Die sieben Kurslektionen sind 7 verschiedene Anker, die Dir helfen "dran" zu bleiben an dem, was wesentlich für Dich ist und es auf die Erde zu bringen.

JA – ICH MÖCHTE WIEDER „AUF KURS“ - www.heil-kunst.at/kurs

Ich freu mich auf Dich,
Deine Paulina

Kontakt: Paulina Harand - paula@heil-kunst.at - +43-699-11521801 - www.heil-kunst.at