



Newsletter 80

Dezember 20

Liebe Lichtträgerinnen und Lichtträger!

Ich hoffe, ihr könnt diese zutiefst mütterliche und nährenden Jahreszeit des Neukreierens und Neubeginns genießen, auf eine Art und Weise, die euch gut tut und für euch stimmig ist.

Aufgrund des aktuellen Krönchen-Fahrplans haben sich auch die Termine zum Jahresausklang noch einmal in eine andere Form gewandelt:

30. – 31. 12. Das Jahresrad 20:20 vollendet sich. Wir zelebrieren einen würdigen Jahresabschluss, in dem wir allen Erfahrungen, die uns 2020 schenkte, danken, sie segnen und in den Schoß der Shekaina zurückkehren lassen. Wir beginnen, die Weichen für das kommende 2021 zu stellen. Wir werden uns bewusst, was wir im alten Jahr belassen und ihm zurückgeben möchten und was uns, in das neue Jahresrad begleiten darf und soll. So wird die geistige Welt mit uns einen liebevollen und sanften Übergang gestalten, um von einem besonderen Mondjahr in ein besonderes Saturnjahr zu wechseln. Zeit: **Mi von 10 – 14 Uhr & 16 – 21 Uhr & Do von 10 - 14 Uhr, Austausch: € 99,-- (inkl. 20 % MwSt.)**

01. 01. Neujahrsmeditation. Gemeinsam öffnen wir die Türen und Fenster, um das neue Jahr willkommen zu heißen. Wir teilen unsere Freude darüber und lassen uns überraschen, was uns unsere feinstofflichen Geschwister über 2021 berichten möchten. Zeit: **11 Uhr (ca. 2 h), Austausch: € 11,-- (inkl. 20 % MwSt.)**

∞ ∞ ∞

Hurra! Hurra! **Das kleine Buch der Freude ist da!** ☺ Passend in und für diese bewegte Zeit ist „**Das kleine Buch der Freude**“ im **Smaragd Verlag** erschienen! Es enthält Botschaften von Meister Kuthumi, um uns daran zu erinnern, dass wir auf der Erde sind, um freudvolle Erfahrungen machen zu dürfen. Es ist ein Impulsgeber und enthält viele kurze und einfache Anregungen, um uns auf die Freude auszurichten – jeden Tag aufs Neue!

Da es kein Buchgeburtswebinar gegeben hat und geben wird, gibt es einen Auszug daraus zum Anhören. [Viel Freude damit \(link folgen\)](#)

∞ ∞ ∞

Die Jahresplanung für 2021 wird nun auch über die Rauhächte vollendet, sodass die neuen Termine über die Homepage ersichtlich sein werden. Wer das Programm gerne per Post zugesandt bekommen möchte, kann sich gerne unter info@ava-minatti.at an uns wenden.

Die neuen Hope-Heilsitzungen für die erste Jahreshälfte 2021 werden bis Ende Jänner auf der Homepage angeboten sein. Sie werden nach wie vor sowohl im U7 in Aldrans als auch über Skype stattfinden.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Kleiner Rückblick:

Wir haben unsere Jahreskreisfeste weitergefeiert und in der Vorweihnachtszeit innegehalten:

Samhain: Es ist ein Fest der schwarzen Göttin, wo wir uns mit dem Loslassen, dem Trauern, der Metamorphose, den Ahnen und Ahninnen und dem daraus resultierenden Neubeginn beschäftigen können. Wenn wir möchten, können wir auch Briefe an unsere Verstorbenen schreiben und diese im Anschluss daran verbrennen. Dadurch kann nach wie vor vieles gesagt oder gelöst werden, was zu deren Lebzeiten nicht mehr möglich gewesen ist.

Es heißt, dass wir immer zweimal sterben. Einmal, wenn wir den physischen Körper abstreifen und das zweite Mal, wenn sich niemand mehr an unseren Namen erinnert. Zu Samhain sind wir eingeladen, die Freude an den alltäglichen und kleinen Dingen zu entwickeln und in uns hinein zu spüren, wie wir altern und sterben möchten, um unser Leben darauf auszurichten und entsprechend zu gestalten. Genauso können wir uns die Fragen stellen: Was hinterlassen wir? Was schaffen wir für die kommenden Generationen? Rund um Samhain wurden alle (heiligen) Feuer gelöscht, sodass wieder neue entzündet werden konnten, die für ein weiteres Jahr brennen sollten. Dieses Jahreskreisfest lädt uns ein, den Tod wieder mitten ins Leben zu holen, weil er untrennbar damit verbunden ist und ihn als würdevollen

Abschluss eines Lebens zu feiern – als Krone, als Sahnehäubchen, als Hochzeit oder Höhepunkt eines Lebens! Wir dürfen uns an (allen) Veränderungen erfreuen und sie willkommen heißen! Das auslaufende Mondjahr hat uns ja viele Möglichkeiten dazu geschenkt!

Es gibt eine etruskische bzw. römische Göttin, die sich bei diesem Jahreskreisfest in Erinnerung rufen möchte: **Cloacina – die Göttin der Abwasserkanäle** – sie hilft uns, loszulassen – was klebt, was blockiert, was verstopft und keinen Platz für Neubeginne und neue Energien lässt. Barbara Ardinger, eine bekannte Wicca-Frau, Autorin und Lehrerin, sagt, dass Cloacina eine der nützlichsten und gleichzeitig am wenigsten anerkannte Göttin ist. Sie empfiehlt folgende Meditation mit ihr: Stelle dir eine besonders schöne und prächtige Toilette vor, auf der du sitzt. Sie darf sehr reich verziert und wie ein Thron sein. Werde dir deiner Einengungen, Verdichtungen und Blockierungen gewahr – auf der physischen, emotionalen und mentalen Ebene. Dann beginne mit dem Loslassen (Barbara benennt es als die allergrößte Darmentleerung 😊).

Über deine wunderbare Toilette geht das Ausgeschiedene durch Filtersysteme, hinein in die Abwasserkanäle, wo Cloacina schon darauf wartet, es in Empfang zu nehmen und vollständig aufzulösen. Sie wandelt alles mit ihrem Regenbogenbesen und einer silbernen Schaufel in kosmischen Kompost, der ein fruchtbarer und gesunder Dünger wird und ist. Ihr Segen erfüllt dich und lässt dich voller neuer, vitaler und lebendiger Energie sein. Du kannst Cloacina danken und es gibt sogar ein buntes, weiches, heilsames Toilettenpapier bei deinem Toilettenthron, das du nützen kannst, um die Meditation, auf deine Art und Weise abzurunden und abzuschließen. So können wir Cloacina einladen, wann immer wir möchten und natürlich auch, wenn wir auf einer physischen Toilette sitzen – die möglicherweise nicht so golden und juwelenverziert ist ...!

Yule: Im dunklen Schoß der Shekaina keimt das neue Licht, wächst und wird geboren. Deshalb wird zu diesem Fest sowohl die Mutter, als auch das Lichtkind gefeiert. In manchen Ländern wird das Yulefest mit dem Weihnachtsfest gleichgesetzt. Auf jeden Fall gibt es unzählige Parallelen. Was mir besonders gut gefällt ist, wenn der Abend der Wintersonnwende im Dunkeln und in der Stille verbracht wird und erst um Mitternacht eine Kerze oder ein Feuer entzündet wird, die oder das symbolisch/energetisch oder physisch hinausgetragen wird – vor das Haus,

in den Garten, in die Straße, durch das Dorf, die Stadt ... um die Rückkehr des Lichtes zu spüren / zu zelebrieren und das Licht in die Welt zu tragen und zu bringen.

Es ist das Fest der Ururur...großmütter und Ururur...großväter. Die Silbe Ur bedeutet Zentrum, Ursprung, Anfang, das Erste, manchmal auch Einheit. Es ist ein sehr, sehr altes Wort, das wir in so gut wie jeder Sprache finden können. Es ist auch der Name eines der ersten Kontinente der Erde und von anderen mystischen Städten und Orten, genauso wie es in weiterer Folge physische Städte, Gemeinden, Flüsse oder Inseln gegeben hat und gibt, die Ur hießen/heißen. Das Yulefest erinnert uns also an dieses „Ur“.

Dieses Ur hat auch mit dem Thema „Traditionen“ zu tun, diese wiederum wirken sich auf unsere Basis, unser Fundament, unsere Wurzeln und unsere Stabilität aus. Welche Traditionen kennen wir? Welche machen uns Freude und setzen wir gerne weiter um? Welchen möchten wir danken und uns von ihnen verabschieden? Mit welchen dürfen wir in die Annahme und in die Aussöhnung gehen? Welche neuen Traditionen möchten wir initiieren? Was sind die Ursprünge unserer Traditionen? Wo finden wir die Gemeinsamkeiten mit und Ähnlichkeiten zu anderen Traditionen? Was ist die Aufgabe unserer Traditionen? All das können wir immer wieder in uns bewegen, wenn wir möchten.

Beim Yulefest geht es um Langsamkeit. Wir können uns beim Wintersonnwendfest bewusst rückwärts bewegen. Das tut uns auch zwischendurch gut – vor allen Dingen, wenn wir es eilig haben 😊. Nana, ist die Großmutter oder vielleicht die Ururur...großmutter der Zeit (im afro-brasilianischen Kontext / bei den Yoruba). Sie rührt den Brei des Lebens – ganz, ganz, ganz, ganz, unterzeitlupenmäßig langsam. Im Kontakt mit ihr nehmen wir ihren Rhythmus an. Sie hat die Fähigkeit, die Zeit so langsam fließen zu lassen, dass sie stillzustehen beginnt und sich aufhebt, sodass wir in eine Zeitlosigkeit eintreten können. In Brasilien wird erzählt, dass sich Nana gerne als verrückte Alte mit wirren Haaren unter die Menschen mischt – über sie lässt auch unsere Sheela-na-Gig grüßen, im christlichen Kontext finden wir sie in unserer Anna wieder. Auf jeden Fall werden wir ihr 2021 vielleicht noch öfter begegnen. Denn es ist ein Saturnjahr. Saturn ist ebenso der Hüter und der (Ururur..)Großvater der Zeit, sodass wir Nana als weibliches Pendant dazu sehen und erleben können.

Innehalten in der Vorweihnachtszeit – Einstimmung auf die Rauhnächte:

Unsere Reise begann bei den sogenannten Sperr- und Dunkelnächten, die den Rauhnächten vorausgehen. Der 08. 12. ist der Anna-Tag, an dem wir ein Ahninnen- und Ahnenfest feiern und dabei mit ihnen gemeinsam Kekse backen können. (Früher wurden die Kekse zwischen dem 08. – 13. 12. gebacken!) Die Rituale, die wir während der Vorweihnachtszeit zelebrieren, helfen uns, das Jahr zu verarbeiten und Erfahrungen loszulassen, um uns für etwas Neues / ein neues Jahr / einen neuen Frühling zu öffnen. Über diese Rituale fällt uns das Loslassen leichter, weil sie uns unterstützen, neue neuronale Verbindungen in unserem Gehirn entstehen zu lassen. Auch Putzen unterstützt uns beim Loslassen. Deshalb ist der Weihnachtsputz eine sinnvolle Geschichte 😊.

Wenn wir vier Kerzen auf unserem Adventkranz oder Weihnachtsgesteck haben, stehen sie natürlich auch für die vier Elemente. Die erste Kerze repräsentiert die Luft, ihre Botschaft bedeutet „Ich bin“. Die Eins ist eine persönlichkeitsstärkende „Ich-Zahl“. Die zweite Kerze versymbolisiert das Wasser und das „Du bist“. Die Zwei ist die Zahl der Partnerschaft, der Begegnung und ist die „Du-Zahl“. Die dritte Kerze steht für das Feuer und das „Wir sind“ und die vierte für die Erde und das „Es sei“, als auch für das „Es ist“. Die Drei ist die Zahl der geheilten Dualität, das „Wir“ ist der integrative Punkt bzw. bringt uns unser Wir-Gefühl in die geheilte Dualität, weil es uns erkennen lässt, dass wir eine Einheit bilden und sind. Die Vier ist die Zahl der Manifestation, die auf die Erde bringt und Stabilität und Bestand fördert. „Es sei“ ist die Magie der Erschaffung und der Formgebung und „Es ist“ bestätigt, dass eine Materialisierung stattgefunden hat.

Es heißt, dass wir aus dem Samen von sieben zurückliegenden Generationen bestehen. Wenn wir davon ausgehen, kommen wir auf die Anzahl von 254 Menschen, die daran beteiligt gewesen sind, dass es uns heute in dieser Form, wie wir uns kennen und wie wir sind, gibt. Sie gehören zu unserem naheliegendsten Ahnen- und Ahninnenfeld. Sich das vorzustellen und sich darauf einzulassen, kann sich gut anfühlen – so viel Weite, Fülle, Basis, Potential ... Die Quersumme von 254 ergibt 11. Das ist die Zahl der MeisterInnenschaft. Das bedeutet, dass wir ein Meisterwerk bzw. Meisterinnenwerk sind. 😊

In der Vorweihnachtszeit und zum Teil durch die ganzen Rauhnächte hindurch begegnen uns immer wieder die Holle, die Percht, Lucia, der Heilige Nikolaus als

ursprünglicher grüner und wilder Mann und dadurch Begleiter der Großen Mutter. Was mir dieses Mal so bewusst wurde, ist, dass die Bedeutung des Namens Berchtesgaden ursprünglich auf den Garten der Percht zurückgeht.

Lucia, als Lichtbringerin, spielt in verschiedenen Ländern, rund um die Weihnachts- und Winterzeit, eine besondere Rolle. Sie lässt Wunden heilen und ihre Botschaft lautet: Jede Wunde heilt! Unabhängig davon, wie lange es vielleicht dauert, doch jede Wunde heilt! Das Licht ist ewig!

∞ ∞ ∞

Für mich persönlich ein besonderes Highlight unseres diesjährigen Wirkens stellte das **„Maria als Mond- und Sternengöttin und das Einswerden mit Sophia“** Webinar dar – aufgrund der äußeren Umstände durften wir das geplante Seminar auch als Webinar stattfinden lassen. Wir starteten mit einem kurzen Rückblick auf das frühere Wirken mit Maria, wozu beispielsweise ihre folgende Verbindung zu den Engeln gehört:

Maria und Gabriel: Maria schenkt Antworten, bringt Klarheit und hilft, Entscheidungen zu treffen

Maria und Raphael: Maria heilt

Maria und Michael: Maria tröstet und behütet, lässt Frieden finden und hilft, loszulassen

Maria und Uriel: Maria wirkt mit den Erdkräften/Drachenenergien/der Kundalini-Energie, wandelt, erneuert, schöpft und manifestiert

Maria zeigte sich uns eingebettet in das Gehen des Weges der Großen Göttin und Mutter, mit ihren lemurianischen Wurzeln, als Drachenreiterin und Drachenwesen, als Mondschwester, als Isispriesterin, als Sternengöttin im Kontakt mit Sirius und als Himmelskönigin. Als letztere hat sie Ähnlichkeiten mit Nut, der ägyptischen Göttin des Himmels, weshalb wir auch in dieses Schwingungsfeld eingetaucht sind. Sie ist eine Urmutter. Von Nut heißt es, sie versymbolisiert das Himmelsgewölbe. Alles, was dort entstand, kommt aus ihr. Der Donner war ihr Gelächter, ihre Tränen der Regen, ihr Körper das Firmament, das die Form von dem Formlosen trennt und auf dessen Gleichgewicht sie achtete.

Nut ist die Mutter von Sonne, Mond und Sternen. Jeden Abend verschluckt sie die Sonne, die durch sie hindurchgeht, um am nächsten Morgen wiedergeboren zu werden. Jeden Morgen tut sie dieses mit den Sternen, die am Abend wiedergeboren werden. Isis ist ihre Tochter, gemeinsam mit Osiris, Seth und Nephthys. Den Verstorbenen wurden Amulette mit einer Sau und ihren Ferkeln mitgegeben, weil diese Nut zugeordnet war und sie repräsentierte (was wir ja auch aus unserem keltischen und germanischen Kulturkreisen kennen, dass das Mutterschwein das Tier der Großen Mutter und ihr heilig ist). Somit wurde die Seele von Nut liebevoll und sicher begleitet und neu geboren.

Um uns auf das Einswerden mit Sophia, die keine Göttin ist, sondern ein Schwingungsfeld und dem weiblichen Aspekt des SchöpferInnen-Logos entspricht, einzustimmen, reisten wir mit Maria über Chartres und das Sternenfeld Jungfrau zum Hauptankerpunkt der Sophienpräsenz, der Hagia Sophia in Istanbul. Von hier aus speisten wir das Sophiennetz über die Sophienkirchen und Sophienkraftplätze, sodass uns diese Energie vermehrt und bewusster zur Verfügung steht, um den Himmel auf die Erde zu bringen.

∞ ∞ ∞

Buchtipps von unserem letzten FGZ-Abend: EAT LIKE A WOMAN, Rezepte für einen harmonischen Zyklus, Andrea Haselmayr, Denise Rosenberger, Verena Haselmayr, Brandstätter Verlag

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zu dieser Zeit:

2020 war ein Jahr der besonderen Sternkonstellationen. Kein Wunder also, dass es so bewegt und veränderungsinitiierend gewesen ist. Einen krönenden Abschluss in diesem Kontext bildete die Jupiter-Saturn-Konjunktion, die am 21. 12. gefeiert wurde. Sie rundete und schloss einen Entwicklungsprozess ab, der bereits im Dezember 2019 begonnen hatte und einen weiteren, der im Jänner 2020 startete. Gleichzeitig lud uns dieses Portal ein, hindurch zu schreiten, um gemeinsam noch mehr im Bewusstseinsfeld des Wassermannzeitalters anzukommen, als auch um uns auf das Saturnjahr einzustimmen, das ebenso unter diesem Motto stehen wird.

So nahe wie sich Saturn und Jupiter in diesem Dezember gekommen sind, was gut am Himmel gesehen werden konnte und wer schnell ist, dem gelingt es vielleicht noch bis zum Jahresende, werden sie dieses erst wieder 2080 sein, obwohl diese Form der Begegnung zwischen Saturn und Jupiter ca. alle 20 Jahre stattfindet. Da ihr Licht so stark leuchtet, sind sie einer der möglichen Anwärter für den Stern von Bethlehem, über den man nach wie vor rätselt, wer damit wirklich gemeint gewesen sein könnte. Denn 7 v. Chr. gab es ebenfalls eine gut sichtbare Saturn-Jupiter-Konjunktion.

Auf jeden Fall kündigt diese Konjunktion gesellschaftliche Veränderungen an, wie beispielsweise einen großen auch wirtschaftlichen Wertewandel – obwohl wir uns ja eigentlich schon darin befinden ☺. Jupiter, der als Vater und väterlicher Mentor erscheint, schenkt uns Fülle, Ausdehnung, Wohlstand und Glück. Saturn, als Großvater fordert uns auf, Schritt für Schritt voranzuschreiten, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren, ein gutes Fundament zu erarbeiten, immer wieder zu überprüfen, ob das wirklich im Gleichklang mit unserem Herzen und dem großen Ganzen steht.

Diese Saturn-Jupiter Konjunktion läutet ein, dass wir uns für die nächsten 200 Jahre im Luft-Element befinden (die letzten 200 Jahre waren wir der Erde zugeordnet). Deshalb wird die weitere und vertiefte Manifestation des Wassermann-Zeitalters im Mittelpunkt stehen. Der Luft sind die Themen Kommunikation und Vernetzung zugeordnet. Das Wassermannzeitalter ist ein visionäres und gleichzeitig auch ein atlantisches, sodass die Entwicklung von Technologien und weitere Digitalisierungen ebenso stark boomen werden. Maha Cohan ist der Schirmherr dieser Epoche. Durch die unterschiedlichen Impulse, die von Saturn und Jupiter ausgehen – sie gleichen dem Aus- und Einatmen - geben sie uns eine wunderbare Basis, um immer wieder in der Mitte bleiben zu können bzw. in die Mitte zurückzufinden. Sie helfen uns, im Gleichgewicht und in der Balance zu sein.

Saturn wird uns im neuen Jahr und darüber hinaus schulen, die kosmischen Gesetze zu verstehen und vor allen Dingen zu verinnerlichen. Wir benötigen sie, um verantwortungsbewusst mit den fortschreitenden, technischen Entwicklungen mitfühlend umzugehen und sie nicht nur zum Wohle aller einzusetzen, sondern um dabei auch mit unserem wahren Wesen im Kontakt zu sein und nicht primär aus unserem Mentalfeld heraus Entscheidungen zu treffen und zu leben.

Der 21. 12. 2020 wurde mit dem Eintreten in den neuen Bewusstseinsraum verglichen oder gleichgesetzt, das wir am 21. 12. 2012 manifestiert und erfahren haben. Auch am 21. 12. 2020 sind wir in einen neuen Schwingungsraum eingetreten – als einzelner Mensch und als Menschheitskollektiv. An der Schwelle lehrte uns Saturn, dass wir dadurch in die Freiheit hineingleiten – denn das Wassermannzeitalter ist das Zeitalter der Freiheit. Freiheit bedeutet, Verantwortung zu übernehmen. Solange wir das nicht tun, können wir nicht frei sein bzw. verstehen, was Freiheit wirklich bedeutet. Deshalb fragte uns Saturn – und wird dieses im kommenden Jahr regelmäßig tun -, ob wir bereit sind, unsere Verantwortung zu tragen?

Obwohl wir, durch die weltweite Vernetzung von unterschiedlichsten Lichtkreisen und Meditationsgruppen, am 21. 12. 2020 durch das Durchschreiten dieses Portals, als Kollektiv tiefer in die neue Zeitqualität hineingewoben wurden, werden wir als einzelne Menschen weiterhin dazu aufgefordert bleiben, uns immer wieder dafür zu entscheiden, es zu tun, um es zu stabilisieren und zu festigen. Wenn wir in dieses neue Bewusstseinsfeld eintreten bzw. eintreten möchten, dürfen wir den alten Rucksack der nicht-geheilten Dualität ablegen – er ist zu groß und zu schwer, mit ihm kommen wir nicht durch diese Saturn-Jupiter-Tür. Das bedeutet, bereit zu sein, uns immer wieder ganz neu auf das Leben einzulassen, ohne unsere Erfahrungen und unsere Vergangenheit im Schlepptau zu haben. Also ohne unsere Bewertungen, Einstellungen, Überzeugungen, Schlussfolgerungen, Zweifel ... unsere Übungsfelder bleiben also aufregend und ich wünsche uns viel Freude damit 😊!

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Unsere Gäste in Aldrans – soweit das Krönchen tragen dieses ermöglicht:

Larina Langmair wird mit ihrer **ganzheitlichen Körperarbeit** am **11. 01.** wieder bei uns in Aldrans sein. Dauer: **ca. 50 min**, Austausch: **€ 60,-**, **Terminvereinbarungen bitte unter info@ava-minatti.at**, **mehr Informationen über Larina** findet ihr unter **www.langmair.at**

∞ ∞ ∞

Am 17. 01. ist Christa Wolf wieder mit einem ihrer heilsamen Workshops, aufbauend auf einer gewaltfreien/einfühlsamen Kommunikation im U7, um sich

besser kennen- und leichter liebezulernen. Nähere Infos dazu gibt es direkt bei Christa: 0043-650-7017234 oder Christawolf1@gmx.at, www.einfuehlsam-leben.at

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Sonstiges:

Sigrun Brigitte Pieber hat, gemeinsam mit Thomas Karner, ein superliebes Begleit- und Bilderbuch für Trennungs- und Scheidungskinder, veröffentlicht: WAUZIBÄR – Wenn Eltern sich trennen und neue Wege gehen, Featherworks Publishing Austria. Weitere Informationen zur Autorin: www.neuweegeimleben.at

∞ ∞ ∞

Katharina van den Bos macht wunderbare Göttinnenseifen, wie beispielsweise die Venus von Willendorf: www.goettinnenseifen.de

∞ ∞ ∞

In unserem Urwasser-Seminar, das im Sommer in Aldrans stattgefunden hat, sind wir auch in die Tiefsee eingetaucht. Es ist eine eigene Welt in und auf unserer Welt, die uns noch sehr unbekannt ist. Sie ist ein Spiegelbild des Universums, erfüllt von Sternenwissen und Sternenwesen. Es gibt ein Buch, das uns einen kleinen Blick in diesen faszinierenden Lebensraum werfen lässt: **Tiefseewesen – Einblicke in eine kaum erforschte Welt**, Solvin Zankl und Maïke Nicolai, Delius Klasing Verlag. Durch diese Fotografien können wir, wie ich finde, üben, Toleranz für andere Lebensformen zu entwickeln. Manche Wesen sind so bizarr oder befremdlich, dass uns bewusst werden darf, dass Schönheit relativ ist. Wir teilen uns die Erde mit diesen, zum Teil alten und weisen Gattungen und Familien, sodass auch sie zu unseren Geschwistern gehören, denen wir in dieser Gleichwertigkeit allen Lebens begegnen dürfen. Manche sehen wirklich aus, wie von einem anderen Stern und über ihre scheinbare Transparenz ist ihr Lichtwesen sein deutlich erkennbar.

∞ ∞ ∞

Der Begriff „Hygge“ ist in den letzten Jahren, als Trend, auch bei uns im deutschsprachigen Raum angekommen 😊! Es bedeutet im Dänischen und Norwegischen Kontext so viel wie Gemütlichkeit, Wohlbefinden und Glück. Es beschreibt ein Lebensgefühl und wie wir dieses fördern und gestalten können. Ausgehend davon, dass die Dänen zu den glücklichsten Völkern der Erde gehören, hat sich das Interesse an Hygge ausgebreitet. Mittlerweile gibt es zahlreiche Veröffentlichungen zu diesem Thema, wie beispielsweise: **Hygge – die dänische Art, glücklich zu leben, Louisa Thomsen Brits, Goldmann Verlag**

∞ ∞ ∞

Für alle Hobbit und Herr der Ringe Fans: Es gibt nun ein nicht offizielles Kochbuch zu Tolkiens Erzählungen 😊: **Das große Kochbuch inspiriert von Tolkiens Legenden, Robert T. Anderson, Hölker Verlag**

∞ ∞ ∞

Kyphi – ein Rezept zum Selbermachen: Durch eine Papyrus-Schrift (geschätztes Alter mindestens 3600 Jahre, im archäologischen Schatz des Museums in Leipzig) ist uns der Name und das Rezept bekannt. Es ist ein den Göttern und Göttinnen geweihtes Räucherwerk, das unterschiedlich hergestellt werden konnte. Allerdings durfte es nur von Priestern oder Priesterinnen über Monate hinweg, zeremoniell, mit Gebeten und Ritualen und dem Lesen heiliger Texte verbunden, zubereitet werden. In Ägypten wurde mit Kyphi am Abend geräuchert. Die Räucherung wirkt beruhigend und entspannend und wird auch für Raumreinigungen, für Jahreskreisfeste wie Mabon, Samhain und Yule, für den Jahreswechsel und die Totenwache und -begleitung empfohlen.

Ein abgewandeltes Kyphi-Rezept ist: 4 Teile Weihrauch, 2 Teile Matrix, ½ Teil Wacholderbeeren, ¼ Teil Kalmuswurzel, ¼ Teil Galgant oder Ingwer, ½ Teil Kardamom (mit Schale), 1 Teil Zimtrinde, 1 Teil Myrrhe, 1 Teil Lemongras (feingeschnitten), ½ Teil Duftrosenblütenblätter, 1 Teil Benzoe Siam, 1 ½ Teile Sandelholz, ½ Teil Waldhonig, Messerspitze Adlerholz, Schwerer Rotwein, 8 ungeschwefelte Rosinen. Herstellung: Die Rosinen werden über Nacht im Rotwein eingeweicht, aus dem Wein genommen, zu Brei gemacht und mit Honig vermennt, Weihrauch, Mastix, Myrrhe und Benzoe Siam zermahlen,

einzelnen pulverisiert und beigemischt Wacholder, Kalmus, Galgant/Ingwer, Zimt, Kardamom und Sandelholz, Rosenblütenblätter, Lemongras und Adlerholz einzeln beifügen, alles sehr gut vermischen und mit dem Rosinen-Honig-Brei vermengen, ca. 2 cm große Kugeln formen und zum Trocknen auflegen (für mind. 2 Wochen). Anschließend luftdicht lagern!

∞ ∞ ∞

Bei unserem Innehalten in der Vorweihnachtszeit haben wir uns auch darüber ausgetauscht, woran wir erkennen können, dass Weihnachten und die Rauhächte nahen. In diesem Zusammenhang erwähnten wir den tschechischen Märchenfilm „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“, der um diese Zeit immer im Fernsehen zu sehen ist und für viele, ähnlich wie das alljährliche „Dinner for One“, das zu Sylvester gespielt wird, ein Weihnachts-Must-See ist. Das Constanze-Christkind hat mir deshalb in diesem Jahr **drei magische Haselnüsse** zukommen lassen. Sie sind in einem kleinen Beutelchen und werden mich nun begleiten, denn man weiß ja nie, wann man eine magische Haselnuss benötigen kann 😊 ... ich finde die Idee einfach superlieb und superschön! Vielleicht möchtet ihr für euch selbst oder für andere Menschen drei (magische!) Haselnüsse finden, bei euch tragen bzw. verschenken?

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zur aktuellen Zeit:

Ich glaube, in meinem Umfeld sind noch nie so viele Menschen von dieser Erde gegangen, wie in diesem Jahr – einige durch den Krönchenbesuch, doch ansonsten aus den unterschiedlichsten Gründen. Für mich gehört zum Menschsein, dass wir Erfahrungen teilen und sie dadurch ein Stückweit gemeinsam erleben. Das stärkt uns und verbindet uns auch. Wenn wir möchten, können wir gemeinsam feiern, das auf die Welt kommen und gekommen sein, das, was wir hier alles erfahren, erfahren haben und noch erfahren werden und ebenso das Abschied genommen haben und Abschiednehmen. Manchmal haben wir den Eindruck, dass der Mensch, der seinen physischen Körper verlässt, (etwas) verloren hat. Doch möglicherweise hat er etwas gewonnen? Vielleicht einen Hauptgewinn? Einen, den jeder und jede von uns einmal gewinnen wird. Vielleicht ist der Mensch, der seinen Körper abgestreift hat, der

mutigste von uns allen gewesen, sodass er sich jetzt schon auf die Helden- und Heldinnenreise begeben hat, vor der wir uns noch etwas zieren? Wer weiß?

Wer möchte, kann zum Jahresende eine Kerze anzünden, um sich mit allen Menschen verbunden zu fühlen, die in diesem Jahr, von dieser Erde abgereist sind und mit jenen, die sich von ihnen verabschieden mussten und müssen, durften und dürfen, konnten und können – nicht um mit ihnen mitzuleiden – denn es geht dabei nicht um „Leid“, sondern darum Mut, Hoffnung, Stärke, Kraft und Vertrauen strahlen zu lassen. Es geht um das Vernetztsein, Verbundensein und Einssein. Es geht um das Menschsein. Und um die Erinnerung, dass das Leben ewig ist.

∞ ∞ ∞

Am 30. 12. ist der 13. Vollmond dieses Jahres. Zu Vollmond vollenden sich Kreise und Zyklen, sodass etwas Neues beginnen kann. Was sollte zu diesem Jahresausklang passender sein, als ein Vollmond, der diesen unterstreicht und uns noch einmal daran erinnert, dass es ein Mondjahr gewesen ist, ein urweibliches, intuitives und gefühlsintensives. Eines, das dem 13er Rhythmus folgte! Der 13. Mond innerhalb eines Jahres ist ein besonders magischer, mit einer großen Manifestationskraft. Er lädt uns ein, unser wahres Wesen zu erkennen und damit im Kontakt zu sein, um so in das neue Jahr zu starten.

In diesem Sinne wünsche ich euch gesegnete Rauh Nächte bzw. Wolfsnächte, wie sie auch genannt werden und ein liebevolles und sanftes Hineingleiten in das nächste Erdensternenjahr! 2021 ergibt in der Quersumme 5. Im Aura Soma System ist das die Energie des neuen Morgens, des Sonnenaufgangs. Der Phönix ist neu geboren und erhebt sich! Er fliegt Richtung Sonne!

Von Herzen

Ava

Die nächsten Termine – wenn nichts anderes angegeben ist, finden alle Veranstaltungen in Aldrans statt:

30. – 31. 12. Das Jahresrad 20:20 vollendet sich/Webinar

- 01. 01. Neujahrsmeditation/Webinar**
- 02. – 03. 01. Die Ringe des Saturns/Webinar**
- 05. 01. Reise durch unsere zwölf Energiewirbel/1.
Energiezentrum/Webinar**
- 06. 01. Der Tag der Holle/Webinar**
- 26. 01. Die kosmischen Gesetze/1. Gesetz/Webinar**
- 29. – 31. 01. Das Volk der Delfine – Begegnungen mit unseren sirianischen
Lichtgeschwistern/Webinar**
- 02. 02. Reise durch unsere zwölf Energiewirbel/2.
Energiezentrum/Webinar**
- 05. – 07. 02. Engel-Yoga® Lehrausbildung/Teil 3 – laufende
Ausbildungsgruppe**
- 11. – 14. 02. EPA 10 – laufende Ausbildungsgruppe**
- 19. – 21. 02. Der Orden des roten und grünen Drachens – Druiden- und
Druidinnenschulung 3**