



Newsletter 85

September 21

Liebe Lichtträger!

Im Moment schenkt uns der Spätsommer/Frühherbst goldene Sonnentage. Die Qualität von Fülle, Vollendung, Reife und Ernte liegt in der Luft. Sie lädt uns ein, zwischendurch innezuhalten, um sie tief in uns einzuatmen und aufzunehmen, um uns zu nähren und uns mit ihr aufzufüllen. Das können wir auch gut gebrauchen. Denn wir surfen und segeln immer noch durch turbulente Wasser, was uns laufend fordert und fördert, in unserer Mitte zu bleiben, zu sein und bei Bedarf, in sie wieder zurückzukommen.

Saturn bündelt noch einmal kräftig seine Energien, bevor er sich, zwischen Oktober und März, von seinem aktuellen Jahreseinfluss, Schritt für Schritt verabschieden wird, um dem Glücksplaneten Jupiter Platz zu machen. Deshalb werden unerlöste, sprich im Ungleichgewicht seiende, verletzte und verletzende, patriarchale Strukturen sehr deutlich sichtbar. Alles, was uns diesbezüglich begegnet und berührt, dient uns, unsere Ängste zu erkennen und Flügel wachsen zu lassen, um unsere eigene Größe zu erleben und uns darüber zu erheben, sodass eine neue Form des Miteinanders, aufbauend auf Verständnis und Mitgefühl, entstehen kann. Das goldene Zeitalter ist „in progress“ 😊!

So starten wir also in den Herbst-Winter-Zyklus.

Änderungen:

Die Stunden „Mond-Yoga und Faszientenspannung“ starten am 22. 09., 12 x (jeweils mittwochs, außer 6. 10. und 27. 10.), von 18 Uhr – 19 Uhr 30, im U7.

Neues – neue Webinare:

22. 09. Einstimmung auf die Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche, die an diesem Abend, um ca. 21 Uhr 21 in unseren Breitengraden ist. Begleitet wird dieses Fest vom Fische-Vollmond, der am 21. 09., spür- und sichtbar ist und von den Portaltagen

am 20. und 22. 09. Die Tag-und-Nacht-Gleichen tragen, innerhalb des Jahreskreises, die größten Potentiale für Veränderungen und Neubeginne in sich. Sie stehen für das Gleichgewicht der Energien, für die Null-Punkt-Zonen, in denen sich alles auflösen und neu ordnen und auferstehen kann. Sie sind die Phönix-Aspekte unseres Jahreszyklus. Aus diesem Grund, werden wir diese Qualität für uns nützen, eingebettet in die Themen Rückschau, Ernte, Klärung bzw. Ausrichtung, um einen bewussten Übergang in den Herbst und Winter zu gestalten.

Zeit: 20 Uhr 15 – ca. 22 Uhr 30, Austausch: freiwillige Spenden, Anmeldungen: info@ava-minatti.at

∞ ∞ ∞

24. - 25. 09. Schmetterlingsfrau – im Zeichen der Wandlung

Wir bewegen uns durch eine Zeit persönlicher und kollektiver Veränderungen. Manchmal geht dabei die Leichtigkeit (fast) verloren 😊. Deshalb möchte uns die Schmetterlingsfrau zur Seite stehen. Die Schmetterlingsfrau hat ihre Wurzeln bei den Hopi-Indianern, denn sie ist Teil ihres Kachina-Kultes. Dabei werden Wesen geehrt, die als „Lebensträger“ bezeichnet werden. Die Schmetterlingsfrau ist, wenn man so möchte, die Mutter aller Schmetterlinge. Der Schmetterling als Krafttier steht für Veränderung, Loslassen, Neubeginn, Auferstehung, Freiheit und Unsterblichkeit. Manchmal ist er auch ein Symbol für unsere Ahnen und Ahninnen, die ihren physischen Körper bereits abgelegt haben. Seine Botschaft ist, dass jede Wandlung von der Süße der Leichtigkeit durchdrungen sein kann und darf! Um uns daran zu erinnern und uns durch ihre Gegenwart zu unterstützen, dieses so erleben zu dürfen, möchte uns die Schmetterlingsfrau begegnen.

Zeit: Fr 18 – 21 Uhr, Sa von 10 – 13 Uhr und von 17 – 20 Uhr, Austausch: € 105,60 (inkl. 20 % MwSt.), Anmeldungen: info@ava-minatti.at

∞ ∞ ∞

26. 09. Demeter lädt zu einem Fest der Mütterlichkeit ein

Demeter ist eine griechische Mutter-, Getreide-, Ernte- und Fruchtbarkeitsgöttin. Jeden Herbst verabschiedet sie sich von ihrer Tochter Persephone, um diese in die Unterwelt zu Hades ziehen zu lassen, wo sie das nächste halbe Jahr verbringen

wird. Demeters Zeichen sind die Kornähren und die Mohnblumen und ihre Begleiter:innen Schweine, Delfine und Bienen. Demeter lehrt uns, wie Menschen friedlich zusammenleben können. Sie schenkt uns die Strukturen, Richtlinien und Gesetze, die es benötigt, um blühende Gemeinschaften entwickeln zu können. Demeter gilt auch als Tor zu den Geheimnissen der weiblichen Kraft. Sie selbst verkörpert das reife Leben und hilft uns, durch mögliche Lebenskrisen gehen zu können und ihre Geschenke zu empfangen. Demeter möchte mit uns an diesem Tag ein Fest der Mütterlichkeit feiern. Passend zum Herbstbeginn wird sie uns Fragen stellen, wie beispielsweise: Was haben wir geerntet? Können wir uns dafür danken, wertschätzen und lieben? Sind wir uns selbst eine gute Mutter? Wo ist unsere innere Tochter? Wohin geht ihre Reise? Was möchte in uns sterben dürfen? Welche neue Saat soll vorbereitet werden? Über allem wird der Segen des Sternfeldes Jungfrau liegen, der uns durch dieses Fest der Mütterlichkeit tragen wird.

**Zeit: So 10 – 14 Uhr und von 16 – 20 Uhr, Austausch: € 90,00 (inkl. 20 % MwSt.),
Anmeldungen: info@ava-minatti.at**

Für Menschen, die an beiden Webinaren teilnehmen möchten (Schmetterlingsfrau und Demeter), beträgt der Austausch für beide gemeinsam: € 180,00 (inkl. 20 MwSt.)

∞ ∞ ∞

Avalon-Schule: Im Frieden sein mit der avalonischen Geschichte. Auf unseren Reisen nach Avalon haben wir uns schon öfters mit der Aussöhnung zwischen dem ursprünglichen Mutterrecht und den Entwicklungen und Ausbreitungen christlicher Strömungen beschäftigt. Wir haben unsere avalonische Geschichte befriedet. Deshalb ist das für viele Mondpriesterinnen kein Thema mehr, für manche allerdings immer noch ☺. Für diese Mondschwestern ist dieses Webinar. Hier werden wir uns noch einmal bewusst, den möglichen Verletzungen zuwenden, damit sie heilen und wir im Gleichgewicht der Kräfte sein können. Nur so ist es möglich, dass wir Avalon wirklich verstehen und den Weg der Priesterin im Hier und Jetzt fortsetzen und weitergehen können.

**Termin: 27. 10., Zeit: 18 – ca. 21 Uhr, Austausch: freiwillige Spende,
Anmeldung: info@ava-minatti.at**

∞ ∞ ∞

Im Moment sind alle Herbst- und Winterseminare so geplant, wie sie angegeben sind. Falls wir dennoch wieder etwas, das vor Ort in Aldrans stattfinden sollte, auf ein Webinar umstellen dürfen, wird es rechtzeitig auf der Homepage ersichtlich sein.

Auch die Themen und Termine für 2022 haben sich begonnen zu zeigen, sodass wir demnächst anfangen werden, sie über die Homepage anzukündigen.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Kleiner Rückblick:

In der **Avalon-Schule** möchten uns die Mondpriesterinnen, immer wieder ein Verständnis für die sogenannte Feen-Medizin vermitteln. Feen-Medizin, im engeren Sinne, ist eine rein energetische Medizin, speziell aus Pflanzenschwingungsqualitäten, die nur in der Anderswelt wachsen und für die es in der Menschenwelt keine Entsprechung gibt. Die Basis dafür bildet die Einstimmung auf die vier Elemente. Über das harmonische Zusammenspiel der Elemente haben wir Zugang zu dem Pan-Bewusstseinsfeld. Die geistige Welt bezeichnete das Pan-Bewusstsein als Atem der Quelle.

Die Ursprungspflanzen, aus denen sich die Feen-Medizin entwickelt hat, heißen beispielsweise „Morgenrot“, die Mut macht und Aufbrüche und Neubeginne unterstützt oder „Tausend Augen“, die Leichtigkeit, Wachheit und Präsenz fördert und alles erhellt, was um uns ist. Aus diesen Ursprungspflanzen haben sich Pflanzengattungen entwickelt, zu diesen gehören beispielsweise Blüten wie „Trost des Vergessens“, die hilft, schmerz- und leidhafte Erfahrungen aufzulösen und zu heilen oder „Himmlicher Klang“, die festgefahrene Strukturen erweicht, belebt und in den Fluss bringt. Da wir erst begonnen haben, dieses weite Feld der Feenmedizin wiederzuentdecken, werden wir uns in den nächsten Jahren vermehrt damit beschäftigen, bis das gesamte System übermittelt wurde.

∞ ∞ ∞

Unsere Reise durch die **12 Energiewirbel** ist weitergegangen. Das achte Energiezentrum befindet sich zwischen dem Halschakra und unserem dritten Auge. Hier ankert der türkisgoldene bzw. aquamaringoldene Schöpfer- und Schöpferinnenstrahl in unserem System, der von Maha Cohan gehütet wird. Wenn es sich aktiviert, kann es sein, dass wir das über reinigende Disharmonien im Bereich unserer Nase, Ohren, Kieferhöhlen, Zähne und unseres Hals- und Lungenbereiches spüren. Unsere feinstofflichen Geschwister sprachen davon, dass dieses Energiezentrum auch vermehrt im kollektiven Kontext, in der kosmischen Menschheit, zu arbeiten begonnen hat, weshalb unser krönchenbringender Freund, der dieses unterstützt, besonders in diesen genannten Körperregionen zum Ausdruck kommt.

...

Wenn dein achter Energiewirbel der kosmische Wirbel sein darf, der er sein kann, und sich unendlich in den Kosmos ausdehnt, berührst du darüber das galaktische Herz. Dieses galaktische Herz ist eine Ursprungsenergie, ist eine Quellenenergie innerhalb dieses deines Quadranten, in dem du lebst. Wenn dein achttes Schwingungsfeld weit in den Kosmos reicht, entspricht es noch mehr diesem Meer, an das dich Maha Cohan führte. Und du kannst in deinem Schwingungsfeld, in deinem achten Energiewirbel, die atlantischen Delfine, die aquamarinfarbenen Delfine spüren, erleben, sehen. Wir bitten dich bewusst zu atmen und zu fühlen, wie es für dich ist, wenn dein achtes Energiezentrum so groß ist, dass es dieses kosmische Meer ist, in dem sich die Delfine bewegen. Wenn du die aquamarinfarbenen Delfine in deinem kosmischen Meer deines achten Energiefeldes erleben kannst, spürst du die Impulse, die von ihnen ausgehen, die Inspirationen sind, die dich einladen, kreativ zu sein. Und so erlebe die Inspirations- und Kreativimpulse über die aquamarinfarbenen Delfine und nimm wahr, was dieses für dich bedeutet. Wo sollst du inspiriert sein? Wo sollst du und wie sollst du kreativ sein?

Maha Cohan erklärt, dass kosmische Kreativität immer verbindend ist, heilsam ist, erhebend ist, mit der Quelle verbunden ist. Kosmische Kreativität führt zum Ursprung zurück und ist eine Kreativität, die über die Verbindung zum wahren Wesen entsteht.

Kreativität kann auch einen Selbstzweck haben, kann eine Selbstdarstellung sein, kann einen therapeutischen Hintergrund haben, um etwas zu verarbeiten. Dann ist es eine persönliche Kreativität.

Eine kosmische, eine göttliche Kreativität berührt das Herz von jedem Menschen, der damit in Kontakt kommt. Über die kosmische Kreativität, über die göttliche Kreativität wird das wahre Wesen eingeladen, sich zu zeigen. Und so unterstützt das aquamarinfarbene Licht über deinen achten Energiewirbel, dass deine kosmische, göttliche Kreativität fließt. ...

Maha Cohan bittet dich, wahrzunehmen, wie du über deinen achten Energiewirbel in der Verbindung mit dem aquamarinfarbenen Licht in das neue Zeitalter getragen wirst, in ein Lichtzeitalter, in ein Zeitalter der Leichtigkeit. Und es bedarf immer wieder deiner bewussten Entscheidung, in ihm zu sein, in ihm zu leben und das zu fühlen!

Maha Cohan legt seine Hände auf deine Kiefergelenke und lässt Ausgleich sein, zwischen deinem linken und deinem rechten Kiefergelenk, lässt erneut deinen gesamten Kieferbereich entspannen. Maha Cohan legt seine Hände auf deine Ohren und lässt deine Ohren entspannen, tief, tief entspannen. Und Maha Cohan legt seine Hände auf deine Augen und lässt deine Augen tief entspannen. Dann legt Maha Cohan seine Hände auf deine Schläfen, sodass deine Schläfenlappen entspannen können. Über diese Entspannung deiner Schläfenlappen breitet sich die Energie von Maha Cohan in deinen Gehirnhälften aus und beginnt deine Gehirnhälften zu verbinden und auszugleichen.

Je mehr sich deine Gehirnhälften ausgleichen, umso deutlicher kannst du über das Schwingungsfeld deines achten Energiezentrums, eine aquamaringoldene, große Spiralbewegung erkennen, über die eine Doppelspirale entsteht, die ein Symbol für dein schöpferisches Potential ist, das sich aus dem Gleichgewicht der Kräfte, aus dem Gleichgewicht deiner Gehirnhälften herauskristallisiert. Maha Cohan bittet dich zu verstehen, dass über den Ausgleich deiner Gehirnhälften, über das Symbol dieser Doppelspirale, über dieses dein schöpferisches Sein, das dadurch ist, sich deine Sohn-Tochter-Energie entfaltet, weil der aquamarinfarbene Strahl dieses Sohn-Tochter-Bewusstsein fördert, weil das neue Zeitalter zusätzlich, dass es ein Vater-Mutter-Universum ist, mehr und mehr zu einem Sohn-Tochter-Universum wird. Und

so atme tief ein und aus, lasse dieses in dir entstehen, dieses Sohn-Tochter-Sein, jetzt.

Spüre, was das für dich bedeutet? Nimm wahr, was das mit deinem schöpferischen Sein, mit deinem kreativen Fluss, deinem kreativen Ausdruck macht?

Maha Cohan bittet dich erneut tief ein und auszuatmen, dein ganzes achttes Energiezentrum, deinen ganzen achten Energiewirbel zu erleben. Maha Cohan dankt dir, löst sich sanft von deinem Gesichtsbereich und zieht sich für den Moment zurück. ...

∞ ∞ ∞

Beim **Frauengesundheitszentrum** zeigte sich die Göttin Tamfana. Sie ist eine alpenländische und germanische Herbst- und Manifestationsgöttin und eine Hüterin der Zeit. Sie begleitet uns durch diese Wochen und steht uns bei den aktuellen Entwicklungs- und Wandlungsprozessen gerne zur Seite, wenn wir möchten.

Über den Kontakt zu unserer Mondmutter und den Segen für die eigene, energetische oder physische Gebärmutter, den wir darüber empfangen können, ist es möglich, über das morphogenetische Feld der weiblichen Kraft, alle Gebärmütter zu segnen, um so das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen in jedem weiblichen Wesen dieser Erde zu stärken, um es zum Strahlen zu bringen und es sein Potential leben zu lassen.

∞ ∞ ∞

Bei unserem **Meditations- und Channelabend** im September berührte uns Michael, legte seine Hände auf unsere Schultern und auf unser drittes Auge, um Entspannung und Frieden, Raum nehmen zu lassen. Michael löste energetische Verbindungen und mögliche Zuspelungen, die von außen auf uns einwirkten, auf. Er unterstützte das Losgelöst sein von dem, was im Außen in Bewegung ist. Er rollte uns einen blauen Teppich aus und meinte, dass es nicht nur rote gibt, sondern eben auch blaue, die sich vor uns entfalten können und wir eingeladen werden, darüber zu schreiten. Es ist ein Teppich der Gelassenheit, ein Teppich des Friedens. Wann immer wir in Momenten und in Situationen sind, wo wir unsicher sind, wie wir den Weg finden und gehen und uns selbst treu bleiben können, sollen wir Michael bitten, an unserer Seite zu sein und uns diesen blauen Teppich zu entrollen, um auf ihm zu

schreiten. So werden wir geführt, sind in unserem Fluss, um gelassen, Schritt für Schritt weiterzugehen. ...

Uriel zeigt sich dir als Hüter des Feuers. Deshalb hat er eine große Feuerschale mit einem lodernden Feuer mitgebracht. Er bittet dich zuerst, dass du mit deinen Händen dieses Feuer berührst und dir erlaubst, all das, was möglicherweise an Ängsten und Unsicherheiten in dir ist, in dieses Feuer hineinfließen zu lassen, dass das Feuer all diese - erneut – Irritationen, transformieren kann. Uriel erinnert dich an die Kraft der Transformation, die er repräsentiert und bittet dich, dass du sie für dich nützt, wann immer du sie brauchst oder du sie möchtest. Und dass du dir manches Mal keine Gedanken machen brauchst, wie eine Lösung möglich ist, wie sich eine Lösung zeigt, sich eine Lösung gestaltet, weil du im Vertrauen sein darfst, dass es eine Lösung gibt, weil es immer eine Lösung gibt. Und so kannst du, wenn dich etwas verunsichert, wenn dich etwas bedrückt, dieses abgeben, dem Feuer übergeben. ...

Wann immer du ein Feuer visualisierst, wann immer du von deinen feinstofflichen Geschwistern ein Feuer empfängst, wann immer du ein Feuer entzündest, kannst du, wenn du dich darauf eingelassen hast, bitten, dass sich über dieses Feuer, die Kundalini-Energien, die Kundalini-Ströme zeigen, sodass du in diesen Feuerzungen, die sich dir offenbaren, die schlängelnden Bewegungen der Kundalini-Ströme erkennen kannst. Du kannst in jedem Feuer, Schlangen-Energien tanzen sehen, wenn du möchtest. Und kannst, wenn du dieses tust, diese einladen sich für dich zu bewegen, sich zu dir zu bewegen, so dass du beginnst, mit ihnen im Gleichklang zu sein, sodass darüber eine Berührung deiner Kundalini-Energie ist und du das Wesen deiner Kundalini noch mehr erfasst. Und über dieses Erfassen deines Wesens, sich deine Manifestationskraft ausdehnt.

... Dann darf weißes Licht zu dir kommen. Über dieses weiße Licht tritt White Eagle zu dir. Er zeigt sich dir in einer Form, die für dich stimmig und annehmbar ist. Er verneigt sich vor dir, und er ruft seine weißen Adler, damit sie bei dir sind, damit du dich auf die weißen Adler setzen kannst, um mit ihm und ihnen auf eine Reise zu gehen. Die weißen Adler erheben sich mit dir. Dann beginnen sie mit dir zu fliegen. Dabei kreisen sie über deinen Alltag. Sie kreisen über das, was dich in deinem Alltag bewegt und beschäftigt, womit du konfrontiert bist. Und White Eagle bittet dich einfach aus dieser Perspektive der weißen Adler, auf das zu blicken, was du in

deinem Leben im Moment erfährst und erlebst, und es aus dieser Sicht der weißen Adler zu sehen, zu spüren, zu erkennen.

Vielleicht bekommst du einen größeren Überblick, kannst du größere Zusammenhänge erkennen. Vielleicht relativiert sich etwas. Wie erlebst du es aus der Sicht der weißen Adler? Und White Eagle lächelt und sagt, dass ein weißer Adler jederzeit die Möglichkeit hat, sich aus einer Situation, die ihm nicht gefällt, die ihm nicht entspricht, zu erheben. Er fliegt einfach davon, er fliegt der Sonne entgegen und richtet sich auf dieses Licht der Sonne aus, und alles andere lässt er hinter sich. White Eagle bittet dich, von den weißen Adlern zu lernen und es ihnen gleich zu tun, wann immer es erforderlich ist. ... White Eagle dankt dir und segnet dich, lässt die weißen Adler als deine Hüter und Hüterinnen an deiner Seite sein. Dann zieht sich White Eagle wieder zurück. ...

Erlaube dir **Hilarion** an deiner Seite zu spüren. Hilarion zeigt sich dir als väterlicher Freund und Mentor. Und Hilarion bringt dich hinaus in die Natur und bringt dich zu Feldern, die er dir zeigt. Und er geht mit dir über diese Felder und zeigt dir, was hier wächst. Und er bittet dich einfach wahrzunehmen, was wächst und wie es wächst. Und dann sagt Hilarion zu dir, dass das deine Lebensfelder sind und dass du durch diesen Spaziergang mit Hilarion erkennen kannst, welche Samen du gesät hast. Einige Samen sind dir vielleicht bewusst, weil du sie bewusst gesät hast, einige Samen sind vielleicht unbewusst, dennoch ist daraus etwas gewachsen. Und so betrachte deine Felder, betrachte auch, was möglicherweise aus unbewussten Samen entstanden ist. Und was es für unbewusste Samen waren, die du gesät hattest? Sind deine Felder fruchtbar gewesen? Ist das, was wächst, nahrhaft? Gibt es Bereiche, wo es gut wächst oder gewachsen ist? Und vielleicht gibt es Bereiche, wo etwas verkümmert ist oder wo Samen nicht aufgegangen sind? Wo kannst du ernten, was gibt es zu ernten, wann ist die Ernte?

Hilarion geht mit dir über diese Felder deines Lebens. Und wir bitten dich, dir etwas Zeit dafür zu schenken, damit du diese Felder wirklich erkennen kannst, wahrnehmen kannst. Verweile noch ein wenig bei diesem Entdecken und Erforschen.

Und dann erlaube dir wahrzunehmen, dass Hilarion dich einlädt, diese Felder auch bestellen zu können, verändern zu können. Gibt es etwas, das du verändern möchtest? Ist etwas neu zu säen, ist vielleicht ein Samen da, der aus der Erde gelöst gehört, vielleicht auch verbrannt gehört? Wo auch immer der Impuls ist, etwas zu

verändern, weil es etwas braucht, tue dieses, folge diesem Impuls. Bestelle deine Felder weiter oder neu. Und manches davon ist vielleicht klar, du siehst den Bezug zu deinem Leben, zu Themenbereichen, zu deinem Alltag. Und manches, das du vielleicht neu machen möchtest, tust du intuitiv, ohne dass du es verstehen kannst, zuordnen kannst. Dennoch folge diesem Impuls. Hilarion unterstützt dich dabei. ...

Wann immer du mit deinen Feldern zufrieden bist, halte inne, segne diese Felder, danke diesen Feldern und dann genieße das, was du getan hast, was du dir erarbeitet hast und erfreue dich am Wachsen. ... Dann löse dich von deinen Lebensfeldern und komme mit deiner Aufmerksamkeit wieder in deinen Körper zurück, in deine Zeit zurück. ... Hilarion segnet sowohl die Wandlung, als auch die Gesamtheit, die du bist und zieht sich wieder zurück. Sei gesegnet. ...

∞ ∞ ∞

Maha Cohan führte uns beim **Webinar Vernetzungen und Netzwerke** zur atlantischen Ursprungsenergie zurück, in der das atlantische Göttinnenbewusstsein noch deutlicher erfahrbar gewesen ist, als zu den späteren Atlantiszeiten. Diese Ursprungsenergie bildete auch eine Brücke zu Lemurien und ermöglichte uns, ein erweitertes Verständnis über die Entwicklung und das Wesen von Atlantis.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zu dieser Zeit:

Durch die vielen äußeren Bewegungen, werden wir immer wieder verlockt, einfach mit zu rudern, mit zu diskutieren, mit zu jammern, uns mit Sorgen zu machen, uns mit zu ängstigen oder vieles andere mehr. Vielleicht sind das für uns auch angemessene und stimmige Ausdrucksformen. Doch bevor wir ihnen Raum geben, könnten wir nach innen gehen, in die Stille, um uns ein eigenes Bild zu machen, um zu hören, was unsere liebende und heilige Instanz unseres wahren Wesens dazu sagt. Daraus können wir schöpfen, agieren und mitunter reagieren.

Unsere Aufgabe, als Lichtarbeiter:innen, ist es nach wie vor, Ruhe und Frieden zu bringen und nicht noch mehr Trennung zu erzeugen. Was mich persönlich immer wieder stark berührt und meine Felder in Resonanz bringt, ist Fanatismus und dogmatisches Vorgehen und Verhalten – dieses nichts anderes stehen lassen können, ganz unabhängig davon, wer das zum Ausdruck bringt oder bezugnehmend

auf welches Thema – verbal oder tätlich. Das neue Buch von Elif Shafak, einer türkischen Autorin, deren Geschichten ich sehr schätze, heißt: „Hört einander zu!“ (Kein und Aber Verlag). Es ist ein kleines Büchlein, in dem sie ihre Beobachtungen, Wahrnehmungen und Gedanken zu den europäischen Entwicklungen der letzten Monate zusammenfasst. Ich stimme mit ihr überein, dass das Zuhören manchmal untergeht, wenn wir zu sehr bestrebt sind, unsere eigenen Überzeugungen und Meinungen zu vermitteln. Die Fragen lauten also: Hören wir auch zu? Möchten wir verstehen, weshalb jemand für oder gegen etwas ist? Möchten wir über dieses Verstehen, ein Miteinander finden?

Wir sind alle gleich. Wir tragen alle verletzte und vielleicht auch traumatisierte, innere Kinder in uns (zusätzlich zu unserem geheilten und zu unserem glücklichen inneren Kind und seinem wunderbaren, kreativen Potenzial). Unser einziger Unterschied ist, dass einige unserer inneren Kinder stärker verletzt und traumatisiert sind, als andere und dass es einigen von uns leichter fällt, dieses zu erkennen, zu reflektieren und die Verantwortung dafür zu übernehmen und anderen derzeit noch weniger.

Anderen zuhören können wir nur, wenn wir uns selbst zuhören. Das bringt uns in die Liebe. Und das bringt uns zu der genannten Einladung, uns nicht von den Verwirbelungen im Außen irritieren zu lassen, sondern nach innen zu gehen. Und über das, was wir im Inneren finden, zu vernetzen, uns zu unterstützen und uns gegenseitig zu tragen. Das üben wir und diese Zeit, mit allen ihren Themen, hilft uns dabei.

Unlängst las ich den Satz, bezogen auf die Wechseljahre der Frauen, (ich kann mich nicht mehr erinnern, wo), dass wir im Anschluss daran nicht „alt“ sondern erwachsen geworden sind. Abgesehen davon, dass ich diese Aussage sehr schön finde, habe ich den Eindruck, dass derzeit alle Menschen bzw. wir als Menschheit in den Wechseljahren sind, deshalb spielen auch manche Hormone und Emotionen etwas Rambazamba. Doch es geht darum, erwachsen zu werden.

Nicht nur weil wir uns im Moment im Übergang zwischen Sommer und Herbst befinden, sondern erneut, bezogen auf die gesamten Entwicklungen der letzten Monate und den Fragen und Herausforderungen, mit denen wir uns beschäftig(t)en, können wir sehen, dass das Thema „Mitte“ nach wie vor in der Mitte steht 😊. Laut TCM wird die Mitte dem Erdelement zugeordnet. Wir haben schon öfters darüber

gesprächen. Doch wie tief dieses Thema ist und wie weitreichende Folgen es hat, wird uns wohl erst nach und nach bewusst, weshalb wir es hier wieder aufgreifen.

Unsere Mitte, ist die Mutter in uns, ist die Erde in uns – unabhängig von unserem Geschlecht. Also dürfen wir uns wieder unserer Mitte zuwenden. Wir dürfen wieder einmal spüren, wo unsere eigene Mitte ist – das könnte sich im Laufe der Zeit ja verändern. Wenn wir jetzt, in diesem Moment, unsere Hände auf unsere (innere) Mitte legen, wo kommen sie dann zum Ruhen? Auf dem Herzen, dem Solarplexus, dem Unterbauch oder sonst irgendwo?

Wenn unsere Mitte, unsere Mutter ist, was sagt sie zu uns? Dann sind wir ihr Kind. Und was sind wir ihr für ein Kind, ein angepasstes, ein wildes, ein trotziges, ein glückliches, ein ängstliches, ein übereifriges, ein entspanntes ...?

Wenn unsere Mitte, unsere Erde ist, wie fühlt sie sich? Wie geht es der Klimaveränderung in uns? Gibt es sie? Wie zeigt sie sich? Was sagt die Erde in uns und was sagt die Mutter in uns, zu den Erdveränderungen und was können wir für unsere innere Erde und für unsere äußere Erde tun, damit es eine harmonische Entwicklung sein kann? Denn dass Veränderungen stattfinden, ist ein kosmisches Gesetz. Veränderung ist Leben. Leben ist Veränderung. Nur wie können wir sie verstehen, annehmen, gut begleiten und auch in sanftere Bahnen lenken?

Jetzt ist eine gute Zeit, um das für uns zu erforschen. Wenn wir nach innen lauschen, bedeutet das nicht, dass wir nur meditieren, nichts tun und keine aktiven Teile äußerer Wandlungen sein können. Es heißt, dass das der erste Schritt ist, den wir immer wieder wählen, um die weiteren daraus entstehen zu lassen. Je nachdem, was wir in uns finden, bringt es uns zum Umsetzen, zum Initiieren oder zum Stillbleiben ... Doch bei allem, was wir dann tun, schöpfen wir nicht nur aus unserem Inneren sondern wir bleiben und sind dabei im Kontakt, in der Verbindung mit uns selbst und mit allen und allem, was um uns ist. Und das benötigen wir.

Als Lichtarbeiter:innen haben wir so viele Aufgaben in dieser Zeit und gleichzeitig doch so wenige. Diese gehört dazu. Unsere Mitte ist also wichtig. Jede/jeder einzelne darf etwas für seine Mitte tun. Das nährt unser aller Mitten und die Mitte, der einen Menschheit.



Unsere Gäste in Aldrans:

Larina Langmair wird mit ihrer **ganzheitlichen Körperarbeit** am **10. & 11. 10.** und am **21. & 22. 11.**, 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

∞ ∞ ∞

Tagesworkshop mit Christa Wolf, am **24. 10.**, von **9 – ca. 16 Uhr**, aufbauend auf den Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg. Nähere Informationen und Anmeldungen unter: <https://www.einfuehlsam-leben.at>, Christawolf1@gmx.at, **0043-650-7017234**

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Sonstiges:

Und weil es so wunderbar in unsere Zeit passt, die Annahme der Andersartigkeit und das Verständnis füreinander fördert, finde ich das Buch so stimmig (und ein Tiroler ist der Autor auch noch 😊): **Der Mann, der einmal ein Mädchen war: Meine zwei Leben im Dorf**, **Ricardo Föger**, **Michael Wagner Verlag**

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Zur aktuellen Zeit:

Mitte 2 – Fortsetzung 😊: Wir bleiben noch ein wenig länger bei unserer Mitte. Zur Erinnerung: Was kann unsere Mitte stärken - Impulse, die ihr sicher schon kennt: im Kontakt mit den Füßen sein und die Erde spüren, unser Bauchbewusstsein pflegen, z. B. über eine Bauchmassage oder über die Kommunikation mit dem Bauch, schweigen und uns zurückziehen, uns mit den Farben dieser Jahreszeit umgeben (gelb/orange/rot) und uns gut nähren – physisch, emotional und mental. Die Kürbissaison beginnt, worüber sich unsere Mitte ebenso freut 😊. Auch Nachrichten- und Medienfasten gehört zur Stärkung unserer Mitte. Wir brauchen immer wieder den Abstand zu allen Informationen, damit wir wieder zu uns selbst kommen und

unser Gleichgewicht wiederfinden. Nur so können wir allem neutral begegnen, unser Herz spüren und unabhängig unseren Weg gehen.

In den letzten Jahren gab es vermehrt Diskussionen über Fake-News. Unsere Gesellschaft ist darauf aufgebaut – alles ist eine Frage des „richtigen“ Marketings, das versucht, jemanden oder etwas, so gut als möglich darzustellen. Wenn wir uns in den sozialen Netzwerken bewegen, tun wir das auch. Wir stellen uns am liebsten so dar, wie wir wahrgenommen werden möchten. Auch das gehört bereits in den Bereich der Fake-News. Wir spielen dieses Spiel mit. Das darf sein. Wir sollten uns dessen nur bewusst sein, dass wir alle mit der Macht der Bilder und der Sprache arbeiten. Aus diesem Grund wäre es viel wichtiger, uns häufiger auf Good-News auszurichten und uns Gedanken zu machen, wie wir diese fördern können. Good-News nähren übrigens auch und stärken unsere Mitte.

Wo sind also unsere täglichen Good-News, die wir erhalten und die wir verbreiten können?

Unsere Mitte hat noch eine andere wichtige Bedeutung für diese und in dieser Zeit. Wenn sie gestärkt ist, schenkt sie uns ein Gefühl der Geborgenheit und der Sicherheit, sodass wir in uns ruhen und Andersartigkeit nicht länger als Bedrohung, sondern als Bereicherung erfahren können. Wenn es unserer Mitte gut geht, hören wir auf, zu verurteilen und zu bewerten. In diesem Zusammenhang ist es hilfreich, zwischendurch etwas Neues auszuprobieren, die eigenen Ansichten und Überzeugungen in Frage zu stellen, sich in den Menschen hineinzusetzen, der eine gegenteilige Meinung hat und versuchen zu verstehen, wie er dazu kommt ...

Mit einer starken Mitte leben wir im Jetzt und entscheiden, was im Moment für uns stimmig ist. Das kann und darf sich ändern. Deshalb entscheiden wir von Augenblick zu Augenblick neu.

Und wenn dennoch Ängste aufkommen? Kuthumi erinnerte uns beim letzten Meditationsabend daran, dass wir lächeln sollen, ganz egal, wie wir uns gerade fühlen. Also können wir lächeln und mutig weitergehen.

Abgesehen davon, dass auch Lächeln nährt und unsere Mitte stärkt ☺.

In diesem Sinne wünsche ich euch einen mittigen, nahrhaften, glücklichen und fruchtbaren Altweibersommer und Herbst!

Von Herzen

Ava

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

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

- 20. 09. Engel-Yoga® Übungsabend – innerer Raum/Webinar**
- 21. 09. Die kosmischen Gesetze 6/Webinar**
- 22. 09. Mond-Yoga und Faszientenspannung**
- 22. 09. Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche/Webinar**
- 24. – 25. 09. Die Schmetterlingsfrau – im Zeichen der Wandlung/Webinar**
- 26. 09. Demeter lädt zu einem Fest der Mütterlichkeit ein/Webinar**
- 29. 09. Mond-Yoga und Faszientenspannung**
- 04. 10. Engel-Yoga® Übungsabend – innerer Raum/Webinar**
- 05. 10. Reise durch unsere zwölf Energiewirbel 10/Webinar**
- 08. – 10. 10. Orden des roten und grünen Drachens - Druiden- und
Druidinnenschulung 4**
- 13. 10. Mond-Yoga und Faszientenspannung**
- 15. – 17. 10. EPA 14 – laufende Ausbildungsgruppe**
- 18. 10. Engel-Yoga® Übungsabend – innerer Raum/Webinar**
- 20. 10. Mond-Yoga und Faszientenspannung**
- 27. 10. Avalon-Schule: Im Frieden sein mit der avalonischen
Geschichte/Webinar**

- 03. 11. Mond-Yoga und Faszienentspannung**
- 04. 04. 11. Channelausbildung Teil 3**
- 09. 11. Reise durch unsere zwölf Energiewirbel 11/Webinar**
- 10. 11. Mond-Yoga und Faszienentspannung**
- 11. 11. Meditations- und Channelabend/Webinar**
- 12. – 14. 11. Avalon-Schule: Mutterschlange und das Reiten des Drachen/Webinar**