

Der Fünfer-Kreis



Lege dir diese fünf Karten am Boden so auf, wie abgebildet. Lass in der Mitte dabei soviel Platz, dass du dich dann hineinstellen kannst.

Die Zahl **Fünf** steht für die **harmonisierende Kraft des Lebens** und ist mit dem Liebesplaneten Venus verbunden. Die Fünf symbolisiert den Goldenen Schnitt und das Urvertrauen in die nährenden Lebenskräfte.

Lege dir die Karten so auf, dass die Oberseiten der einzelnen Karten jeweils nach außen zeigen, siehe Abbildung. Das hat den Sinn, dass du dann, wenn du im Kreis drinnen stehst, die Karten in der richtigen Ansicht vor dir liegen hast.

An der oberen Spitze des entstehenden Fünfecks liegt die fünfte Karte, die alle vier Elemente anspricht (Karte 5). Dann Karte 1 Feuer, Karte 2 Wasser, Karte 3 Luft, Karte 4 Erde.

Gehe jetzt noch nicht sofort hinein, sondern **umkreise dieses Fünfeck im Uhrzeigersinn**, durchaus mehrmals. Lass dich dabei einfach leiten, so stimmst du dich auf das entstehende Kraftfeld ein. Dann, im „richtigen“ Moment wird es dich in den Kreis hineinziehen. Beobachte, bei welcher dieser Karten oder zwischen welchen beiden Karten du hinein gegangen bist.

Nun bist du in einem Energiefeld, das dich mit den hilfreichen kosmischen Kräften verbindet. Du kannst, wenn es dir angenehm erscheint, jetzt mal ein Mantra aussprechen oder denken, mit dem du die Einladung an diese Kräfte zum Ausdruck bringst. Das **Mantra** kann so lauten (oder nach deinem eigenen Empfinden mit deinen eigenen Worten abgewandelt werden):

**„Ich lade jene hilfreichen kosmischen Kräfte ein,
die im Einklang mit dem Leben,
im Einklang mit dem Evolutionsplan der Mutter Erde
und im Einklang mit meinem Seelenplan stehen.
Ich lade euch ein,
in meinem persönlichen Leben zu wirken.
Ich lade euch ein,
durch mich für den Heilungsprozess der Erde
zu wirken.“**

Solch ein Mantra hilft dir für deine Einstimmung. Und es bringt deinen stets denkenden Verstand zur Ruhe. Es fokussiert deinen Geist auf dieses Energiefeld.

Nun **spüre und nehme wahr**, wie dieses Feld auf dich wirkt. Beobachte dich, deine Wahrnehmung, deine Gedanken und inneren Bilder. Wenn du Bilder siehst, interpretiere sie nicht, versuche sie nicht zu deuten, sondern lass sie geschehen.

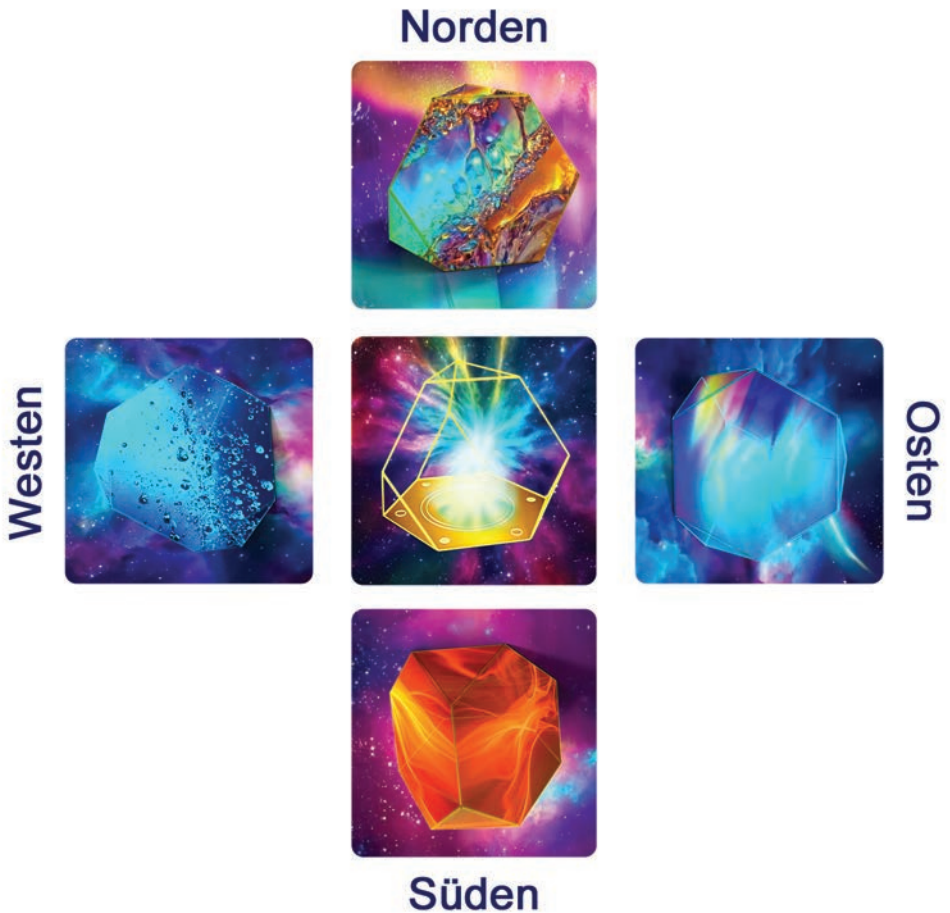
Halte dich durchaus **ein paar Minuten (oder länger) im Inneren des Kreises** auf. Dann drehe dich herum und schau, wo du diesen Kreis verlassen möchtest. Beobachte wieder, an welcher Karte oder zwischen welchen beiden Karten du hinaus gehst.

Umkreise das Fünfeck mehrmals gegen den Uhrzeigersinn. Damit stabilisierst du das von dir aufgelegte Fünfeck. Du gibst dem Kraftfeld dadurch eine Struktur und eine reale Form.

Nun kannst du für dich nachschauen, welche Karten für dich der Eingang und welche der Ausgang waren. Auf den Rückseiten der Karten steht, was sie bedeuten und wie sie wirken.

Bevor du mit diesen Karten weiter arbeitest, lass ein paar Tage vergehen. Denn so kann sich deren Wirkkraft mit deiner eigenen Wesensstruktur und deinen Seelenfrequenzen gut einstimmen.

Der Elemente-Kreis



Dieser Kreis hat eine Vierer-Struktur. Die **Zahl Vier** steht für die **Kraft der Verwirklichung im Einklang mit der Mutter Erde**. Du richtest dich dabei, wie die Schamanen, Priesterinnen und Medizinmänner an den Himmelsrichtungen der Erde aus. Durch diese Ausrichtung gehst du in einen Einklang mit dem **Magnetfeld der Mutter Erde**.

Mit diesem Kreis trittst du ganz klar in eine verwirklichende Verbindung mit Mutter Gaia ein. Du erklärst dich bereit, hilfreiche Kräfte über dein Wesen und über dein Sein der Erdenmutter zu übertragen. Du trägst damit zu einem Heilungsprozess für die große planetare Wesenheit unserer Erde bei.

Richte diesen Kreis tatsächlich nach den Himmelsrichtungen ein.
Die Karte 1, das Feuer liegt im Süden.

Karte 2, Wasser, im Westen.

Karte 3, Luft, im Osten.

Karte 4, Erde, im Norden.

Die fünfte Karte lege in die Mitte, ebenfalls nach Norden ausgerichtet.

Lass dir im Inneren des Vierecks soviel Platz, dass du dich bequem, über der Karte 5 stehend, hineinstellen kannst. Die Karten sind so ausgerichtet, dass du im Inneren von der richtigen Seite sehen kannst, so wie in der Abbildung.

Nun hast du ein Kraftfeld eingerichtet, das sich mit dem magnetischen Energiefluss der Erde verbindet.

Umkreise nun dieses Kraftfeld mehrmals im Uhrzeigersinn. Lass dich leiten und betrete dieses Feld, indem du **bei einer der vier Himmelsrichtungen hinein** gehst. Denke nicht zu viel darüber nach, welche Himmelsrichtung der Eingang für dich sein soll. Lass dich intuitiv leiten und „hineinziehen“. Du wirst eine Einladung für das Betreten dieses Kraftfeldes wahrnehmen können.

Im Inneren stell dich so hin, dass du **nach Norden hin blickst**. Du stehst nun über der Fünfer-Karte. Hier kann dir ein Mantra helfen, dich auf die Energiemuster dieses Feldes einzustimmen. Dieses **Mantra** kann den folgenden oder einen ähnlichen Wortlaut haben:

**„Ich lade jene hilfreichen kosmischen Kräfte ein,
die im Einklang mit dem Leben,
im Einklang mit dem Evolutionsplan
der Mutter Erde und
im Einklang mit meinem Seelenplan stehen.
Ich lade euch ein,
in meinem persönlichen Leben zu wirken.
Ich lade euch ein,
durch mich für den Heilungsprozess
des globalen menschlichen Geistes
und für den Heilungsprozess
der liebenden Mutter Erde zu wirken.
Möge sich diese Heilung
im Einklang mit allen Wesen verwirklichen.
Möge das Friedensfeld zur
realen globalen Wirklichkeit werden.“**

Mit diesem Mantra kommt dein denkender Verstand zur Ruhe. Nun kannst du **fühlen und spüren**. Es kann sein, dass du den Herzschlag der Mutter Erde oder ihre Stimme hörst. Es kann sein, dass dich dies sehr tief und emotional berührt. Es ist gut so, wie es ist. Lass es geschehen.

Verlasse diesen Kreis nach ein paar Minuten. **Trete aus diesem Kreis über eine der vier Himmelsrichtungen heraus.** Beobachte, welche Himmelsrichtung den Ausgang für dich gebildet hat.

Umkreise dieses Feld nun mehrmals gegen den Uhrzeigersinn. Damit stabilisierst du die Wirkung dieses Feldes für dich und für diesen Ort, an dem du es gemacht hast.

Lass nun wieder ein paar Tage vergehen, ehe du mit den Karten weitere Wirkkräfte erzeugst. Dein Wesen will sich auf das, was du erlebt hast, erst mal einstimmen.