

*"Wie Samen, die unter der Schneedecke träumen,  
träumen eure Herzen vom Frühling.  
Vertraut diesen Träumen, denn in ihnen verbirgt sich das Tor zur Unendlichkeit."  
Khalil Gibran*

Regen – Sonne – Wind und Sturm – das Erwachen der Erde aus dem Winterschlaf. Die Elemente zeigen sich in vollem Umfang. Ja, der April macht was er will. Wir können uns über diese Unberechenbarkeit ärgern oder wir können es als ein Spiel des Lebens sehen – einen Tanz in den wir uns begeben, der uns mit sich trägt. Das Zusammenspiel der vier Elemente sichert unsere Existenz – dem Zusammenwirken von Erde, Feuer, Luft und Wasser ist es zu verdanken, dass wir ernährt werden, dass wir leben können. Wir selbst bestehen aus diesen Elementen und sind damit Teil des Ganzen.



Wie alles zu dieser Jahreszeit aus dem Schlaf wieder erwacht so sehe ich die Elemente im April wie sie sich recken und strecken, wie sie neu erwachen, wie sich uns zeigen, uns begrüßen und auf sich aufmerksam machen. Sie bieten uns ihre Kraft an für ein neues Leben in der Natur und in uns selbst. Wie können wir ihnen nur unsere Dankbarkeit zeigen, dass sie es sind, die zurück kehren in unser Sein, in das neue Werden?

Zu wissen, dass wir selbst die Elemente in uns vereinen macht es uns leicht eins mit ihnen zu werden und ihre Kraft zu spüren, die auch unsere ist. Sie können helfen alles übriggebliebene des Winters abzuwerfen, frei und neu zu werden.

Mutter Erde reinigt sich mit Hilfe der Elemente. Nehmen wir sie als unsere Lehrerin und gehen wir ihren Weg in uns selbst. Damit können wir ihr unsere beste Unterstützung geben und uns gleichzeitig auf die Neue Zeit bestmöglich vorbereiten.

Jetzt geht es nicht mehr darum die Wünsche unseres Egos zu erfüllen und die Zeit damit zu vergeuden Dingen hinterher zu rennen, die wir bei weitem nicht brauchen. Jetzt ist es an der Zeit unseren Geist zu klären, unsere Ängste, unsere Schuldgefühle, Neid, Gier, Hass und alles was Kummer und Leiden bereitet loszulassen. Öffnen wir unsere Augen und schauen wir darauf was unsere Mutter – Mutter Erde – uns lehrt.

*"Jeder kommende Frühling,  
der die Sprösslinge der Pflanzen aus dem Schoße der Erde treibt,  
gibt mir Erläuterung über das bange Rätsel des Todes  
und widerlegt meine ängstliche Besorgnis eines ewigen Schlafs."  
(Friedrich Schiller)*

Blickt in diesem Monat in euch. Wo liegen eure Schmerzen, wo euer Kummer, über was macht ihr euch Sorgen oder welche Qualität in eurer Seele macht euch besonders zu schaffen? Wählt euch drei dieser Dinge aus und nehmt euch vor in diesem Monat diese Gefühle in euch zu transformieren, loszulassen, zu befreien um selbst frei zu werden. Lasst euch ein auf den Tanz mit den Elementen. Tanzen befreit, tanzen macht leicht, tanzen erhellt das Gemüt und lässt die Freude in uns wachsen.

Ich stehe täglich sehr früh auf und gehe hinaus in meinen Garten. Das erste was mir dabei begegnet ist die frische Luft. Meinen erster Atemzug mache ich in Dankbarkeit für das Element Luft. Ich atme tief ein, spüre die Frische, die mich dabei wachwerden lässt. Und atme aus in Dankbarkeit über diese Frische, die mich durchflutet, mich lebendig macht für den Tag.

Das nächste was mir begegnet ist die aufgehende Sonne, die mir mit ihrer Wärme ins Gesicht strahlt. Ich schließe die Augen, spüre die langsam wärmenden Strahlen in der kalten Morgenluft. Ich fühle sie in meinem Gesicht und danke ihr für ihr Strahlen an diesem Tag – das Strahlen, das die Seelen der Menschen, der Tiere und aller Wesen erhellt.

Nun trete ich hinaus und spüre die feuchte Erde unter meinen Füßen. Ich leite die Strahlen der Sonne durch mich hindurch in Mutter Erde und segne sie. Ich danke ihr, dass sie uns trägt und ernährt. Sie ist die Göttin, die mir Heimat bietet, die mir Schutz und Geborgenheit gibt.

Wenn ich dann die Tröge meiner Tiere mit Wasser fülle sende ich die Kraft der Erde, die Strahlen der Sonne und die Frische der Luft in das Wasser. Ich nehme wahr wie diese Qualitäten in alle Gewässer der Erde fließen, durch alle Flüsse bis in unsere großen Weltmeere. Ich danke dem Element Wasser die Heilung, die es uns schenkt.

Dieses morgendliche Ritual, in dem ich die Elemente bewusst in mir aufnehme und ihnen danke, ist für mich ein Gebet an die Schönheit und Kraft des Lebens mit dem ich den Tag beginne. Ich fühle mich erfrischt, erhellt, gestärkt und geklärt. Vielleicht findet Ihr andere Möglichkeiten mit der Kraft der Elemente den Tag zu beginnen. Sie geben uns eine wunderbare Grundlage für den Tag.



Während des Tages denkt Ihr, wenn Euch ein Element begegnet, an die Transformation und das Loslassen eines der Qualitäten, die Euch Sorgen machen.

Lasst Euch vom Wind durchwehen. Dankt ihm, dass er eure Aura reinigt. Denkt dabei an Euren Kummer, den Ihr jetzt bereit seid loszulassen und stellt Euch vor wie er im Wirbel des Windes zu Kraft und Liebe transformiert wird, wie der Wind sie rund um die Erde trägt und an dem Ort niederlässt an dem sie am dringendsten gebraucht werden. Schließt Eure Augen und bittet den Wind noch kräftiger zu blasen. Wartet einen Augenblick, denn es dauert ein paar Minuten bis er seine Kraft gesammelt hat. Wenn ihr geduldig wartet, wird Euch bald eine kräftige Böe erfassen, die Euch mit Freude durchflutet. Ruft dem Wind zu noch stärker und stärker zu blasen und Ihr werdet sehen, dass die Freude und das Glück des Tanzes Euch erfasst. Tanzt und spielt mit dem Wind, es ist ein herrliches Gefühl, dass Euch befreit. – Fliegt mit den Wolken, spürt ihre Leichtigkeit.

Das Feuer hat die stärkste transformierende Kraft. Die aufgehende Sonne schenkt uns Licht und erweckt das Licht in uns, das sich ausbreitet und alles zum Strahlen bringt. – Während wir der untergehenden Sonne den Kummer mitgeben können.

Die Erde verbindet uns mit unseren eigenen Kraft und das Wasser schenkt uns Frische, bringt alles ins Fließen, belebt uns durchflutet uns.

*„Der Frühling ist eine echte Auferstehung, ein Stück Unsterblichkeit.“  
(Henry David Thoreau)*

Dank den Elementen, die der Welt das Leben schenken.

In liebender Kraft wünsche ich Euch allen ein wundervolles Erwachen in Euch selbst.

HEIDI

#### ANKÜNDIGUNG:

Seminare im April:

14. April Basiskurs in Tierkommunikation in Neresheim/Süddeutschland  
27. + 28. April Basiskurs in Schamanismus in Neresheim/Süddeutschland

Nähere Informationen auf meiner Homepage [www.poweranimal.de](http://www.poweranimal.de)  
oder unter [heidi.findeis@web.de](mailto:heidi.findeis@web.de)