

Seelenbaum-Impuls

zu Ostara 2022



Seelenbaum
Jane Pajon

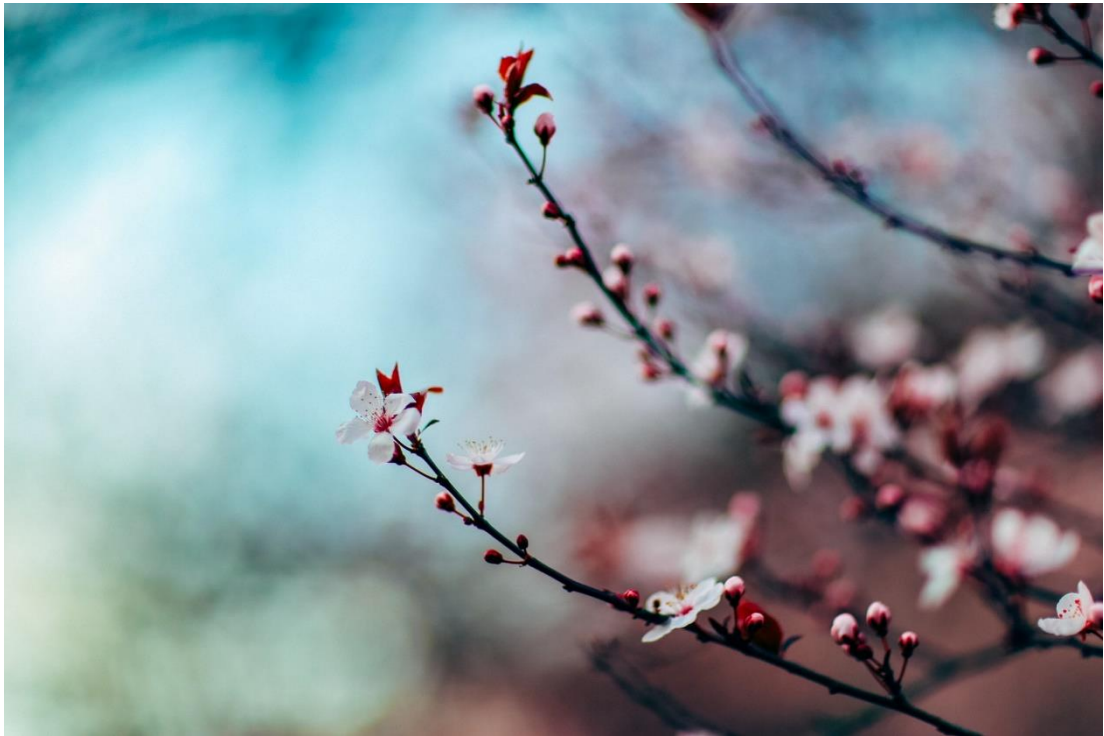


Seelenbaum | Jane Pajon

Liebe Seele,

vielleicht merkst Du auch, dass die Energien zurzeit besonders heftig sind. Meiner Wahrnehmung nach toben sie regelrecht.

Diese Wahrnehmung kann bei jedem von uns anders sein. Ich merke es beispielsweise oft als einen enormen Druck im Kopf oder ein Gefühl wie im Wasser zu schweben. Aber es kann genauso gut sein, dass Du es als eine Art Unruhe wahrnimmst oder andere körperliche Anzeichen hast. Bei manchen von uns manifestiert sich diese Wahrnehmung auch nicht auf körperlicher Ebene sondern auf seelischer oder emotionaler Ebene. Du merkst das beispielsweise daran, dass Du in solchen Phasen besonders empfindlich bist oder besonders traurig ohne speziellen Anlass. Vielleicht bist Du aber auch besonders reizbar. Wie gesagt, die Auswirkungen können da sehr verschieden sein – genauso wie wir Menschen eben sehr verschieden sind.



Was können wir machen, damit uns diese Energien nicht „überrollen“? Den ersten Schritt hast Du bereits gemacht: Es ist das Bewusstwerden darüber, dass Dein aktueller Zustand von äußeren Energien beeinflusst wird. Dagegen Anzukämpfen bringt Dir im Normalfall leider nichts – zumindest nach meiner bisherigen Erfahrung. Es ist eher ein Annehmen der Umstände. Versuche die Energien in Dein System zu integrieren, denn so verursachen sie am wenigsten Wirbel in Dir. Im besten Fall schaffst Du es sogar, dass diese Energien für Dich arbeiten. Das kannst Du Dir wie Surfen vorstellen – statt der Welle reitest Du die Energien. Das klappt natürlich nur, wenn die Art der Energie zu Deinem Vorhaben passt.

Was mir hilft, sind Erdung, Ruhe und Akzeptanz der Situation. Oft mache ich mir einen Tee – gerne mit Kräutern und Pflanzen, die mich unterstützen. Ich benutze ätherische Öle oder Räuchere, damit sich mein Wohlbefinden bessert. Und manchmal – wenn es besonders heftig ist, muss man sich wirkliche Ruhe gönnen. Da hilft dann beispielsweise eine Meditation oder ein bewusstes Atmen oder auch mal eine halbe Stunde ganz bewusstes „auf das Sofa legen“ und beispielsweise einen Heilstein zu Hilfe nehmen.

Das sind natürlich keine Patentlösungen, denn was Dir tatsächlich hilft, das musst Du selbst heraus finden, das kann genauso unterschiedlich sein wie die Auswirkungen der Energien.

Mondphasen-Übersicht der nächsten Wochen

Vollmond

16. April
2022



Waage



Neumond

1. April
2022



Widder



16. Mai
2022



Skorpion



30. April
2022



Stier



Die Positivität nicht verlieren

In den Unruhen der letzten zwei Jahre ist es für viele Menschen wirklich schwer geworden, sich nicht ihren Ängsten und Sorgen hinzugeben. Gerade wo es im Außen kaum noch Positive Themen gibt und uns eine Katastrophe nach der nächsten präsentiert wird, ist es wirklich eine wahre Fähigkeit geworden, die Ausrichtung auf das Gute und Schöne zu behalten. Doch gerade diese Ausrichtung ist es, die so unglaublich wichtig für uns ist, damit wir in unserer Mitte bleiben. Dabei geht es nicht wirklich darum, keine Negativität oder

Katastrophen wahrzunehmen, sondern vielmehr darum, das Gute nicht aus den Augen zu verlieren. Viele Menschen sind schon an dem Punkt, an dem sie gar nicht mehr wissen, was denn das Gute in ihrem Leben überhaupt ist. Und das ist eine große Grube, in die man hineinfallen kann. Denn wenn man nicht mehr weiß, was das Gute in seinem eigenen Leben ist, dann weiß man auch nicht mehr, wofür man eigentlich lebt. Der Verlust des Überlebensgeistes und der Schöpferkraft, die jedem von uns innewohnen, sind dann

vorprogrammiert.

Wie also schaffen wir es, nicht in diese Grube zu tappen? Wie behalten wir in all dem Chaos der Außenwelt den Fokus auf das Schöne, auf das was uns die Freude am Leben erhält? Es geht dabei vor allem darum, im Jetzt zu bleiben. All unsere Ängste haben nichts mit dem Jetzt zu tun, denn wir haben nicht Angst vor dem was da ist, sondern vor dem was kommen könnte. Wenn Du beispielsweise Angst davor hast, Deinen Job zu verlieren, dann hast Du ihn gerade noch. Das heißt im Jetzt geht es Dir gut. Deine Angst richtet sich auf die MÖGLICHKEIT, dass Du Deinen Job verlierst. Und solange dieser Verlust eine Möglichkeit ist, gibt es immer auch die Möglichkeit, dass Du ihn eben NICHT verlierst. Deine Angst richtet sich in diesem Beispiel sogar noch nicht mal auf den Jobverlust als solchen, sondern darauf, was dieser für Konsequenzen mit sich bringen KÖNNTE. Auch diese Konsequenzen müssen nicht eintreten, denn es wäre ja beispielsweise auch möglich, dass Du Deinen Job zwar verlierst, Du

aber einen Tag später einen anderen angeboten bekommst, der vielleicht noch besser zu Dir passt. Du siehst, die Angst ist eigentlich nur ein Gedankenkarussell, von dem wir uns lediglich davon abbringen lassen, zu sehen, dass es uns im Jetzt ja noch gut geht. Natürlich kannst Du die Möglichkeit des Jobverlustes sehen, solange Du Dir bewusst machst, dass es keine Tatsache ist und sämtliche möglichen Konsequenzen eben auch nicht. Und anstatt Dich dieser Angst jetzt hinzugeben kannst Du vielleicht gleich die Augen offenhalten, ob vielleicht schon ein neuer Job auf Dich wartet oder Deinen Chef darauf ansprechen, ob Du irgendwie dazu beitragen kannst, dass Dir Dein Job erhalten bleibt. Hierbei siehst Du sehr gut, dass die Angst Dich in einen passiven, ja handlungsunfähigen Zustand versetzt und Du wieder aktiv wirst, wenn Du nicht in diese Angst hineingehst.



Was ebenfalls sehr wichtig ist, um sich nicht der Negativität auszuliefern, ist nicht die Augen vor dem Guten zu verschließen. Jedem von uns passieren Tag für Tag auch schöne Dinge. Oft sind sie klein, und wir haben den Hang dazu entwickelt, die kleinen schönen Dinge nicht wertzuschätzen, wobei wir den kleinen negativen Dingen unsere Aufmerksamkeit geben. Wenn wir zum Beispiel dreimal stolpern, dann denken wir Dinge wie "das ist ja wie verhext" oder "heute ist echt nicht mein Tag". Wenn wir aber dreimal hintereinander einen guten Parkplatz finden oder wir dreimal hintereinander etwas sehr Hübsches sehen, dann freuen wir uns kurz und vergessen es gleich wieder. Wir sind also angehalten, uns wieder anzugewöhnen, das

Gute mehr zu wertschätzen, ihm mehr Aufmerksamkeit zu geben. Um dies zu üben, denn auch dies müssen wir üben, wenn wir es noch nicht können, kannst Du beispielsweise ein Notizbuch nehmen und Dir abends alles, was schön war, in Erinnerung rufen und aufschreiben. Oder ihr macht in der Familie oder mit Freunden eine tägliche "was ich heute tolles erlebt habe"-Runde. Und wenn wir unsere Aufmerksamkeit so trainiert haben, dass wir das Schöne wirklich sehen und aufnehmen, dann richten wir uns innerlich darauf aus und nun wird es ebenfalls das Schöne sein, dass Du in Deinem Leben anziehst, denn Du bekommst vom Universum immer das geschickt, was Du auch aussendest.

Krafttage der nächsten Wochen



März

- 2.: Neumond ☾
- 3.: Portaltag
- 8.: Portaltag
- 11.: Portaltag
- 16.: Portaltag
- 18.: Vollmond ☽
- 20.: Tag- und Nachtgleiche: Ostara 🌿
- 22.: Portaltag
- 29.: Portaltag
- 30.: Portaltag

April

- 1.: Neumond ☾
- 6.: Portaltag
- 10.: Portaltag
- 16.: Vollmond ☽
- 27.: Portaltag
- 29.: Portaltag
- 30.: 1. Neumond ☾
- + Beltane 🌿



Vorstellung Krafttier

Elefant

Der Elefant kommt mit vielen Zuschreibungen daher: sanftmütig, Familienorientiert, gutmütig, intelligent, geduldig, beschützend, stark, empathisch, mutig, ja sogar heilig.

Viele dieser Eigenschaften, die dem Elefanten zugesprochen werden, empfinden wir als erstrebenswert. Aber spätestens bei dem Wort heilig werden wohl die meisten sagen, dass sie das in ihrem Leben nie erreichen werden.

Wenn nun also der Elefant als Krafttier in Dein Leben tritt, sei es als langfristiger Weggefährte oder kurzer Besucher, so möchte er Dich an diese Eigenschaften erinnern.

Doch er möchte Dir damit nicht als unerreichbares Vorbild dienen, sondern Dich daran erinnern, dass auch Du bereits einige dieser Eigenschaften in Dir trägst. Horche in Dich hinein, gehe in Deine Gefühlswelt und prüfe, welche

dieser Eigenschaften DU für erstrebenswert hält. Und dann überlege Dir, wann in Deinem Leben Du bereits diese Eigenschaft oder Fähigkeit an den Tag gelegt hast.

Der Elefant kommt als Unterstützung daher, möchte Dir einen kleinen Schub geben, damit Du in Dein Dir innewohnendes Potenzial kommst.

Entdecke, welche Fähigkeiten Du in Dir trägst und habe den Mut, auch

nach Eigenschaften zu streben, von denen Du glaubst, dass Du sie nicht in Dir trägst. Du bist die Schöpferkraft Deines eigenen Lebens und Deines eigenen Seins. Du trägst bereits alle Anlagen in Dir um die Beste Form Deines Selbst zu werden. Wage es, Du selbst zu Sein und nach dem zu streben, von dem Du glaubst, dass es erstrebenswert ist.

Du wirst überrascht sein, wieviel Du davon bereits in Dir trägst.



Karte zur Zeitqualität

Das Wurzelmädchen

*Das verleugnete Selbst, verborgene Schönheit, die
Notwendigkeit von Akzeptanz und Liebe*

Das Wurzelmädchen ist ein Teil unseres Selbst. Die Verkörperung davon, ungeliebt, unerwünscht und voller Fehler zu sein. Doch dieses Wurzelmädchen darf ganz nah an den heiligen Baum und seine Wurzeln.

Dieses Wurzelmädchen weist Dich auf die komplette Fehlwahrnehmung Deiner vermeintlichen

Schwächen durch Schuld- und Schamgefühle.

Jedes Mal, wenn Du einen Teil Deiner Gefühlswelt unterdrückst oder ablehnst, und sei es auch ein Gefühl von Neid, so weint dieses Wurzelmädchen und sehnt sich nach Anerkennung, Aufmerksamkeit, Akzeptanz und Liebe. Das Wurzelmädchen ist ein heimatloser

Anteil Deines Selbst, den Du aufgrund von Sozialisierung und gesellschaftlichen Normen ablehnst. Der Teil von Dir, den Du wegjagen, ignorieren, schlagen oder wegschubsen möchtest, und doch gehört dieser ungeliebte Zwerg zu Dir.

Wenn Du diesem Wurzelmädchen nur aufrichtig in die Augen gucken würdest, so würdest Du die unerfüllten Sehnsüchte und Träume erkennen. DEINE unbefriedigten Bedürfnisse. Du würdest erkennen, dass dies ein Teil von Dir ist, der um Mitgefühl und Verständnis bettelt. Er ist entstanden aus einer Verletzung oder der Konditionierung, dass Du nicht "ganz" oder nicht "richtig" bist,

sondern irgendwie "zu viel" oder "zu wenig". Vielleicht hast Du das Wurzelmädchen aber auch von Deinen Ahnen geerbt.

Unabhängig von seiner Entstehung ist es nun an der Zeit diesen Teil von Dir anzunehmen, in von Herzen willkommen zu heißen, ihm Liebe und Aufmerksamkeit zu schenken. Anschließend wird alles, wonach Du suchst in helles Licht getaucht, auch Dein Lebensweg, der nun auf eine neue Aufgabe zusteuert. Sobald Du das Wurzelmädchen lieben gelernt hast und es akzeptierst, transformiert es sich. Und es wird allerlei Magie in Deinem Leben Einzug halten. Sieh Dich einfach nach allem Schönen und Guten um.

QUELLENANGABE DES ORAKELSETS: DEIN SCHAMANISCHER TRAUM - DAS ORAKEL. VON ALBERTO VILLOLDO UND COLETTE BARON-REID. ILLUSTRATIONEN: JENA DELLA GROTTAGLIA



Was gibt es Neues bei mir?

Meine Webseite wird gerade komplett neugestaltet, ich bekomme auch eine neue Domain. Ich finde es sieht schon richtig toll aus, obwohl es natürlich noch nicht fertig ist. Auf der neuen Website habe ich dann auch einen richtigen Blog, auf dem ich immer wieder mal Neues poste - zu den derzeitigen Energien, Informatives oder auch mal ein Gedicht... Ich werde Euch zum Start der neuen Website natürlich auf dem Laufenden halten und falls sie vor dem nächsten Impuls fertig ist, dann bekommt Ihr eine "Juchhu - sie ist Online!"-Mail von mir. :) Ich bin schon sehr gespannt, wie sie Euch gefällt.

Unsere Odyssee des Umzugs nähert sich auch endlich dem Ende. Viermal umziehen in 6 Monaten war echt hart und das hat niemand von uns kommen sehen. Die Arbeiten in unserem neuen Zuhause nähern sich dem Ende und dann können wir uns endlich wieder wirklich häuslich niederlassen. Und wenn wir die meisten Kisten ausgepackt haben, dann starten auch endlich wieder richtig Angebote von mir. In den meisten Ferienhäusern, in denen wir bis jetzt waren, war das Internet entweder nicht vorhanden oder recht instabil - das machte das Planen von Kursen quasi unmöglich.

Vielen Dank an die Plattformen Pixabay,
SetResponse und Unsplash, die so
wunderbare Bilder zur Verfügung stellen.
Ohne Euch wären meine Impulse und
meine Webseite viel weniger bunt und
lebhaft.



Seelenbaum

Seelenbaum - Jane Pajor

+49 1520 / 29 855 78

(gerne auch per
Whatsapp, Telegram oder Threema)

<http://www.seelenbaum-coaching.de>