

Kräfte-Balance von Mann & Frau

Foto: ©Sergey Bogdanov / Fotolia

Die Welt ist polar und wird durch die Ausgewogenheit der Kräfte in Balance gehalten. Es gibt immer zwei komplementäre Pole, von denen keiner alleine auftreten kann. Nimmt eine Energie überhand, so kippt das ganze System – der Zustand der heutigen Welt TEXT: INDIRA BIRGIT DOLLINGER

Durch die Jahrtausende lange Übermacht der männlichen Kräfte haben sowohl Männer als auch Frauen immer mehr ihre weiblichen Anteile unterdrückt und abgespalten. Die Achtung und der Respekt vor weiblichen Prinzipien wie Hingabe, Intuition, Passivität und Sanftheit sind dadurch weitestgehend verloren gegangen. In der Gesellschaft dominieren männliche Aspekte wie Dynamik, Erfolg, Aktivität, Gewinnen, Analysieren und

Ratio. Das sinnlose Streben nach Macht und Wachstum verursacht auf allen Ebenen zunehmendes Chaos und Verwirrung. Die Auswirkungen dieses Ungleichgewichts sehen wir an der Behandlung und zerstörerischen Ausbeutung von Mutter Erde.

Aufgrund der Missachtung des weiblichen Prinzips befinden wir uns zurzeit in einem kritischen und unbalancierten Zustand, der sich auf alle Lebensbereiche auswirkt. Viele Män-

ner und Frauen haben ihre innere Anbindung verloren und versuchen, Bildern der Außenwelt gerecht zu werden auf der vergeblichen Suche nach Selbstwert, Anerkennung und Liebe. Dabei verlieren sie immer mehr den Sinn ihres Tuns und Daseins. Zudem schwächt die Verdrängung und Unterdrückung der Gefühle die Menschen zusehends. Krisen und Krankheiten als Sprache der Seele weisen viele schmerzhaft auf dieses innere Ungleichgewicht hin, wodurch oft tiefgreifende Veränderungsprozesse initiiert werden. Dies ist jedoch eine Chance für Heilung und Wachstum, sofern der Mensch bereit dafür ist.

Wege der Heilung

Männer wie Frauen sind daher jetzt aufgefordert, die verletzte, missachtete und abgespaltene Weiblichkeit in sich zu heilen. Dies bedeutet nicht, dass die weibliche Kraft überhand nimmt, sondern dass Männer und Frauen das weibliche Prinzip in sich wieder würdigen, respektieren und leben. Dabei sollten sie sich nicht als Opfer sehen, um nicht wieder den alten Energiefeldern des Dualismus und der Spaltung zu verfallen.

Bevor wir die Beziehung zwischen Mann und Frau heilen können, müssen wir die weiblichen und männlichen Kräfte tief in unserem Inneren wieder in Balance bringen. Männer und Frauen kommen nur in ihre wahre Kraft, wenn sie beginnen, die weiblichen Anteile und Aspekte in sich anzunehmen, zu heilen und zu lieben.

Tiefe Ängste und Traumata im kollektiven Unbewussten verhindern jedoch oft den Weg in eine gesunde Selbstakzeptanz und Selbstliebe. Die Heilung besteht darin, die Ängste der Vergangenheit zu überwinden und dem weiblichen Prinzip wieder Raum zu geben. Nur wenn wir wieder Zugang zu der Gefühlswelt und zu dem inneren Kind als Schlüsselfigur der Gefühle herstellen, können wir seelische Wunden heilen. Der Mensch wird stark, wenn er die Angst vor

RETREATS AM MEER

- **WOMEN'S SPIRIT**
- **SACRED LOVE: RETREAT FÜR PAARE**
- **PATH TO MANHOOD: RETREAT FÜR MÄNNER**
- **UND WEITERE ...**

Die Verbindung zur Natur und Quellenergie ist das, was uns lebendig fühlen lässt. Dadurch wird der Geist klar, das Herz offen und die Seele genährt.

Dies ist die Basis für ein gesundes, selbstbestimmtes und sinnerfülltes Leben im Einklang mit der Natur.

Infos und Anmeldung:

www.yoga-soultretrat.com

dem Zulassen von Schwäche und Gefühlen verliert und sich dem Leben und der Liebe bedingungslos hingibt. Dann vertrauen und folgen wir unserer Intuition und der Stimme des Herzens. Denn nur das Herz kennt den Weg in ein gesundes, glückliches und sinnerfülltes Leben.

Fazit

Jede Heilung im Inneren eines Menschen wirkt sich nachhaltig auf das Kollektiv der Mutter Erde und aller fühlenden Wesen aus. Erst wenn die Kräfte-Balance von männlichem und weiblichem Prinzip wiederhergestellt ist, wird die Menschheit aufhören, andere Menschen, Tiere und die Mutter Erde auszubeuten und zu zerstören. ■



Indira Birgit Dollinger ist Yoga- und Meditationslehrerin, Gesundheitsberaterin und Geistheilikerin. In Südspanien und im

Alpenland bietet sie Retreats und Ausbildungen zur persönlichen Entwicklung und Transformation an. Erdendes Yoga, Tiefenatmung, Meditationsreisen, Energiearbeit und Geistheilung geben Impulse zur Rückverbindung, inneren Heilung und Aktivierung des Seelenplanes
www.yoga-soultretrat.com