

Hallo Max,

Liest du diese Monatspost schon öfters, wirst du die ersten Sätze kennen. Trotzdem möchte ich sie hier stehen lassen, da immer wieder neue InteressentInnen dazu kommen. Und du kannst sie ja einfach überfliegen, wenn du sie schon kennst...

**Also Max- ich freue mich sehr**, dass du mitliest und in unserer Gruppe mit dabei bist. Kartenlegen ist nicht schwer, aber es braucht ein paar Grundsatzentscheidungen. Was frage ich und wen frage ich? Wie bei einem Telefonat ist es wichtig, **vorher** zu entscheiden, an welche feinstoffliche Kraft oder Wesenheit ich die Frage richte. Die **monatliche Entwicklungsfrage** in dieser Monatspost richte ich direkt an die **Quelle der Weisheit**. Vielleicht sagst du Alleins, Oben, Gott, Göttin... oder welcher Begriff für dich stimmig ist dazu - ich nenne sie **Quelle**.

Ob dich das Thema des Monats nun mächtig erwischt oder nur so nebenbei vorschrammt, das wirst du fühlen. Und in welchem deiner **Lebensfelder** das Thema relevant ist, wirst du auch sicher gut erkennen. Vielleicht betrifft es nur eines oder auch mehrere deiner Lebensbereiche? Persönliche Entwicklung, Berufliche Entwicklung, Beziehungen, Gesundheit, Finanzen, Alltag, Innere Freude, Spiritualität, Familie... lasse dich darauf ein!

Unser gemeinsames Thema für den Mai 2024 ist **MUT ZUR FRÖHLICHKEIT**.



## MUT ZUR FRÖHLICHKEIT

klicke auf die Flasche oder  
Karte und du wirst auf die  
Edelsteinessenzen-Seite  
weitergeleitet - dort siehst  
du die Bilder größer



Der Monat Mai lädt uns ein, uns mit dem Thema „**MUT ZUR FRÖHLICHKEIT**“ zu beschäftigen. Die dazugehörige Affirmation lautet „**Ich bin zuversichtlich und liebe mein Leben**“.

Wie ich finde, ein wirklich mächtiges Thema. Ich bin gerade am Ende meiner Lebens- und Sozialberater Ausbildung und meine Leseliste für die Pflichtlektüre war und ist (noch immer) lang. Hierbei bin ich auch eingetaucht in die verschiedenen Methoden des Coachings und der Beratung.

Es gibt eine große Vielfalt an Techniken, die uns mit Vehemenz lehren, unseren Klient\*innen das halb volle Glas anzubieten. Auch wenn sie aktuell das halb leere Glas wahrnehmen. Dabei stellt sich natürlich die Frage, welche Berechtigung haben dann Gefühle wie traurig, betrübt, depressiv, freudlos... in unserem Leben. Wie gehe ich damit um, wenn ich aktuell so gar nicht im Teich der Fröhlichkeit daheim bin und diese Karte ziehe.

DIE Beratungs-Methoden (und ich schreibe jetzt gar nicht dazu, welche ich meine) schlagen manchmal eine rigorose Sichtänderung vor. So nach dem Motto „*Denk dich glücklich*“, „*lächle einfach und das Hirn und die Gefühle folgen...*“ oder „*dreh den Spieß einfach um*“... und auch wenn so manche dieser Interventionen durchaus einen schnellen Effekt bringen mögen, stellt sich für mich die Frage: "Ist das gerade stimmig?". Stimmt es für meine Seele - für meine Lebenszeitqualität? Denn auch wenn einige dieser Anwendungen und Methoden durchaus hilfreich sein können, ist es zu überprüfen, ob es **JETZT** in diesem Moment für mich wirklich passt?

So - und was mache ich, wenn genau **JETZT** diese Karte da ist?

Die wirkliche Qualität der Botschaft der Karte ist es, die **Möglichkeit und ein Ziel in den Raum zu stellen**. Die **Vision** dafür, dass es sicher wieder eine Zeit geben wird, die voller **Zuversicht** und **Lebensgenuss** sein wird.

Gerade jetzt sehe ich in meinem Umfeld viele Menschen, die mit sehr schweren Themen zu kämpfen haben. Die sich mit dem Tod des geliebten Partners oder auch einer schweren Krankheit in der Familie oder auch bei sich selbst beschäftigen müssen. Das sind Zeiten, in denen es einfach schwierig ist. Und in denen unsere Seele auch trauern soll. Aber neben all diesen intensiven Gefühlen, stellt die Karte „**Mut zur Fröhlichkeit**“ eine Qualität daneben, die **auch da ist** - trotz allen aktuellen Dramas. Das Leben zeigt sich uns in Wellen und wenn wir gerade nicht über den Wellenrand drüber sehen, begleitet uns die Karte in eine Idee, in eine Zeit, wo wir wieder auf der Welle schwimmen können.



Heute habe mich ausnahmsweise nicht den Trommelstein DOLOMIT abgebildet sondern einen geschliffenen **Zuckerdolomit** aus der Schweiz. Ich habe ihn dort vor Jahren auf einer Mineralienmesse gekauft und ich mag ihn sehr gerne. Durch seine glitzernden Pyritkristalle, die im Dolomitgestein durchblitzen und leuchten, verkörpert er für mich die Energie von "Mut zur Fröhlichkeit" in besonderer Weise. Dolomit kommt in den Alpen vor und ersteht spirituell für Selbstverwirklichung und erleichtert das So-Sein wie man ist ohne sich zu verstellen. Seelisch schenkt er uns Zufriedenheit und wirkt ausgleichend.

Er fördert einfach-pragmatisches Denken und regt den gesunden Menschenverstand an. Und in seiner Form des Zuckerdolomits sieht man ihm das auch an. Er hilft dabei, Herz und Kreislauf zu stabilisieren und wirkt entspannend und ausgleichend.

Das ist die Makroaufnahme des Themensteins mit inhaltlichen Impulsen.



Die **Makroaufnahmen** der Mineralien kannst du als Meditationsimpuls verwenden. Schau dir das Bild an, lasse deinen Blick über die verschiedenen Begriffe wandern und wenn du bei einem der Begriffe "hängen" bleibst, dann schließe die Augen, atme und gehe auf Empfang. Hilfreich ist es, den Spray "**Mut zur Fröhlichkeit**" anzuwenden.

Ho-Blätter wachsen am Ho-Baum in China oder auch Taiwan. Besonders in stressreichen Tagen lassen uns die Ho-Blätter ruhig werden, bauen Verspannungen ab und geben Gelassenheit. Sie ziehen sanft aus seelischen Tiefen und geben Mut und Zuversicht. Sie lösen sanft Ängste auf und bringen Lebensfreude.

Aromaölmischungen zum Wohlfühlen und Ausgleichen für die Duftlampe

2 Tropfen Grapefruit

2 Tropfen Ho-Blätter

1 Tropfen Rosengeranie

1 Tropfen Lavendel



Ich wünsche dir in der Qualität des Jahreskreisfestes des MAIENS eine gute Verbindung zu dir! Zu deinem Körper, deiner Seele, deinem Geist und natürlich eine wundervolle, spirituelle Verbundenheit mit der Geistin der Zeitqualität!

Deine Claudia



---

Nächster Seminartermin bei mir in Moosdorf ist das Fest zur Sommersonnenwende mit dem Hauptthema "FÜLLE" auf allen Ebenen. Details unter [www.matridea.at](http://www.matridea.at)



# Mit Mutter Erde durchs Jahr

## Selbsterfahrungstraining im Jahreskreis

MATRIDEA



für mehr Selbstwirksamkeit,

Eigenkompetenz & Selbstliebe

---

[Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.](#)