

NEWSLETTER Nr. 04/11 Das Element WASSER – Die Welt der Gefühle

Das Element Wasser ist die Ursubstanz des Lebens, verbunden mit unseren Gefühlen, der Seele, dem Unbewussten und dem Blut. Erde und Mensch bestehen zum größten Teil aus Wasser. Wasser reinigt, klärt, erfrischt, beruhigt und heilt uns.

Wasser schenkt uns die Fähigkeit des Fühlens und Empfindens und verbindet uns mit den Räumen der Seele. Als Gegenspieler des Feuers ist es geschmeidig, sanft, weiblich, passiv, nährend, aber auch gewaltig und zerstörend. Positive Eigenschaften sind: Achtung, Barmherzigkeit, Bescheidenheit, Zärtlichkeit, Liebe, Stille und Verzeihen. Negative Eigenschaften sind: Depression, Schüchternheit, Abhängigkeit, Trauer, Gleichgültigkeit.

Die anmutigen Wesen des Wassers schenken uns den magischen Spiegel der Seele. Eine Wassermeditation ist dann angebracht, wenn man nicht mehr gut im Fluss ist, über Gefühle klar werden will, die Intuition stärken möchte oder eine innere Reinigung erforderlich ist.

Ritual mit dem Wasserelement



Gehen Sie an einem windstillen Tag an einen See, Teich oder in eine Au. Suchen Sie sich dort eine ruhige und geschützte Stelle. Atmen Sie ein paar Mal tief ein und aus. Danach reinigen Sie sich durch ein Gebet, oder indem Sie ihre negativen Gedanken über Ihre Füße in die Erde abfließen lassen. Das Wasser soll Ihnen in seinem Spiegel zeigen, wie Ihre wahren Gefühle sind.

Blicken Sie auf die Wasseroberfläche, bis Sie innerlich ganz ruhig sind und alle störenden Gedanken weit weg. Betrachten Sie die Farben des Wassers und hören Sie auf die Geräusche ringsum. Berühren Sie das Wasser und atmen Sie seinen Duft ein. Schließen Sie die Augen und bitten Sie die Wassergeister, positive Veränderungen in der Gefühlswelt zu bewirken. Spüren Sie, was Ihre wahren Wünsche sind, und welche Gedanken, Gefühle, Menschen und Situationen Sie loslassen müssen. Tauchen dabei Stimmen, Gesichter oder Bilder auf? Wenn Sie möchten, blicken Sie kurz auf die ruhige Wasseroberfläche – gehen Sie dann wieder mit geschlossenen Augen in die Tiefe der Seele und lauschen Sie ihren Botschaften. Danken Sie dann den Geistern des Wassers. Spüren Sie, wie neue Energien von Zuversicht und innerer Ruhe aufkommen.

Wilma Kovarik KOVARIK VISIONS

Tel.: 01 / 5968 682, 0699 / 199 612 02 www.kovarik-visions.at

Wenn Sie keine weiteren Mails mehr möchten, bitte ich um ein leeres Retourmail an: wilma.kovarik@chello.at