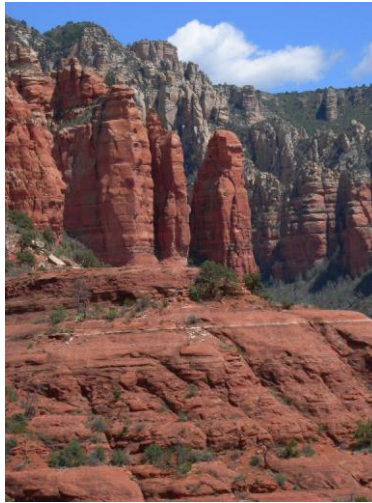


# MARSKRAFT

Botschaft aus der Geistigen Welt, empfangen von Verena Sautner am 4. Juni 2009



Schamanenfelsen, Sedona, Arizona

Geliebte Freunde!

Wir grüßen euch an diesem 4. Juni 2009 und möchten uns wieder einmal an euch wenden.

Was ist der Grund unseres Kommens (nachdem wir uns schon mehrmals verabschiedet hatten)?

Wir kommen zurück, weil wir bestimmte Tendenzen wahrnehmen, die wir gerne mit unserer Sichtweise durch-lichten möchten.

Eine Tendenz, die wir wahrnehmen, ist „Kampf“. Kampf in dir, Kampf um dich herum.

Das Konfliktpotential ist relativ hoch im Moment, weltweit ist Alarmbereitschaft – auch wenn dies dem Normalsterblichen nicht sichtbar oder spürbar ist.

Dies wiederum steht in direkter Korrelation zu erhöhter Aggression und erhöhter Anspannung.

Aggression und Anspannung sind keine „negativen“ Energien, sie enthalten ein enormes kreatives Potential.

Jedoch ist gewisse Vorsicht geboten, was die Auswirkungen dieser erhöhten Spannung bzw. Ladung betrifft.

Was möchten wir EUCH mitteilen?

Es geht darum, den Mars in euch zu kultivieren, die kriegerische Seite eurer männlichen Kraft voll und ganz in euch zu integrieren und anzunehmen. Je weniger sie verdrängt oder geleugnet wird, desto besser kann sie integriert und kultiviert werden.

Vor allem in vielen Frauen erwacht derzeit eine starke männliche Kraft, und dies kann mit ungewohnten Gefühlen einhergehen. Denn – wie gesagt – auch die kriegerische Seite, auch Gewalt und Zerstörung sind Aspekte der männlichen Energie in dieser sehr archetypischen Form.

Männer sind seit jeher damit konfrontiert und gefordert, diese Kraft in sich zu bändigen und zu meistern. Viele Kampfsportarten dienen diesem Zweck, auch das Umwandeln jener Energien in Muskelkraft ist ein möglicher Weg. Wie gesagt, viele Männer gehen auf diese Weise mit den urchinlichen Kräften in sich um.

Diese Botschaft richtet sich nun in erster Linie an weibliche Wesen, die im Moment verstärkt mit Mars-Energien konfrontiert sind.

Wie gehst du als Frau mit diesen für dich neuen Energien um?  
Wie kannst du dir diese Energien nutzbar machen?  
Wie kannst du sie in kreative Freude umwandeln?

Wir sehen einen Weg darin, dich zu bewegen. Zu tanzen, zu laufen, Sport jedweder Art zu betreiben. Bewegung wandelt überschüssige Energien um – auf direkte Weise.

Das ist nun nichts Neues und ein nahe liegender Rat.

Es gibt jedoch noch andere Wege, dir diese neuen Energien nutzbar zu machen, wobei wir betonen möchten, dass wir Bewegung in jedem Fall und ergänzend zu allen anderen Wegen empfehlen.

Was kannst du noch tun?

Es gibt einen Weg der direkten Selbstbeobachtung und des Gewahrseins, der es dir ermöglicht, dich samt aller in dir sich befindlichen Energien wahrzunehmen.

Was es dazu braucht, ist ein ruhiger Ort und die Zeit für dieses dich Einlassen auf den Vorgang in dir. Empfehlenswert ist es diese Übung im Akutfall zu machen, d.h. wenn du gerade erhöhte Spannung oder Aggression in dir spürst. Denn dann kannst du die betreffenden Energien wirklich in vollem Ausmaß nutzen und umwandeln.

Setze dich an einen angenehmen Ort und beginne ruhig zu atmen. Nimm deine Haltung, deinen Atem und deinen „Tonus“ wahr (Grad deiner Anspannung). Nimm wahr, wie die Energie durch und in deinem Körper fließt. Nimm wahr, wo dein Körper angespannter ist und wo du weniger Anspannung feststellst. Geh durch deinen ganzen Körper.

Erhöhte Anspannung kann sich auch in einer erhöhten Neigung zu Muskelkrämpfen zeigen.

Lasse dein Gewahrsein in jeden Teil deines Körpers fließen, bis in die Zehenspitzen, bis in deine Fingerspitzen und bis in deine Haare, sofern dir dies möglich ist.

...

Öffne nun deine Handteller und lege deine Hände mit den Handinnenflächen nach oben auf deine Oberschenkel! Atme ruhig weiter. Beobachte.

...

Dies ist – wie du weißt – eine empfangende Position. Es ist auch eine Position der Hingabe und des Loslassens. „Den Kampf Aufgeben“. Es gibt dem Körper einen neuen Input. Die Körperchemie verändert sich.

...

Erlaube, dass sich die Energieströme in dir ausgleichen. Männliche und weibliche Energien verbinden sich in dir. Fließen zusammen, vermengen sich. Eine neue Ganzheit entsteht in dir.

Wie lange hast du im Kampf gelebt? Wie lange fühltest du dich unterlegen? Wie lange littest du unter deiner scheinbaren Schwäche? Wie lange brachtest du deine (subtilen weiblichen) Waffen ein, um den stärkeren (männlichen) Gegenpart zu vernichten? Wie lange schlucktest du hinunter und gingst in die Autoaggression, wenn du mit den Verletzungen und Demütigungen nicht zurechtkamst? Lasse geschehen, wenn der Schmerz in dir lebendig wird. Lasse geschehen, wenn deine Brust drückt und du heulen könntest?

*„Aber ist das nicht etwas Altes, etwas, das wir schon längst erledigt haben und in das wir nicht wieder hineingehen müssen? Haben wir diese alten emotionalen Wunden nicht schon hunderte Male angeschaut und wiedergekaut?“, magst du einwenden.*

Ja, so ist es, und dennoch: die Reaktion in deinem Körper – gerade da, wo du in den Frieden, in das Aufgeben des Kampfes gehst – zeigt dir, dass es noch Reste der alten Verletzungen in dir gibt. Du brauchst nichts noch einmal zu durchleben. Gewahrsein und Wahrnehmen, Anerkennen und Annehmen sind die Wege, wie du in der Neuen Zeit mit den Überresten der alten Zeit umgehst. Je mehr du in die wertfreie Annahme gehst, desto leichter kannst du diese Altlasten ins Licht der Erlösung entlassen. D.h. in dem Moment, wo du ihrer gewahr wirst, beginnt bereits dieser Erlösungs-/Lösungsprozess.

Es mag einige Minuten der Zuwendung brauchen, einige Minuten des bewussten Atmens und Seins mit deinen Wahrnehmungen, mit deinen Gefühlen, deinen Körperempfindungen.

...

Eine neue, vertiefte Erdung mag ein Nebenprodukt dieses Prozesses sein. Vielleicht spürst du die Energie in deinen Füßen und Fußsohlen.

Lasse dich tragen von dieser neuen Energie in dir. Lasse dich überraschen, welche Wege sie gehen mag, wie sie dich in deinem Leben begleitet, nährt und stärkt.

Immer mehr kommen alle Aspekte zurück zu dir. Immer runder und weiter wird dein Energiefeld. Immer mehr spürst du dein multidimensionales Sein und dein Eingebundensein in die All-Einheit des Omniversums.

Wir danken dir für deine Bereitschaft!

Deine Geistigen Freunde