

FREIE GESTALTUNG

„Dein Ort der Ruhe und Kraft“

Ich sehe dich an deinem Ort.

Du stehst im Wald; ganz allein.

Vor dir erscheint ein Weg. Instinktiv folgst du dem Weg. Er zieht dich an. Nein, es ist nicht der Weg, der dich anzieht. Es ist ein helles, orangefarbenes Licht. Du folgst dem Weg; gehst Schritt für Schritt weiter und folgst dem Licht.

Du gehst auf eine Lichtung zu und das Licht wird immer heller. Du musst sogar deine Augen schließen, so hell ist es. Einen Augenblick später versuchst du deine Augen wieder langsam zu öffnen.

Du siehst einen goldenen Tempel vor dir. Jeweils an den Seiten stehen hohe Türme. Sie erstrahlen in gleißendem Licht. Dann siehst du dich plötzlich in einer riesigen Wattewolke stehen. Sie hat alle Farben des Regenbogens. Sie beschützt dich. Du stehst da und wartest. Wartest darauf, dass etwas geschieht.



FREIE GESTALTUNG

Und auf einmal zieht der Nebel wieder ab und eine Wärme überkommt dich. Die ganze Umgebung ist nun in gelbliches, warmes Licht getaucht und du merkst, dass etwas um dich herumschwirrt. Wie ein leichter Nebel. Du kannst es nicht richtig erkennen. Aber der Nebel wird langsamer und jetzt erkennst du ein geisterhaftes Wesen. Du bekommst Angst, doch das Wesen sagt: „Hab keine Angst. Du bist jetzt hier an deinem Kraftort. Ich heiße dich herzlich Willkommen! Fühl dich wohl hier. An diesem, deinem Ort findest du Schutz und Geborgenheit, wenn es dir einmal nicht gut geht. Hier kannst du ganz für dich sein, Ruhe finden und wieder Kräfte für den Alltag sammeln.“

Und siehst du den Elefanten vor den Toren des Tempels? Er wird dir die Kraft der Mutterliebe und der Fürsorge schenken. Somit kannst du immer gut für dein inneres Kind sorgen.“

Du drehst dich um und siehst zum Eingang des gold leuchtenden Tempels. Dort siehst du wahrlich einen großen, mächtigen Elefanten stehen. Auch er ist von einem warmen Licht umgeben. Das Licht der Stärke. Plötzlich tritt ein kleiner Elefant aus dem Schatten des Großen hervor. Es ist ein Elefantenjunges, das hinter seiner Mutter hervortritt. Du siehst, dass es fröhlich und neugierig ist. Langsam kommt es auf dich zu. Immer näher und näher. Es streckt seinen kleinen Rüssel aus, greift nach deiner Hand und zieht dich mit. Du sollst ihm folgen. Und das tust du.

Das kleine Elefantenjunge führt dich zu einer seitlich stehenden Bank. Du setzt dich, denn du bist erschöpft. Die lange Wanderung und die vielen Eindrücke haben dich doch müde gemacht. Du bist froh, dass du endlich zur Ruhe kommen kannst. Das ist gut. Denn jetzt hast du ja auch einen Ort, an dem du immer zurückkehren kannst, wenn du wieder Kraft brauchst. Oder erschöpft bist. Oder du einfach deine Ruhe haben möchtest.

Von Karin