September 2015

Der Ausgleich vor der Wende

Bezeichnet ist hier kein politisches Ereignis. Wer sich im Kalender auskennt weiß dass im September ein erneuter entscheidender Wendepunkt ansteht. Diese Wende hat nichts mit dem abrupten Warenwechsel in den Kaufhäusern und Supermärkten zu tun. Gerade noch angefüllt mit Grillgut, Bademoden und Sonnenschutz, haben jetzt schlagartig, übergangslos und mal wieder viel zu früh die Weihnachtskekse Einzug gehalten.

Nein, gemeint ist das sekundäre oder auch deutlicher das Herbst-Äquinoktium. In diesem sperrigen Wort steckt das lateinische *aequus,* gleich und *nox,* die Nacht. An jenem Datum ist also die Nacht gleich lang wie der Tag, deshalb wird er auch die Tag-und-Nacht-Gleiche genannt. Die Sonne steht zu diesem Zeitpunkt genau rechtwinklig über dem Äquator. Von dort wandert sie weiter nach Süden, wodurch von da an die Nächte immer länger und leider damit die Tage immer kürzer werden. Damit beginnt dann auch ganz offiziell der Herbst. In diesem Jahr ereignet sich jene entscheidende Wende am 23. September um 10 Uhr und 21 Minuten.

Treffenderweise findet das Ereignis im Sternbild der Waage statt. Tag und Nacht sind gleich lang, sie halten sich exakt die Waage.

Passend dazu wäre natürlich ein Ritual für Ihr inneres Gleichgewicht. Nutzen Sie das Bild von der Waage und werfen Sie Ereignisse des bisherigen Jahres in die Waagschalen hinein – oder auch Eigenschaften von Ihnen.
Es liegt dabei leider in unserer Natur, dass uns die negativen Aspekte meist zuerst und in größerer Zahl einfallen. Ihre imaginierte Waagschale wird also sicherlich durch ihr Schwergewicht auf der negativen Seite nach unten sinken.
Dann schaffen Sie jetzt bewusst den Ausgleich. Überlegen Sie zu jedem negativen Aspekt die positive Gegenseite. Schön und eindrücklich ist es, wenn dabei Ihre eigenen Hände die Waagschalen bilden. Halten Sie Ihre negative Eigenschaft in der einen Hand. Nehmen Sie wahr, wie Sie davon hinuntergedrückt werden. Schaffen Sie dann mit der positiven Sichtweise das Gegengewicht in Ihrer anderen Hand bis der Ausgleich deutlich gefühlt geschaffen ist. Danach ist es schön, wenn Sie beide befriedend vereinen. Führen Sie dazu Ihre beiden angefüllten Hände vor Ihrem Herzen zu einer wohltuenden Einheit zusammen. Wenn es sich für Sie angenehm anfühlt, können Sie am Ende beide Hände auf Ihr Herz legen und sich so Ihren geschaffenen harmonischen Ausgleich zuführen. So genährt meistern Sie die Wende zur dunklen Zeit sicher mit lichter Leichtigkeit.

Ich wünsche Ihnen eine ausgeglichene und harmonische Wende.
Lore Galitz