

Corona – light – Faden

für eine fruchtbare Zusammenarbeit mit COVID19

1. Der Weg über den KÖRPER – mit Hilfe meines Unterbewusstseins

Wenn ich gerade einfach müde und ausgelaugt bin, für einen Rückzug aber eine Erlaubnis brauche, dann hilft mir eine Diagnose Covid 19 in meiner Umgebung oder vielleicht auch bei mir selber – ohne besondere Symptome, aber mit entsprechendem Testergebnis - zu mindestens 14 Tagen Quarantäne

Wenn da ein Teil in mir ist, der eigentlich mal umsorgt werden möchte, den ich aber immer wieder zum Schweigen bringe, weil ich mit diesem Bedürfnis niemand zu nahe treten will, dann ist Covid 19 mit deutlichen Symptomen, die zur Einweisung ins Krankenhaus führen, ein Signal, das niemand überhören wird.

Wenn da ein Teil von mir ist, der sich eigentlich nach Rückkehr nach Hause, in die Welt, aus der wir kommen, sehnt, den ich aber immer wieder unterdrücke, weil er mir Angst macht... dann ist eine notwendige Intensivbehandlung ein guter Impuls, dieser Sehnsucht ins Auge zu schauen und dann eine klare Entscheidung zu treffen: will ich mich einlassen, will ich Frieden schließen mit diesem Leben auf der Erde, so wie es ist, so wie ich bin...

Die Kreativität meines Unterbewusstseins zeigt sich, wenn ich in eine liebevolle Beziehung zu diesem Teil von mir gehe, der nicht auf Beherrschungs-Versuche, wohl aber auf Kooperationsangebote eingeht.

2. Der Weg über den GEIST – mit Hilfe meines Bewusst-SEINS

(am Beispiel des indianischen Medizinrades)

Im NORDEN, als erwachsener Mensch, nutze ich die weltweite Krise, um in meinem Leben Klarheit zu schaffen. Ich Sorge dafür, dass mein inneres System so aufgeräumt ist, dass Viren o.ä. sich da nicht wohlfühlen und schlecht Fuß fassen können, indem ich **ganz bewusst** allen Teilen in mir zu einem guten, lebendigen Miteinander ver helfe:

DER OSTEN kommt zu Wort, indem ich die unabwendliche Endlichkeit meines Lebens im Blick habe und aus diesem Wissen heraus meine Prioritäten bestimme und meine Entscheidungen treffe: Wie möchte ich MEINE begrenzte ZEIT auf dieser Erde sinnvoll nutzen? Ich stelle mich meiner ANGST vor dem NICHT-WISSEN, meiner ANGST vor dem, was unendlich viel größer als mein logischer Verstand ist, ich öffne mich für das, was nicht erklär- und kontrollbar ist...

Ich Sorge auch dafür, dass **DER SÜDEN** in meinem täglichen Leben einen guten Platz bekommt: Das Lachen, das Weinen, die Wut, die Ängstlichkeit, die Bedürftigkeit - all meine Gefühle, das SPIELEN, das EINFACH SEIN mit meinem Körper, mit meiner Sinnlichkeit....ich schenke meinem inneren Kind SPIELRAUM

Und auch **DER WESTEN** darf sein mit seinen Fragen, seinen Zweifeln, seinen ÄNGSTEN, dem Eintauchen in die tiefe Dunkelheit, in der ich vielleicht irgendwann das Licht aus dem Osten am Horizont erahne – vielleicht aber auch nicht... und auch dieser Zustand bekommt Raum....

Über mein BEWUSST-SEIN werde ich im NORDEN zur Königin/zum König in meinem Reich, in dem ich liebevoll regiere und das ich gut zu schützen weiß

In diesem Sinne wünsche ich uns allen weiterhin ein gutes Wachsen mit CORONA
Eva Rapp-Teichert

21.9.2020