



**Archetyp Alte Weise / Großmutter**

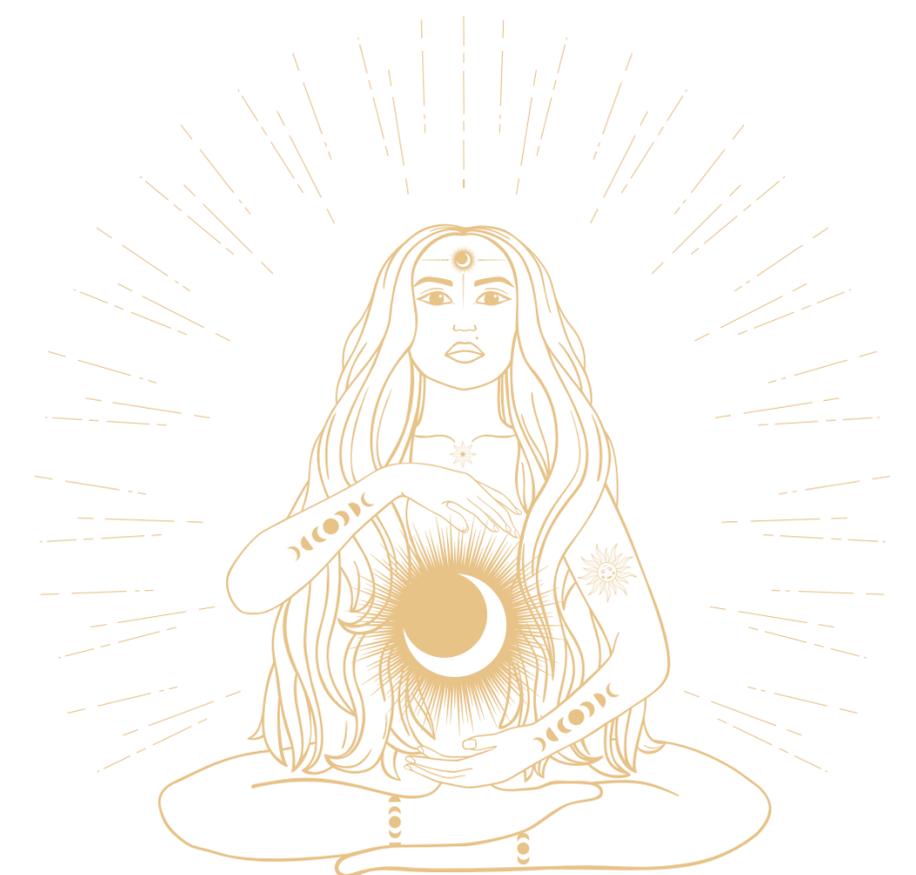
Die Menstruation ist eine Einladung alles Alte und Emotionales loszulassen und neu geboren zu werden.

Mit neuer Energie und Selbstakzeptanz.



# Bedürfnisse

- Mehr Schlaf
- Rückzug, Stille, Ruhe, Besinnung (keine / weniger soziale Kontakte, nicht sprechen)
- Träumen, auch wenn wir unseren Alltagsaufgaben nachgehen - Konzentration fällt schwer, Gefühl von "Leben in 2 Welten"
- Langsam sein
- Emotionen gelangen leicht an die Oberfläche
- Extreme Sensibilität - Nah am Wasser gebaut
- Spirituelle Zeit
- Loslassen und Innehalten



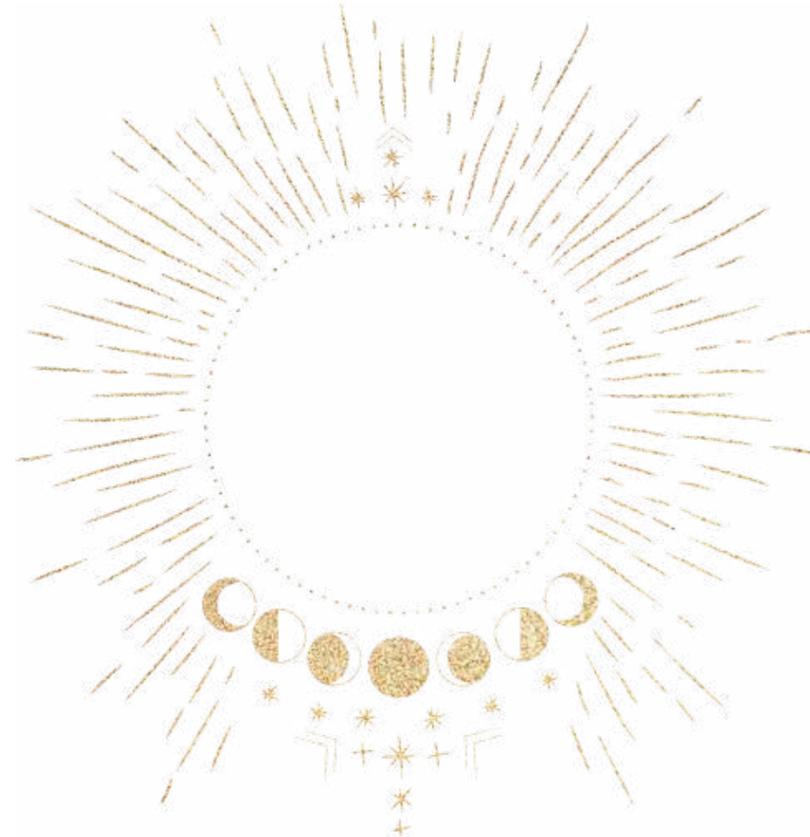
# Ungleichgewicht



- Gefühl von Verlust während des gesamten Zyklus
- es fehlt Zeit zum Heilen und Energie aufzuladen
- während des gesamten Zyklus, wenig Energie, Erschöpfung, Müdigkeit
- es können auch Sinn und Richtung fehlen
- wird die Energie der Alten Weisen unterdrückt, unterdrückt man auch die innere Stärke und Weisheit und erstickt ihre Fähigkeit, durch Veränderung weiter zu wachsen
- bist du menstruell, kann man die Aufgaben auch auf die nächste Woche verschieben
- wir sollten aufhören, so zu sein, wie die Gesellschaft uns haben möchte

# *Gaben der Alten Weisen*

- Physisch: wenig körperliche Energie
- Geistig: Seelen-Ich
- Emotional: Frieden, Akzeptanz, Vergebung, Einssein, Transzendente Liebe
- Mental: Denken fällt schwer und ist langsamer, eher chaotisch, intuitiv und unlogisch



# *Innerer Ausdruck der Alten Weisen*

- Meditation
- Tiefe Spiritualität
- Seelenführung
- Weisheit und Einsicht
- Bewusstsein der Einheit
- Reflektierend
- Verbindung mit schöpferischen Energien
- Regeneration
- Stärkt die Fähigkeit von Vergebung und Loslassen



# Äußerer Ausdruck der Alten Weisen

- Kleiderwahl als kreativen Ausdruck (ebenso Schmuck, Make-Up, Haarestil) - z.B. durch die Wahl einer Farbe der Kleidung, entsprechend des Archetyps, kann Verbindung aktiviert werden
- Kleiderwechsel und Farbwechsel bestärken die Qualitäten des Archetyps
- Familie und Partner sagen, dass du dich zurückziehen möchtest - auch wenn es nur eine Stunde am Abend ist
- Sexualität in dieser Zeit, kann in dieser Zeit zu einer intensiven, spirituellen Liebe zwischen zwei Menschen führen

