

Reise zum Archetyp der Mutter/ Geliebten

Nach dem Frühling kommt der Sommer, die Hoch-Zeit des Jahres, die Zeit in der alles in seiner vollen Blüte steht, die Natur explodiert in Fülle, Farben, Düften, Reichtum, Schönheit und Kraft.

Das ist die Mutter- oder Geliebten Energie und auch diese Kraft lebt in JEDER Frau. Die Mutter-Energie ist die Kraft, die unserer Welt so sehr fehlt und die auch viele Frauen auf der Welt verloren oder vergessen haben. Wenn es den Müttern in einer Gemeinschaft gut geht, dann erblüht alles. Wenn die Mütter genährt, geliebt und unterstützt sind, sind sie glückliche Frauen, die alles mit ihrer Liebe und Kreativität in Schönheit, Fülle und ein Paradies verwandeln. Das hat unser heutige Verwirr-Gesellschaft leider vergessen, denn niemand leidet mehr in unserer Zeit als überforderte oft alleinerziehende Mütter unter doppel und dreifach Belastung.

Während unserer Zeit, in der wir noch einen physischen Zyklus hatten oder noch haben, war diese Energie in uns in der Phase um den Eisprung herum aktiviert. In dieser Phase und mit dieser Energie ist es für uns unendlich leicht, zu geben, uns zu verschenken, zu nähren, zu bemuttern es schön zu machen. Ja, auch putzen und für andere alles wegräumen funktioniert in dieser Zeit. Wir sind voller Kraft und Energie, nichts ist zuviel. Denn die Mutter in uns wird von einer großen Kraft gespeist. Sie ist das Abbild der Göttlichen Mutter, voller Mitgefühl, Liebe, immer Gebend und nichts ist zuviel.

Das sind die Frauen, die als erste am Morgen aufstehen um für alle das Essen zu bereiten, das Feuer zu schüren, und als letzte ins Bett gehen, wenn alle anderen zur Ruhe gehen, der Haushalt versorgt und alles für den neuen Tag vorbereitet ist. In dieser Phase fällt uns das leicht.

In der Menopause haben wir jederzeit Zugang zur Mutter-Energie. Wir können auf die in unserer Zellerinnerung und in unserem Schoß gespeicherten Erinnerungen zurück greifen in jedem Moment, wenn sie in unserem Leben gebraucht wird. Sie ist nicht mehr abhängig von unserem Zyklus, das ist das Schöne an der Menopause!

Dennoch braucht auch hier die Mutterenergie die Führung unserer Inneren Weisen, unserer inneren Führerin. Sie ist der Teil in uns, der darauf achtet, dass wir uns selbst an erster Stelle eine gute Mutter sind, dass wir unser Geben auch freudvoll, leicht und als Dienen Erleben, so dass es uns nicht erschöpft, auslaugt oder wir zuviel von uns geben.

Wenn wir in die Wechselzeit kommen, heißt es auch Abschied zu nehmen von der

Das Rote Zelt

www.DasRoteZelt.de

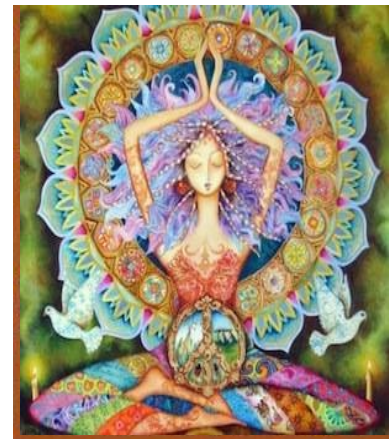
Mutterkraft. Denn diese Zeit geht nun unwiederbringlich zu Ende. Alles was nicht geboren werden konnte, jeder nicht erfüllte Traum, jede Fehlgeburt, jedes Projekt, das wir sterben lassen mussten, hat seinen Abdruck in uns und unserem Schoß hinterlassen und es ist wichtig, all diese ungelebten Träume los zu lassen, zu betrauern und zu verabschieden. Auch unsere Fruchtbarkeit und die Möglichkeit, ein Kind zu empfangen geht zu Ende und unser Blut hört auf zu fließen. Diese Zeit vergeht, so wie der Sommer Platz macht für den Herbst und kommt in diesem Leben nicht mehr zurück. Das ist ein endgültiger Abschied.

Dennoch ist die Kraft des Sommers in uns gespeichert. Und so wie die Maus Frederic die Farben, die Düfte, die Geschichten des Sommers für den Winter gespeichert hat, so lebt sie immer in uns, unserem Schoß und unserem Körper. Wir können lernen, wie wir diese Kraft zu jeder Zeit in unserem Leben im rechten Maße nutzen können.

Mutter Archetyp (Archetyp der Geliebten)

„Die voll erblühte, fruchtbare, reife Frau“

Zyklusphase:	rund um den Eisprung
Mondphase:	Vollmond
Jahreszeit:	Sommer
Göttinnen:	Demeter, Freya, Brigid
Kristall:	Mondstein



„Ich bin die reife Frucht, die Mittagssonne, die deine Haut wärmt, die rhythmischen Wellen des Meeres, die dich einladen. Ich öffne dich für tiefe Sinnlichkeit und Lust. Ich lade dich ein in deine Weiblichkeit, deine Mutterschaft und erwecke dein urtümliches erotisches Wesen, das furchtlos liebt und seine Brut beschützt. Ich bin der lebendige, saftige Ort in dir, der offen ist und willkommen heißt. Ich bade alles in Glückseligkeit, Freude und Ekstase. Meine Sexualität ist meine tiefe Dankbarkeit an den Schöpfer für das Geschenk des Lebens.“

von Seren Bertrand übersetzt von Alexandra Lehmann

Was geschieht in dieser Zyklusphase im Körper?

Der Mutter-Archetyp repräsentiert die Phase um den Eisprung herum.

Der Eisprung erfolgt – im Normalfall – in der Mitte Deines Zyklus, also etwa um den 14. Tag herum. Bei der Ovulation gibt es eine (oder auch mehrere) reife Eizellen, die sich dann von deinem Eierstock aus über den Fimbrientrichter und die Eileiter auf den Weg zur Gebärmutter macht. Der Eisprung selbst wird vom Luteinisierenden Hormon ausgelöst. Ein Ei ist nur etwa 12 –18 Stunden befruchtungsfähig. Im Eierstock befindet sich nun noch das leere Follikel, die Schutzhülle des Eis. Diese Schutzhülle wandelt der Körper jetzt in den Gelbkörper um. Aus dem Gelbkörper bildet sich Progesteron, das gemeinsam mit dem Östrogen dafür sorgt, dass sich die Schleimhaut deiner Gebärmutter bestens auf eine mögliche Schwangerschaft vorbereiten kann.

Der Zervixschleim wird in den Tagen vor dem Eisprung immer klarer und nimmt mengenmäßig zu. Außerdem wechselt seine Beschaffenheit von klebrig und zäh zu flüssig und fadenziehend (spinnbar wie Eiweiß).

Geschenke des Mutter Archetyps

Die Mutter sowie auch der **Vollmond** bringen die voll entfaltete, erblühte, duftende, nach außen gerichtete Kraft des Sommers mit sich. Sie zeigt sich in der Vielfältigkeit der Natur im Sommer. Stell dir die Kraft des Sommers vor, in der all das Blühen und Wachsen seinen Höhepunkt erreicht hat: Was für eine Pracht und Fülle, die Sonne am Höchststand am Himmel, die Natur ist voll entfaltet, alles vibriert vor sinnlicher Lebenskraft!

Die Mutter verbindet sich mit anderen voller Mitgefühl und Empathie und baut Beziehungen auf. Die dynamische Energie des Mädchens hat sich abgemildert und der Antrieb nach Aktion und Selbstverwirklichung ist zu einer emotionalen Stärke herangereift, die es uns erlaubt zu geben und auch für andere zu sorgen. Die Energie der Mutter ist nicht mehr so zielgerichtet, sondern strahlt in alle Richtungen aus. Sie hat das tiefe Bedürfnis nach innerem und äußerem Ausdruck. Sie erfährt sie Welt über ihre Sinnlichkeit und ihre Gefühle.

Mit der Kraft der Mutter und des Vollmondes sind wir fähig, ganz in unserem Herzen zu ruhen und uns selbst, die Menschheit, die Erde und alle lebenden Wesen zu lieben und dieser Liebe in uns Ausdruck zu verleihen.

Das ist die Kraft der **Fruchtbarkeit, der Empfängnis, des Selbstaudrucks, der tiefen Liebe und des Gebärens.**

Die folgenden Eigenschaften werden dem Mutter Archetyp zugeordnet:

Verwurzelt
Großzügig
Stabilität
Offenes Herz
Empathie
Mitgefühl
Verständnis
Zuneigung
tiefe Liebe
Sinnlichkeit und Verschmelzen
Nähren
Stärke
Ausstrahlung
Zugehörigkeit
Lebensfreude
Geben
Gebären
Erhalten
Harmonie
Zufriedenheit
Selbstvertrauen und Selbstwert
Familie
Einheit
Verbindung
Gemeinschaft



Wobei hilft uns der Mutter Archetyp?

In der Mutterphase (bei Vollmond, im Sommer) steht uns die gesamte Schöpferkraft der Natur zur Verfügung:

Diese Kraft hilft uns dabei

- liebevoll Dinge zu nähren und zu erhalten, die uns am Herzen liegen
- unsere Beziehungen zu harmonisieren
- uns zu vernetzen und zu verbinden
- für unsere Kinder zu sorgen
- unsere Wohnung umzugestalten
- in der Partnerschaft neue Impulse für mehr Verbindung und Liebe zu setzen
- uns selbst mehr und tiefer zu lieben
- uns in neue Gemeinschaften einzuleben
- neue Projekte nach außen zu bringen



Sexueller Ausdruck

Die Sexualität der Mutter (der Geliebten) ist sinnlich und tief. Sie ist mutig genug, um total und tief zu lieben, um sich selbst ganz der Lust zu öffnen, um all ihre Geschenke mit denen zu teilen, die um sie sind. Eine unglaublich orgasmische, sinnliche Fruchtbarkeit und die wilde Schönheit der ganzen Schöpfung stecken in der Mutterenergie. Sie sehnt sich danach, sich voll zu öffnen und in ihrer Schönheit und sexuellen Kraft gehalten und empfangen zu werden. Sie besitzt die Weisheit und Klarheit einer Königin und die Fähigkeit, Ja oder Nein zu sagen zu dem, was der Liebe oder ihrer Selbstliebe dient. Mit der Kraft einer Löwin verteidigt sie ihre Kinder oder Herzensprojekte und kann ihre ganze Energie dorthin fließen lassen.

Unsere Sexualität ist in dieser Phase oft heiß, sinnlich, wild, lang. Es ist Tiefe und auch Verbindlichkeit dem Partner gegenüber da. Sinnlichkeit und Ekstase stehen im Vordergrund, Hingabe und Verschmelzen sind die Sehnsucht.

Die (sexuelle) Energie dieses Archetyps ist klar gerichtet und tief. Sie ist authentisch in ihrem Ausdruck und ihren Wünschen und sehnt sich nach Öffnung. Sie ist bereit, ihren Liebsten tief in sich zu empfangen, um sich mit ihm in Ekstase aufzulösen.

Wunden des Mutter Archetyps

Die Mutter ist sich ihrer Verbindung zur Schöpfung voll bewusst. Sie ist die Vollmond-Energie, die Verbindung des Göttlichen mit der Natur und der eigenen Person. Sie ist verkörperte Lebensfreude, Sinnlichkeit und sie ist der Teil, der das tiefe innere Wissen und Bewusstsein aus der Dunkelmondzeit ans Licht bringt (Geburt).

Die körperliche Entsprechung der Mutterenergie finden wir im G-Punkt (ca. 5 cm hinter dem Eingang der Vagina). Der G-Punkt ist eng mit der Schilddrüse und unserem Hals und Nacken verbunden, in der auch unser Individualität und Lebenskraft ihren Ausdruck findet, oder eben unterdrückt ist. Die Schilddrüse spiegelt die Energie unseres Schoßraums

wieder und so zeigen sich Blockaden in unserer Sexualität und Lebensfreude auch in stark zunehmenden Erkrankungen der Schilddrüse (wie z.B. Hashimoto, Über- und Unterfunktionen, heiße und kalte Knoten uvm.)

An diesem Ort halten wir Gefühle von 'ausgenutzt oder sich verraten fühlen', Verlassensein, Unsicherheit und nicht gehalten sein. Wir erlauben uns nicht, unsere ganze sexuelle Wildheit und Energie zu geben und halten uns zurück. Somit kann die Schöpferkraft nicht voll fließen, und wir verströmen uns nicht mehr. Dies führt zu vielen verschiedenen Ausdrucksformen von gestauter Lebens- und Liebeskraft. Die tiefste Angst ist hier, nicht empfangen und gehalten zu werden. Deshalb verschließen wir uns dann vor der Schöpfung und halten zurück, was sich wirklich durch uns ausdrücken und entfalten will.

Wenn wir uns trotz unzähliger Verletzungen wieder und wieder für die Liebe öffnen und ein klares JA zu dem finden, was wir wirklich ersehnen und wofür wir bereit sind alles, wirklich alles zu geben, dann kann diese Kraft sich durch uns wieder mit allem was ist verbinden, fließen und sich verströmen.

Hauptwunden der Mutter:

- Zurückweisung und Verlassen werden
- Verlust und Einsamkeit
- Nicht erwiderte Liebe

Folgen:

- sich Verschließen gegenüber der Liebe
- Härte gegen sich selbst und andere
- Unabhängigkeit und alles alleine schaffen wollen
- Abgestumpftheit
- Überlebensangst
- Verzweiflung
- Isolation
- Frigidität
- Unfruchtbarkeit
- Ehrgeizlosigkeit
- Langeweile
- Unsicherheit
- Eifersucht
- Essstörungen jeder Art
- Passivität gegenüber der Umwelt
- Schamgefühle
- Ablehnung gegenüber dem eigenen Körper
- niedriger Selbstwert
- Sich ausnutzen lassen/ausgebeutet werden
- sich an die Kinder/Partner/Patienten/Mitmenschen „klammern“

Schattenseiten des Mutter Archetyps

Wenn wir die Bedürfnisse der Mutter in uns unterdrücken oder uns zu stark mit ihren Bedürfnissen identifizieren, dann geraten wir außer Balance.

Unterdrücken der Mutterenergie:

Wenn wir der Mutterenergie in uns keinen Ausdruck erlauben und damit die Lebenskraft aus vielerlei Gründen unterdrücken, kann es zu der Form der verstoßenen, verletzten Frau kommen, die sich in ihrer Verzweiflung und ihrem Opfergefühl verliert. Ihr niederer Selbstwert wird oft mit Suchtverhalten ausgeglichen oder findet scheinbaren Trost in Beziehungen ohne Liebe. Die tiefe Sehnsucht nach Verbindung, Beziehung und ein sich mit der Welt teilen kann nicht gelebt werden und führt zu Vereinsamung, Burn out, Erschöpfung, Verbitterung und Rückzug von der Welt und den Menschen.

Überbetonung der Mutterenergie:

Wenn wir uns zu stark mit den Qualitäten des Mutter identifizieren, dann geraten wir ebenfalls außer Balance. Wir sind überengagiert in einem Bereich und werden zum Rebellen, der nichts anderes neben seiner Meinung toleriert, oder wir lassen alles hinter uns, um für ein Ziel zu gehen. Oder wir überbemuttern unsere Kinder, um unsere eigenen schmerzhaften Herzen nicht fühlen zu müssen oder identifizieren uns mit einem Partner und seiner Berufung, geben alles und verlieren uns selbst.

Sexuelle Schattenseite:

Der sexuelle Schatten der Mutterenergie ist die grausame, kalte Königin, die ihre sexuelle Kraft dafür nutzt, um andere zu verführen, zu manipulieren oder zu benutzen und um Ruhm, Geld, Ansehen, Aufmerksamkeit zu erhalten. Ihr Herz ist dabei verschlossen und kalt und ihre weibliche Seele bleibt leer und unerfüllt.

Wenn du dich von dieser Schattenseite berührt fühlst, oder Männer in dein Leben ziehst, die dich ausnutzen, nicht wirklich ihr Herz für dich öffnen oder unverbindlich bleiben, so kann dies ein Wink für dich sein, dich mit dieser Thematik in deinem Leben zu beschäftigen und dein Herz zu fragen, was es sich wirklich wünscht und ersehnt in einer Beziehung zum Männlichen.

Schau, ob du bereit bist, wirklich zu lieben. Ob du die Liebe wählst immer und immer wieder, auch wenn du tausendmal verletzt wurdest: Wie groß ist deine Sehnsucht, wirklich tief zu lieben und dich (und damit die ganze Schöpfung) zu schenken?

Anregungen zum Erforschen des Mutter Archetyps

Die Mutter in dir liebt Gesellschaft, Gemeinschaft, Fülle, Vielfalt, etwas miteinander

Erschaffen, Natur und Sinnlichkeit, Schönheit und sich Verströmen in alle Richtungen. Schau, wo du in deinem Leben deine Mutter-Qualitäten fließen lässt und wo hältst du dich zurück?

- Welche **Kleidung** liebst du besonders, in der du dich sinnlich, weiblich und weich fühlst?
- Geh wenn möglich **nackt, vielleicht nur mit einem Seidentuch oder Schmuck** und schau, wie du die Natur mit allen Sinnen empfangen und wahrnehmen kannst
- Welche **Farben** drücken diese Essenz in dir am besten aus?
- Welcher Duft lässt dich deine sinnlich-weiblichen Qualitäten erfahren?
- Welcher **Kristall** meldet sich und will dich unterstützen?
- Experimentiere mit **Klang**: Töne oder summe in deinen G-Punkt hinein und erlaube den Energien, sich im Körper auszubreiten.

- **Tanze** die Mutter in dir: Stelle dir Musik zusammen, die die tiefe Sehnsucht nach Liebe in dir berührt und mit der du dich sinnlich, tief, erotisch und lebendig fühlst.

Fragen zum Mutter Archetyp

- Wie gut kannst du dich und deine Bedürfnisse äußern?
- Wie wohl fühlst du dich in deinem Körper?
- Wie gut kannst du für dich selbst Mutter sein und deine Bedürfnisse achten, inmitten der Anforderungen deines Umfeldes (Kinder, Partner, Eltern)?
- Welche Wunden dieses Archetyps kannst du in deinem Leben entdecken?
- Fühlst du dich gut verbunden mit Freunden/Gemeinschaft/Partnerschaft/sonstigem?
- Wo hast du dich benutzen lassen?
- Wo wurde deine Liebe ausgenutzt?
- Wo in deinem Leben hast du zu viel gegeben oder tust es noch immer?
- Kannst du andere Menschen nahe an dich heranlassen?
- Erlaubst du dir die Erfahrung, tiefer, sinnlicher, ekstatischer Sexualität, oder hältst du deine Lust vor deinem Partner zurück? Welche Angst hält dich dabei zurück?
- Was wolltest du schon lange auf den Weg bringen, aber es liegt noch immer in deiner Schublade verborgen?
- Welche Menschen hast du schon lange nicht mehr kontaktiert?
- Welchen Groll hegst du noch auf deine eigene Mutter? Was konnte sie dir nicht geben, obwohl du es dringend gebraucht hättest?
- Welche Muster der Selbstsabotage kennst du in deinem Leben?
- Kannst du dich selbst tief lieben, inmitten größter Ablehnung, Druck, Selbstverurteilungen?
- Wie tief fühlst du dich mit der Natur und der Erde verbunden?
- Erlaubst du dir die Welt mit allen Sinnen zu erfahren? Was unterstützt dich dabei?
- Wie kannst du noch mehr von dir verströmen und in die Welt bringen?
- Wo in deinem Leben lebst du die Mutterenergien zu viel und es braucht Ausgleich? Und wo braucht es mehr von dieser liebevollen nährenden Kraft?
- Welche Projekte zehren an deiner Mutter-Energie und es ist Zeit, sie loszulassen?
- Was hast du in der Mutter-Geliebten Zeit deines Lebens nicht leben können?

Was möchte betrauert sein? (wenn du z.B. selbst nicht Mutter geworden bist, die große Liebe nicht leben konntest, deine Projekte sterben mussten, etc)

- Nimm dir Zeit für ein kleines Trauerritual. Suche dir Gegenstände für alles, was noch in dir aktiv ist, von nicht gelebtem, schmerzhaften Gehen lassen, Trauer, usw. erlaube den Gefühlen im Körper sich zu zeigen und lass sie in diese Gegenstände fließen. Lass auch deine Tränen dort hinein fließen.

Wenn du das Gefühl hast, es ist neuer leerer Raum im Körper entstanden, zünde ein Feuer an und übergib diese Ritualgegenstände dem Feuer der Transformation. Wenn es dich ruft, komm zu unserem Trauerritual im November. Dort ist größerer Raum für all diese Themen.

Sei liebevoll und ehrlich mit dir selbst



Ich wünsche dir viel Freude beim Erblühen
und Erwecken deines Mutter- Archetyps!

**Von Herz zu Herz
Alexandra**