

GAIA will wachsen

Im Wirtschaftsleben und im Alltag ist uns die Verbundenheit mit der Natur und ihren Rhythmen abhanden gekommen. Die Gaia-Texte von *Veronika Victoria Lamprecht* erinnern wieder daran. Heute erfahren wir, warum nun die Zeit des Aufbruchs gekommen ist.

Diese Rubrik will anregen, die Gesetze einer lebendigen, sich ständig weiterentwickelnden Erde und ihrer Natur mit den Gesetzmäßigkeiten des Mensch-Seins, unserer Systeme, zu vergleichen und damit sich wiederzuverbinden. Je mehr wir im Einklang leben, desto unmittelbarer sind wir mit dem Leben und all ihren Kräften verbunden, desto mehr Freude, Würde, Energie und Kreativität kann sich entfalten.

Die Verdrängung dieser Verbundenheit bringt uns in größte Gefahr, wie Joanna Macy, Tiefenökologin, sagt: "Von allen Gefahren, die uns drohen, seien es Militarismus, Umweltverschmutzung, Überbevölkerung, das Artensterben, ist keine Gefahr so groß, wie unsere Verdrängung. Denn dann passiert all das unkontrolliert. Selbstorganisierende Systeme, ob es nun eine Gemeinde, ein Planet oder eine Nation ist, korrigiert Fehlentwicklungen durch Rückkoppelungen oder Feedback. Eine Verweigerung blockiert das Feedback. Jedes System, das seine Rückkoppelung abblockt, begeht Selbstmord. Jedes System, das sich

weigert, die Konsequenzen seines Handelns zu sehen, ist selbstmörderisch. Wachstum wird behindert." Auszug aus „Politik des Herzens“, Geseko von Lüpke

Ehrliche Fragen, weise Neuausrichtungen und neue Rituale

„Naturkatastrophen erschüttern die kulturellen Weltbilder von Gesellschaften seit Jahrtausenden. Wie bei jeder Krise, jedem „Einbruch des Unbekannten“ ist die Deutung, die Findung des sinnstiftenden Zusammenhangs von größter Bedeutung für die innere Annahme und eine Neuausrichtung. In früheren Epochen waren sie von Ritualen der Wiederherstellung der Lebensordnung begleitet, heute werden noch während der stattfindenden Ereignisse verbale Neuausrichtungen gleich (Besänftigungs-) Ritualen vorgenommen, die grundsätzliche Fragen aber nicht gestellt. Konstruktive Neuausrichtung braucht größte Ehrlichkeit.“ (Auszug aus dem Newsletter von Hans-Jörg Müller, Axis-Mundi)

Neubeginn

Gleichzeitig neben diesen Verdrängungen, mangelhaften Rückkoppelungen, Selbstzerstörungen tut die Erde unbeirrt, was sie immer um diese Zeit tut: sie bietet einen zärtlich-kraftvollen Neubeginn an.

Frühlingsäfte und Wachstumskräfte beginnen durch den Körper, die Erde, die Äste, die Stiele zu fließen und ins Licht, ins Leben zu drängen. Keimende Samen, pralle Knospen, dickfärbig bemalte Frühlingsblumenblüten, erste grüne Blätter und saftige Wildkräuter zeigen sich der Welt, verströmen Wachstumsbeginn und Aufbruchenergie. Es ist eine Zeit des Aufbruchs, des Auf- und Ausrichtens, des konkreten Planens und Energiebündeln für die Träume und Visionen, die heuer Wirklichkeit werden sollen.

Gewaltige Aufbruchskraft

Woher hat die Pflanze, die Natur diese gewaltige Kraft, die zum Beispiel ein Keimling aufwendet, um die schützende Samenhülle zu durchbrechen um in die ihm noch unbekanntere Welt zu wachsen? Sich einem Stirb und

Werde-Prozess hinzugeben, ohne die folgenden Rahmenbedingungen und Auswirkungen in allen Details zu kennen? „Sie kennen ihre Aufgabe und folgen ihrer Berufung“! sagen Erdkraft-Weise und Menschen, die schamanisches Wissen haben.

Biolog/innen sagen, dass eine gewisse Tageslänge, Einfall des Sonnenlichtes, Wärme und wahrscheinlich noch eine Menge unerforschter Faktoren dazu beitragen, den Pflanzen, den Tieren den Impuls zu geben: jetzt ist Zeit aufzuwachen und die Kraft ins Wachstum, nach außen, in die Weiterentwicklung zu bringen.

Energie bündeln – planen - handeln

Für uns Menschen kann diese Aufbruchenergie ein Schub sein, um die Visionen der vorhergegangenen Wochen in die aktive Umsetzung zu bringen:

- welcher Samen soll jetzt ausgesät werden, welche Idee, welches Projekt soll konkret in die Umsetzungsplanung gehen, damit es in diesem Jahr wachsen und reifen kann?
- Wie schaffe ich „gute Erde“, optimale Rahmenbedingungen, damit meine Idee, mein Projekt bestens gedeihen kann? Welche Schritte, welche Partner/innen sind dazu nötig? Wie sichere ich optimale Rückkoppelung?
- Was sind persönliche Energiequellen und wie können sie gestärkt werden?

- Was raubt mir Energie und wie kann ich das ändern?

Balancekräfte und Originalität wagen

- Welche scheinbar widersprüchlichen Kräfte - in mir, in meinem Projekt, wollen in Balance kommen?
- Wie weit erlaube ich mir originell und original zu wachsen – und worin passe ich mich zu viel an?
- Was will in mir lebendig sein, mit aller Kraft sich ins Leben entfalten?
- Was will durch mich und meine Einzigartigkeit in die Welt kommen?

Der Frühling lädt ein, sich weiter in Richtung „Wie kann ich mit meiner Originalität mehr Balance und Freude in diese Welt bringen?“ zu bewegen!

Frühlingsfrische für den Körper

In der traditionellen chinesischen Medizin ist das Wissen um Zusammenhänge und Wirkungsweisen von Jahreszeitenqualitäten auf den menschlichen Körper bekannt und ein wichtiges Kriterium für die Gesunderhaltung. Frühling bietet sich für Entschlackungs- und Reinigungskuren an und zwar vom schweren eiweißhaltigen Essen des Winters genauso wie von aufgestauten Emotionen, zum Beispiel Zorn, Frustrationen. Um mit frischer Kraft wieder einen neuen Jahreszyklus zu beginnen.

Leber und Gallenblase, in der modernen westlichen sowie in der Trad. Chin. Medizin, unterstützen die Verdauung. Die Leber trägt zur

Reinigung des Blutes bei. Zudem spielt die Leber eine große Rolle bei emotionalen Störungen, sowie bei Allergien und Hauterkrankungen, Erkrankungen oder Störungen des Urogenitaltrakts und bei Erkrankungen der Augen und des Kopfes.

Der Speiseplan im Frühling sollte der leichteste im ganzen Jahr sein. Junges, frisches grünes Gemüse, Sprossen, Grünkern, Weizengräser. Salzige Essen, wie Sojasauce und Miso oder schweres Fleisch, sollten vermieden werden, da diese die Leber stauen können. Süßliche Nahrungsmittel wie Karotten, Fenchel, Spargel, Kartoffel und leicht scharfe Nahrungsmittel wie Kresse und Radieschen sollten gemieden werden, um sich selbst einen Frühling zu kreieren.

Dank an die Erde

Jeder Aufenthalt in der erwachenden Natur, in der Frühlingssonne ist wie ein Jungbrunnen für Körper, Seele, Geist, Spirit. Aufbruchenergie wird uns gratis und überschwänglich zur Verfügung gestellt.

Wie wäre es, beim nächsten Frühlingsspaziergang eine Haltung der bewussten Dankbarkeit gegenüber der uns sich immer wieder neu zuwendenden und verschenkenden Erde zu haben? Und damit zur Balance und Würde im Kraftfeld Erde-Mensch-System beizutragen?

Was sagt die Wissenschaft zu einer Erde als lebendiger Organismus? Die Gaia-Hypothese wurde von der Mikrobiologin Lynn Margulis und dem Chemiker, Biophysiker und Mediziner James Lovelock Mitte der 1960er-Jahre entwickelt. Sie besagt, dass die Erde und ihre gesamte Biosphäre wie ein Lebewesen betrachtet werden kann; in dem Sinn, dass die Biosphäre – die Gesamtheit aller Organismen – Bedingungen schafft und erhält, die nicht nur Leben, sondern auch eine Evolution komplexerer Organismen ermöglichen. Die Erdoberfläche bildet demnach ein dynamisches System, das die gesamte Biosphäre durch Rückkopplungsmechanismen stabilisiert. Diese Hypothese setzt eine bestimmte Definition von Leben voraus, wonach sich Lebewesen insbesondere durch die Fähigkeit zur Selbstorganisation auszeichnen. Die Bezeichnung leitet sich von Gaia, der Erdgöttin und Großen Mutter der griechischen Mythologie, ab. Aus der Gaia-Hypothese ist die Physiologie der Erde (Geophysiologie) entstanden.

Für diese Erkenntnis und Behauptung wurde Lovelock damals aus der seriösen Wissenschaft ausgeschlossen. Heute ist dieses Wissen größtenteils anerkannt.

**Verbindung aufnehmen –
Verdrängung auflösen**

Wer lustvoll, tiefgehend und mit allen Sinnen sich er-innern und lernen mag, wie ein achtsames energiegelbes Leben

mit den Jahreszeitenkräften möglich wird, ist herzlich eingeladen zum Seminar:

*„GAIA-Modell – Leadership by nature“, 3. Teil „Entfaltung & Wachstum“,
13. + 14. Mai 2011 im Naturhotel
Steinschalerhof.*

Zentrale Fragen können sein: Wie können die Kräfte des Wachstums, der Entfaltung, des Flows und der Freude wirksam werden und bleiben - im Unternehmen und im Alltag. Mehr Infos: mail@veronikalamprecht.com