

Kurz vor Jahresschluss 2012 seien hier noch zwei schöne Neuerscheinung vorgestellt, die beide auch zu Übergangsspielen, -meditationen zum Neuen Jahr verwendbar sind:

1.Rezension der Audio-CD Heilzahlen-Mantra und Meditation

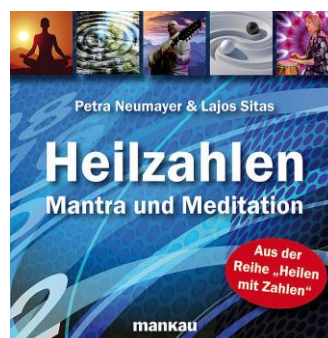
Neumayer Petra / Sitas Lajos

Heilzahlen - Mantra und Meditation

San San Heilzahlenmantra. Meditation: Einweihung in die neun Hallen der Erkenntnis

Mankau Verlag 2012.

1. Aufl. 2012, ISBN 978-3-86374-055-9, Audio-CD, Gesamtlaufzeit ca. 63 Min



Petra Neumayer beschäftigt sich als Journalistin und Schriftstellerin viel mit Heilungs-Zeichen, -Symbolen und Heilungstechniken. Mit dieser CD stellt sie die Heilkraft von Zahlen in den Vordergrund. Zu hören gibt es zuerst ein Mantra, dessen Basis eine Heilige Zahl ist und als eine sehr schöne, intensive Weltmusikkomposition (Komponist Lajos Sitas) umgesetzt wurde. Bekannte Musiker wie Jens Zygar (Gongspieler) sind mit von der Partie. Der zweite Teil besteht aus einer geführten Meditation zur Zahlenreihe 1-9 („die neun Hallen der Erkenntnis“) von Petra Neumayer. Die Meditation ist angenehm und gut mit erlebbar gestaltet, die vorgestellten Zahlenqualitäten interessant, offenbarend. Zum Abschluss gibt es noch einen kleinen Bonustrack, der auch wieder ein Heilzahlenmantra beinhaltet aber wesentlich sanfter und kürzer daher kommt.

Das fast 25 min. dauernde Heilzahlenmantra – San San jui Lui Ba Yao Wu, lädt mit seinem kräftigen Rhythmus auch zum mittanzten und mitsingen ein, kann aber ebenso in einer kurzen Massagesequenz eingesetzt werden. Hierbei erlebte ich mehrfach, dass die KlientInnen sich plötzlich verbal öffneten. Sie benannten Situationen, die sie total stressten und zogen dann direkt Konsequenzen daraus, welche sie auch tatsächlich nach den Behandlungen schwingvoll umsetzten (z.B. die Kündigung von einem Job zu schreiben um danach den viel passenderen zu bekommen...) Die Musik wirkt jedenfalls sehr mächtig. Bei mir persönlich löste sie spontan eine Out of Body Reise aus, zuvor beame-te sie mich sofort zu meinem persönlichen Kraftort. Auch von der Zahlenmeditation war ich angenehm überrascht. Das Entspannungsprogramm war gut bemessen und die Qualitäten der Zahlen zu integrieren sehr spannend. Ich denke wir behalten beim anhören erst mal nur die Zahlen im Bewusstsein, die uns gerade die richtige Unterstützung geben. Von daher ist es eine Meditation, der frau und man ruhig nach einer Weile wieder lauschen darf... Und um zu schauen welche Qualität unterstützt werden möchte, kann diese Meditation sicherlich sehr gut auf ein bevor stehendes Ereignis, wie einen Jahreswechsel hin, gemacht werden.

Zum Jahreswechsel bietet sich insbesondere auch das neue Kartenspiel von Luisa Francia an:

2. Rezension: Francia, Luisa: Das Göttinnenspiel. Nymphenburger Verlag 2012

[Francia, Luisa](#)

Das Göttinnenspiel

40 Göttinnenkarten mit einem Begleitbuch

1. Auflage 2012, Kartenbox, Buch 96 Seiten

ISBN: 978-3-485-01382-6

17,99 EUR* D / 18,50 EUR* A / 27,90 CHF* (UVP)

[nymphenburger](#)



Das Göttinnenspiel, erschienen im Nymphenburger Verlag 2012.

Luisa Francia ein echtes Urgestein in Sachen weiblicher Körperbewusstseinsforschung hat mit diesem Kartenspiel einen wahren kleinen Schatz geschaffen. 40 Göttinnen: wunderbar recherchiert nach Herkunftsland, kulturellen Ursprüngen und den Ideenbeigaben, wie diese als Ritual oder im Alltag uns als Verbündete zur Seite stehen können.

Die Göttinnen-Energien sind alte Energien, oder auch Ahninnen-Energien, die Frauen helfen sich wieder an ihrer Ur-Kraft anzukoppeln. Die Karten sind von Luisa selbst gestaltet, in ihrer sehr schönen, archaisch anmutenden, erdenden Art. Es sind Göttinnen, deren Namen ich zuvor noch nie gehört habe und schon nur alleine dafür lohnt es sich dieses „Spiel“ zu spielen. Anleitungen für verschiedene Legesysteme gibt es natürlich auch, denn ein kleines Begleitbüchlein stellt all die Hintergrundinfos dar.

Besonders schön darin finde ich die Legesysteme für mehrere Frauen, die ein wahrliches Göttinnen-Spiel zu inszenieren anleiten. Dies unterscheidet es sehr vom konventionellen Tarot, denn hier geht es ja doch in erster Linie um die persönliche Ebene. Anleitungen die Göttinnen zu ziehen und das sich eine jede Frau mit ihrer Göttin beschäftige, identifiziere um zu einem späteren Zeitpunkt sich mit den anderen in einem Göttinnen-Treffen zu zeigen sind passend zu Luisa Francias jahrzehntelanger frauenorientierter künstlerischer Arbeit. Danke an Luisa und dem Nymphenburgerverlag für dieses kleine feine Kartenspiel:

voilà das Spiel ist eröffnet...

Heike Brunner HP, Berlin <mailto:redaktion@lachesis.de>