



Die tantrische Menstruation

PMS – PREMENSTRUELLES SYNDROM

Desto mehr wir uns von unserem inneren Rhythmus entfernen, desto mehr werden wir von unserem Körper aufgefordert, uns wieder ihm zuzuwenden.

Die Pille, Medikamente, vieles stört diesen Rhythmus, aber es gibt noch einen anderen Aspekt.

Zu akzeptieren, dass etwas in dir stirbt und ausgeschieden wird.

Jedes Monat werden wir mit dem Tod konfrontiert.

Jedes Monat bist du nicht schwanger und musst dich mit dem Tod der Eizelle auseinandersetzen.

ÜBUNG:

Wenn du das nächste Mal die dunklen Wolken im Kopf wieder bemerkst, setze dich in und meditiere darüber.

Erkenne den Schmerz und die Trauer darüber an.

Du kannst symbolisch auch das Blut mit den Verdickungen in der Erde begraben. Wie um abzuschließen,...für dieses Monat.

ABTREIBUNGEN UND DIE PILLE DANACH

Es verletzt dich nicht nur emotional. Es verletzt den ganzen Körper.

Überlege dir, ob du Emotionen verdrängt hast.

Ob du wirklich „heil“ bist in dir, ob es von einer Abtreibung noch Narben gibt, die nicht entstört wurden?



Die tantrische Menstruation

DER EINFLUSS DEINES LEBENSSTIL'S AUF DIE MENSTRUATION

Du hast nun viel gelesen oder gehört über die Ursachen und Nebenwirkungen des Lebensstil's den wir eben leben.

Das Wesen der Frau ist frei, fließend wie was. Nicht an einen Ort gebunden, frei sich durch Raum und Zeit bewegend.

Es gibt Frauen, für die Sesshaftigkeit richtig und die damit keine Probleme haben.

Es gibt Frauen, für die ein Leben lang ein leistungsorientierter Job oder Büroarbeit von 9-17 Uhr richtig ist, und sie dadurch nicht krank werden.

Aber für die meisten Frauen ist es nicht so.

Aus Existenzsicherung heraus Geld verdienen zu „müssen“ entspricht nicht dem Wesen der Frau.

Wir Frauen sind wie Wasser, Wellen und wollen frei fließen. Wir wollen uns verströmen und mal da mal dort wirken und sein.

Wir sind nicht die Blumen, wir sind die Bestäubung, das fruchtbar machen.

Und wenn wir uns an einem Ort verwurzeln wollen, könne wir dies tun. Für einen längeren oder kürzeren Zeitraum.

Die meisten Frauen wissen nicht, dass sie eigentlich frei sein wollen.

Aber ihr Körper zeigt es ihnen.

Schon als junges Mädchen in ein gesellschaftliches System hineingepresst zu werden, erzeugt in diesen jungen Frauen eine innere Zerrissenheit, die sich in starken oder schmerzhaften Blutungen äußern.

Was du während der Zeit der Menstruation nicht lösen oder in Balance bringen kannst, wird sich in der Menopause, emotional, seelisch und körperlich noch einmal stärker zeigen und sich im weiteren Alter manifestieren.