

**46 WAHRWORTE  
UND WAHRZEICHEN  
DER MÜTTER**

0.

## SCHLANGENTANZ

Allmütterliche Kraft  
Ei und Schlange  
Fruchtbare Leere

Schließe die Augen  
Spüre die Erde unter deinen Füßen  
die dich trägt, die noch alles trägt  
Öffne deine Ohren dem Klang der Trommeln  
Finde dich in ihrem ZeitMaß  
Lass deine Haut hellwach werden  
Suche den GeSang in dir  
und schwinge dich ein  
ganz behutsam  
EntBinde die BeWegung  
jeder EinSchränkung  
bis alles in dir fließt und  
du dich der WollLust des Tanzens hingibst  
bis die GeDanken verzehrt sind  
im lodernden Feuer  
und deine Grenzen sich öffnen.

1.

ALL – MUTTER

Leben  
Sterben

Während  
die HerrenMenschen,  
die sich zur Krone der Schöpfung er-hoben  
hemmungslos  
die Wurzeln allen Seins zerstören ...  
suchen die WahlMütter  
den wandelnden GeSang  
Und wenn sie  
alle Töne gefunden  
und gebunden haben  
zum WiederGeburtsLied der Erde  
dann wird sie sich öffnen  
und sich selbstverschlingend  
wiedergebären  
Eingehüllt  
von ihrem GeSang  
des Lebens und des Sterbens

2.1

TOCHTER

UrVerTrauen  
Künftiges

Nur  
wenn das BeGehren  
sich mit der InBrunst  
des Schmerzes  
vollmächtig  
verbindet  
wird eine fähig  
das Künftige zu gestalten  
als not-wendige WiederGeburt

...

und im AbFluten  
des Schmerzes  
perlt  
lebendige Lust

2.2

MUTTER

lieben

verantworten

Den Ruf hören  
der Stimme folgen  
AntWort geben

Das Rechte tun  
oder  
das Linke

Zur Ruhe kommen  
ankommen

Immer wieder lieben

Kräfte binden  
und lösen

Lebendig sein

3.1

## WUNDER

Reinheit  
EinzigArtigkeit

Singe  
aus der Tiefe  
deiner Seele  
aus den Wurzeln  
deines Seins  
wider den Sturm  
voller VerLangen  
voller Lust  
nach Leben

...

Tobe  
und  
tanze  
mit der Mutter der Winde

## 3.2

### REGEL

Eigene Art  
MondBlut

Wenn der Ruf der Mondin  
in der eigenen Höhle  
widerhallt  
bricht das Blut hervor  
sich einzuschwingen  
in ihren Tanz  
und  
Schmerz  
urinnert  
dein VerBundenSein  
  
und es wächst  
dein BeGehren  
zu feiern  
das GeHeimnis  
mit allen Sinnen

### 3.3

## ZAUBER Reife AlleinSein

Hellhörig für den GeSang der Stille  
dem Ruf der Mütter folgen  
Feinfühlig für alle Schwingungen  
des Seins denen wir angehören  
Wahrnehmend das unaufhörliche Fließen  
in jedem AugenBlick der ZeitRäume  
Hellsehend die UnVerMeidbarkeit  
des eigenen Weges  
inmitten unendlicher Möglichkeiten  
Feinsinnig das LautLose und UnSichtbare aufnehmen  
daraus ein Netz zu spinnen  
Wahrsagend mit der eigenen Stimme  
im GeSang der GeZeiten  
Feinschmeckend die Krume der Erde  
den Genuss von Kargheit und Fülle  
Ahnend die Zauber entdecken in jeder Gestalt  
und den Braten riechen –  
mit allen Sinnen



4.1

LUFT

atmen  
Frühling  
Ost

Loslassen

alles loslassen

was fremd ist

bis nichts bleibt

nur die ureigene Schwingung

Sich behutsam einfühlen

ungestört vertraut werden

mit dem eigenen GeRuch

GeSpür

GeFühl

GeMüt

GeSang

GeSicht

bis du dich selbst annimmst

und dich liebst

dich endlich zu leben traust

4.2

FEUER

BeGehren

Sommer

Süd

Wenn  
die Knospe deines BeGehens  
aufbricht  
und du eintauchst  
in das tosende Meer  
der Sinne  
das anschwillt  
die Sonne zu gebären  
deren Glut sich paart  
mit den Wogen des Meeres  
dem Spiel der Delfinin verfällt  
...  
bis es sanfte Stille wird  
im ausatmenden Schoß  
von Mutter Erde

4.3

WASSER

fühlen  
Herbst  
West

Nebel  
lehrt dich  
die Achtsamkeit  
aller Sinne  
der einen BeWegung  
zu widmen  
die du jetzt ausführst  
...  
Sonst nichts

4.4

ERDE

Sein  
Winter  
Nord

sich  
der uralten Wunde  
zuwenden  
und  
verneigen  
vor der ungebrochenen Kraft  
des Alls

das Licht  
der Mondin  
empfangen  
mit geöffneten Händen

...

die WiederGeburt  
von Mutter Erde  
bereiten

## 5.1

### BESTÄNDIGKEIT

suchen  
finden  
kennen  
sehen

Vergiss nun alles  
was dir beigebracht wurde  
Vergiss auch  
was du aus eigener EntScheidung gelernt  
Vergiss  
was du geseht und geträumt  
Vergiss alle FestLegungen  
Vergiss endlich

dass du beginnen kannst  
- ohne jeden VorBeHalt -  
zu urinnern  
was du nicht zu träumen  
nicht zu sehnen vermagst  
was du dich tief im Innersten  
zu wissen fürchtest  
...

weil es alles verändert

## 5.2

### ENTWICKLUNG

wachsen  
bestimmen  
berühren  
spüren

Öffne dein Herz  
und höre:  
dein Blut  
singt  
die AntWort  
deiner Seele  
auf den Ruf  
von Mutter Erde

...

höre genau:  
der GeSang  
lebt  
tief verborgen  
in dir

## 5.3

### FRUCHTBARKEIT

Hoch-Zeit

Genuss

feiern

schmecken

Zusammenrollen

mit sich selbst rund werden

Räkeln

mit Genuss Raum einnehmen

Träumen

mit WollLust faul sein

nichts von außen brauchen

mit HinGabe das eigene Fell pflegen

Schnurrend LiebKosungen danken

Jagen, was gebraucht wird

wenn nötig die Krallen zeigen

Fauchen und einen Buckel machen

Sieben Leben leben

mit Leib und Seele

– Katze sein

## 5.4

### WIDERSPIEGELN

schöpfen  
begeistern  
trennen  
hören

Wenn du deinem Weg folgst  
und irgendwann  
den Ort berührst  
der zwischen Himmel und Erde  
deine Sehnsucht rief  
wird dort nicht sein  
was du sehntest  
...  
und nach einer Weile  
wird sich deine Seele  
wieder einbinden  
und du wirst aufbrechen  
zu finden  
was du nicht zu ahnen vermagst



## 5.5

### WANDLUNG

verlieren

trauern

leiden

riechen

Trau dich  
einzutauchen  
in die Trauer  
bis du Fuß fassen kannst  
Lass zwischen den Fingern zerrinnen  
was nicht bleiben will

Leere deine Schale bis auf den Grund  
auf dass sie wieder gefüllt werde

Öffne  
dein Herz  
den GeStirnen  
und alle Sinne  
der reinigenden Kraft  
der wechselnden Winde

6.1

BITTEN

tasten  
spielen

Folge  
mit allen AusDehnungen deines Seins  
dem vielfältigen ZeitMaß

Schwinge dich ein  
Genieße die MüheLosigkeit  
bis du an der Grenze deiner Kraft  
auf die Erde zurückfällst  
und alles sich bewegt ohne dich

von deinem Staunen  
und deiner NeuGier  
begleitet

6.2  
TRÄUMEN  
spinnen  
empfangen

Die Lust am Spinnen  
geweckt durch die Sehnsucht  
nach Verbundensein

Willens dich zu öffnen  
und aufzunehmen

Loslassen  
und dich herschenken

bis es von selbst in dir singt  
und  
du zu tanzen beginnst  
voller Kraft  
und Lust

6.3

## NÄHREN

werden  
gebären

Rüste dich gut  
denn nichts wird nur sanft sein  
Schütze  
die Weichheit deines Wachsens  
vor der Härte ringsum  
Übe deine Hände  
auch für den tödlichen Schlag  
und  
Behüte ihre Zärtlichkeit  
in der Schwere der Arbeit  
Wehre dich  
um deiner Verletzlichkeit willen  
mit ganzer Kraft  
Sorge liebevoll  
für dein lebendiges Werden  
und  
Schone dich nicht  
...  
Rüste dich also gut

## 6.4

### GESTALTEN

SelbstVerTrauen  
Weg gehen

Den Klang des Schrittes ahnen  
der gegangen werden will  
Die Angst vor dem UnGeWissen  
verbinden mit der Freude  
auf das UnVorHerSehbare  
und die Lust  
lebendiger SehnSucht genießen

...

mit allen Sinnen klar werden  
bis dir dieses GeFühl vertraut wird  
und du wieder loslassen kannst

...

den Klang  
des nächsten Schrittes  
zu ahnen

## 6.5

### HEILIGEN

lehren  
weißen

Schwester Spinne lehre mich  
die Fäden meines Lebens  
immer aufs Neue in ein Netz zu verknüpfen  
in dem sich verfängt was ich brauche  
Lehre mich leben  
mit dem alltäglich möglichen VerLust  
und dem notwendigen NeuBeginn aus der eigenen Mitte  
Lehre mich den seidenen Faden gebären  
und im Wind zu schwingen  
Unterweise mich in der Kunst des Wartens  
und im GeBrauch von GeDuld  
Zeige mir den Nutzen von BeHändigkeit  
die UnVerZichtbarkeit sich verbergen  
und spurlos verschwinden zu können  
wenn es an der Zeit ist  
Lehre mich das innerste EinVerStändnis  
Leben ist Sterben  
und auch das vollkommenste Netz gibt keine Sicherheit

Alles hängt irgendwann am seidenen Faden,  
der nicht ewig hält

## 6.6

### BINDEN

richten

lösen

Es ist deine Schwäche,  
die dich fürchten lässt genau hinzusehen,  
vollständig wahrzunehmen die Wunden der Erde  
Aus Angst verrückt zu werden,  
zu verzweifeln angesichts des Ausmaßes an Elend und Leid,  
des vergossenen heiligen Blutes der Mütter  
Die Furcht jede Hoffnung zu verlieren verführt dich  
zu verzichten auf den Gebrauch all deiner Sinne  
lähmt deine Kraft und brächte dir auch das unbemerkte Sterben  
Es ist deine Angst, die dich zwingt  
zu fühlen - zu sehen - zu denken - zu begreifen,  
wirft dich zurück auf dich selbst  
Und nun lerne dass nichts Wirkendes leicht getan werden kann,  
dass alles Lebendige Zeit braucht  
für Wachstum und Heilung nach eigenem Maß,  
dass jede Veränderung Kraft benötigt,  
die gesammelt sein will an den Grenzen des Möglichen,  
dass alles dem unaufhörlichen Wandel folgt und nichts so bleibt  
Lerne, dass der Schmerz verlangt  
Verluste anzunehmen als zugehörig zum Leben  
Fühle also mit jeder Faser  
die Untrennbarkeit von Werden und Sterben  
in jedem Augenblick  
Retten lässt sich nichts

7.1

## TOR DER ERDE

Wurzel  
erden  
nehmen  
geben

Wilde Bäume  
wurzeln tief  
und weit

Nehmen Raum  
für den AusTausch

Tragen Frucht  
aus eigener Kraft

Geben zurück

Sterben zur Zeit



7.2

## TOR DER MOND

Quelle  
Kraft  
Lust  
Fließen

VorSicht  
stutzt der VorFreude  
die Flügel

Angst  
mahnt  
nichts zu hoffen  
zu meiden  
EntTäuschung und Schmerz

Das Leben  
in dir  
ruft die Kraft  
und die Lust  
lacht  
und fließt  
einfach weiter

## 7.3

### TOR DER SONNE

Wärme  
wissen  
wollen  
wagen

Bis an den Rand gehen mit festem Schritt  
bis die Zehen den AbGrund ahnen  
Finde dein GleichGewicht  
Spüre deinen SchwerPunkt  
Triebe Wurzeln tief in die Erde,  
in den AbGrund hinab  
Öffne die Augen ganz  
und sieh mit der Kraft deiner Seele  
bis jeder Stein, jede Pflanze, jedes Tier  
in dir klare Gestalt annimmt,  
bis Fernes nah wird und Nahes fern  
sich alles aufhebt  
im wirbelnden Tanz unaufhörlichen Wandels  
Und sieh genau hin: ohne RückSicht, ohne VorSicht  
Durchlebe noch einmal die Angst  
vor dem letzten Schritt,  
vor dem VerRücktSein  
Spüre, dass du sie nicht mehr brauchst,  
denn die er-zwangene Enge beschneidet deine Wurzeln,  
raubt deine Kraft  
Also sieh mit den Augen der AdlerFrau  
und traue deiner Kraft  
Spring

## 7.4

### TOR DER WINDE

Freude  
hingeben  
DeMut  
heilen

Am rechten Ort  
zur rechten Zeit  
ist dreifach die Mondin  
im UnterGang der Sonne

Die uralte Weisheit der GeBirge  
wirft ihre Schatten  
über die ZwischenZeit,  
dass sie dich berühren  
dir den Rücken stärken

Schließe die Augen und erde dich  
Die Schlange der Wandlung  
kommt auf dein lautloses Rufen  
Gib die SehnSucht deines Herzens,  
die Wärme deiner Hände  
der letzten Glut  
im geheimen Ring der miteinander verbundenen Steine  
Heilende Kraft schenken die fließenden Wasser  
und noch einmal wächst Leben aus HerzBlut

...

unhörbar wartet die große Bärin

7.5

TOR VON  
ZEIT UND RAUM

Stille  
lauschen  
stimmen  
singen

Stille für den GeSang  
der in deinem Inneren lebt  
AbGeSchiedenheit  
zu folgen der eigenen Spur  
Offenheit dich einzubinden  
ins lebendige Netz allen Seins  
Festigkeit  
am WiderStand wachsen zu lernen  
Schweigen  
die innerste Sprache zu hören  
Schwingen  
mit den UrKräften  
Singen  
einen Weg aus der SinnLosigkeit  
in alle Sinne  
und Tanz

7.6

TOR DER  
EINSICHT

Licht  
wahrnehmen  
verstehen  
folgen

Wie schwer es ist  
absichtslos zu sein  
im Innersten  
und  
wie beunruhigend  
sich dem immerwährenden Fließen  
zu öffnen  
und  
nichts zurückzuhalten

Es bleibt  
die GeWissheit  
dass sich alles ändert  
und  
deine Ahnungen  
berühren das Heiligste

7.7

## TOR DER LEERE

GeHeimnis  
vollenden  
Seele  
All-Eins-Sein

Am Ende der Vernunft ,  
nach der SprachLosigkeit  
wächst  
im Schutze  
der Stille und des Schweigens  
GeSang  
in deiner Seele,  
dessen weiche Weisheit  
AnDacht  
statt Denken  
begehrt

Und  
du berührst  
fühlend  
das GeHeimnis  
allen Seins

8.1  
WinterSonnWende

besinnen  
reinigen  
beginnen

zweifellos  
es ist die Stille  
vor dem Sturm

untrüglich die Zeichen  
und nichts zu tun  
als zu warten  
auf die UrKraft  
der Mütter,  
bis sie hereinbricht  
dich vor sich hertreibt  
dich noch einmal  
das Fürchten lehrt,  
bis du aufgibst  
oder annimmst

...  
das AnGeBot  
ursprünglicher Reinigung  
und Wandlung

## 8.2

### LICHT-WEIH- FEST

ahnen  
aufnehmen  
ruhen

unbeholfenes Suchen  
nach den verschütteten Quellen  
der Mütter

IrrWege überall

stolpernd tastest du dich  
durch die Dunkelheit  
deiner Seele,  
die den Weg birgt

manchmal beweinst du  
deine Einsamkeit voll Trauer,  
manchmal schreit alles in dir  
vor heiligem Zorn

spüre  
die WiederGeburt des Lichtes  
als verletzliche Ahnung  
hinter deinen  
geschlossenen Lidern



8.3  
FRÜHLINGS-  
TAG-UND  
NACHTGLEICHE

schenken  
sich öffnen  
sich zeigen

In dir ist Frühling,  
alles drängt hervor  
neu zu werden  
Die Sehnsucht treibt dich,  
die Neugier setzt Knospen an  
für Blüte und Frucht  
Deine Wurzeln genießen  
die Mütterlichkeit der Erde  
und stillen deinen Hunger  
mit lebendiger Nahrung  
Nicht mehr fürchte die Stürme  
vertraue deinen Wurzeln  
Nicht mehr fürchte die Kälte  
kenne deine Leidenschaft  
in Gewissheit  
des fruchtbaren Schoßes  
von Mutter Erde

8.4

LEBENS-  
WEIHFEST

ausstrahlen  
hellsehen  
wahrsagen

Rasch  
lass keine Zeit mehr verstreichen

Brich auf  
ehe die Dämmerung  
die Erde berührt

Folge deinem Herzschlag  
und vertraue  
der Blindheit deiner Augen  
in der Nacht deiner Seele

Verzögere nichts  
wenn dir das Leben  
lieb ist

Wage  
soviel  
du kannst

8.5  
Sommer-  
SonnWende

teilen  
stärken  
schützen

In der Zeit sein  
und sich wieder öffnen  
für die zahllosen Schwingungen

dazu bedarf es  
des EinTauchens in die Stille  
des Wartens  
des WahrNehmens

so dass du dich selbst  
vom Grunde her  
achtest und liebst

und fähig wirst  
zum lebendigen Teilen  
in jedem AugenBlick

## 8.6

### BROT-WEIH- FEST

nutzen  
füllen  
achten

Folge der sehnsuchtsvollen Klage  
deiner Seele  
mit dem feinen GeSpür der Wölfin,  
die um lebendige Nahrung weiß,  
die den nagenden Hunger stillt

Lass die Wölfin dich lehren  
achtsam zu sein und wehrhaft,  
denn die UrAlte weiß:  
alles will berührt sein

Wage zu heulen  
mit der ganzen Kraft deiner Lungen,  
aus tiefster Seele,  
aus übervollem Herzen,  
auf dass dein Schmerz  
und deine verborgene Lust  
GeHör finden in dir

Dann harre der AntWort  
und folge der Fährte des Lebens

8.7

ERNTE-WEIH-  
FEST

Herbst-  
Tag- und  
NachtGleiche

danken  
sammeln  
bewahren

Bewahre deine lebendige Kraft

Suche aufrichtigen AusTausch  
damit das Fließen gewährt wird

Verweigere Gaben  
aus AnStand und Höflichkeit

Gib nichts aus UnSicherheit  
nur aus dem tiefen Wunsch  
lebendigen Teilens

Danke  
der Erde  
mit ganzem Sein

8.8  
Dunkelheits-  
WeihFest

verbinden  
loslassen  
rückkehren

zurückgekehrt  
zu dir selbst  
von der verzehrenden Suche  
nach dem Ort  
äußerer Weisheit

das Ende der Täuschung  
öffnet die Pforte  
deiner Seele,  
die jede AntWort  
auf deine Fragen weiß

aus Mangel an AusWegen  
endlich dir selbst trauen,

dich der Wandlung verbinden

## 9.1

### METIS

Weisheit  
Klugheit  
AusTausch  
MutterWitz

still sein und fühlen ,  
reglos werden und spüren,  
die Augen schließen  
und innere Bilder sehen  
die Ohren mit Lehm verstopfen,  
ganz fest  
und auf den inneren Fluss hören  
der LebensSäfte

entbehre Nähe von außen,  
entdecke sie in dir  
verzichte auf Worte  
und erde dich

bleib bei dir,  
verlasse den IrrSinn,  
durchquere das GrenzLand  
und wage zu leben  
ohne jede GeWähr

## 9.2

### ISHTAR

Sinnlichkeit

LiebesLust

UrTrieb

Schönheit

Folge  
dem Schmerz  
und der Liebe  
Lebe dein VerRücktSein  
mit ganzer Kraft  
Wecke alle Sinne,  
schlage Wurzeln  
und brich auf  
ehe die Trägheit dich berührt

Verlasse täuschende Sicherheit  
und suche deine Träume  
Begegnest du der Angst,  
frag was dich einengt

Sieh nicht zurück,  
verbinde dich:  
den Müttern  
den Schwestern  
den Töchtern



9.3

GEA

LebensKraft  
MutterLeib  
UrGemeinschaft  
GeBorgenSein

Den Zweifel wach halten,  
das MissTrauen schärfen,  
damit ZerStückeltes geheilt  
GeTrenntes verbunden wird

Alles Herrschende entfernen  
aus sich selbst

Schmerzende Klarheit  
dem Siechtum vorziehen,  
der HalbHerzigkeit,  
dem kleinen Frieden,  
der gesehnten EinTracht

...

Leben  
verlangt  
HerzBlut

9.4

DIONE

Leidenschaft  
TatKraft  
vermehrten  
töten

Zögernd näherst du dich  
der prallen Frucht der Freude  
Nimmst sie zaghaft entgegen  
aus der Hand des Lebens  
Genieße ihre Fülle  
in deinen geöffneten Händen,  
voller BeGehren sie zu spüren  
mit allen Sinnen  
Und deine Zweifel  
raunen von Verlust

Das ist das Ende  
der BeScheidenheit und der Angst  
Beiße hinein,  
kostete die langgesehnte Süße

Schlage  
deine Zähne  
ins lebendige Fleisch

9.5

THEMIS

GeRechtigkeit  
EntFaltungskraft  
Ordnung  
Zeiten

Nutze  
die Stille  
in dich hineinzuhören,

dich zu finden:  
im ZwischenRaum,  
in der ZwischenZeit,

in der deine Ahnungen  
die Zeiten fühlen,

sich einspinnen  
in das UnGeLebte,

dir den Weg zu weisen ...

9.6

RHEIA

SammlungsKraft

Höhle

ÜberFluss

GeLassenheit

Nutze die Tiefe der Nacht  
Richte dein BeGehren nach innen  
Sammle alle Kräfte  
im UrSprung deines Seins  
Verbinde sie miteinander  
dicht und fest  
Spüre ihre GeStalt  
im Schutze der Höhle  
Lass liebevolle AufMerksamkeit  
durch deinen Leib gleiten  
Schwinge dich ein  
in das unaufhörliche Fließen  
Genieße  
Fühle die Richtung  
deines BeGehens

Finde den Weg in dir

9.7

URANIA

GrenzGang

VerRücktSein

UrWissen

UrNeuerungskraft

Nimm dir endlich das Recht  
an allem zu zweifeln,  
solange zu suchen,  
bis du die AntWort  
in deinem Innersten  
fühlen kannst

Entsage der Vernunft  
als einzig möglichem Maß  
Bestehe auf deinem VerRücktSein

Ahne im BeGehren  
den möglichen Weg  
dich dem LebensZerStörenden  
zu verweigern

Wisse,  
dass Westen im Osten liegt  
und Links das Rechte ist

9.8

TIAMAT

VorStellungsKraft  
EinGebung  
urinnern  
einweihen

Deine Seele  
ist angefüllt  
mit dem Dunkel  
der Mondin,  
die kein Licht gewährt  
dem Suchen der Augen

Die Blindheit annehmen,  
den AugenBlick fühlen,  
nichts unberührt lassen  
im Innersten

Nur geben,  
was von selbst fließt ...

9.9

PERSEPHONE

ZerStörungSKraft

ÜberGang

BeFreiung

WiederGeburt

Das,  
was du denken  
und fühlen kannst  
ist nicht  
was kommen muss,  
die Not zu wandeln  
in die Fruchtbarkeit des Lebens,  
die das Sterben in sich birgt  
wie eine kostbare Frucht,  
deren wilde Fremdheit  
du vergeblich  
zu zähmen suchst

...

Jenseits  
der Angst  
finden sich die Sinne