

Novembergedanken

Es ist November, oft hängen jetzt wieder Nebelschwaden über dem Land – der Übergang in den „grauen Herbst“ ist endgültig vollzogen. Die Natur bereitet sich auf eine Ruhepause vor. Wo das Herbstlaub noch nicht gefallen ist, treiben Novemberfröste die Blätter von den Bäumen.

November der „Totenmonat“, der Monat des Gedenkens, das Ende der Vegetationszeit, Pflanzen ziehen sich in das Erdreich zurück, Tiere gehen in den Winterschlaf, es kennzeichnet den Beginn der Dunkel- und Nebelzeit in der die Menschen zur Ruhe und zur inneren Einkehr kommen. Es ist aber nicht das Ende.

Dunkelzeit ist auch eine Zeit des Aufräumens, alte Gefühle, Verletzungen in den „Kessel der Transformation“, der Verwandlung geben. Loslassen was nicht mehr gut ist, Belastungen und Schmerz in die Transformation geben, die eigene Mitte, das eigene innere Licht finden oder wiederfinden.

Feuer ist das Symbol für die Transformation – ich erhelle die Dunkelheit, zünde mit der Kerze mein inneres Licht an. Was macht mich selber aus?

Ulrike Westphal