

## Element Erde

Das Element Erde fühlt sich für manche Menschen schwer und dicht an, andere lieben und brauchen die Bodenhaftung und das Angebundensein.

Der Ausgleich und die Harmonie aller Elemente beschert uns erst wirkliches, vollkommenes Einssein.

Bei dem Element, zu dem du dich am wenigsten hingezogen fühlst, wird es sich voraussichtlich am aufwendigsten und anstrengendsten anfühlen es zu integrieren.

Das ist für viele Menschen das Thema Erde.

Das Element Erde steht für Ordnung, Beständigkeit, Stabilität, Beharrlichkeit, Disziplin. Es ist ein Element des Fundamentes, das greifbar ist. Erde ist physisch erfahrbar. Du kannst dich barfuß auf der Erde bewegen, du kannst dich auf den Boden legen oder dich komplett in die Erde begeben. Sie ist physisch kompakt und fassbar. Erde ist aber auch starr, fest, unbeweglich.

Jedes Element, das zu einseitig gelebt wird, hat auch die Gefahr der Überdosierung.

Erdgeborene sind verlässlich und meist standhaft. Für sie zählen konservative Werte und Verlässlichkeit.

Fehlt Erdung im Leben, dann fühlt man sich oft flatterhaft, instabil und auch unruhig. Dann ist es nur schwer möglich klare gute Entscheidungen zu treffen.

Das Element Erde ist auch mit den ersten beiden Hauptchakren in Verbindung. Das Wurzelchakra verbindet uns mit dem Leben, der Erde und hält das Fundament im Leben. Hier ist das Vertrauen und die Verwurzelung zu Hause. Die Erde gibt unseren Wurzeln Halt, sie nährt sie und versorgt unser gesamtes System mit allem was wir brauchen.

- ♥ Wie fühlst du dich, wenn du Erde angreifst?
  
- ♥ Wie oft gehst du barfuß durchs Leben?
  
- ♥ Wie oft wählst du den Liegestuhl, statt das Gras?
  
- ♥ Wieviel Stabilität fühlst du in deinem Leben?
  
- ♥ Wieviel Starre lebst du? Weißt du die Gründe?
  
- ♥ Hast du schon mal eine Nacht allein in der Natur verbracht?
  
- ♥ Warst du schon mal allein nachts im Wald?
  
- ♥ Hast du schon mit Mutter Erde kommuniziert?
  
- ♥ Bedankst du dich regelmäßig für die Gaben der Natur?
  
- ♥ Segnest du regelmäßig dein Essen? (war in Atlantis übrigens ganz normal und selbstverständlich)
  
- ♥ Hast du schon mal ein Ritual der Dankbarkeit durchgeführt?
  
- ♥ Liebst du es mit deinen Beinen aufzustampfen?
  
- ♥ Ehrst du Mutter Natur, indem du immer wieder kleine Geschenke hinterlässt?