**#metamorphose mensch**

**#metamorphose bedeutung**

**#metamorphose sprüche**

**#Verwandlung?!**

**Die Metamorphose der Seele**

Kaum ein Vorgang in der Natur ist so spannend, wie der der Metamorphose: aus der Raupe wird ein Schmetterling. Wie wir diesen natürlichen Vorgang auch bei der Entfaltung unserer Seele erleben, erfährst Du in diesem Blogbeitrag.

Schmetterlinge haben mich schon als Kind fasziniert. Vielleicht kennst du das Kinderlied “Schmetterling du kleines Ding, such dir eine Tänzerin...”.

Der Schmetterling ist eines der beeindruckendsten Beispiele der Natur für Transformation und Neubeginn. In vielen Kulturen steht er für die Seele bzw. die seelische Wandlung. Die Larve des Schmetterlings und die Raupe verweisen auf noch unbewusste Seelenanteile, während der farbenprächtige Schmetterling die Schönheit der entfalteten Seele repräsentiert.

So sehe ich diesen Verwandlungsprozess als ein Bild der Verwandlungskraft des Menschen vom Gebundensein im Materiellen hin zur inneren Freiheit und Wahrhaftigkeit.

Wir Menschen können diese Wandlung glücklicherweise nicht wie der Schmetterling nur einmal im Leben vollführen, sondern immer und immer wieder.

**Die 4 Phasen von der Raupe zum Schmetterling**

Ich dachte immer, wenn sich eine Raupe verpuppt, wachsen im Kokon die Flügel, die Beine und die Fühler an den Raupenkörper. Aber so ist es ganz und gar nicht, denn eine Raupe häutet sich in ihrer Puppe und löst sich vollkommen auf.

Wenn wir im frühen Stadium in eine Schmetterlingspuppe hineinsehen könnten, würden wir eine durchsichtige, klebrige Masse vorfinden. Genau in dieser Masse befinden sich die so genannten Imago-Zellen, in denen das Bild des vollständigen Schmetterlings enthalten ist. Nach diesem Bild formt sich nach und nach der komplette Körper mit Flügeln und Beinen.

Vom Verwandlungskünstler Schmetterling können wir also einiges für die Entfaltung unserer Persönlichkeit und damit unserer Seele, lernen.

**Die Auflösung als erste Phase:**

Jede tiefgreifende Veränderung beginnt mit einem Tod. Das mag sich jetzt erschreckend anhören, ist es aber eigentlich nicht, denn bevor die Wandlung stattfinden kann, müssen gewisse Teile in uns sterben und sich auflösen. Wir verlieren unsere bisherige Identität. Zeitenweise kann es sich anfühlen, als wenn um uns herum alles zerfällt und wir alles verlieren. Aber keine Angst, dies ist nur eine Phase, auch diese wird vorübergehen und Dich kraftvoller denn je erstrahlen lassen.

Viele Kulturen haben Rituale, um die Kunst der Selbstauflösung zu erlernen. Die Älteren lehren die Jüngeren, wie sich der kleine Tod der Veränderung anfühlt.

Wir werden auf solche Veränderungen meist nicht bewusst vorbereitet und reagieren deshalb oft mit panischer Angst.

**Soul Tipp:** Bleibe mit Deiner Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt und lebe von Moment zu Moment. Konzentriere Dich nicht auf die unbekannte Zukunft und verliere Dich in Deiner Angst. Versuche anzunehmen was ist. Spür in Dich hinein, wie fühlt es sich gerade an? Lass alles da sein, was sich in diesem Moment zeigt. Trauere um das, was du scheinbar verlierst, verabschiede Dich. Diese Phase ist wie eine Art Vorbereitung. Um etwas Neues zu kreieren, müssen wir erstmal das Alte (Ich) loslassen oder eben sterben lassen.

**Die Visionierung als zweite Phase:**

Wenn sich das Alte (Ich) nach und nach verabschiedet hat, öffnet sich ganz von allein ein neuer Raum. In Deiner Seele tauchen Bilder aus, wie Deine Zukunft aussehen könnte.

**Soul Tipp:** Leg Dir ein Visionboard an oder erstelle Dir Deinen persönlichen Visionmovie. Erlaube Dir groß zu träumen. Lass Deiner Phantasie freien Lauf. Nimm Dir die Zeit Deine Vision aus Dir heraus fließen zu lassen.

**Die Transformation als dritte Phase:**

Es juckt Dich in den Fingern und Du möchtest endlich in die Umsetzung kommen und loslegen! Du bist voller Energie, Vorfreude und Tatendrang Dein neues Leben zu leben. Und dann... Erfährst Du einen Einbruch, einen Rückschlag oder hast vielleicht sogar das Gefühl zu scheitern. All das ist ganz normal auf dem Weg zum Schmetterling.

**Soul Tipp:** Gib nicht auf! Von Zeit zu Zeit “testet” uns das Leben und stellt uns die Frage, ob wir diese Veränderung auch wirklich mit all unserem Sein wollen. Verbinde Dich immer wieder bewusst mit Deiner Vision und lade sie mit Energie auf.

**Die Entfaltung als vierte Phase:**

Und dann irgendwann hast Du Dich mühsam aus Deinem Kokon geschält und wartest, dass sich Deine feuchten und noch zerknitterten Flügel in der Sonne entfalten und Du losfliegen kannst! Deine Persönlichkeitsentfaltung wird sich als etwas wundervolles erweisen.

**Soul Tipp:** Lass Dir Zeit! Sei dankbar für jeden einzelnen Schritt, den Du bereits gemacht hast.

Es ist ein wunderbarer Prozess, bei dem Du Dich im Grunde neu erfindest. Wenn Du Dich verwandelst, bist Du in der Lage neue Erlebnisse in Dein Leben zu ziehen, neue Erfahrungen zu kreieren, in neue Sphären vorzudringen, die Du Dir vielleicht bisher nicht einmal vorstellen konntest.

Ich unterstütze Dich von Herzen gerne bei Deiner persönlichen Metamorphose, denn Du kannst Dir sicher sein, dass Du bereits alles in Dir trägst, was Du dafür brauchst!

“Was die Raupe das Ende der Welt nennt, nennt der Meister einen Schmetterling.” Tibetisches Sprichwort