

Wirksame Worte,
Poesie
und so manche Idee
zur Inspiration ...

... die laufend neu dazu kommen ...

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

"Die Astrologie besteht aus symbolischen Konfigurationen,
ebenso wie das kollektive Unbewusste, mit welchem
sich die analytische Psychologie befasst:
Die Planeten sind die Götter, Symbole der Mächte des Unbewussten. (...)
Es scheint, als entspräche das Horoskop einem
bestimmten Augenblick im Gespräch der Götter,
das heißt der psychischen Archetypen."
C. G. Jung, Briefe II, S. 400 und 401)

∞

„Tue deinem Körper Gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wachsen."
Teresa von Avila 28. 3. 1515 – 4. 10. 1582

∞

Mondtanz
Nicht drängend zielgewandt
umkreisend verbunden
Grenzen durchschreitend
verdichtend und weitend
wachsend die Räume erfüllend
abnehmend Dunkel umhüllend
weibliches Sein.

Irmela Halstenbach, 1.2.1986 (1931-2023)

∞

Die Liebe wird weder durch Schönheit noch Talent noch selbst Achtbarkeit bedingt, sondern liegt einzig in den eigenen Augen und im eigenen Herzen…

Annette von Droste-Hülshoff. 1797-1848

∞

Du musst das Leben nicht verstehen,
dann wird es werden wie ein Fest.
Und lass dir jeden Tag geschehen
so wie ein Kind im Weitergehen
von jedem Wehen sich viele Blüten schenken lässt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,
das kommt dem Kind nicht in den Sinn.
Es löst sie leise aus den Haaren,
drin sie so gern gefangen waren,
und hält den lieben jungen Jahren
nach neuen seine Hände hin.

Rainer Maria Rilke, 8.1.1898, Berlin-Wilmersdorf

∞

Ich ließ meinen Engel lange nicht los,
und er verarmte mir in den Armen
und wurde klein, und ich wurde groß:
und auf einmal war ich das Erbarmen,
und er eine zitternde Bitte bloß.

Da hab ich ihm seine Himmel gegeben, -
und er ließ mir das Nahe, daraus er entschwand;
er lernte das Schweben, ich lernte das Leben,
und wir haben langsam einander erkannt…

Rainer Maria Rilke, 22.2.1898, Berlin-Wilmersdorf

∞

“Die leisen Kräfte sind es, die das Leben tragen.“
Romano Guardini

∞

„Nichts ist im Geist, was nicht vorher in den Sinnen war.“

Gottfried Wilhelm Leibnitz

∞

„Das größte GLÜCK ist, an sich selbst zu glauben.“

Selma Lagerlöf, schwedische Schriftstellerin, 1858 – 1940

∞

„Ohne FRAUEN
geht es nicht.
Das hat sogar der liebe Gott
einsehen müssen.“
Elenora Druse italienische Schauspielerin, 1858 – 1924

∞

»Der Geist der Quelle stirbt nie.
Er heißt das geheimnisvoll Weibliche.
Die Pforte des geheimnisvoll Weiblichen
Ist die Wurzel von Himmel und Erde.“
Laotse, Tao-te-king, 6. Strophe

∞

“Wer GEDULD sagt,
sagt MUT, AUSDAUER und KRAFT.“
Marie von Ebner-Eschenbach, 1830-1916

∞

Maria Magdalena
„Ihr Herr und Frauen auf hohlem Thron,
nicht ihr seid die Nächsten zum Gottessohn.
vergeßt nicht, wer euch zuerst gebracht
die Kunde vom Wunder der Osternacht.
Gehabt Euch bescheiden mit eurem Bann
und schlagt es in Kirchen und Herzen an:
die erste, die den Erstandenen sah,

war Maria von Magdala.“
Manfred Kyber, 1918

∞

“Ein Sein ohne Gegensätzlichkeit ist völlig undenkbar, da sein Vorhandensein (überhaupt nicht festgestellt werden könnte.“
C. G. Jung, „Von den Wurzeln des Bewusstseins“, 1954, p.574 f

∞

„Paradoxerweise ist die Fähigkeit, allein sein zu können, die Vorbedingung für die Fähigkeit zu lieben.“
Erich Fromm, aus „Die Kunst zu lieben“

∞

“Die Gelassenheit ist eine anmutige Form des Selbstbewusstseins.“
(Marie von Ebner-Eschenbach, 1830-1916)

∞

“Die Liebe ist ein von allerhöchsten Höhen geweihter Zustand, den man wie Duft über sich kommen lassen sollte.“
(Elke Lasker-Schüler, deutsche Schriftstellerin 1869-1945)

∞

“Das ganze Leben und seine Anlagen ins Werk zu setzten, dies allein ist die größte, vollste Idee für den lebendigen Menschen.“
(Rahel Varnhagen von Ense, deutsche Schriftstellerin und Salonniere, 1771 – 1833)

∞

“Das, was wie wissen, ist ein Tropfen, aber das, was wir nicht wissen, ist ein Ozean.“
(Isaac Newton (4.1. 1643 – 31. 3. 1727

∞

“Das, was wie wissen, ist ein Tropfen, aber das, was wir nicht wissen, ist ein Ozean.“
(Isaac Newton (4.1. 1643 – 31. 3. 1727)

∞

„Die Fähigkeit zum Inneren Dialog ist ein Maßstab für äußere Objektivität.“
(C. G. Jung)

∞

“Das Kraut der Internisten und das Messer des Chirurgen heilen von außen, doch der Atem heilt von innen. Alle Heilung geht durch den Atem.“
(Paracelsus)

∞

“Ein bewusster „Leibsinn“ könnte dazu verhelfen, das Sprachbewusstsein und unseren vielinformierten Körper so miteinander zu verbinden, dass mehr Informationen für unser Erkennen und für unsere Einbildekraft zur Verfügung stünden. Je ängstlicher wir um unsere existenzielle Sicherheit bemüht sind, desto enger wird normalerweise der Fokus unseres Bewusstseins, das heißt: desto weniger Informationen nehmen wir in unsere Entscheidungsfindung auf.“
(Annegret Stopczyk-Pfundstein, aus „Sophias Leib“)

∞

„Sagen, was man denkt, ist manchmal die größte TORHEIT
und manchmal – die größte KUNST.“
(Marie von Eber Eschenbach,
österreichische Dichterin, 1830-1916)

∞

„Das einzige Mittel, Z E I T zu haben, ist, sich Z E I T zu nehmen.“.
(Bertha Eckstein-Diener,
österreichische Schriftstellerin 1874-1948)

∞

Was ist symbolische Sprache?
Die Symbolsprache ist eine Sprache, in der innere Erfahrungen, Gefühle und Gedanken so ausgedrückt werden, als ob es sich um
sinnliche Wahrnehmungen, um Ereignisse in der Außenwelt handelte.
Das ist eine Sprache, die eine andere Logik
hat als unsere Alltagssprache, die wir tagsüber sprechen.
(aus dem Internet, 2026)

∞

"Der Mensch sollte alle seine Werke zunächst einmal in seinem Herzen erwägen, bevor er sie ausführt."
(Hildegard von Bingen, 1098-1179)

∞

"Wenn Musik mein Herz erfüllt, scheint sich das Leben mühelos und ohen Probleme zu gestalten."
(Mary Ann Evans, die unter dem Pseudonym George Eliot schrieb, 1819-1880)

∞

"Es gibt Gedanken, die du nicht begreifen kannst, ohne dein Leben zu verändern."
(Werner Sprenger)

∞

"Das GLÜCK besteht darin, dass man da steht, wo man seiner Natur nach hingehört."
(Theodor Fontane)

∞

"Die Seele ist das größte aller kosmischen Wunder."
(C. G. Jung)

∞

Wer mit Urbildern spricht,
spricht wie mit tausend Stimmen.
Die ergreifen und überwältigen;
zugleich wird das, was bezeichnet wird - erhoben,
aus dem Einmaligen und Vergänglichen
in die Sphäre des immer Seienden.

Das erhöht das persönliche Schicksal



zum Schicksal der Menschheit,
und dadurch werden auch in uns allen
jene hilfreichen Kräfte gelöst, die es
der Menschheit je und je ermöglicht haben,
sich aus aller Fährnis zu retten
und auch die längste Nacht zu überdauern.

Das ist das Geheimnis der Kunstwirkung.



Von C. G. Jung, GW 15, S.95,
und von mir gewandelt in unser aller Möglichkeit;
Jung spricht nur von „er spricht mit Urbildern…“. (Cornelia Ehrlich)

∞

»Der Geist der Quelle stirbt nie.
Er heißt das geheimnisvoll Weibliche.
Die Pforte des geheimnisvoll Weiblichen
Ist die Wurzel von Himmel und Erde.“
(Laotse, Tao-te-king, 6. Strophe)

∞

»Das höchste und erste Buch aller Arznei heißt Sapientia (Weisheit) und
ohne dies Buch wird keiner nichts Fruchtbares ausrichten.“
(Paracelsus)

∞

„Wer sich der Quelle ergießt, den erkennt die Erkennung.“
(Werner Sprenger)

∞

“Eine Tugend, die gibt es, die liebe ich sehr, eine einzige. Sie heißt Eigensinn.
(…) Alle anderen, so sehr beliebten und belobten Tugenden sind
Gehorsam gegen Gesetze, welche von Menschen gegeben sind (…).
Wer eigensinnig ist, gehorcht einem anderen Gesetz, einem einzigen, unbedingt
heiligen, dem Gesetz in sich selbst, dem <Sinn> des <Eigenen>.“
Hermann Hesse

∞

“In uns selbst liegen die Sterne unseres Glücks.“

Heinrich Heine

∞

„Der Seele Grenzen kannst du im Gehen nicht ausfindig machen,
selbst wenn du alle Straßen abschrittest,
so tiefen Sinn hat sie.“
Heraklit

∞

“Der Engel in dir
freut sich über dein
Licht

weint über deine Finsternis

Aus seinen Flügeln rauschen
Liebesworte
Gedichte Liebkosungen
Er bewacht
deinen Weg

Lenk deinen Schritt
engelwärts.“

Rose Ausländer

∞

“Man tut ja alles, auch das Absurdeste, um der eigenen Seele zu entgehen.
Man betreibt indischen Yoga jeglicher Observanz, beobachtet Speiseangebote,
lernt Theosophie auswendig, betet mystische Texte der ganzen Weltliteratur nach –
alles, weil man mit sich selbst nicht auskommt und
weil einem jeglicher Glaube fehlt, dass
aus der eigenen Seele irgend etwas Nützliches kommen könnte.“
C. G. Jung, GW 12, § 126

∞

Die Entwicklungsgeschichte des Bewusstseins im Abendlande ist die
eines männlich-aktiv orientierten Bewußtseins, dessen Errungenschaften
dann zur patriarchalen Kultur geführt haben.

Dagegen steht die Entwicklung des Weiblichen, soweit sie nicht wie in der Moderne entscheidend an der <männlichen> Entwicklung teilnimmt, unter anderen Gesetzen.
Diese Andersartigkeit der weiblichen Psyche
muss neu entdeckt werden, wenn
das Weibliche sich selbst verstehen soll, aber
auch wenn die männlich-patriarchal Welt,
die an ihrer extremen Einseitigkeit erkrankt ist, wieder gesunden soll.“
Aus Erich Neumann, „zur Psychologie des Weiblichen“, S. 7

∞

Die Weise Alte existiert in jeder Frau.
Sie bewohnt den Raum in unserer Psyche, wo das Instinktive, das noch ungezähmte und wilde Selbst, in den bewussten Verstand übergeht.
Ihr Zuhause ist der Punkt, an dem das <Ich> und das <Du> miteinander verbunden sind, wo der Geist einer Frau
in Gestalt einer wilden Wölfin der Freiheit entgegenstrebt.

Diese Alte Frau ist wie eine Brücke zwischen dem Rationalen und dem Mythischem, dem unfassbar grenzenlosen in unserm Innern, das jede von uns wiedererkennt, wenn sie es einmal bewusst wahrgenommen hat, obwohl seine Nuancen uns immer wieder entgleiten, obwohl sie nicht festgehalten und auf eine einzige, bestimmte Form beschränkt werden können.
Erreichbar aber durch Poesie, Musik, beim Tanzen, in der Liebe, Meditation … oder beim Geschichtenhören und -erzählen.
Clarissa Pincola Estés in „Die Wolfsfrau erzählt“, S. 79

∞

Was es ist:
„Es ist Unsinn – sagt die Vernunft.
Es ist, was es ist – sagt die Liebe.
Es ist Unglück – sagt die Berechnung.
Es ist nichts als Schmerz – sagt die Angst.
Es ist aussichtslos – sagt die Einsicht.
Es ist, was es ist – sagt die Liebe.
Es ist lächerlich – sagt der Stolz.
Es ist leichtsinnig – sagt die Vorsicht.
Es ist unmöglich – sagt die Erfahrung.
Es ist, was es ist – sagt die Liebe.“
Erich Fried

∞

„Man entdeckt keine neuen Erdteile, ohne den Mut zu haben,

alte Küsten aus den Augen zu verlieren.“
Andre Gide

∞

Man sieht nur mit dem Herzen gut.
Antoine de Saint Exupéry

∞

Nicht jeder eine Weise.
Nicht alle eine Weise.
Noch jeder jede Weise.
Noch eines jeden Weise.
Meister Eckehart

∞

“Ein Verstand, der die Füße in einem Sack von Vorurteilen stecken hat,
der kann nicht nach dem Ziel laufen.“
Bettina von Arnim

∞

„Es ist so leicht, ein Held zu sein, und so schwer, ein Mensch im Alltag.“
Ernst Cassirer

∞

„Man hört immer von Leuten,
die vor lauter Liebe den Verstand verloren haben.
Aber es gibt auch viele,
die vor lauter Verstand die Liebe verloren haben.“
Jean Paul

∞

Tagesthemen
Warum verschweigen
Zeitung und Nachrichtensprecher
Den Schutzengel
Der heute dabei war
Mitten im Chaos
Und den Mut
Der täglich geprobt wird

Mitten im Alltag
Den festen Händedruck
Der Freundschaft besiegelt
Mitten in Krisen
Warum verschweigen sie
Wolken und Sterne
Den Wind
Der nicht aufhört
Zu säen
Selbst Nachtigallen
Soll es noch geben.“
Anne Steinwart

∞

“Liebe Gott mit ganzem Herzen, ganzer Seele,
mit all deinem Verstand und mit all deiner Kraft.
Liebe Deinen Nächsten, wie dich selbst.“
Markus-Evangelium 12, 29

∞

„Träume öffnen unser Herz in der Nacht ohne unser Zutun. Wenn wir auf sie achten,
auf die Nachtträume ebenso wie auf die Tag-Träume,
auf unsere Phantasie und auf unsere Intuition,
werden wir offen, zum Beispiel auch für die ganz andere Seite der Wirklichkeit.“
Hildegunde Wöller in “Herzenstöne“

∞

„Wenn in einer gegebenen Gemeinschaft die Menschen die Unterscheidungskraft verlieren zwischen Überzeugung, Glauben, Vermutung, Meinung und Ahnung auf der einen Seite und Wissen auf der anderen Seite, dann ist diese Gemeinschaft zum Untergang verurteilt.“
Rumi (1207 – 1273)

∞

“Wenn wir lieben und geliebt werden, dann blüht unsere Natur auf.
Unsere menschliche, persönliche Natur, die immer eine doppelte ist.
Dort wo der S i n n und die S i n n e ihre Chancen erhalten, entfaltet sich Menschlichkeit in Fruchtbarkeit und Wahrheit.“
Evelin Bürger und Johannes Fiebig

∞

“Die Seel ist ein Kristall,
Die Gottheit ist ihr SCHEIN.
Der LEIB, in dem du lebst,
ist ihrer beider SCHREIN.“
Angelus Selesius

∞

“C. G. Jung, hellhöriger und empfänglicher als seine Zeitgenossen, hat erkannt, daß unsere Träume nicht nur von uns, sondern auch von Gott handeln und daß sich auf ihrem Grunde ein religiöser Prozess abspielt.“
John A. Sanford, aus „Gottes vergessene Sprache“, S.94

∞

“Diese Geschichte hat mich gelehrt, dass den eigenen Fähigkeiten
keine Grenzen gesetzt sind, wenn es darum geht, das im Leben zu vollbringen, was man muss – schon gar nicht durch das Alter.
In jedem menschlichen Wesen auf dieser weiten, komplizierten Welt,
ruht eine erstaunliche Anlage zur Größe.
Doch nur selten haben diese verborgenen Gaben die Gelegenheit, sich zu entfalten.
Manchmal ist es allein der Zufall des Schicksals.“
aus „Zwei alte Frauen“ von Velma Wallis

∞

“Das Äußere ist nur ein in Geheimniszustand erhobenes Inneres.“
Novalis

∞

“Die alten Frauen der Familie bohrten einen tiefen Gang durch das Kind, das von außen allmählich in die Erstarrung gezwungen wurde.
Sie machten mich auf eine Öffnung in die Tiefen der Psyche aufmerksam;
dies war – und ist bis heute – ein vollkommen beseelter Ort,
weit entfernt von jeder
<Kinder/Frauen/Alte sollten zwar gesehen, nicht aber gehört werden>-Kultur.

Sie offenbarten mir jene psychischen Schichten, wo man ständig lebendig sein konnte, erfüllt von Ideen und Erfindungen,
beharrend auf einer Daseinsweise, die durch den Ausdruck
<leidenschaftlicher Rationalismus> charakterisiert werden könnte,
also ebenso von Leidenschaft wie von Vernunft durchdrungen ist.
Es waren diese geliebten <Fremden>, die mich davor bewahrten, in das Nichts eines sorgsam kultivierten Konformismus zu stürzen.

Aus Clarissa Pincola Estés „Der Tanz der Großen Mutter“

∞

„Von uns selbst hängt unsere Unsterblichkeit ab: nicht von der sinnlichen Liebe,
die wir erregten, nicht von der Bewunderung, die etwaigen Leistungen gespendet wird,
sondern von dem inneren Leben, das unser Hauch anfacht, von dem
erwärmenden Feuer, das von uns ausstrahlt.“
Ricarda Huch

∞

“Der Talgeist ist unsterblich.
Er heißt das tiefe Weibliche.
Des tiefen weiblichen Pforte.
Sie heißt des Himmels und der Erde Pforte.
Je und je ist er wie daseiend,
in seinem Wirken mühlelos.“
Tao Tè King

∞

»In der Tat braucht der Mensch bei den besten Flügeln für den Äther
doch auch ein Paar Stiefel für das Pflaster.«
Jean Paul

∞

“Das Glück liegt in uns, nicht in den Dingen.“
Buddha

∞

“Die Freundschaft mit dem Himmel verändert die Erde.“
Teresa von Ávila

∞

Die leisen Kräfte sind es, die das Leben tragen.“
Romano Guardini

∞

Man muss Geduld haben
mit dem Ungelösten im Herzen,
und versuchen, die Fragen selber lieb zu haben,

wie verschlossene Stuben,
und wie Bücher, die in einer sehr fremden Sprache
geschrieben sind.
Rainer Maria Rilke

∞

Gottesgegenwart

In der Kraft, die mich trägt,
in der Freude, die mich erfüllt,
in der Liebe, die mich erkennt,
im Wissen, das mir aufgeht,
bist DU in mir
In der Wiederkehr des Lichts
aus Tiefen der Dunkelheit,
in den Trübungen der Zeit,
die uns herausfordern,
im Herzen der Materie
bist DU in Allem
das lebt
Irmela Halstenbach, 2014

∞

“Man kann nur heilen, was man fühlt.“
John Bradshaw (1933-2016);
<Begründer> des Inneren Kindes

∞

Der Talgeist ist unsterblich,
er heißt das tiefe Weibliche.
Des tiefen Weiblichen Pforte,
sie heißt des Himmels und der Erde Wurzel.
Je und je ist er wie da seiend,
in seinem Wirken mühelos.
Tao Tê King

∞

„Die Arbeiten zur Psychologie des Weiblichen gehören in
den Zusammenhang einer Tiefenpsychologie der Kultur und einer Kulturtherapie,
denn die einseitig männlich-patriarchale Wertsetzung des
abendländischen Bewußtseins und

das grundsätzliche Nichtwissen um die andersartige weibliche Psychologie hat wesentlich mit zur Krise unserer Zeit beigetragen.
Darum ist ein Verständnis des Weiblichen nicht nur für die Erfassung des einzelnen Individuums, sondern auch für die Gesundung des Kollektivs dringend notwendig.

Die Entwicklungsgeschichte des Bewusstseins im Abendlande ist die eines männlich-aktiv orientierten Bewußtseins, dessen Errungenschaften dann zur patriarchalen Kultur geführt haben.
Dagegen steht die Entwicklung des Weiblichen, soweit sie nicht wie in der Moderne entscheidend an der <männlichen> Entwicklung teilnimmt, unter anderen Gesetzen.

Diese Andersartigkeit der weiblichen Psyche muss neu entdeckt werden, wenn das Weibliche sich selbst verstehen soll, aber auch wenn die männlich-patriarchal Welt, die an ihrer extremen Einseitigkeit erkrankt ist, wieder gesunden soll.“
Aus Erich Neumann, „zur Psychologie des Weiblichen“, S. 7

∞

“Vielleicht hat die Welt keinen Sinn; wir haben aber die Möglichkeit einen zu finden. Das erfordert ohne Zweifel Mut. Das erfordert vor allem viel Imagination.“
Jean-Yves Leloup

∞

„Es ist wohl gerade in unserer aufregenden Epoche mehr denn je nötig, den Blick aus den Tagesaffairen emporzuheben und ihn von der Tageszeitung weg auf jene ewige Zeitung zu richten, deren Buchstaben die Sterne sind, deren Inhalte die Liebe und deren Verfasser Gott ist.“
Christinan Morgenstern

∞

„Wenn die Wellen
über mir zusammenschlagen,
tauche ich tief
um Perlen zu finden.“
Mascha Kaléko

∞

“Man kann nur heilen, was man fühlt“
John Bradshaw

∞

Alltägliches und kosmisches Bewusstsein

von Pim van Lommel

„Geht man davon aus – was sich aus den vorangegangenen Überlegungen zwingend ergibt -, dass es eine Kontinuität des Bewusstseins gibt, weil Bewusstsein unabhängig von der Hirnfunktion erfahrbar ist, so könnte sowohl der Tod wie auch die Geburt als Übergang in eine jeweils andere Bewusstseinsstufe angesehen werden.“

aus „Kontinuität des Bewusstseins?“, in Gesundheit aktiv, Nr. 191

∞

Leben ist …
… wie eine Pralinenschachtel. Man weiß nie, was man bekommt.“

Jule Lindström

∞

„Das Leben ist eine Chance, nutze sie.“

Mutter Teresa

∞

„Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort,
und die Welt fängt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort“.

Joseph von Eichendorff

∞

„Man entdeckt keine neuen Erdteile, ohne den Mut zu haben,
alte Küsten aus den Augen zu verlieren.“

Andre Gide ∞