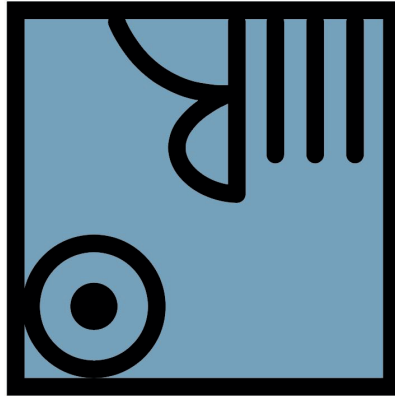


*Ich wirke durch Berührung und Handlung.  
Meine Hände erinnern sich und  
heilen, schöpfen, berühren.*

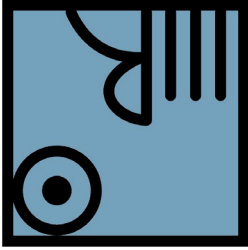


**MANIK**  
**Blaue Hand**

*Die Kraft der Handlung,  
Berührung, Tat*

**„Heilung ist keine Rückkehr zum Alten.  
Sie ist das Annehmen des Ganzen –  
Wunde wie Wunder.“**

3. Welle im Tzolkin Zyklus



# MANIK

## Die blaue Hand

3. Welle im Tzolkin Zyklus

Die Blaue Hand bringt die **Energie der Heilung, Handlung, Erkenntnis und Integration**. Sie steht für die heilende Kraft der Tat – nicht aus Zwang, sondern aus Intuition. Diese Welle fragt nicht: Was soll ich tun? Sondern: Was dient dem Ganzen? Was heilt wirklich – mich und andere? Sie lädt dich ein, mit deinen Händen zu wirken – sei es im Alltag, in der Kunst oder in der Heilung. Du erkennst: Dein Wirken verändert die Welt – und heilt dich dabei selbst.

- Element: Wasser
- Naturbild: Quelle, Handabdrucke in Höhlen, heilende Berührung, der Dirigent der orchestriert
- Spirituelle Bedeutung: Körperarbeit, Reiki, Gestaltkraft, kreative Manifestation, Heilenergie
- Zugehörige KINS: 27-39





















### Anekdote der Welle

Stell dir eine offene Hand vor – in ihrer Mitte ein leuchtender Punkt. Sie ist ruhig, kraftvoll, heilend. Mit ihr kannst du erschaffen, trösten, verändern. Wenn du sie auf dein Herz legst, wird alles still. Die Blaue Hand ist die Kraft der tätigen Heilung – durch liebevolle, bewusste Handlung.

Leitfragen der Welle:

***Wo darf ich handeln – nicht aus Pflicht, sondern aus innerem Ja? Was heilt mich wirklich?***

Die Position der blauen Handwelle dargestellt im Tzolkin:

	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7
	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8
	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9
	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10
	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11
	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12
	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13
	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1
	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2
	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3
	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4
	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5
	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6
	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7
	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8
	3	10	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9
	4	11	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10
	5	12	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11
	6	13	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12
	7	1	8	2	9	3	10	4	11	5	12	6	13



## MANIK - Die blaue Hand

### 3. Welle im Tzolkin Zyklus

#### Licht

Die blaue Handwelle möchte dir zeigen, was du mit deiner Handlung an Heilung bringen kannst und dass jede Handlung in Eigenverantwortung heilsam für dich und andere ist. Sie fordert dich auf, dich zu berühren und berührt zu lassen und zu erkennen, dass Heilenergie auch durch deine Hände und Worte fließt.

#### ***Ich handle bewusst und klar.***

Die Welle schenkt dir:

- Zugang zu deiner Selbstheilungskraft
- Aktive Selbstfürsorge – über Handeln, nicht Denken
- Praktische Lösungen für lange offene Themen
- Das eigene Leben aktiv in die „Hand“ nehmen
- Mut zur Entscheidung, zur Klarheit
- Erkennen, dass kleine Schritte große Veränderungen bringen

***Ein Mädchen sang jeden Abend ein Lied für ihren kranken Bruder. Eines Tages wachte er lächelnd auf. Nicht weil der Schmerz verschwunden war. Sondern weil er sich gehört fühlte. Sie vollbrachte eine heilende Handlung, absichtlos.***

## Schatten

Die Herausforderungen der Handwelle ist es, sich bewusst mit den eigenen Handlungen auseinanderzusetzen. Wo reiche ich Hände, wo ich keine geben möchte? Wo reiche ich keine Hände, wo es diese Handlung aber braucht? Wer reicht mir seine Hände und ich kann es nicht ablehnen? Von wem wünsche ich mir reichende Hände? UND vor allem, reiche ich mir selbst die Hände?

***Ich handle nicht, sondern lasse andere handeln. Ich handle, weil ich muss, nicht weil ich möchte.***

Die Welle schenkt dir:

- Gefühl von Überforderung oder Erschöpfung
- Helfersyndrom: dich selbst vergessen beim Helfen
- Zweifel, ob du „genug tust“
- Handlung ohne Ergebnis als Ablenkung
- Stillstand durch Selbstkritik
- Taten ohne Herzbezug oder Orientierung

***Es kann sein, dass du dich wie ein kleines Kind fühlst, dass nicht weiß was zu tun ist und einfach macht, weil es alle machen. Oder weil jemand sagt, dass es so gemacht werden muss.***

## Begegnungen in dieser Welle

Vielleicht spürst du deinen Körper deutlicher – Verspannungen, Zipperlein, tiefe Müdigkeit oder große Schaffenskraft. Auch alte Wunden – emotional oder körperlich – können sich zeigen. Diese Welle fordert dich auf: Handle bewusst. Handle aus Liebe. Handle heilend. Und suche dir heilende Hände, wenn dein Körper Unterstützung braucht.



## MANIK - Die blaue Hand

3. Welle im Tzolkin Zyklus

### Alltagstools

#### Tagesimpuls:

Was kann ich heute mit meinen Händen erschaffen, halten oder heilen?

#### Mini-Ritual:

Nimm eine Hand und lege sie auf dein Herz, die andere auf den Bauch. Atme 10x tief. Sage laut:

„Ich vertraue meiner Kraft. Ich wirke heilend.“

#### Weitere Tools:

- Massagen geben oder empfangen
- Handarbeit: Kochen, Nähen, Malen, Schreiben
- Energetisches Hände-Auflegen
- Hausaltar gestalten: „Was will ich manifestieren?“

#### Affirmation:

„Ich bin heilend durch das, was ich liebevoll tue und berühre.“

#### Was sich in der Handwelle besonders eignet:

- Heilungsprozesse beginnen oder vertiefen (z. B. Körpertherapie, Fastenkur, Massage, Osteopathie)
- Projekte aktivieren, die schon lange auf dich warten (Buchhaltung angehen oder Projekte starten)
- Kreative Arbeit, die Herz und Hände verbindet
- Dir selbst etwas Gutes tun – ohne Grund
- Entscheidungen treffen, die Klarheit schaffen
- Energiearbeit & intuitive Berührungsarbeit lernen oder praktizieren
- Tiere und Natur und deinen eigenen Körper berühren (Ja, sich auch selbst zum Höhepunkt bringen)

*„Diese Welle ist dein Portal zur  
heilsamen Selbstwirksamkeit.  
Deine Hände wissen, was zu tun ist.“*

## Die blaue Energie der Welle

Blau bringt Transformation, Bewegung, Entwicklung.

Die Blaue Hand lenkt diese Energie in konkrete Bahnen – über deinen Körper, deine Taten, dein Wirken.

Diese Welle bringt das Unsichtbare in Form. Sie sagt: Du kannst gestalten. Und heilen. Jetzt.

Blaue Wellen sind die „Heilerwellen“, die tief gehen. So darf jedem Heiler bewusst sein, dass durch die Tiefe seines eigenen Weges auch seine Heilung für andere intensiver, ganzheitlicher und wichtiger wird. Ja, es kann sich sehr schwer und einsam anfühlen aber bedenke immer, dass der Heiler andere nur so stark an ihre Heilkräfte erinnern kann, weil er selbst aus dem Tal und dem Tief emporgestiegen ist.

### **Wenn du mit der blauen Energie arbeitest, frage dich:**

Was ist mein größter Schmerz, den ich geheilt habe?

Welche Handlung ist in meinem Leben unausweichlich?

Wo lasse ich andere für mich Handeln und über mich bestimmen?

Für was nutze ich meine Hände im Alltag?

## Geburtssiegel: Blaue Hand - Was heißt das für dich?

Dann bist du ein Mensch, der durch Sein wirkt. Deine Präsenz allein kann Räume verändern. Deine Hände tragen Weisheit – ob im Berühren, Erschaffen, oder im Loslassen.

Du bist hier, um Heilung in Bewegung zu bringen, nicht durch Perfektion, sondern durch liebevolle Handlung.

Du erinnerst andere daran, dass sie sich selbst heilen dürfen – wenn sie beginnen, für sich zu sorgen. Dafür, darfst du dich selbst aber heilen.





## MANIK - Die blaue Hand

### 3. Welle im Tzolkin Zyklus

### Die Stationen der Welle im Überblick

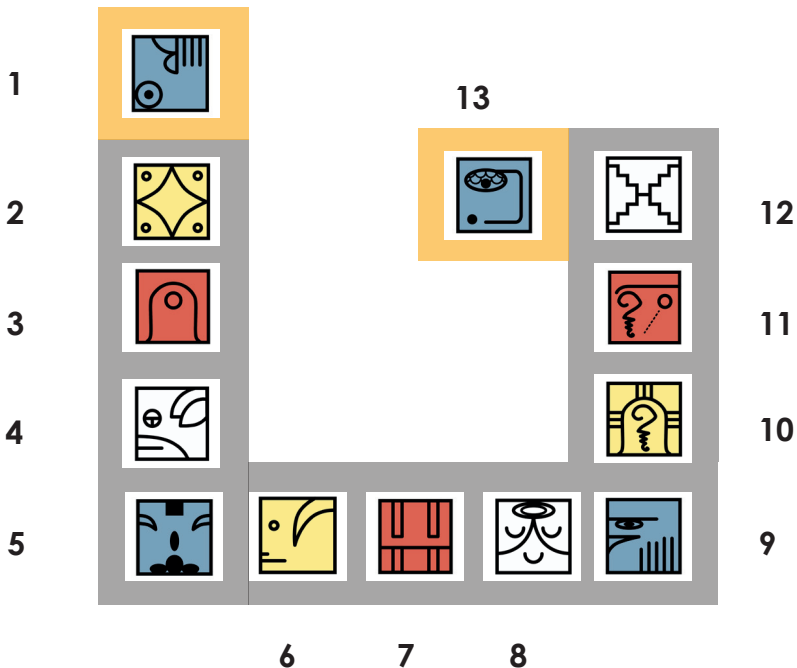
In jeder Welle der blauen Hand durchlaufen wir 13 Tage. Diese siehst du in der untenstehenden Grafik und in der nebenstehenden erklärt.

#### Lebenswelle:

Bist du in dieser Welle geboren, dann sind diese 13 Etappen deine persönlichen Lebenstationen.

#### Zeitwelle:

Als Kollektiv durchlaufen wir diese Welle genau einmal in jedem Tzolkin Zyklus. Die 13 Stationen beschreiben die jeweilige Tagesenergie.



Ton	Siegel	Bedeutung
magnetisch		<b>Tag 1 oder 0-7 Jahre - Blaue Hand</b> Heilung, Handlung, Logik, Berührung
lunar		<b>Tag 2 oder 8-14 Jahre - Gelber Stern</b> Anmut, Schönheit, Ästhetik, Selbstliebe, Frieden
elektrisch		<b>Tag 3 oder 15-21 Jahre - Roter Mond</b> Emotionen, Kraft des Flusses, Reinheit, Erinnerung
selbst- bestehend		<b>Tag 4 oder 22-28 Jahre - Weißer Hund</b> Treue, Loyalität, Liebe, Herzkraft
Oberton		<b>Tag 5 oder 29 - 35 Jahre - Blauer Affe</b> Verspieltheit, Tricks, Spaß, Funkeln, Chaos
rythmisch		<b>Tag 6 oder 36-42 Jahre - Gelber Mensch</b> Polarität, Entscheidung, Bewertung, Freier Wille
resonant		<b>Tag 7 oder 43-49 Jahre - Roter Himmelswanderer</b> Freiheit, Erforschen, Unabhängigkeit, Impulse
galaktisch		<b>Tag 8 oder 40-56 Jahre - Weißer Magier</b> Präsenz, Ruhe, Magie, ICH-Identität
solar		<b>Tag 9 oder 57-63 Jahre - Blauer Adler</b> Vision, Überblick, Verantwortung, Weisheit
planetar		<b>Tag 10 oder 64-70 Jahre - Gelber Krieger</b> Bewusstsein, Samurai-Kraft, Kampf
spektral		<b>Tag 11 oder 71-77 Jahre - Rote Erde</b> Rythmus, Ausrichtung, Blut, Erde, Natur
kristallen		<b>Tag 12 oder 78-84 Jahre - Weißer Spiegel</b> Wahrheit, Klarheit, Projektion, Illusion
kosmisch		<b>Tag 13 oder 85-91 Jahre - Blauer Sturm</b> Erneuerung, Transzendenz, Hingabe



## MANIK - Die blaue Hand

3. Welle im Tzolkin Zyklus

### Die blaue Hand in Materie - Erfahrung Pia

Gabriel ist als blaue Hand geboren. In früher Kindheit sprach er mit Tieren und Steinen. Er sagt zwar, dass es keine Magie gibt, und das niemand zaubern kann. Aber wenn er für sich ist, hält er kleine Rituale mit Wasser und Steinen und es gelingen ihm unwahrscheinliche Zufallstreffer. Fast so, als könnte er zaubern ... ;)

Sarina ist als spektrale Hand Manik, Ton 11 der Erdenwelle Caban geboren. Sie ist Wirtschaftspraxisprofessorin. In ihrer Freizeit hegt sie den Garten und setzt sich für Umweltschutz ein. Sie kennt sich mit ätherischen Ölen, Rückführungen und weiteren Praktiken aus.

In der Handwelle eignen sich auch praktische Dinge gut wie z.B. die Buchhaltung. Alles was eben eine aktive Handlung braucht.

## **Der blaue Hand in Materie - Erfahrung Anja**

Ich habe mir in der blauen Handwelle erst die rechte Hand am Ofen verbrannt und dann den linken Handwurzelknochen gebrochen (kein Scherz).

Was war die Bedeutung in der Handwelle? Für mein Leben an der Stelle: „Hände rausnehmen.“ Denn ich bin ein aktiv handelnder Mensch, der oft aber zu schnell für andere ist. An der Stelle ging es darum, dass ich nicht handle sondern mich in Geduld übe und die Hände aus allem rausnehme. Den Schatten der „Überhandlung“ durfte ich also mal aussitzen. Danach fügte sich tatsächlich alles wie von Zauberhand und ich verstand, dass die Menschen um mich herum einfach Zeit brauchten um jeweils ihre Handlungen einzuleiten. :-)

Ich bin auch in der Welle der blauen Hand geboren und kann das bestätigen. Meine eigenen Heilkräfte werden dadurch stärker, dass ich meine Prozesse gehe, nicht weil ich besonders viel übe Heilenergie zu geben. Mein ganzes Leben widmet sich dem Thema und immer wenn ich ein Thema in mir selbst erkannt und gedreht habe, kann ich es in anderen deutlicher erkennen als zuvor.

Ich merke auch, dass meine bloße Präsenz bei anderen Ruhe auslöst und sie sich runterfahren und klarer werden.

Eine der größten Erkenntnisse war, dass ich selbst IMMER für mein Handeln und meine Gefühle verantwortlich bin. Eine Schuldsuche im Außen ist die Vermeidung der eigenen Handlung. Das hat mir sehr geholfen eigenmächtig das Leben anzugehen und zu Handeln, wie es für mich am besten ist. Mit der Zeit akzeptiert und toleriert man dann in einer Neutralität auch die Handlungen aller anderen um einen herum.