

Der Heilige Tempel der Kraft

Dieser Tempel hat den Zweck, dich mit den Welten der Spirits zu verbinden. Führe folgendes Ritual durch, bei dem du um Unterstützung, Kraft und Schutz für Deine Arbeit bittest sowie einen geschützten Raum aufbaust. Wichtig ist dabei deine klare Absicht – was willst du tun?

Absicht: Ich errichte einen Heiligen Tempel der Kraft für meine schamanische Arbeit.

Beginne mit folgender Anrufung (laut ausgesprochen, nicht nur gedacht), mit deinen eigenen Worten, am besten in deiner Muttersprache.

Stelle dich in den Norden, mit Blick in Richtung Norden.

Eröffne mit deiner Rassel und/oder deiner Stimme das Ritual.

Rassle und/oder töne mit deiner Stimme (pfeifen, trällern...) 7 x in Richtung Norden, zu deinen spirituellen Ahnen, zu den Ältesten und Weisen. Bitte um ihre Aufmerksamkeit, ihre Unterstützung für dein Ritual.

Begib dich nun nach Osten, mit dem Blick in Richtung Osten und beginne mit deinem „Gebet“ an die Schöpferkraft Vater Sonne und Mutter Erde.

Nach oben gerichtet, mit weit geöffneten, in den Himmel gestreckten Händen rufe Vater Sonne, das große Geheimnis, den Schöpfer. Bitte ihn, mit seiner Kraft und Medizin bei dir zu sein, deine Arbeit zu unterstützen, dein Herz und deine Seele für die Kraft des Lichtes zu öffnen und dich auf der Reise zu begleiten.

Kniend, beide Hände auf den Boden gelegt, rufe Mutter Erde, die Ernährerin, die Gebälerin, die Schöpferin. Bitte auch sie, mit ihrer Kraft und Medizin bei Dir zu sein, deine Arbeit zu unterstützen, dein Herz und deine Seele für die Kraft der Liebe zu öffnen und dich auf deiner Reise zu begleiten.

Stehe wieder auf und beginne, von Osten aus einen Kreis im Uhrzeigersinn zu beschreiben. Wenn du für dich allein arbeitest, genügt es, wenn dieser Kreis groß genug ist, um darin gut liegen zu können. Wenn du mit einer Gruppe arbeitest, sollte der Kreis die ganze Gruppe umschließen können.

Hebe dabei deine linke Hand, die Fingerspitzen zeigen Richtung Himmel, die Fingerspitzen deiner rechten Hand zeigen in Richtung Erde. Deine linke Hand zieht nun eine Grenze zur Anderswelt. Stelle dir diese Grenze bildlich vor.

Durch die Anrufung hast du die Aufmerksamkeit (Energie) deine spirituellen Ahnen und der Schöpferkraft auf dich und dein Ritual gerichtet. Über deine rechte Hand fließt nun diese Aufmerksamkeit (Energie) in die Mitte des Tempels und zentriert sich dort.

Du kannst, wenn du möchtest, auch jeder Art von Stab, Zweig oder Grashalm als Verlängerung deiner linken Hand, die gen Himmel zeigt, verwenden.

Sei dir bewusst, dass du mit deiner Stimme, deiner Absicht und der klaren Visualisierung deiner Absicht diesen erschaffst.

Folgender Text ist eine mögliche Formulierung, um diesen Tempel zu errichten – versuche den Inhalt nach und nach in deinen eigenen Worten auszudrücken.

„Ich errichte einen ...(Tempel, Heiligen Raum, eine Energiekugel...) zwischen den Welten und jenseits der Zeit. Einen(Tempel, Heiligen Raum, Energiekugel...) aus lichter, kräftig strahlender und schützender Energie, welche diesen Raum wie eine Kugel umschließt. Eine Kugel, gleichmäßig geformt in alle Richtungen.

Alle ... (Wesen, Energien, Manifestationen...), welche für diesen Menschenkreis (für mich) hier und jetzt ohne Bedeutung sind, verlassen jetzt sofort diesen geschützten Heiligen ... (Tempel Energiekreis, Raum...).

Dieser ... (Tempel, Energiekreis, Heilige Raum...) ist offen von innen nach außen, jedoch für ungeladen Kräfte und Wesen geschlossen von außen nach innen.“

Gehe mindesten 4 x, wenn du möchtest auch öfter, den Kreis ab. Beende den Kreis im Osten, wo du begonnen hast.

Rufe die Kräfte der Elemente, der Krafttiere, Schamanischen Spirits, Lehrer und Verbündete, Schutzengel Deinen Tempel der Kraft.

Bitte darum, dass dieser Tempel der Kraft solange bestehen bleibt, wie Du ihn brauchst.

Diese Meditation unterstützt Dich in Deine Mitte zu kommen und lässt Ruhe einkehren.

Meditation von Jeanne Ruhland und Sabrina Dengel