

33 Kontaktritual

| | |
|------------------------|--|
| Absicht | Auf direktem Weg Kontakt aufnehmen |
| Quelle | „Heilende Rituale“ von Daan van Kampenhout |
| Stichworte | |
| Anzahl Personen | so viele wie möglich, mind. 12 |
| Ort | Raum mit guten Sitzmöglichkeiten, Kerzen in Mitte, ca. 1 Stunde |
| Zeit | 15 - 30 Minuten |
| Beschreibung | <p>Alle sitzen im Kreis. Du erklärst den Zweck des Rituals, das Sich-Kennen-Lernen. Auf direktestem Weg sollen Kontakt und Verbindung hergestellt werden. Jeder darf während des Rituals jederzeit aufstehen, herumlaufen, sich wieder setzen. Die Personen, die aufstehen, gehen zu irgend jemand im Kreis hin und öffnen sich für den Menschen, den sie vor sich haben. Die Idee dabei ist, zu versuchen, die Bedürfnisse, der Person, die vor dir sitzt zu erspüren und ihr das zu geben, was sie im Moment gerade braucht, (ihr ein Lied singen, sie berühren, sie anmachen, sie trösten). Wenn du es nicht spürst, oder das Erspürte nicht geben kannst oder willst, kannst du warten, bis sich die Situation klärt oder weitergehen. Vielleicht spürst du, dass die Person von dir in Ruhe gelassen werden will, dann lauf weiter. Nimm dir aber genügend Zeit, dich für die Person wirklich zu öffnen.</p> <p>Die empfangenden Teilnehmer haben jederzeit das Recht, ein Angebot abzulehnen oder davon zu laufen, wenn sich jemand zu ihnen setzt. Alles geschieht ohne Worte. Für ein Angebot braucht es vielleicht 15 Minuten oder nur 3 Sekunden. Die Angebote laufen parallel, so kann es vorkommen, dass plötzlich fast alle in Bewegung sind.</p> <p>Abschluss: Sage, dass sie nun den momentanen Kontakt langsam ausklingen lassen und dann in die Mitte zurückkommen sollen. Handfassung im Kreis, ev. singen eines Liedes. Dank für das soeben Empfangene und Gegebene.</p> |
| Material | |
| Tipps | |
| Verfasser | |
| Datum | |