



## 37 Luftritual

<b>Absicht</b>	Wir können durch bewusstes Atmen erleben, wie wir beatmet werden vom universellen, göttlichen Atem, der alles Leben durchdringt und als eine in sich geschlossene Atemkette jedes einzelne Glied im All mit einschliesst. Diese Atemkette zeigt dem Menschen das universale Beziehungsnetz zwischen allem, was ist. Dadurch können wir mit bewusstem Atmen Kontakt aufnehmen mit allem Leben bis hin zum Ursprung.
<b>Quelle</b>	Heilweg Ritual
<b>Stichworte</b>	
<b>Anzahl Personen</b>	1 oder mehrere
<b>Ort</b>	Platz der das Gefühl der Luftigkeit vermittelt (Berggipfel, Hügel)
<b>Zeit</b>	
<b>Beschreibung</b>	<p>Jeder der Teilnehmer sucht sich einen Baum. Die Beschreibung gilt hier für das Einzelritual. Wenn Sie Ihren Baum gefunden haben, begrüßen Sie ihn und fragen ihn, ob er Ihnen für einige Stunden zur Verfügung stehen will. Lauschen Sie ganz genau auf seine Antwort. Dann, wenn Sie ein klares Ja bekommen haben, räuchern Sie um den Baum im Uhrzeigersinn einen Heiligen Kreis und rufen die Kräfte der Heiligen Richtungen, insbesondere die Kraft des Nordens, die Kraft der Lüfte und des Windes. Rufen Sie die Luftgeister, die Sylphen, die Feen und Trolle und bitten Sie sie, Ihnen beizustehen. Nun steigen Sie auf den Baum (nehmen Sie auch eine Trommel mit) und suchen Sie sich einen Platz, auf dem Sie sicher stehen oder sitzen können. Atmen Sie erst einmal kräftig ein und aus. Als Einstimmung trommeln Sie einen Viertakt, den Takt des Nordens, in relativ schnellen, aber gleichmässigen Schlägen, also: eins-zwei-drei-vier; eins-zwei-drei-vier usw. Damit wecken Sie auch Ihr 4. Chakra auf. Trommeln Sie solange, bis Sie die Kraft kommen spüren und Sie sich an sie anschliessen können. Hören Sie dann mit dem Trommeln auf, und beginnen Sie mit folgender</p> <p>Atemweise: Strömen Sie mit Ihrem Bewusstsein beim Einatmen vom Basischakra, dem 1. Chakra, mit nach oben bis zum Kronenchakra, dem siebten Lichtkörper und von dort fliessen Sie hinaus in die Weiten des Himmels, so als würden Sie in diesem einen Atemzug Ihren Körper verlassen und ins All fliessen. Beim Ausatmen gehen Sie dann wieder, vom All kommend, über Ihren Scheitel in Ihren Körper hinein und lassen ihn durchsinken bis zu dem Punkt, wo Sie mit den Füßen oder Ihrem Gesäss Kontakt haben mit dem Baum. Machen Sie diese Übung sehr lange, bis Sie deutlich spüren, wie Sie sich beim Einatmen mit dem Unendlichen verbinden und vereinen, und sich beim Ausatmen Ihrer Endlichkeit, Ihrer irdischen Stofflichkeit bewusst sind. Diese Atemübung führt den Mensch in seine Achse zwischen Erde und Himmel und öffnet den Weg zwischen der materiellen und der nicht materiellen Welt. Sie werden selbst der Weltenbaum, der als Zentrum der Welt Ihre eigene Mitte ist, der einzige Punkt, die einzige Stellung, von dem aus Sie die Kraft des ewigen Lebensstoffes empfangen können. Beim</p>



<b>Absicht</b>	Wir können durch bewusstes Atmen erleben, wie wir beatmet werden vom universellen, göttlichen Atem, der alles Leben durchdringt und als eine in sich geschlossene Atemkette jedes einzelne Glied im All mit einschliesst. Diese Atemkette zeigt dem Menschen das universale Beziehungsnetz zwischen allem, was ist. Dadurch können wir mit bewusstem Atmen Kontakt aufnehmen mit allem Leben bis hin zum Ursprung.
	Einatmen empfangen Sie aus der Fülle der Ideen des ewig schöpferischen Geistes und beim Ausatmen dringt die Idee in die Materie, drängt zur Gestaltung und Verwirklichung. Fragen Sie, angeschlossen an den kosmischen Atem, welche „Zelle“ Sie sind in diesem kosmischen Organismus, welche Funktion wird von Ihnen gefordert, damit das Ganze heil sein kann. Bleiben Sie solange auf dem Baum, bis Sie in den nächsten Schritt eingeweiht werden, der zu tun für Ihre Aufgabe nötig ist. Erst dann beschliessen Sie das Ritual mit einer Danksagung an alle Kräfte. Atmen Sie ein Paar mal kräftig ein und aus und steigen Sie vom Baum herab. Umarmen Sie ihn und danken Sie ihm mit Tabak oder einem anderen kleinen Geschenk.
<b>Material</b>	Tabak
<b>Tipps</b>	
<b>Verfasser</b>	R. Mähr
<b>Datum</b>	