

Indianische Rauhächte – 26. Dezember

Rauhacht 3 :Das innere Feuer entfachen – Lebenskraft und Leidenschaft wecken

Willkommen zur dritten Indianischen Rauhacht – Eine schamanische Reise zu dir Selbst!

Stell dir vor, wie in dir ein Feuer leise glimmt – es wartet nur darauf, mit Leidenschaft und Lebenskraft entfacht zu werden. Dieses innere Feuer ist eine unerschöpfliche Quelle von Mut, Kreativität und Freude. Heute ist der Moment, diese Energie freizusetzen und dein Leben mit ihrer Wärme und Stärke zu erfüllen.

Dein inneres Feuer ist das Licht, das dich durch Herausforderungen leitet und dir den Mut gibt, deinen Weg mit Klarheit und Begeisterung zu gehen. Lass uns gemeinsam diese Flamme in dir entzünden und ihre Kraft in jede Zelle deines Körpers fließen lassen.

Das Ritual: Dein inneres Feuer entfesseln

Vorbereitung

- Finde einen geschützten und ruhigen Ort, in deinem Sacred Place.
- Nimm eine rote oder goldene Kerze, die symbolisch für dein inneres Feuer steht. Zünde sie an, sobald du bereit bist.
- Optional: Bereite einen kleinen Gegenstand vor (z. B. einen Stein oder ein Schmuckstück), der die Energie deines Feuers aufnehmen kann, um dich später daran zu erinnern.
- Spiele Trommelmusik oder rhythmische Klänge, die dir beim Tanzen helfen, falls du magst.

Das Ritual in 4 Schritten

1. Verbindung mit deinem inneren Feuer:

- Setze dich bequem hin und schließe die Augen. Atme tief ein und aus, während du die Hände sanft auf deinen Bauch legst.

- Stelle dir vor, dass in deinem Bauchraum eine kleine goldene Flamme glimmt. Spüre, wie sie sanft flackert und Wärme ausstrahlt.

2. Die Flamme nähren:

- Visualisiere, wie mit jedem Atemzug diese Flamme größer und heller wird. Stelle dir vor, wie sie deinen ganzen Bauchraum wärmt und ihre Energie in deinen Körper sendet.
- Sprich laut oder innerlich:

„Ich entfacht mein inneres Feuer. Ich bin bereit, meine Kraft und Leidenschaft zu leben.“

3. Energie entfesseln – Bewegung mit Absicht:

- Stehe auf und bewege deinen Körper. Beginne langsam, schwinde die Arme, kreise die Hüften oder stampfe mit den Füßen.
- Werde mit der Zeit intensiver: Tanze frei, lasse alle Hemmungen los und spüre, wie dein inneres Feuer dich antreibt.
- Visualisiere, wie Funken von deinem inneren Feuer ausgehen und dich und deine Umgebung mit Energie aufladen.

4. Ruhe in der Energie:

- Kehre nach dem Tanz in die Stille zurück. Setze dich hin und halte, wenn du magst, deinen vorbereiteten Gegenstand in den Händen.
- Atme tief ein und aus, während du die Wärme und Lebendigkeit des Feuers in dir spürst.
- Sprich innerlich:

„Mein inneres Feuer brennt klar und stark. Es gibt mir die Kraft, meinen Weg mit Leidenschaft zu gehen.“

Du hast heute die Flamme deines inneren Feuers entfacht – eine Quelle von unerschöpflicher Stärke, Lebensfreude und Inspiration. Dieses Feuer wird dich leiten, wärmen und antreiben, egal welche Herausforderungen vor dir liegen.

Nutze die Kraft, die du heute aktiviert hast, und gehe morgen einen bewussten Schritt in Richtung deines wahren Weges. Dein inneres Feuer wird dich dabei begleiten.

Möge die Kraft und Wärme deines inneren Feuers dich leiten und inspirieren.

In tiefer Verbundenheit,

Satanta (Janine Neumann), die Bären, Delfine, Krafttiere und Indianischen Urvölker