

Ablauf Dankeszeremonie

- öffne den Heiligen Raum, lade ggf. Engel, Krafttiere, Naturwesen, Ahnen, etc. ein
- das Schlüßlein Rotwein in den Boden fließen lassen für Mutter Erde, das Schlüßlein Weisswein mit Schwung Richtung Berg ausschütten
- lasse die Energien auf dich einwirken, spüre (ungefähr 5 Minuten) in dich und den Ort hinein, atme ruhig und bewusst ein und aus, sei absolut in der Gegenwart (spüre den Boden unter deinen Füßen, nimm die Farben, Formen, Gerüche und Geräusche um dich herum wahr)
- breite das schöne Tuch aus, entzünde die Kerzen, lasse Räucherstäbchen brennen
- das Geschenkpapier kommt mit der unbedruckten inneren Seite nach oben, da fängst du an, dein Dankesmandala zu machen. Immer in inneren Gebeten versunken, machst du in der Mitte ein Kreuz für das Zentrum, einen Kreis drum rum für Mutter Erde, die Planeten, den Ewigen Kreislauf ohne Anfang und Ende... Nimm das Foto unten als Anregung! Wichtig ist, dass du alles, was du drauflegst, mit deinen Gebeten «durchtränkst». Versuche, es schön und voller Dankbarkeit zu machen. Schönheit fürs Auge, Schönheit drinnen (Bioqualität), lasse es fließen, die Muster kommen aus deiner Tiefe nach oben...
- Die Formen und Farben der Dinge, die du hineingibst spielen eine grosse Rolle. Wie oben so unten (z.B. kleine Sternkecke: Sterne im Himmel, Seesterne im Meer, Watte: Milchstrasse, Wolken...), goldene Farben (Sonne, männliches Prinzip), silberne Farben (Mond, weibliches Prinzip), weisse Blume und rote Blume (männl./weibl., sich ergänzend/Yin und Yang)... spüre hinein, vertraue deinem Gefühl, versuche den Kopf ruhig zu halten, es ist ok, du machst alles richtig. MACHE ES SCHÖN.
- Dann nimmst du drei Lorbeerblätter. Ins erste hauchst du deinen Dank, ins zweite deine persönlichen Wünsche, ins dritte die Wünsche für Mutter Erde und ihre Wesen... Verbinde diese drei Energien indem du ein wenig Ghee (Kokosfett) dazwischen schmierst, damit die Blätter aneinanderhalten. Oben auf je ein weisses und dann ein rotes Blütenblatt draufpappen. Halte das Gebilde sehr sorgfältig! NICHT FALLEN LASSEN!!! Nicht ablenken lassen! Platziere es dort in dein Mandala hinein, wo es sich für dich stimmig anfühlt.
- streue die bunte Tortendeko drüber, sie symbolisiert Farbe, Lebensfreude, Süsse des Lebens
- richte deine geöffneten Hände auf dein Mandala, gib nochmals Liebe und Dankbarkeit hinein
- harmonisiere dein Werk indem du singst/summt/mit den Händen sanfte und streichelnde Bewegungen machst, dann beklingle es sanft (mit dem Glöckchen o.ä.).
- schliesse das Päckchen, indem du die Ecken des Geschenkpapiers nach oben klappst und überlappend in die Mitte über das Mandala legst (es wird verdeckt), die Aussenseite es Geschenkpapiers sichtbar. Bitte auf keinen Fall drehen oder kippen beim Einpacken und Halten. Das Mandala muss in der Waagrechten bleiben (die Gebete/Segnungen könnten sonst rausfallen, ist ein schlechtes Omen!!). Binde die Schnur rum, klemme wenn du willst eine Blume sichtbar unter die Schnur und schütze es mit dem schönen Tuch, das du darüberlegst oder wickle es darin ein (wieder achtsam sein, dass das Mandala in der Waagrechten bleibt). Halte es vor dein Herz, öffne dich dafür, zu empfangen. Atme tief und ruhig. Lege dann dein Werk sorgfältig auf die Seite.
- entzünde das Transformationsfeuer. Wenn es gut brennt, entfernst du das schützende schöne Tuch und legst dein Päckchen drauf. Je besser und schneller es brennt, desto einfacher. Versuche, nicht ins Feuer zu schauen, wende den Blick lieber ab. Lass den Dingen ihren Lauf, lass los. Es ist nicht nötig, bis zum Ende am Feuer zu bleiben. Du kannst es aus der Ferne beobachten bis es aus ist. Vermische diese Arbeit nicht mit einer Feuerzeremonie, das ist etwas anderes!
- schliesse den Heiligen Raum, bedanke dich
- gehe heim oder mache einen Spaziergang, bleib in der Ruhe, spüre nach
- achte auf Zeichen/Antworten in der nächsten Zeit

WENN DU LIEBER MIT WASSER ARBEITEN WILLST: kein Geschenkpapier nötig, direkt am Wasser arbeiten (am Ufer, im Bachbett, es muss fließen!). Das Element Wasser übernimmt die Transformationsarbeit, du kannst den Platz verlassen, wenn du fertig bist. Siehe separate Informationen.