

Sterbehütte – für Versöhnung und Heilung

Dieses Ritual hilft dir, alte Verletzungen, Enttäuschungen und Groll zu heilen. Es kommt aus der Tradition, sich parat zu machen für ein friedvolles Sterben. Aber du kannst es auch als Lebenshütte ansehen: Werde frei von alten Belastungen und öffne dich für ein erfülltes Leben ...

Gehe dabei – wie bei einer Medizinwanderung – über eine imaginäre Schwelle und betrete einen heiligen Raum, eine heilige Zeit. Du kannst das in der Natur machen oder auch daheim.

Beachte: No food, no shelter, no company. (Nimm kein Essen mit, suche kein Obdach auf und gehe alleine)



Bild: Photo by Chad Madden auf unsplash.com

Komme an einem für dich stimmigen Ort ins «Gespräch» mit wichtigen Personen

Es spielt keine Rolle, ob die Person noch lebt oder schon verstorben ist. Du musst auch keinen Kontakt im realen Leben haben. Der Prozess läuft auf einer anderen, geistigen, Ebene.

So findet auch die Kommunikation intuitiv statt. Du wirst es für dich herausfinden ...

Du kannst gezielt Personen wählen, die du einladen möchtest. Oder du schaust, wer sich zeigt.

Ablauf des Rituals

Suche dir einen geborgenen Platz und stimme dich innerlich auf das Ritual ein. Du kannst auch die Kräfte der Heiligen Richtungen rufen, dein Krafttier, ein:e Ahn:in

Öffne dich dafür, dass eine Person zu dir kommen kann, mit der du noch ein loses Ende hast. Du kannst das entweder offen machen oder gezielt eine Person einladen. Beachte: Du kommunizierst von höherem Selbst zu höherem Selbst

- Die Kommunikation ist intuitiv. Nimm wahr, was du von der Person erfährst darüber, wie für sie die Situation war und was evtl. der Hintergrund ist.
- Es gibt einen ritualisierten Ablauf für das abschliessende Vergebungsritual:
 - Ich bitte dich um Vergebung (für alle Verletzungen, die ich dir – auch unbewusst – zugefügt habe)
 - Ich vergebe dir (alles, wo du mich – auch unbewusst – verletzt hast)
 - Ich danke dir (für die Erfahrungen und die Möglichkeit, zu wachsen)
 - Ich liebe dich (auf einer höheren Ebene)
 - Ich verabschiede mich

Du kannst nacheinander mit verschiedenen Menschen arbeiten. Ganz am Ende bedankst du dich bei den Helferwesen, verabschiedest sie und gehst wiederum über eine Schwelle bewusst zurück in die Alltagswelt

Mache dir Notizen zu deiner Erfahrung ...

Ich wünsche dir friedvolle und klärende Begegnungen.

Sei **erfolgreich DU**

Monika