

SOULRETRIEVEL

INTEGRATION

7 TAGE ZEREMONIE FÜR DEINE SEELENRÜCKHOLUNG

Tagsüber ruht das "Seelenbaby" unter deinem Kopfkissen.

7 Abende vor dem Schlafengehen stellst du Dir Folgendes bereit:

- Dein "Seelenbaby"
- Eine Kerze
- Ein Glas Wasser
- Eine Untertasse mit deinen gemischten Erden

Zünde die Kerze an und lass das Licht eine halbe Stunde brennen, damit sich die Elemente deiner Seelenrückholung verbinden.

Dann nimmst du die Untertasse mit den Erden und betest laut mit Pachamama. Verbinde dich mit den Orten und spreche aus, dass du deine Seele, deine Medizin zurückrufst. "Komm nach Hause - Dein Name".

Lecke deinen Finger ab und dippe ihn in die Erde auf der Untertasse.

Dann nimm den Finger in den Mund und nimm die Medizin der Erde in Dir auf.

Ruf jetzt deine Seelenanteile aus allen 4 Himmelsrichtungen nach Hause. Nimm das Seelenbaby in die eine Hand und das Glas Wasser in die andere.

Dreh dich in jede Himmelsrichtung und ruf deine Anteile nach Hause. Sprich laut.

Nachdem du aus allen 4 Himmelsrichtungen deine Seele reingerufen hast, trinke das Glas Wasser aus. Es hat all das Licht und deine Gebete aufgenommen und hilft deinem Körper in der Integration.

Puste die Kerze aus.

Binde Dir das Seelenbaby mit einem Band/Tuch um deinen Bauch und meditiere/schlafe damit. Du kannst damit deinen Körper heilen und es streicheln und deinen Spirit reinrufen.

SOULRETRIEVEL

INTEGRATION

ABSCHLUSS DER ZEREMONIE

Am 8. Tag morgens, wickelst du das Seelenbaby aus deinem T-Shirt aus, ziehst Dir das T-Shirt an und bindest Dir das rote Band um dein linkes Handgelenk. Das rote Band ist die Nabelschnur zu deinen integrierten Seelenanteilen. Du trägst es so lange, bis es abfällt.

Vergrabe das Despacho an deinem gewählten Kraftort und gib die restliche Erde von der Untertasse mit hinein.

In den folgenden Wochen und Monaten wirst du deine restlichen Erden einsammeln. Dir fallen sicherlich noch Orte ein, die dich geprägt haben, an denen Du einen Seelenverlust vermutest. Diese Erden bringst Du nach dem zeremoniellen Einsammeln vor Ort, ebenfalls zu deinem Kraftort, wo nun das Despacho liegt. Du kannst jederzeit diesen Ort besuchen und dich Barfuss darauf stellen oder deine Stirn drauf legen. Ebenfalls kannst du in wackeligen, emotionalen Zeiten ein bisschen Erde davon essen und deinen Spirit wieder reinrufen. Die Integration all deiner Anteile ist ein Prozess, der Stück für Stück Stabilität bekommt und dich mehr in Dir verankert.

Solltest Du umziehen und deinen Garten zurücklassen, dann nimm einen Topf voll Erde von dort mit.