



## Ritual-Kompass

Schritt-für-Schritt-Anleitung für dein Ritual mit ResonanzMitteln



### Durchführung des Rituals

Das hier vorgestellte Ablaufritual dient als Vorlage. Es ist angesichts der Vielzahl von individuellen Situationen schlichtweg nicht möglich, alle Varianten im Rahmen dieser Arbeit zu skizzieren. Wir ermutigen dich daher, deinen inneren Impulsen zu folgen und das Ritual bei Bedarf ganz intuitiv an deine Bedürfnisse anzupassen oder zu erweitern. Bei Fragen wende dich direkt an uns oder an die ErfahrungsaustauschGruppe auf Telegram.

### Was ist deine Intention für das Ritual?

Bevor du mit der Anwendung beginnst, ist es wichtig dich in einer klaren Ausrichtung einzufinden. Deine Intention ist das Signal an dein Unterbewusstsein, welchen Raum du heute öffnen und klären möchtest. Nimm dir einen Moment Zeit und formuliere dein Anliegen, deine Frage so präzise und detailreich wie möglich. Hier sind einige Beispiele, wie eine kraftvolle Intention klingen kann:

- Ich leite mich jetzt dazu an, sinnvolles für mich zu lernen und umzusetzen
- Ich bin jetzt bereit und in der Lage, mich meiner Wahrheit zu stellen auf allen Ebenen meines Seins
- Ich bekenne mich jetzt zu mir selbst auf allen Ebenen meines Seins
- Ich öffne mich jetzt für meine eigenen Belange, Bedürfnisse und Wünsche zum Wohl meiner selbst und all derer, die mit mir sind
- Ich erfülle, umhülle und durchdringe mich jetzt selbst mit Klarheit, Offenheit Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit auf allen Ebenen meines Seins

oder konkreter:

- Dieses Ritual schenkt mir tiefes Verständnis für die Ursache meiner Knieschmerzen und zeigt mir den Weg zur Linderung.
- Dieses Ritual unterstützt mich dabei, alten Groll endgültig loszulassen und Frieden mit meiner Mutter zu schließen.
- Dieses Ritual schenkt mir Leichtigkeit und Annahme in meinem Trauerprozess um meinen verlorenen Zwilling.

### Vorbereitung auf dein Ritual

Wähle für dieses Ritual einen Ort, an dem du dich sicher fühlst und für die Zeit von einer halben bis

dreiviertel Stunde ungestört mit und bei dir sein kannst. Gestalte das Umfeld so, dass es deine innere Einkehr unterstützt. Dunkle den Raum nach Belieben sanft ab, oder entzünde eine Kerze...Sorge für alles, was du brauchst, um dich ganz deiner inneren Reise zu öffnen. Die Manifestationskraft dieses Prozesses steht und fällt mit der bewussten Präsenz. Ein Ritual erfordert volle Aufmerksamkeit; eine beiläufige Durchführung mindert die nachhaltige Informationswirkung im Unterbewusstsein.

Führe das Ritual am besten unbedeckt oder leicht bekleidet durch. Der direkte Hautkontakt stellt sicher, dass die Impulse der Sprühstöße barrierefrei vom Organismus aufgenommen werden können.

### Invocatio Dei

Die Alchemisten des Mittelalters haben ihre Arbeit stets mit der Anrufung Gottes begonnen und ihn um Beistand gebeten. Es ist überaus nützlich, wenn der Anwender in dieser Tradition eine persönliche Danksagung formuliert, die die Wirkung affirmativ verstärkt.

Ich danke der Quelle der göttlichen Spur  
Ich danke der mütterlich hervorgebrachten Natur  
Ich danke allen mir zugeordneten und mich begleitenden Unterstützern und Helfern.

### Schritt 1

Stelle dich in die Mitte des Raumes mit Blickrichtung Osten (nicht liegen oder sitzen) und schließe die Augen. Falls du schlecht

stehen kannst, lehne dich an eine Wand.

Besprühe die Chakren von unten nach oben mit Deinem ResonanzMittel, wenn möglich auf die bloße Haut:

- Chakra 1 (Beckenbodenbereich)
- Chakra 2 (Bereich unter Nabel)
- Chakra 3 (Bereich über Nabel)
- Chakra 4 (Herz)
- Chakra 5 (Hals)
- Chakra 6 (Stirn)
- Chakra 7 (Haupt)

## Schritt 2

Halte dabei Deine Augen geschlossen und richte deinen Fokus auf deine Wahrnehmung und dem Gefühlsmeer, versuche deinen Verstand außen vor zu lassen.

- Was fühle ich?
- Welche Bilder und Erinnerungen treten in mein Bewusstsein?

Konzentriere Dich auf das Geschehen. Gibt es bereits einen Bereich, den Du besonders im Fokus hast? Dann sprühe diese Region ein. Sollte Dein Körper an bestimmten Bereichen reagieren, antworte mit 2 Sprühstößen auf die entsprechende Region.

## Schritt 3

Wiederhole diesen Prozess dreimal im 7-Minuten Abstand, bleib bei/ in Dir und verbleibe nach Möglichkeit mit geschlossenen Augen.

## Schritt 4

Stell dir vor, du findest während des Rituals heraus, dass du in deinem inneren Rucksack Steine trägst, die dir gar nicht gehören – zum Beispiel alte Lasten deiner Eltern oder Überzeugungen, die heute nicht mehr zu dir passen. Sobald dir das klar wird, hast du die Erlaubnis, diese Steine bewusst abzulegen. Gib das, was nicht (mehr) deins ist, in Liebe zurück oder lasse es los, damit du wieder leichter gehen kannst.

Diese Affirmation, dieses Bekenntnis unterstützt dich dabei, bestehende Verstrickungen und Speicherungen klar zu benennen und schließlich friedvoll energetisch ab-, loszulösen bzw. freizugeben:

Im Bewusstsein meiner göttlichen Gegenwart ICH  
BIN übergebe ich nun alle bewusst oder unbewusst übernommenen Speicherungen, die mit  
*(Thema benennen)*

---

im Zusammenhang stehen über ihren  
Absender / Verursacher  
*(wenn bekannt, benennen)*

---

im gereinigten Zustand an den Ursprung zurück.  
Denn von dort kommen sie her und dorthin kehren sie nun zurück.  
Ich bin nun frei davon auf allen Ebenen.  
Hier und jetzt  
Möge Segen sein.

## Schritt 5

Um den Prozess abzurunden sollte allen Beteiligten verziehen werden, einschließlich sich selbst.

## Schritt 6

**Wichtig:** Der so gereinigte Raum möchte zum Schluss mit sich selbst gefüllt werden, damit das Bekannte das Vakuum nicht wieder besetzt. Während des Aussprechens beklopfe den Thymus mit drei Fingern deiner ‚rechten‘ Hand (Daumen, Mittel- und Zeigefinger).

Ich fülle und erfülle nun diesen gereinigten Raum mit mir und meinem Sein. Denn Ich bin verbunden mit der göttlichen Urquelle in mir Aus dieser schöpfe ich meine Kraft und Energie Diese nutze ich zum Wohle meiner selbst, zum Wohle meiner Familie, zum Wohl all derer, die mit mir sind und damit zum Wohle aller.

Dieses Wissen verankere ich nun auf allen Ebenen, in allen Atomen, in allen Molekülen in allen Zellen und Zellzwischenräumen, in allen Geweben und in allen Organen, in Mikro- und Makrokosmos. Durch alle Räume, durch alle Zeiten, durch alle Welten und durch alle Inkarnationen So ist es und so bleibt es Für jetzt, für immer, für immer, für immer und ewig.

Möge Segen sein.

## Schritt 7

Lasse das Erlebte nach dem Ritual in dir wirken und verzichte für 72 Stunden darauf, dich groß darüber auszutauschen. Diese Zeit dient deinem System den Prozess störungsfrei zu verarbeiten und auf Körperebene zu verankern. Auch bei einer Wiederholung des Rituals sollte diese Ruhephase von drei Tagen stets eingehalten werden.

## Tagebuch führen

Achte in der Zeit, in der Du Resonanzmittel anwendest besonders auf dich und die Resonanz deiner Umwelt. Es ist sehr empfehlenswert, diese Beobachtungen in einem Tagebuch festzuhalten.

- Wie nimmst du dich selbst in deinem Körper und deinen Emotionen wahr?
- Wie reagieren Menschen oder Tiere plötzlich auf dich? Gibt es spürbare Veränderungen in deinem Umfeld?
- In welche Situationen gerätst du „zufällig“? Welche Themen begegnen dir im Außen?

Wenn du den Impuls spürst, teile deine Erfahrungen gerne in unserer Telegramgruppe – der gemeinsame Austausch kann oft zusätzliche Klarheit schenken.