

bella luna



Mein SeelenMagazin

lebensfreude

Das Geheimnis
der Menschenkenntnis

Eine Pilgerin erzählt
Zu Fuß zu mir selbst

licht

Creahealing
Wecke neues Leben in dir

Die Kraft der Rituale

liebe Wünsche erkennen & erfüllen



Mond-Magie im Oktober und November

Folge deinem Weg

- ◆ Die Aura der neuen Zeit ◆ Heiliges Arganöl: Genuss für die Sinne
- ◆ Heilen mit Zeichen ◆ Gordon Smith über das höhere Bewusstsein



Lore Galitz ist Ritualleiterin und Zeremonienmeisterin (www.raumfuermehr.com)

Für ein erfülltes Leben

Die Kraft der Rituale

In dieser schnellen Zeit fehlt es uns oft an Halt und Stabilität. Rituale können uns hier kraftvolle Impulse für ein erfüllteres Leben geben. **bella luna** hat Ritualmeisterin Lore Galitz besucht

In einem weißen Brautkleid zum Altar schreiten, die Orgel spielt den Hochzeitsmarsch von Felix Mendelssohn Bartholdy. Alle Gäste sind aufgestanden, beobachten gespannt jeden Schritt des Brautpaares. Vorne wartet der Pfarrer, die Trauung kann beginnen.

So wünschen sich noch immer die meisten Menschen ihre Hochzeit. Und eben nicht in einem sterilen Rathaus. Nein, wir alle wünschen uns ein feierliches Ritual – auch wenn wir sonntags kaum noch in die Kirche gehen. Und auch nach der Trauung freuen wir uns über schöne Brauchtümer, die von Familie und Freunden für das frisch vermählte Brautpaar vorbereitet werden: Zusammen wird ein Stück Holz zersägt oder ein großes Herz in ein Stück Stoff geschnitten. Solche Zeremonien sollen durch die gemeinsame Handlung die Liebe des Paares festigen, es für die Zukunft stärken.

Eine energetische Bindung stärkt die Ehe

„In unserer schnellen und technisierten Welt haben wir alle eine große Sehnsucht nach Ritualen – nicht nur bei einer Hochzeit“, sagt Lore Galitz. Die Ritualmeisterin aus München versteht, warum viele Menschen in einer Kirche heiraten, obwohl sie vielleicht gar nicht im traditionellen Sinne gläubig sind: „Ehen halten länger, wenn eine energetische Verbindung zwischen beiden Partnern geschaffen wurde“, weiß Lore Galitz. Allein das bewuss-

te Eintreten in die Kirche mit Weihwasser, Kreuzzeichen und Knicks sei für viele sehr wichtig, um in einer festlichen Stimmung anzukommen. Die Seele macht sich bereit, dass jetzt etwas Wichtiges passiert – alle Kräfte werden gerufen. Doch weil viele Menschen heute die Kirche nicht mehr als zeitgemäß empfinden, suchen sie nach Alternativen für festliche Rituale. Und so stehen freie Theologen und Redner bei Vermählungen hoch im Kurs. Auch Lore Galitz wird oft für Hochzeitszeremonien gebucht. Die Ritualmeisterin zelebriert dabei die Verbindung von Körper, Geist und Seele. „Es geht um ein Ritual, dass die Menschen in ihrer Ganzheit persönlich berührt“, erklärt sie.

Die Münchnerin hat sich aber keineswegs auf Hochzeiten spezialisiert. In ihrem Ritualraum bietet sie auch Zeremonien zu Trennung, Abschied und Neuanfang an. „Zu mir kann jeder kommen, der auf das Wesentliche gestoßen werden möchte – und das voller Konzentration und Intensität“, sagt die 51-Jährige. Egal, mit welchem Anliegen jemand zu ihr kommt, begonnen wird immer mit einem Vorgespräch. Die Ritualmeisterin möchte verstehen, wo es hakt. Wenn sich beispielsweise ein Paar trennt, fragt sie beide genau nach ihrem Schmerz. Wie fühlt sich der Verlust an? Und wie die Angst vor einem neuen Leben? Lore Galitz stellt dann das passende Ritual zusammen –

jedes ist individuell auf den Kunden zugeschnitten. Das Paar, das sich innerlich noch nicht voneinander gelöst hat, setzt sich gegenüber, verbunden mit einem Band. Diese Verbindung wird von beiden im Laufe der Sitzung getrennt, während jeder seine Absicht ausspricht. Eine Formel gibt Lore Galitz vor, jeder kann Persönliches ergänzen. Etwa eine Stunde dauert ein solches Ritual.

Ein Ritual für die wertvolle Zeit unseres Privatlebens

Lore Galitz ist sich sicher, dass die Menschen nicht nur in den schönen Momenten des Lebens, wie etwa bei Hochzeit und Taufe, Rituale brauchen. Gerade dann, wenn es einem schlecht geht und man mit seinem Schicksal hadert, können Rituale der Seele neue Kraft geben. „Viele Menschen stolpern von einer Beziehung in die nächste – weil sie die erste Beziehung nie wirklich verkräftet haben. Sie konnten den Partner nicht richtig loslassen, so wurde das Geschehene nie verarbeitet. Die Seele kann es gar nicht schaffen, sich auf eine neue Liebe einzulassen“, erklärt die erfahrene Ritualleiterin. Lore Galitz hat auch Religionspädagogik studiert und Ausbildungen in Feng Shui, chinesischer Astrologie, Qi Gong, NLP und energetischer Heilarbeit absolviert. Und sie war Lehrling einer Schamanin. Jetzt hat Lore Galitz ihr erstes

Buch über Rituale geschrieben. Sie möchte, dass jeder in der Lage ist, durch Rituale bewusster und intensiver zu leben. „Aber ein Kochbuch, in dem ich Anleitungen à la ‚Man nehme ...‘ gebe, ist es natürlich nicht. Der erste Schritt ist zu verstehen, was ein Ritual einem selbst bringen kann“, sagt die Autorin. Wer behutsam in das Thema einsteigen will, dem empfiehlt Lore Galitz die wunderbare Übung „Der gestärkte Feierabend“.

In ihrem Buch schreibt sie: „Häufig bringen wir am Abend einigen emotionalen und gedanklichen Ballast mit nach Hause. Das lässt uns nicht klar abschalten und den wichtigen Übergang vom beruflichen zum privaten Sein vollziehen. Es beschäftigt, blockiert und schwächt uns in der wertvollen Zeit unseres Privatlebens. Dagegen hilft dieses einfache und wirkungsvolle Ritual.“

Die Autorin empfiehlt, sich eine Art Altar aus einer Kerze, einer Glocke und einem Räucherstäbchen aufzubauen. Dann stellt man die Kerze vor sich, klingelt und beginnt damit, alles hochzuholen, was vom Tag loszulassen ist. „Wenden Sie dabei Ihren Kopf nach links. Denn alles links von Ihnen repräsentiert die Vergangenheit und rechts von Ihnen die Zukunft. Wenn Sie das Unangenehme noch einmal ganz aufgerufen haben, atmen Sie es entschieden in Richtung der transformierenden Kerzenflamme aus“, erklärt Lore Galitz. Nun geht es darum, sich das Gute des Tages hervorzuholen, der Kopf wird nach rechts gerichtet – also der Zukunft entgegen. „Das Ritual lädt Sie richtiggehend mit Gutem auf“, verspricht die Expertin. In ihrem Buch beschreibt sie außerdem die Arbeit mit den Elementen Feuer, Wasser, Erde und Luft, sowie mit Symbolen und Gesten. „Ich wollte Schritt für Schritt festhalten, wie man sich auf ein Ritual vorbereitet, es beginnt und durchführt.“ Rituale stabilisieren und geben uns kraftvolle Impulse für ein erfüllteres Leben. ●●●



buchtipp

Lore Galitz beschreibt, wo Rituale herkommen, wie sie wirken und wie die Elemente eines Rituals aussehen.

Zeit für Rituale,
Irisiana Verlag, 14,99€

*„Wenn du es eilig hast,
mache einen Umweg“*

Japanisches Sprichwort