

Marlis Bader

Naturrituale

zur Lebensbegleitung

Baumkräfte und Räucherpflanzen
zur Stärkung und Heilung

AT Verlag

INHALT

- 9 Einleitung

- 15 **Rituale**
 - 15 Was ist ein Ritual?
 - 16 Rituale wirken
 - 17 Vom Kult zum Brauchtum
 - 19 Erste persönliche Erfahrungen
 - 22 Ritualgegenstände
 - 23 *Wie meine Kondorfeder zu mir kam*
 - 25 Der heilige Raum

- 29 **Synchrone Welten**
 - 30 Synchronizitäten in der Natur
 - 31 *Tiertotem und Krafttiere*
 - 33 *Ein Krafttier rufen*
 - 35 Die kleine Visionssuche
oder der Schwellengang

- 39 **Räuchern**
 - 40 Wie wird geräuchert?
 - 40 Häufige Räucherpflanzen für Rituale
und Zeremonien
 - 41 *Alant*
 - 41 *Beifuß*
 - 42 *Copal*
 - 42 *Engelwurz*
 - 43 *Eibe*
 - 43 *Eisenkraut*
 - 44 *Fichte*
 - 44 *Flechte*
 - 45 *Holunder*

- 45 *Königskerze*
- 46 *Myrrhe*
- 46 *Rainfarn*
- 47 *Rose*
- 47 *Rosmarin*
- 48 *Salbei*
- 48 *Styrax*
- 49 *Thuja*
- 49 *Thymian*
- 50 *Wacholder*
- 50 *Weihrauch*
- 51 *Wermut*
- 52 *Ysop*
- 52 Das Verräuchern von Salz
- 55 **Kommunikation mit der Mitwelt**
- 57 Ein Ritual – und tausend Immen
- 58 »Vermehre mich!«
- 59 Zur Pflanze werden
- 63 **Bäume und indogermanischer Schamanismus**
- 65 Neunerlei-Holz-Feuer
- 69 Baumkräfte im Porträt
- 70 *Apfel*
- 71 *Birke*
- 72 *Buche*
- 73 *Eibe*
- 75 *Eiche*
- 76 *Esche*
- 76 *Fichte*
- 78 *Hasel*
- 80 *Holunder*
- 82 *Ilex*
- 83 *Kirsche*
- 84 *Kiefer*
- 85 *Lärche*
- 86 *Linde*
- 88 *Pappel*
- 89 *Rose*
- 90 *Schlehdorn*
- 92 *Wacholder*
- 93 *Weide*
- 95 *Weißdorn*
- 96 *Zwetschge*
- 98 Baumzeremonie zur Klärung eines Anliegens
- 101 **Himmelsrichtungen**
- 104 Frau U. und ihre Wohnung
- 106 Ein Ritual zum Neubeginn
- 111 **Elemente**
- 112 Feuer
- 112 *Ein Gang durch den Hades*
- 113 *Feuerrituale*
- 116 *Ein Dankesfeuer*
- 117 *Das Entfachen des inneren Herdfeuers*
- 119 *Das Mädchen und der Schlangenkopf*
- 121 Luft und Wind
- 122 *Der Tanz mit dem Wind*

- 126 *Zwei Luft-Rituale*
- 128 *Wasser*
- 130 *Selbstbetrachtung,
Selbsterkenntnis, Heilung*
- 131 *Lichtschiffe*
- 133 *Die Lichtschiffchen-Zeremonie*
- 134 *Wasser zum rituellen Reinigen*
- 136 *Erde*
- 138 *Erdställe*
- 139 *Begegnung mit der eigenen
Vergänglichkeit*
- 142 *Elemente-Opfer*
- 145 **Rituale zur Erdheilung**
- 146 *Das Apfeltal*
- 149 *Der Holunderplatz*
- 151 **Weiß-Rot-Schwarz,
die dreifache Göttin**
- 152 *Die Zeit der jungfräulichen
Göttin*
- 152 *Die Zeit der Muttergöttin*
- 153 *Die Zeit der weisen Alten*
- 154 *Die drei Phasen im Leben
des Mannes*
- 155 *Wandlung am Fluss*
- 159 **Der Ruf der Ahnen**
- 160 *Familiensysteme im Ritual*
- 161 *»Bitte«*
- 161 *»Ich bin der/die Kleine, du der/
die Große«*
- 162 *»Danke«*
- 163 *Fünf Kinder*
- 164 *Familienrituale
zum Selbstgestalten*
- 165 *Verbindung mit den Ahnen*
- 166 *Die Sieben-Generationen-
Zeremonie*
- 168 *Der Mann, die Mutter und
der Vogel*
- 173 *Literaturhinweise*
- 173 *Bezugsquellen und weitere
Informationen*
- 175 *Zur Autorin*