

Ritueller Kakao Trunk

Ich wünsche dir viel Spaß und Leichtigkeit bei deinem Kakao-Ritual.

Ein Ritual ist meistens eine Handlung, welche sich an einem speziellen Ablauf orientiert. Rituelle Feiern finden hauptsächlich in religiösen Kontexten statt.

Außerhalb von Dogma ist Ritual ein kreativer Prozess. Kreativität ist lebendig und führt uns in den jetzigen Moment.

Der jetzige Moment ist dieser besondere und kraftvolle Raum.

"A sacred Space" - ein heiliger Raum.

Heilig ist nicht gleichzusetzen mit langweilig oder ernst!

Ein Ritual hat eine klare Absicht, ein Anfang und ein Ende und ist von einem hohen Symbolgehalt. Bei einem Ritual wird ein innerer Prozess im Außen sichtbar gemacht.

Es werden zum Beispiel symbolisch Dinge verbrannt und somit transformiert, oder Aspekte gesegnet und genährt. Durch das Verdeutlichen und Sichtbarmachen im Außen kann zum Beispiel leichter Abschied genommen werden oder neues eingeladen werden.

Deine Ritual-Checkliste:

<p>Für mich zeichnet sich ein Ritual durch eine Intention oder Absicht aus. Eine ethische Absicht beinhaltet:</p> <ul style="list-style-type: none"> - der freie Wille jedes Individuums muss respektiert werden - ein Beitrag zum Kollektiv - alles steht in Beziehung, niemand ist besser oder schlechter, jede Rolle ist wertvoll - die Kraft liegt in dir 	<p>Außerdem ist für ein kraftvolles Ritual die Haltung wichtig:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tu so als ob - vertraue deinen Impulsen - lass den Alltag hinter dir - es gibt kein falsch - es ist gut so wie es ist - hab Spaß
--	--

Mama Kakao wird als weiblicher Geist angesehen und kommt immer dann, wenn die Natur und der Mensch den Kontakt zueinander verloren haben.

“Wenn immer ihr mich braucht
um das Gleichgewicht zu halten,
werde ich zu Euch kommen um zu helfen.”

Kakao ist eine der großen Teacher-Plants (Lehrpflanzen) die unsere Bewusstsein für universelle Weisheiten öffnet. Die zeremonielle Einnahme wirkt auf den Herzkörper.

Kakao und die beliebtesten Inhaltsstoffe:

- natürliche Antioxidantien
- Zink, Eisen und Magnesium
- Serotonin und Dopamin
- Vitamin C

Roh-Kakao hat eine entzündungshemmende und zellerneuernde Wirkung.

Eine Zubereitungsmöglichkeit:

KAKAO

aus dem Regenwald in Ecuador und aus dem Trockenwald in Peru
- fein gehackt und nur erhitzt, nicht gekocht

+ ein Sud aus:

ca. 1-2 Stunden kochen/ziehen lassen

ROSE

- öffnet und lädt Weiblichkeit ein

NELKE

- fördert Konzentration und wirkt krampflösend

KARDAMON

- beruhigt den Magen und stärkt die Libido

ZIMT

- wärmend und entzündungshemmend

LORBEER

- gibt innere Sicherheit, stimmungsaufhellend und stärkend

Ich suche die Gewürze raus, lade die Qualitäten ein und bedanke mich.
Dann setze ich den Sud auf und beginne den Kakao zu hacken.

In einem weiteren Topf erwärme ich Hafermilch und gebe dann den Sud dazu.
Dann gebe ich unter rühren Stück für Stück den fein gehackten Kakao dazu.