

Dein Handbuch für die *Atlachinolli Spirale*



Werte schätzen – Werte leben.

Die Energie der Atlachinolli Spirale ist magisch. Ihre Form ist unglaublich kraftvoll, heilend und sie öffnet die Herzen der Menschen. Diese Spirale erinnert uns an die wirklich guten Werte, die ganz besonders in den heutigen Zeiten auf unserer Erde dringend benötigt werden. Du kannst den Menschen helfen, diese guten Werte wieder aufleben zu lassen. Alles, was Du dafür brauchst, sind lediglich einige kleinere oder größere Steine, aus denen eine wahre Atlachinolli Spirale entstehen kann.


In diesem Handbuch findest Du konkrete Anweisungen, Tipps und schamanische Hilfselemente zur Planung und Umsetzung einer Atlachinolli Spirale, die aber je nach Deinen Vorlieben integriert oder auch weggelassen werden können.

Bei diesem Projekt geht es vor allem um den Kontakt zur Mutter Erde und den Ausdruck der Dankbarkeit an sie. Und ganz besonders – um die Freude, die Du dabei spüren wirst!

Bevor Du beginnst

Wer kann eine Atlachinolli Spirale legen?

Jung und alt – alle können dabei sein. Du brauchst keine besonderen Fähigkeiten oder Kenntnisse dafür, sondern lediglich die Absicht, etwas Gutes für diese Welt zu schenken und einen besonderen Ort der Begegnung erschaffen zu wollen.

 **Tipp:** Wenn Du die Atlachinolli Spirale im Rahmen eines öffentlichen Projekts (z.B. im Kindergarten, Schule, Stadtpark usw.) realisieren willst und die Spirale dementsprechend größer werden soll, achte bei den helfenden Personen darauf, dass sie wirklich Lust für dieses Projekt verspüren. Es könnte also nicht immer sinnvoll sein, beispielsweise eine gesamte Schulklasse pauschal zum Mitmachen zu verpflichten. Alle müssen von sich aus mitmachen wollen.

Die Atlachinolli Spirale kann von Dir allein, aber auch von einer Kinder- oder Erwachsenengruppe realisiert werden.

Wie groß muss die Spirale sein?

Die Spirale kann beliebig groß oder klein sein. Du kannst eine ganz kleine Atlachinolli Spirale gestalten, die bei Dir zu Hause auf das Fensterbrett passt, oder auch eine mit großen Steinen für den Außenbereich. Es ist nur wichtig, dass die Spirale in ihrer Urform aus dem Atlachinolli-Anfangsstein plus 33 weiteren Steinen besteht.

Muss ich alles strikt nach Anleitung machen?

Dieses Handbuch ist lediglich ein Ideengeber für die Umsetzung einer Atlachinolli Spirale. Du und alle, die Dich dabei unterstützen, dürfen die Steine der Spirale sowie auch später die Einweihungszeremonie ganz nach eigenen Wünschen gestalten. Für die energetische Wirkung ist es aber wichtig, dass nur der Atlachinolli-Anfangsstein nach der Vorlage dieses Handbuchs (s. Anhang I) bemalt wird und die Anzahl der nachfolgenden Steine genau 33 Stück beträgt. Mit welchen Werten und welchen Zeichnungen die weiteren 33 Steine gestaltet werden, sei Euch überlassen.

Vorbereitung

Den richtigen Platz aussuchen

Die Atlachinolli Spirale kann überall gelegt werden. Der Ort kann sehr unscheinbar, oder auch ein besonders zentraler Punkt des gesellschaftlichen Geschehens sein, zum Beispiel ein Stadtpark oder ein Schulhof. Sogar der eigene Garten eignet sich wunderbar dafür. Vertraue einfach darauf, dass durch Deinen starken Wunsch, die Atlachinolli Spirale zu realisieren, Du zum richtigen Ort geführt wirst.

Wenn Du meinst, den richtigen Platz für die Atlachinolli Spirale gefunden zu haben, kannst Du noch Folgendes tun: Stelle Dich in die Mitte des Platzes, schließe die Augen und nimm Dir ein paar ruhige Minuten Zeit. Spüre in Dich hinein. Wenn ein Gefühl von Ruhe und Leichtigkeit Dich überkommt, dann ist der Ort perfekt.

Steine finden und gestalten

Die Art und die Größe der Steine kann beliebig sein. Ihre genaue Herkunft ist für die energetische Vorbereitung nicht relevant, denn die tatsächliche energetische Aktivierung der Steine erfolgt durch die gestalterische Arbeit an ihnen sowie durch die Einweihungszeremonie am ausgesuchten Ort.

 **Tipp:** Achte darauf, dass die Oberfläche glatt genug ist, um sie gut bemalen zu können.

Im Anhang (s. Anhang II) findest Du ein bildhaftes Beispiel einer fertigen Atlachinolli Spirale. Sie besteht aus dem Atlachinolli-Anfangsstein sowie 33 weiteren Steinen mit den Namen der guten Werte. Der mittlere Atlachinolli-Anfangsstein sollte auch bei Deiner Spirale das gleiche Motiv tragen, welches den kraftvollen Namen „Atlachinolli“ beinhaltet und damit auch die Energie in sich, die eine Atlachinolli Spirale ausmacht.

Mit welchen Wörtern, Werten und Zeichnungen die folgenden 33 Steine versehen werden sollen, sei Dir bzw. Euch überlassen. Du kannst Dich aber gern nach der folgenden Liste orientieren, nach welcher die allererste Atlachinolli Spirale damals gelegt wurde.

- | | |
|--|---|
| 1. Ometeotl (Kraft aus allem Schöpfen) | 18. Anerkennung |
| 2. Frieden | 19. Respekt |
| 3. Catkuta (Ehrenplatz) | 20. Hoffnung |
| 4. Akita mani yo (Ich wünsche Dir alles Gute) | 21. Dienen, |
| 5. Erwachen | 22. Hanta yo (Gib den Weg frei) |
| 6. Liebe | 23. Freundschaft |
| 7. Heilung | 24. Verantwortung |
| 8. Offenherzigkeit | 25. Selbstlosigkeit |
| 9. Langmut | 26. Verständnis |
| 10. Ehrlichkeit | 27. Wambli Okiye (Der Adler hilft ihm) |
| 11. Wakantanka (Großer Geist) | 28. Eins sein mit allem |
| 12. Dankbarkeit | 29. Weisheit |
| 13. Demut | 30. Hiye pila maya (Zeremonielle Dankbarkeit) |
| 14. Unci (Großmutter) | 31. Mitakuye oyaşin
(Alles ist miteinander verbunden) |
| 15. Tunkasila (Großvater) | 32. Artemisia annua (Die Pflanze der Hoffnung) |
| 16. Achtsamkeit | 33. So sei es |
| 17. Miteinander | |

Wenn die Atlachinolli Spirale im Rahmen einer Vereinsaktivität, eines Schulprojekts o.ä. realisiert wird, könnt Ihr den letzten 33. Stein gern mit Eurem Wappen oder Logo gestalten.

Tiermasken basteln (Optional)



Dies ist ein Element aus den traditionellen Zeremonien der Mayas. Durch das Verkleiden oder Tragen von Tiermasken erhalten die Teilnehmenden die Eigenschaften jenes Tieres, welches sie bei der Zeremonie unterstützen soll. Die Tiere strahlen Kraft und Mut aus, sie begleiten die Menschen und geben ihnen Geborgenheit. Außerdem helfen sie, bei der Zeremonie zentriert und fokussiert zu bleiben. Diese schöne Tradition könnte auch Eurer Einweihungszeremonie eine besondere Stimmung verleihen.

Die Masken können aus allen Materialien gebastelt werden. Ob aufwendig aus Stoff oder einfach aus Papier – es geht insbesondere um die Symbolwirkung des Tieres, welches die Maske verkörpert. Jeder Teilnehmende kann ein Tier nach eigenem Wunsch auswählen. Entweder aus dem Bauchgefühl heraus, oder nach vorheriger Recherche im Internet, welches Tier für welche Eigenschaften steht.

Den gleichen Effekt kann man auch durch das Anmalen der Gesichter erhalten. Statt Tiermotiven können hierbei auch andere Symbole, Pflanzen, oder abstrakte Motive gemalt werden, mit denen sich der Teilnehmende am Wohlsten fühlt. Das Anmalen der Gesichter geschieht kurz vor Beginn der Einweihungszeremonie.

Einweihungszeremonie

Je nach Rahmenbedingungen gibt es zwei Arten der feierlichen Zeremonie. Zum Einen können die Steine erstmal nur bemalt und erst während der Zeremonie zu einer Atlachinolli Spirale gelegt werden. Oder wenn die Steine sehr groß sind, wurden sie eventuell schon vorher zu einer Spirale gelegt und vor Ort bemalt. Dann beinhaltet die Zeremonie lediglich ihre Einweihung.

Kleidung

Bei der feierlichen Zeremonie sollte die Farbe Weiß die Kleidung der Teilnehmenden dominieren. Sie steht für die Reinheit des Bewusstseins und wirkt stärkend, unterstützend. Falls Tiermasken vorbereitet wurden, können diese während der gesamten Zeremonie getragen werden. Optional können die Teilnehmenden mit geeigneter Schminke ihre Gesichter mit Naturmotiven bemalen, von welchen sie bei der nachfolgenden Einweihung energetisch unterstützt werden möchten. Dies ist natürlich optional, kann aber zur Gesamtatmosphäre viel beitragen.

Den Platz würdigen und reinigen

Bevor die Atlachinolli Spirale gelegt wird, könntest Du den ausgewählten Platz innerlich um Erlaubnis bitten, die Spirale hier und jetzt legen zu dürfen. Stelle Dich dazu in die Mitte des Platzes und spüre in Dich hinein. Wenn es sich gut und friedlich in Dir anfühlt, kannst Du mit der Zeremonie fortfahren.

Wenn Du möchtest, kannst Du unterstützend Räucherwerk verwenden. Dieses kannst Du kaufen oder auch selber machen: Salbei oder Beifuß mit Lavendel zu einem Bündel rollen, mit Naturfäden zusammenbinden und anschließend trocknen lassen. Der Rauch dieser Kräuter hat eine energetisch reinigende Wirkung. Damit kannst Du vor Beginn der Zeremonie den Platz reinigen, und auch alle Beteiligten einzeln abräuchern. Habe dabei einfach die innere Absicht, unerwünschte negative Energien zu entfernen und dem Platz einen Schutz zu geben, oder auch geistige Helfer und Naturwesen um Unterstützung zu bitten. Du könntest dabei diesen Spruch in Gedanken oder laut sprechen:

***» Möge die Kraft der Kräuter, möge der Duft des Rauches,
diesen Menschen / Ort / Platz mit Frieden und Liebe erfüllen. «***

Natürlich kannst Du die Vorbereitung der Zeremonie auch anders gestalten. Das Räucherwerk ist kein Muss. Sei spielerisch mit den Ideen, wie Du den Platz für die Atlachinolli Spirale würdigen und die Teilnehmenden auf die Zeremonie einstimmen möchtest. Das Wichtigste ist immer – es muss allen Freude bereiten!

Durchführung der Zeremonie

Du kannst einfach loslegen! Beginne mit dem Atlachinolli-Anfangsstein und lege die 33 weiteren Steine in der geplanten Reihenfolge als Spirale hinzu. Wenn Du möchtest, kannst Du die Steine einzeln innerlich segnen oder abräuchern, bevor sie an ihrem Platz abgelegt werden.

Falls die Atlachinolli Spirale bereits liegt und sie bei der Zeremonie lediglich eingeweiht werden soll, dann könnt Ihr zuerst alle Steine mit bunten Tüchern zudecken. Bevor die Steine feierlich enthüllt werden, kann dieser Spruch laut vorgelesen werden:

*» Wasser, Feuer, Luft und Erde
Sonne, Mond und alle Sterne.
Helft uns mit eurer Kraft,
gebt dem Wasser große Macht,
Pulver zu werden,
das Wunder erschafft.
Bringt diese Steine,
wenn das Pulver fällt,
zum Leuchten und für den Frieden
in diese Welt! «*

Unterstützend für eine passende Atmosphäre kann im Hintergrund getrommelt oder gerasselt werden. Wenn nun alle Steine gelegt bzw. enthüllt wurden, könnt Ihr zum Abschluss einen Kreis um die Atlachinolli Spirale bilden und gemeinsam singen. Ein paar Liedervorschläge findest Du im Anhang (s. Anhang IV).

Du kannst wirklich frei in der Gestaltung der Zeremonie sein. Füge gern eigene Elemente hinzu!

Weitere Ideen zur Gestaltung einer Einweihung findest Du in den Filmen auf:

www.seimutig.tv/atlachinolli

Die Atlachinolli Spirale liegt, und nun?

Wir möchten noch ein paar Ideen vorstellen, wie es nach der Einweihung der Atlachinolli Spirale weitergehen kann. Wenn an der Atlachinolli Spirale mehrere Menschen beteiligt waren, so könntet Ihr den einzelnen Steinen Patenschaften zuteilen. Jeder Teilnehmende könnte zum Paten eines Steins werden. Dadurch entsteht auch der Wunsch der Paten, gelegentlich nach den Steinen zu schauen und die Atlachinolli Spirale zu pflegen.

Die Farben auf den Steinen werden sich mit der Zeit abnutzen. Man könnte einmal im Jahr ein Treffen organisieren, um Pflegearbeiten gemeinsam an der Atlachinolli Spirale durchzuführen. Zum Beispiel den Platz säubern, oder wenn nötig, abgenutzte Farbstellen auffrischen. Ihr könnt die Spirale aber auch dem Lauf der Zeit überlassen. Ihre Wirkung bleibt an diesem Ort trotzdem bestehen, denn Eure Energie und die Absicht, mit dieser Spirale etwas Gutes zu erschaffen, sind zeitlos.

Wir wünschen Dir und Euch viel Freude beim Umsetzen! Und unserer Mutter Erde wünschen wir, dass es noch mehr solche Menschen wie Dich gibt, die sich für die guten Werte in dieser Welt einsetzen!

Hast Du Fragen oder benötigst weitere Tipps? Oder hast Du bereits eine Atlachinolli Spirale realisiert und möchtest Deine Erfahrungen teilen?

Du kannst Monika Nees, die Initiatorin der ersten Atlachinolli Spirale, direkt kontaktieren!
Sende ihr eine E-Mail an: info@monika-nees.de



Monika Nees

Anhang I

Atlachinolli Anfangsstein

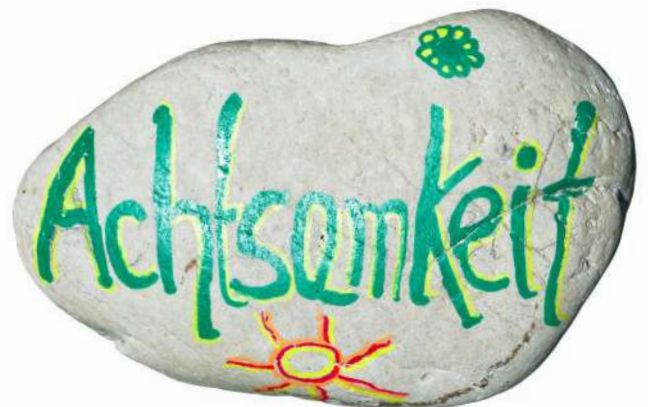


Anhang II

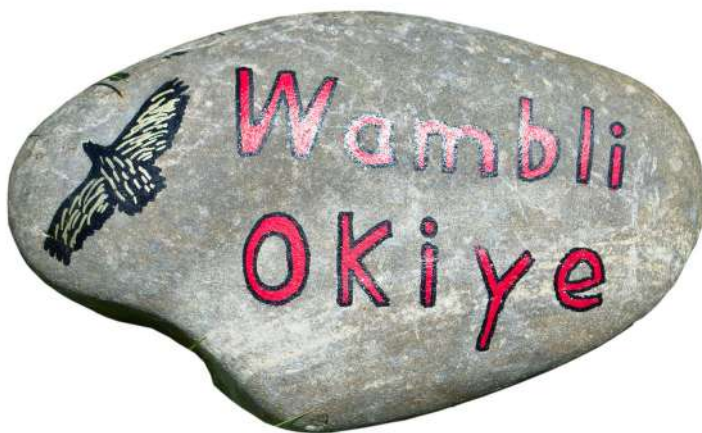
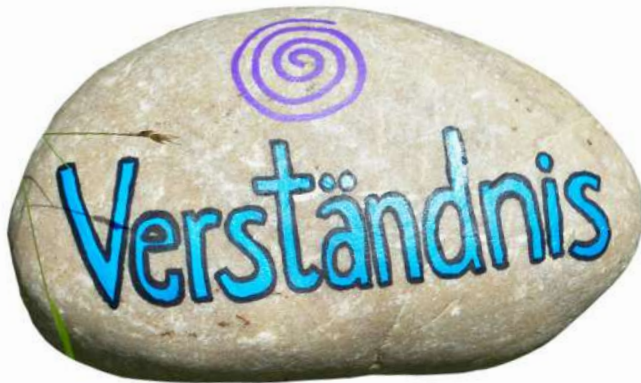
Atlachinolli Spirale











Anhang IV

Lieder



Cherokee Morning Song

We n' de ya ho
We n' de ya ho
We n' de ya,
We n' de ya,
ho, ho, ho, ho.
He ya ho, he ya ho,
ya ya ya

Lied anhören: https://youtu.be/lVZhG1ps_2Q

Grandmother Song – Leo McGilvery

Lied anhören: <https://youtu.be/ns5XO7kbDLs>

He Yama Yo - Lied der Lakotas

He yama yo wanna henne yo
He yama yo wanna henne yo
Wahi hi yayhana he he he yo
Wahi he he he yo wahi

Lied anhören: <https://youtu.be/7VM3W0F1vCY>

Ich mag die Bäume

Ich mag die Bäume, ich mag das bunte Laub,
ich mag die Gräser, ich mag hier jeden Strauch.
Ich mag das Eichhörnchen, die Vögel hier im Wald.
Di dum di da, di dum di da,
di dum di da, di dum di da.

Ich mag die Käfer, ich mag den Schmetterling,
ich mag die Stöcker, die ich nach Hause bring.
Ich mag das Eichhörnchen, die Vögel hier im Wald.
Di dum di da, di dum di da,
di dum di da, di dum di da.

Ich mag Kastanien, ich mag das weiche Moos,
ich mag die Eicheln, ich liebe Beerenmus.
Ich mag das Eichhörnchen, die Vögel hier im Wald.
Di dum di da, di dum di da,
di dum di da, di dum di da.

Lied anhören: https://youtu.be/2j_a2v-a38Q