



# Der Ritus des Mutterleibs

DER  Mensy-Ki RITUS

- [Home](#)
- [Herkunft](#)
- [Heiliger Raum](#)
- [Pflege des Ritus](#)
- [Hüter des Mutterleibs](#)
- [Erfahrungsberichte](#)
- [FAQs](#)
- [In Verbindung bleiben](#)

## Navigation

Suchen...

## Pflege des Ritus

Wenn Du den Ritus erhalten hast, pflegst Du seine Kraft mit nachfolgenden Übungen.

1. Wenn Du nach wie vor Deine Menstruation bekommst, suchst Du zu Deinem nächsten Zyklus einen persönlichen Platz und nimmst Dir die Zeit, um Mutter Erde etwas von Deinem Menstruationsblut darzubringen. Du kannst direkt auf die Erde bluten oder etwas von Deinem Menstruationsblut in einem kleinen Behälter sammeln, um es anschließend auf die Erde zu gießen, während Du folgende Worte wiederholst:

**Ich setze meine Angst frei, um Freiheit annehmen zu können.**  
**Ich setze mein Leid frei, um Freude annehmen zu können.**  
**Ich setze meine Wut frei, um Mitgefühl annehmen zu können.**  
**Ich setze meine Traurigkeit frei, um Frieden annehmen zu können.**

Du kannst andere Wörter anfügen, die glaubhaft für Dich klingen.

2. Wenn Du Dich in den Jahren der Fülle – nach Deinen Wechseljahren – befindest, führst Du ein Ritual zum nächsten Neumond durch. Du gestaltest Dir einen persönlichen Platz, um der Erde Rotwein darzubringen, während Du die Worte wiederholst:

**Ich setze meine Angst frei, um Freiheit annehmen zu können.**  
**Ich setze mein Leid frei, um Freude annehmen zu können.**  
**Ich setze meine Wut frei, um Mitgefühl annehmen zu können.**  
**Ich setze meine Traurigkeit frei, um Frieden annehmen zu können.**

Du kannst andere Wörter anfügen, die glaubhaft für Dich klingen.

**Du führst dies mindestens einmal oder bis zu 13 Monden durch, um Deinen Mutterschoß vollkommen zu stärken.**

3. Wenn ein Mädchen vor ihrer ersten Menstruationsblutung den Ritus erhält und sie ein Ritual durchführen möchte, dann bringt sie Blumen zum Vollmond dar. Dies beruht darauf, dass sich ihr Mutterleib noch in der Blütezeit befindet und sich noch nicht die erste Blüte geöffnet hat. Sie kann ebenfalls folgende Worte wiederholen:

**Ich setze meine Angst frei, um Freiheit annehmen zu können.**  
**Ich setze mein Leid frei, um Freude annehmen zu können.**

Sie wird angewiesen, nur die ersten beide Sätze zu sagen, so dass sie sich nicht erdrückt fühlt. Anschließend kann sie dazu ermutigt werden, etwas zu sagen, was für sie glaubhaft klingt.

4. Teile den Ritus mit den Frauen aus Deinem Umfeld. Jedes Mal, wenn Du ihn weitergibst, stärkst Du seine Kraft in Deinem Mutterschoß.

 Deutsch