

## Cherokee Tanz Öffnen nach Osten - Süden - Westen - Norden:

· Öffnen nach links · Öffnen nach rechts ·

Kontakt zur Erde · Öffnen zum Himmel Himmel · Kontakt zur Erde ·

Schritt mit linkem Fuß nach vorne · Arme ausgestreckt, Handinnenflächen nach oben

Ich öffne mich nach Osten, dem Ort der SeherIn, und bitte um die Gaben der Klarheit und des Sehens ;

Ich nehme (Klarheit und Sehen etc.) in meine Herz ...

· dabei die Geste zum Herz · Drehung um 180 °, jetzt rechter Fuß vorne, Arme wieder nach vorne ausgestreckt

... und ich lasse sie los

· Drehung 90° zurück in die nächste Himmelsrichtung

Drei Himmelsrichtungen:

- Süden dem Ort der HeilerIn, und bitte um die Gaben der Kraft und der Unschuld
- Westen dem Ort der LehrerIn, und bitte um die Gaben der Weisheit und des Verstehens
- Norden dem Ort der KriegerIn, und bitte um die Gaben des Mutes und der Ausdauer

Diesen Zyklus insgesamt drei Mal

Dann nach Osten hin ausgerichtet:

· Arme ausgebreitet, Handinnenflächen nach oben:

Möge der Himmel mein Herz mit dem Licht des Regenbogens füllen

· Armbewegung überkreuz, Handinnenflächen zur Erde:

Möge Mutter Erde meine Adern mit ihrem reichen, roten Blut füllen

· Handflächen zum Himmel drehen

Möge alles was mir gegeben wurde, weitergegeben werden

Möge alles was ich bin, von mir genommen werden

· Füße zusammen stellen und noch eine Weile mit ausgebreiteten Armen stehen bleiben

· Lösen der Arme