

Spiralen – Wege nach innen und außen

Stell dir eine Spirale vor – wie eine Muschel, ein Wirbelsturm oder das Muster auf einem Schneckenhaus. Solche Formen findest du überall in der Natur: in deiner DNA, in Sonnenblumen, im Wasser, das sich dreht, und sogar in fernen Galaxien.



Spiralen sind nicht nur schön anzuschauen – sie haben eine besondere Kraft.

Wenn du **durch eine Spirale gehst**, dich darin bewegst, spürst du vielleicht auch etwas in dir: Gedanken, Gefühle oder Erinnerungen kommen in Bewegung. Die äußere Bewegung bringt auch deine **innere Welt** in Schwung – das kann helfen, dich besser zu verstehen und zu wachsen.

In Damanhur glauben wir: Spiralen sind **mehr als nur Muster** – sie sind wie lebendige Tore. Sie verbinden uns mit der Energie des Universums, fast so, als würden sie uns mit etwas Größerem verbinden, das wir sonst nicht sehen können.

Wie Pflanzen aus verbrauchter Luft wieder frische Luft machen, können Spiralen dir helfen, schwere Gefühle – wie Angst oder Schmerz – in etwas Neues und Hilfreiches zu verwandeln. Sie helfen dir, aus schwierigen Erfahrungen etwas **Stärkendes** zu machen.

Mach mit – Bau einer Spirale! (Ammersee b.München)

Am **6. Juli 2025** wollen wir gemeinsam eine **Spirale** bauen.

Du bist herzlich eingeladen, mitzumachen! <https://lovebirth.de/spirale>

Bring gerne **runde Steine** mit – ungefähr so groß wie eine **Grapefruit** oder ein **Brotlaib**. Du kannst sie schon vorher sammeln und zum Bauplatz mitbringen.

Bei diesem Projekt kannst du:

- **etwas Neues über Spiralen lernen**
- **mit anderen Erfahrungen austauschen**
- **selbst eine Spirale mit aufbauen**
- **Teil von etwas Besonderem sein**

Willst du dich innerlich weiterentwickeln – und dabei draußen in der Natur etwas mit deinen eigenen Händen erschaffen? Dann ist das deine Gelegenheit.

Spiralen – Wege, die dich verändern können.

Spiralen weltweit: Das spannende Projekt, das Damanhur seit 2019 betreibt, fördert und unterstützt den Bau von Spiralen weltweit. Die Spiralen können aus Steinen oder Seilen hergestellt werden und müssen eine spezielle Vorbereitung erhalten, die sie mit den Synchronen Linien verbindet, dem Energie- und Gedankenfluss, der den Planeten umgibt und ihn mit der Galaxie verbindet, von der er ein Teil ist. <https://damanhur.community/spirals-project/>



Int. peace education project “Elfenland“

Am Michelbach; 86911 Dießen/Ammersee

* **Shimananda** +49 157 870 66 882 *

www.lovebirth.de/ipep-elfenland

<https://lovebirth.de/ipep-termine>

& Programm-Download

* shima@seitai.de *

