



Roteiche

Ausrichtung, innere Führung

Diese anspruchslose, stattliche Eiche stammt ursprünglich aus Nordamerika und wird wegen ihrer prächtigen, roten Herbstfärbung gerne als Parkbaum gepflanzt. Die tief eingeschnittenen, bis zu 30 cm langen Blätter haben spitze, manchmal grannenartig auslaufende Zähne, die eher an einen Ahorn erinnern. Mir sind besonders die dynamischen Stämme der jungen Roteichen aufgefallen, die sehr zielstrebig und kraftvoll nach oben streben, ganz anders als bei den sperrigen Stileichen. Die Roteiche wirkt auf mich zentrierend und ausrichtend. Ich sehe hier als inneres Bild einen Menschen in einem Boot sitzen, das in einem Fluss treibt. Der Fluss ist die vitale Schöpfungskraft, die so unendlich viel größer und weiser ist als der Mensch, der sich von ihr führen lässt.



Selbst
ein Weg
von
tausend Meilen
beginnt
mit
einem Schritt.



Laotse

♩ = 90

Ge - he lang - sam,
 ste - tig Schritt für Schritt vor - an.
 Wie__ ein Geschenk ord-net al-les sich.
 Las - se dich füh - (ür) - en.



Lippenfarbe nenne ich ein leicht getrübbtes Magenta-Violett. Es ist eine intime, menschliche Farbe, die durch ihren erdigen Beigeschmack nicht so kitschig wirkt wie z.B. Altrosa, aber ebenso die Sehnsucht zum Ausdruck bringt, dem Herzen folgen zu wollen.



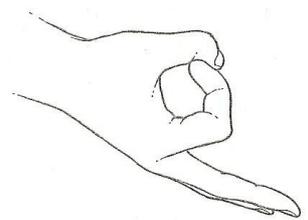
Die Kraft der Rune **EH** liegt in der Fähigkeit, mit verschiedenen Existenzebenen zu kommunizieren, mit Pflanzen, Tieren, Steinen, mit Wesen in der nichtalltäglichen Wirklichkeit und mit der kosmischen und schöpferischen Intelligenz. Diese Rune betont die gleichwertige Partnerschaft von Mann und Frau in ihrer natürlichen Ordnung. Erst wenn unsere männlichen und weiblichen Aspekte im Einklang miteinander sind, wirkt der Mensch aus der spirituellen Ganzheit seines Seins.

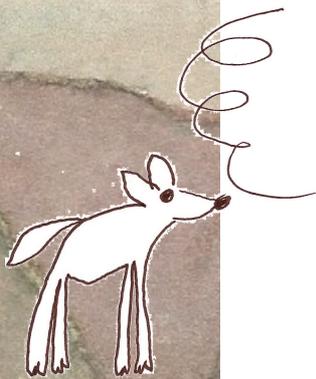
Der **Wolf** ist ein muskulöses Tier, mit breiter Brust, spitzem Gesicht und einem dichten Fell in allen möglichen Farbschat-



tierungen. Das Rudel mit bis zu 15 Tieren wird von einem Leitwolf und einer Leitwölfin angeführt. Es sind kluge, sensible Tiere mit einer gut organisierten Rangordnung und einem ausgeprägten Sozialverhalten untereinander. Der Wolf ist ein mystischer Lehrer in die Welten des eigenen Unterbewusstseins und er begleitet dich zu den innersten, heiligsten Orten. Er verleiht dir einen sicheren Instinkt : Lasse dich führen ...

Bei dem **Jnana-Mudra** berühren sich die Spitzen von Daumen und Zeigefinger beider Hände, so dass hier ein kleiner Kreis entsteht. Die übrigen Finger sind gestreckt. Beide Hände ruhen entspannt auf den Oberschenkeln. Es ist eine bekannte Handhaltung in der Meditation. Wenn die Daumen nun einen leichten Druck auf den Zeigefingernagel ausüben wird aus dem passiv empfangenden Mudra eine aktive Haltung. Diese Geste symbolisiert das Verbundensein des menschlichen Bewusstseins (Zeigefinger) mit dem Göttlichen (Daumen). Es stellt das spirituelle Ziel dar: die Vereinigung der Einzelseele mit der Weltenseele.





Kojote Paul ist gar nicht heiter,
denn heute weiß er auch nicht weiter.
Das mochte er noch nie:
entscheiden, wann und wie?
Und dann liegt dieser Duft
so plötzlich in der Luft.
Jetzt hat er nur noch eins im Sinn:
da will er hin!

ich lasse mich führen



Eine große **Basstrommel** mit ihrem dumpfen Ton (O) und eine Gong-Trommel (I) bilden, zusammen mit einer Djembe und einem hellen Becken, einen einfachen Rhythmus (O . I O . O I .). Natürlich könnte es auch ein anderer, ähnlicher Rhythmus sein. Hinzu kommt ein tiefes und stetiges Brummen von einem **Didjeridoo** und eine melodische Improvisation mit einer tiefen **Bass-Klarinette** (Klang: g-Moll), die mit großen Pausen eingespielt wird.

+ TTRO, Lederschl., Mitte (O . . O . . O .) und freier

Lasse dich tragen von dem Klang und dem Rhythmus. Stelle dir vor, du sitzt in einem Boot, das einen großen Fluss entlangtreibt. Vertraue dieser Kraft. Lasse dich führen. Schritt für Schritt. Wo kommst du hin?