



Eibe

Sinnbild für Tod und Wiedergeburt

Die Eibe ist der einzige Nadelbaum, der kein Harz enthält und der keine Zapfen trägt. Da die Eibe mehrere Formen der Selbsterneuerung kennt (Wurzelableger, Luftwurzeln) und auch aus hohlen Stämmen wieder austreibt, gibt es biologisch keinen Grund für sie zu sterben. In England und Schottland galt ihr Standort als heilig. Initiationsriten in die Mysterien des Todes und der Wiedergeburt haben hier stattgefunden. Auch heute noch ist die Eibe ein bevorzugter Friedhofsbaum. Düster und streng empfinde ich es in ihrem Umraum. Etwas lässt mich Innehalten und Stocken. Ich erlebe eine Grenze, Stille - ich möchte ausweichen! Es fordert Mut, sich, in einem echten oder imaginären, Sterbeprozess bis auf den Grund seiner Seele zu begeben seine ganze Angst, Bestimmung und Liebe zu fühlen. Sterben ist ein Übergang in die Ewigkeit.



Nichts
in der Stimme
der Zikade
sagt,
wie bald
sie
sterben wird.

Basho



♩ = 90

Ich ver - las - se das Sein.

A - sche wird weiß. Stil - le in

mir, zeit - lo - se, un - endlich -

e Stil - le.



Schwarz oder Schwarzgrau ist dunkel wie die Nacht. Schwarz ist, wie Weiß, eine absolute Farbe bzw. Nicht-Farbe. Es ist eine Grenze, an der das Lebendige aufhört. Wir verbinden damit Tod und Trauer. Doch denken wir an Holz, das verbrennt: Erst wird es kohlschwarz, dann kommt die Asche, diese ist wieder weiß und vermischt sich mit der Erde. Neues Leben beginnt, wie Phönix aus der Asche.

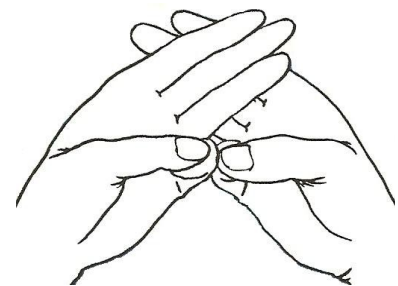


Die Rune **Eoh** ist wie ein Rückgrat oder der Stamm eines Baumes geformt, mit einer Wurzel in den Tiefen des Unbewussten und einem oberen Teil, der aus dem Reich des Geistes seine Kräfte zieht. Eoh ist die Macht in der Natur, die den Tod überwindet und zu einem neuen Ausdruck des Lebens führt. Diese Rune spricht die Schwierigkeiten an, die entscheidende Lebensprozesse mit sich bringen. Dies kann eine Krise oder eine Zeit der Herausforderungen und Prüfungen sein.



Raben sind auf der ganzen Welt zu finden. Sie sind Aasfresser und werden in den meisten Kulturen als Totenvogel gefürchtet. Gleichzeitig sagt man ihnen nach, dass sie ins Jenseits und wieder zurück fliegen können, also Botschafter der Zwischenwelt sind. Tatsächlich können jung aufgezogene Raben nicht nur zahm werden, sie zeigen darüber hinaus eine überraschende Klugheit.

Bei diesem **Stop-Mudra** werden die flachen Hände gekreuzt aufeinandergelegt, wobei die Daumenspitzen auf die Nagelfläche der kleinen Finger gelegt werden und diese sich praktisch ebenfalls kreuzen. Diese Handstellung ist gut geeignet, sich selbst zu bremsen, wenn man in aufgedrehter Überaktivität nur noch schwer zur Ruhe kommen kann. Achte dabei auf deinen Atem und stelle dir z.B. das tiefblaue ruhige Meer in der Arktis vor, mit Eisbergen, die von der Sonne angeleuchtet werden. Ringsum nur Weite und Stille.





Auch Paul macht hier mal Halt,
Onkel Edwin ist ganz kalt.
Da liegt sein Körper, unglaublich still,
Paul weiß nicht recht, was er hier will.
Es macht ihm Angst und Bange,
so ein Leben währt nicht lange.
Stop! - Plötzlich ist die Zeit vorbei,
alles andere: einerlei.

ich begegne dem Tod



Die ausgesprochen hohen und zarten Töne von einem **Psalter** sind so fein, dass ich sie gerne für sakrale Stimmungen und sehr intensive Momente einsetze, z.B., wenn ich klanglich darstellen möchte, wie die Seele im Todesfall den Körper verlässt. Hier wird der Psalter noch von einem untergründig durchdringenden **Gong** begleitet. Zusätzlich erklingt einige Male ein, mit dem Bogen gestrichenes, C oder G auf einem **Kontrabass**. Gegen Ende wird der Psalter immer zarter, um dann endgültig in der Stille zu verklingen.

+ KBass, A+E zupf. / GONG, G-Schl. / TTRO, 2 Gong-Schl., gleichz., leise

Lege dich hin und stelle dir vor, wie dein Körper stirbt. Fühle, wie dein Körper schwerer wird und du nichts mehr bewegen kannst.