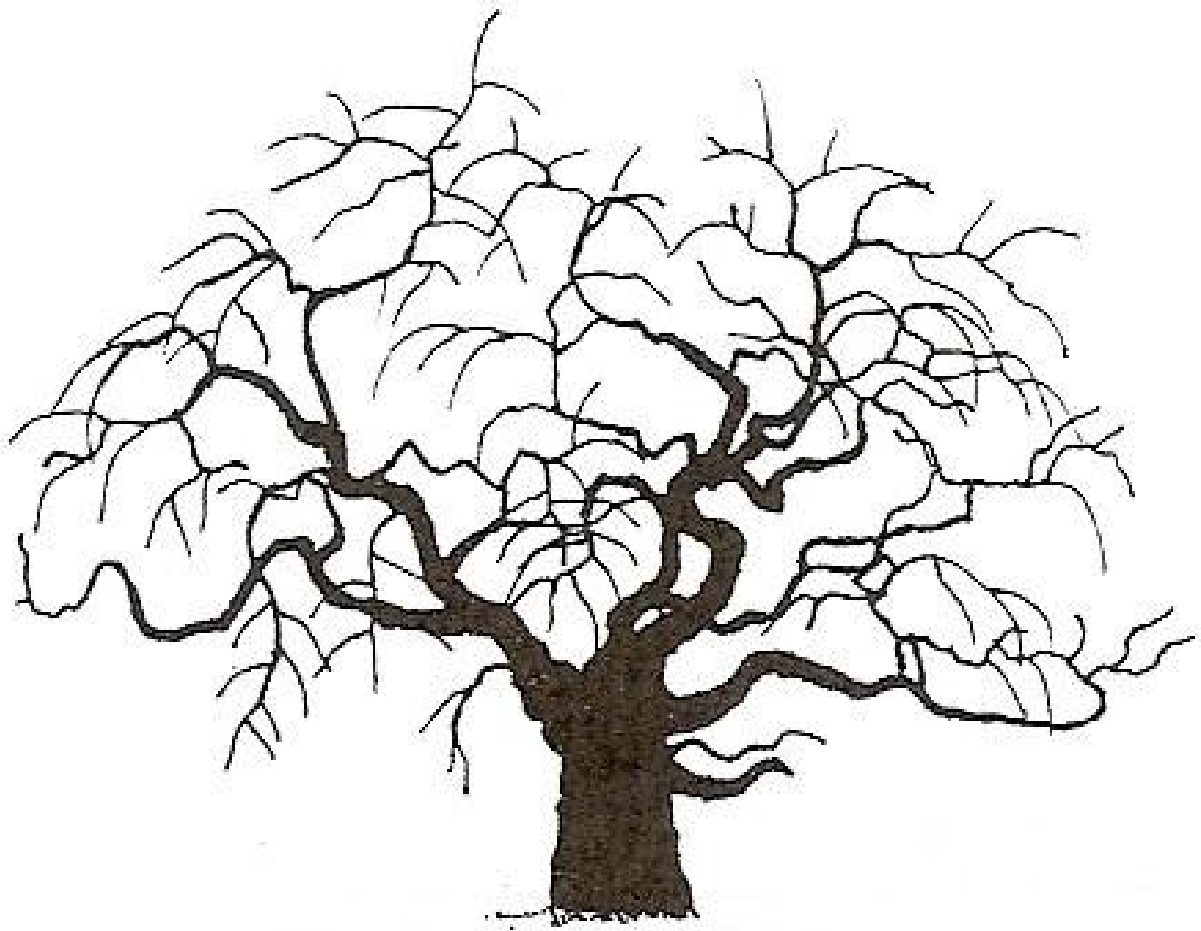




Ginkgo

Geheimniss, Essenz

Der Ginkgobaum stellt unter den Bäumen eine Besonderheit dar. Er gilt als ein lebendes Fossil. Trotz seiner eigenwilligen Blätter ist er kein Laubbaum, sondern wird, wie die Nadelbäume, zu den Nacktsamern gezählt und in einer eigenen Klasse eingeordnet. Ursprüngliche, wildwachsende Ginkgobäume findet man heute nur noch in Südostchina. Es ist beeindruckend, dass nach dem Abwurf der Atombombe in Hiroshima vier Ginkgobäume im Epizentrum überlebten. Ginkgoblätter helfen bei Kreislauf- und Konzentrationschwäche sowie bei einigen Formen der Migräne, bei Alzheimer und Demenz. Es ist, als trage der Ginkgo ein Mysterium, ein Geheimnis in sich und würde aus der Tiefe der Vergangenheit heraus wirken. Angebunden an die Urkraft des Lebens, vermittelt er Hoffnung, jugendliche Frische und Elastizität.



„Wo soll
demnächst
ich noch
hingehn?“,
denkt so
für sich die
Bohnenranke.



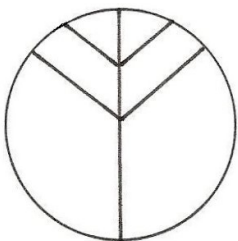
Kijiro

♩ = 96

Wie wunderlich die
 Le - bens - spur, ge - heim - nis - voll ihr
 Sinn. Das Schick - sal ei - ne Fra - ge nur: Wo
 komm ich her, wo geht es hin?



Ein leicht getrübbtes Hellgrün nenne ich, um eine Farbzeichnung zu finden, gerne **Moos**. Es beinhaltet die lichte Frische von Maigrün, verbunden mit einer angenehmen und leichten erdigen Körnung.



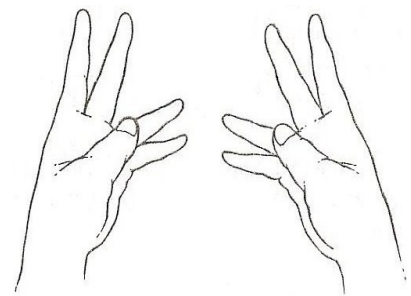
Dieses Siegel zeigt das Zeichen eines **Lebensbaumes**. Die Äste sind, wie empfangende Arme, nach oben gerichtet, während der Stamm zentriert und aufrichtet. Lasse die Lebenskraft durch dich hindurchfließen.

In den letzten 200 Jahren wurde der **Luchs**, die größte europäische Wildkatze, fast ausgerottet. Durch Wiedersiedlung ist dieser heimliche Jäger in die verborgenen Täler und Wälder zurückgekehrt. Er jagt hauptsächlich Rehe und kann von einem geschlagenen Tier bis zu zwei Wochen leben. Der Luchs lebt sehr zurückgezogen und es ist wenig



wahrscheinlich, ihn zu Gesicht zu bekommen, da er dem Menschen aus dem Weg geht und in der Regel nachtaktiv ist. Der Luchs kennt die Magie der Stille und die Geheimnisse der Natur. Er regt an sich mit den Mysterien des Lebens zu beschäftigen, die sich aber nur dem Offensichtlichen, der lernt, seine Sinne zu öffnen und auf die Sprache der Natur zu achten.

Lege bei diesem **Entgiftungs-Mudra** die Daumen an die Innenkanten des dritten Ringfingergliedes. Es entsteht eine leichte Verkanntung der Handflächen. Für den Körper ist es wichtig, mindestens einmal im Jahr Fasten- oder Entschlackungstage durchzuführen. Verbunden mit viel Ruhe, unterstützenden Yoga- und Atemübungen, aber auch Bewegung, wie kleinen Wanderungen, Reis- oder Kartoffelkuren und Einläufen, um den Darm zu reinigen, werden Körper und Seele entgiftet und gereinigt. In den Ruhephasen kann man gut dieses Mudra anwenden.





und aus dieser Wunderquelle
möchte Paul jetzt auf die Schnelle
das versprochene Lebenselixier -
es soll verjüngen Mensch und Tier.
Dieses Wunder der Natur
trink am besten gleich und pur.
Paul denkt: Traue ich diesem Ort
oder treibe ich doch lieber Sport?

ich lasse mich überraschen



Bei dem **Koshi-Chime** sind acht Klangstäbe aus Silberdraht auf eine runde Metallplatte geschweißt, die in eine Resonanzröhre aus Bambus gesetzt ist. Wird das Metallspiel bewegt, erklingen kristallzarte, wundersame Töne, die eine verzauberte Atmosphäre entstehen lassen. Unterstützt wird dies von einem **kleinen Klangbrett** (g f d a), das ganz unterschiedlich bespielt wird und vor allem gegen Ende zur Hauptstimme wird. Hinzu kommt, ab und zu, ein leichtes, wie zufälliges Spiel auf einem Keyboard (-**Xylophon**) in a-Moll.

+ kl. RGLO / gr. RGLO, XYL-Schl. / TTRO, Gong-Schl. (x), leicht, intuitiv

Das Leben ist voller Wunder: Jede Geburt, die vielen unerforschten Zusammenhänge, unverständliche Heilungen, ein Lächeln, das Weltall, das innere Erwachen, sind Wunder. Wisse, dass du nichts weißt.