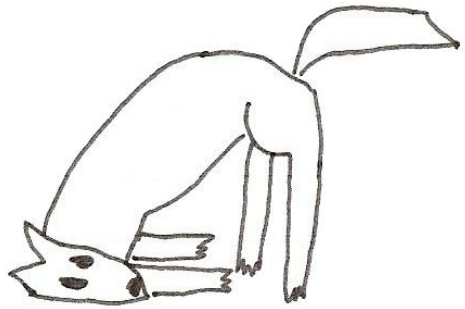


Paul



Ansichten eines Kojoten

Auszüge aus:
Vom Klang der Bäume,
H.Stuckart

1. Auflage 2018

RAOUM-Verlag
Badeweg 18, 28870 Ottersberg
www.vomklangderbaeume.de

Alle Rechte vorbehalten.

Satz und Gestaltung: H.Stuckart
Herstellung: Druck&Medien Kontor, Rotenburg

ISBN 978-3-9820107-1-7

Vorwort:

Paul, ein Kojote führt dich hier durch einen Hain mit 40 verschiedenen Bäumen. Seine Geschichten sind dabei nicht so ernst zu nehmen, sie sind humorvoll gemeint. Die Lieder und auch die Ich-Affirmationen kannst du allerdings als Anregungen verstehen, um einen bestimmten Aspekt deiner inneren Kraft zu aktivieren. Wenn du selber singen möchtest, kannst du die kurzen Lieder, wie Mantren, so oft wiederholen, wie es dir gefällt. Das geht a capella, also ohne Begleitung, am Besten.

In dem ursprünglichen Buch „Vom Klang der Bäume“ ist alles noch ausführlicher und mit vielen weiteren Bezügen beschrieben. Dort liegt der Schwerpunkt in den detaillierten Baumbeschreibungen und den dazu komponierten Baum-Heilklängen. Erst mit diesen ca. sechs Minuten langen Klängen sind die Geschichten um Paul vollständig. Wenn dich das anspricht, dann kannst du das Arbeitsbuch (incl. CD) sowie ein Kartenset auf meiner Homepage bestellen.

H. Spuckard

♩ = 90



Atem des Windes streicht durch die Bäume,



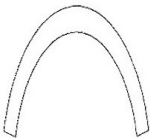
Herzschlag der Er - den - schöpf - ung in mir.



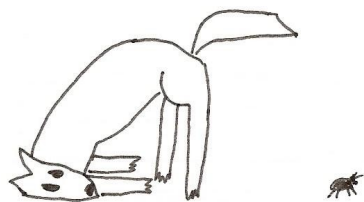
Le - bens - kraft Was - ser - durch - strömt



mich. Schöpfer dein Feu - er brennt - in mir.



Vorbereitung



ich stimme mich ein

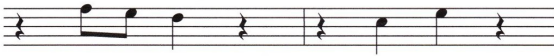
♩ = 100



Un - be - rührt, rein



weiss, ei - n Neu - be - ginn.



In mir hell und frei,



noch ab - sichts - los.



Birke

Reinigung, Neubeginn

1

Der Reinigung wegen
steht Kojote Paul im Regen.
Das macht ihm keinen Spaß,
davon wird er nur nass.
Lieber liegt er mit Wonne
faul in der Morgensonne.
Das findet er famos
und nebenbei ganz absichtslos.



ich reinige mich

♩ = 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.



Roteiche

Ausrichtung, innere Führung

2

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

♩ = 120



Ba - lan - ciert in mir sel-ber, aus -



ge - glich - en, ver - traut. Das



Le - ben webt um mich her-um. Ich ste -



he still, schau - e mich um.



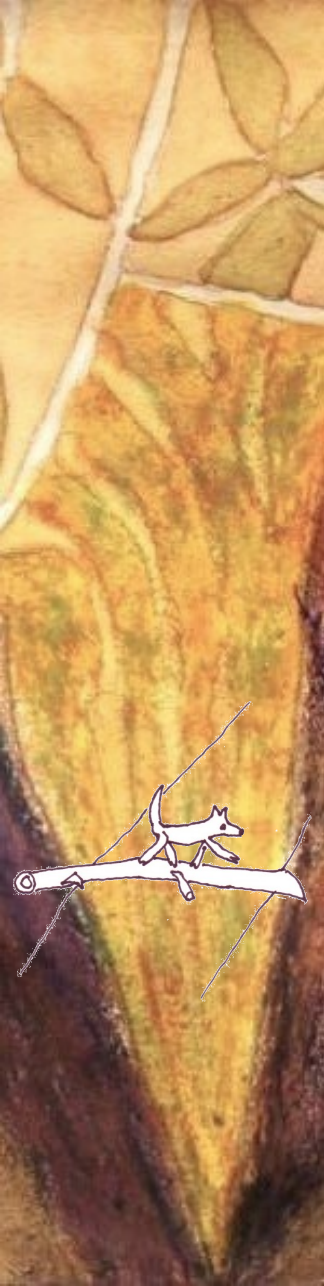
Ahorn

die eigene Mitte finden, Balance

3

Da vorne fließt ein kleiner Fluss,
den Paul jetzt überqueren muss.
Weit und breit kein anderer Weg,
hinüber führt ein schmaler Steg.
Das wird ein Ding mit der Balance,
denn verpasst er diese Chance,
wird es nass und unbequem.
Für Paule kein Problem!

ich balanciere mich



♩ = 108



Ich bin ein-fach da, im-mer da,
Du bist ein-fach da, im-mer da,



so wie du im Wind, ein -
so wie ich im Wind, ein -



fach nur ____ sein, in
fach nur ____ sein, in



mir, in dir, in mir.
dir, in mir, in dir.



Kiefer

Einfachheit, Direktheit



4

Paul steht einfach so herum,
man könnte meinen, er sei stumm.
Aber nein, er hört nur still
und schaut genau, was er hier will.
Ohne irgendein Gehabe
folgt er seiner leisen Gabe.
Es ist ein nüchterner Effekt:
einfach und direkt.



ich bleibe einfach

♩ = 120



Frisch auf, im-mervor - an, ge -



nau, wie - du bist.



Blei - be ein - fach du, na-tür -



lich, au - then-tisch, echt. _____

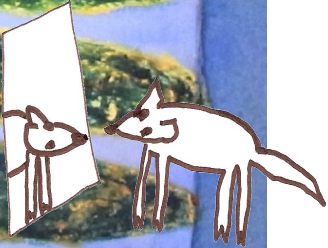


Apfel

Echtheit, Authentizität, Frische

5

Da vorne an der Wand
hat Paul sich selbst erkannt:
ein hübsches Gesicht,
nur riechen tut es nicht.
Paul bellt es an.
Es bellt zurück,
doch ohne Ton.
Das ist verrückt.



ich bin, wie ich bin

$\text{♩} = 100$

Sanf - te, licht - hel - le

Mil - de, an - ge - nehm.

Ich ent - span - ne mich,

wohl - ig.



Linde

Sanftheit, Milde

6



Bei seiner Wanderung durch den Wald
macht Paul auf einer Lichtung halt.
Da steht eine Wanne auf der Wiese -
keine ist so schön wie diese.
Und mit Geschnauf und Wonne
setzt er sich in die warme Tonne.
Er wird dabei ganz weich und lind,
so unbeschwert, fast wie ein Kind.

ich entspanne mich

♩ = 80



Un - ter dei - nem Schutz, —



— dank-ba - rer, zar - ter Ge-sang,



stimmt mich ein, _____ öff - net mich.



Ich fol-ge die - sem fei-nen Ge - fühl. _____



Eberesche

Feingefühl, Achtsamkeit

7

Nachdenken, Dichten, Briefe schreiben,
das kann Paul nun gar nicht leiden,
lieber geht er da spazieren,
damit sich mal die Glieder rühren.
Mit Bewegung in den Beinen
fängt er doch noch an zu reimen,
als flüsterte ein kleiner Mann im Ohr
ihm leise etwas vor.

ich folge meiner inneren
Stimme



♩ = 138

gesprochen:



Neh-me dei-ne Kraft



Set-ze sie - ge-nau. Blei-be



stark, ge-er-det,



hier und jetzt!



Eiche

robuste Durchsetzungskraft

8

Da steht der Paul ganz selbstbewusst,
er fühlt sich stark und sehr robust.
Sein Fell ist voll, die Augen klar,
er ist in seinem besten Jahr.
Er kennt kein Zaudern oder Träumen,
hat keine Keller auszuräumen.
Sein Handeln ist konkret,
am besten jetzt und nicht zu spät.



ich bin konkret

♩ = 90



Ich spie-le, zeit-los ver-sun-



ken, probier-e hier und da,



ent-deck-e Neu-es. — I-ch

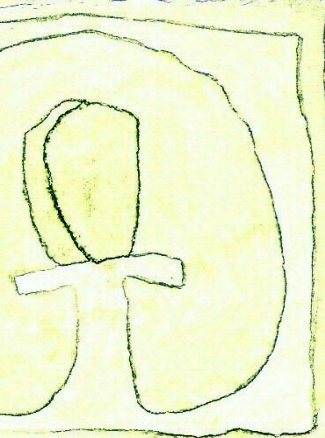


spie - - - le.

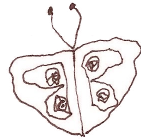


Haselnuss

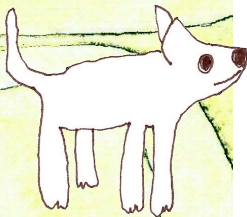
Leichtigkeit und Spielfreude



9



Auch unser Paul war einmal klein,
da genügte noch ein Kieselstein,
der war Blume, Katze oder Ball -
es gab noch Wunder überall.
In der nassen Erde wühlen,
mit dem Falter Fangen spielen,
jeder Tag war viel zu kurz,
und am besten war: ein lauter Furz.



ich erlaube mir zu
spielen

♩ = 100



Ein Seh - nen, _____ un - still - bar. _____



_____ Wo zieht _____ es mich hin?



Was sucht mein Herz? Ich tas - te



nach mei - ner Vi - sion.



Kirsche

Sehnsucht, Verführung



10

Paul gibt sich diesmal elegant,
weltoffen, heiter und charmant,
denn er will mit seinen
Liebesschwüren
seine Süße heut verführen.
Ach, die Triebe, Lust und Qual,
Sehnsucht füllt ihn jedes Mal.
Die Verlockung ist so groß
und er wird ganz ruhelos.



ich folge meiner
Sehnsucht

♩. = 60

Dem Knoten zu-ge - wandt. Fes -

tes löst_ sich auf, wird_ weich.

Wie_ der Wind, we - hen-der, lö - sen-der

Wdh. langsamer

Wind durch mich hin - durch.

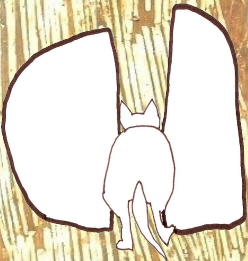


Pflaume

Festes lösen, Krisenbewältigung

11

Nach all dem hektischen Gerenne
steckt Paul jetzt in der Klemme:
Die Felsenspalte hält ihn fest,
ab dem Bauch und seinem Rest.
Herunter müssen Speck und Lasten,
deshalb muss er heute fasten.
Doch endlich löst sich diese Qual,
er schlüpft hindurch - dünn
wie ein Aal.



ich werde durchlässig

$\text{♩} = 100$

RAOUM las - sen,

weit, groß und tief.

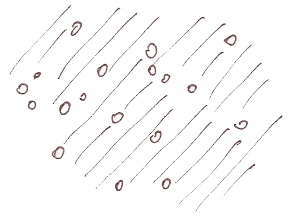
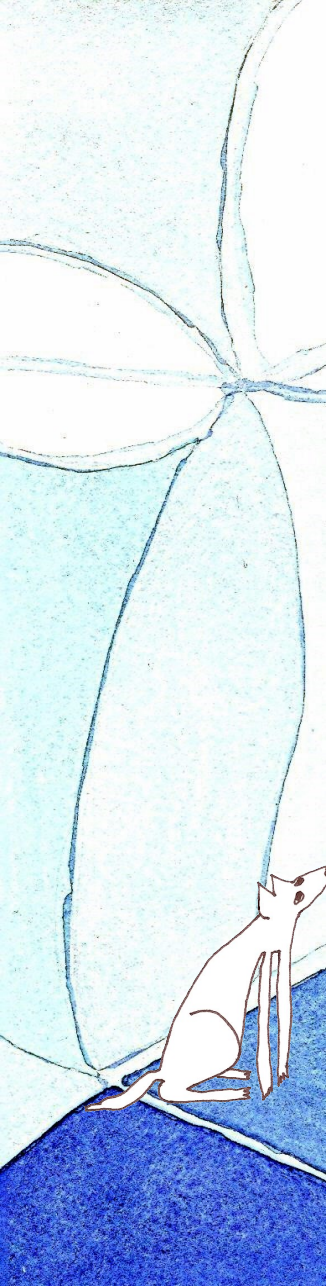
Un - er - mess - lich, un - er -

gründlich, un - end - lich.



Buche

Weite, Größe, Tiefe



12

Unser Paul schaut gerne
nächtens in die Sterne.
Für ihn sind diese Lichter
alles funkelnde Gesichter.
Hier kann er immer wieder staunen.
Da! Hört ihr nicht das Raunen?
Als ob in dieser Weite, dieser Tiefe
einer seinen Namen rief.

ich erlebe Gottes Größe

♩ = 100



Ich bin selbst-ver-ant-wort-lich



für mein Han - deln und Tun.



Was ist not - wen - dig? Was



ruft mein Herz? Was ist, wie es ist?



Walnuss

innere Unabhängigkeit, Eigenständigkeit

13

Paul liebt sein eigenes Revier,
denn er ist kein Rudeltier.
So kann er frei in seinen Sinnen
hierhin oder dorthin rennen.
Er folgt nur ungern einer Pflicht,
denn fremde Regeln mag er nicht.
Dafür hat er ein Gespür
für die selbst-geschaffene Kür.



ich bin selbstverant-
wortlich

♩ = 100



Un - ter mir die Er - de,



be - stän - dig, ver - läss-lich fest.



Ich bin ein Teil von ihr, na-tür-



lich, ent-spannt, — ru - hig. —



Holunder

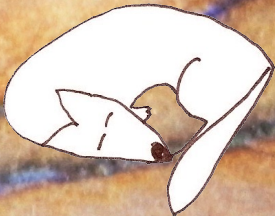
Gelassenheit, innere Ruhe

14

Ach, die Hektik dieser Tage
bringt Paul in eine angespannte
Lage.

Alle haben schrecklich viel zu tun -
höchste Zeit, mal auszuruhen.

Er verschwindet auf die Schnelle
an eine gut versteckte Stelle
und die Eile wird im gleich,
er wandelt in einem anderen Reich.



ich bleibe gelassen

♩ = 69

Kein Han - deln,
 nur Schau - en, Lau-schen,
 In - ne - - - hal - ten.
 Was__ ist we-sent-lich?

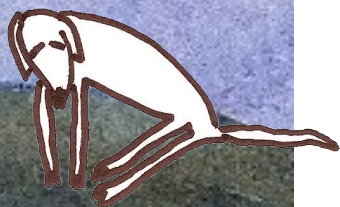


Wacholder

Konzentration auf das
 Wesentliche

15

Dem verborgenen Sinn im Leben
eine klare Richtung geben:
Was ist wichtig? Was ist das Ziel?
Für Paul gibt's da nicht viel.
Knurrt sein Magen eine Weile,
hat er nur noch große Eile
und ist darauf versessen:
Er will endlich etwas fressen!



ich folge der inneren
Notwendigkeit

♩ = 108



Tan - zen-deLust und Freu - de,



üp-pig, prall, Ek-sta-se, Zu-ver-sicht, Sinn-lich-keit,



im Flow sein, leicht und frei,



gut ge - launt geht es vor - an.



Kastanie

Fülle, Lust und Lebensfreude

16

Lieber noch als dumm da sitzen
mag Paul durch die Felder flitzen:
mit Vollgas über die Savanne,
schneller noch als Freundin Anne.
Das erfüllt mit Lust und Freude
- es ist ein Spaß für beide.
Doch es steigert die Ekstase
geht die Jagd auf Hase!



ich lebe meine Lust



$\text{♩} = 100$



Un - - re - gel - mä -
Big, ur-sprüng-lich, un - ge-schliffen, rauh.
Wald, Ber - ge, Meer, na - tür-lich,
un - end-lich zart, kräf - tig und wild.



Birne

Freiheit, Wildheit, Natur

17

Da wachsen zarte weiße Blüten
und spitze Dornen, die sie hüten.
So ist die ursprüngliche Natur:
süß und herb und alles pur.
Dichtes Gestrüpp und weite Prärie:
Wie wird das Wetter? Man weiß es
nie!

Paul macht das nichts aus,
er findet´s besser als im Haus.

ich bleibe naturverbunden



♩ = 100

Ich flie-ße, wel-le, strö - me,
 las - se ge - seh`n. Ich
 schwin-ge, lö - se, trei - be, be -
 we - ge mich. Ich



Weide

Fließen, Bewegung, Vitalität

18

Paul möchte schwimmen gehen,
doch noch bleibt er am Ufer stehen.
Das Wasser fließt so herrlich leicht.
Er springt hinein, vielleicht.
Dann fängt er zu paddeln an
und zeigt allen, was er kann.
Erfrischt und nass kommt er zurück,
es braucht nicht viel zu diesem Glück.



ich bewege mich

♩ = 100



Ganz oh - ne mich



sel - ber, ganz oh - ne ein Ich,



kei-ne Mas-ke, kein Schau-spiel,



nur at - men - des Licht.

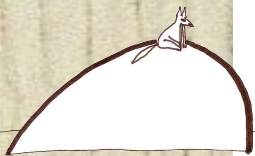


Buchsbaum

Ich-los sein, Läuterung

19

Paul, sonst ein echter Wirbelwind,
in allem schnell und sehr geschwind,
sucht heute einen ruhigen Ort,
so wie auf diesem Felsen dort.
Hier, ganz still mit sich allein,
kann er endlich selbst-los sein.
Wenn dann der Frieden in ihm ruht,
geht es ihm auch wieder gut.



ich spüre die Stille

♩ = 100



Licht er - füllt den



Raum, öff - net die See - le,



durch - lich - tet die Form,



hell, warm, — klin - gend. —

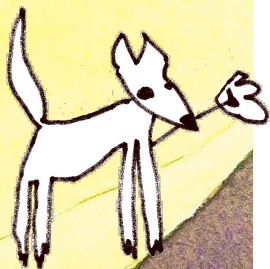


Esche

sonnenhaftes Ausstrahlen

20

Paul kommt heute zu Besuch mit einer Blume, einem Buch. Er möchte Anne gern beschenken und ihren Trübsal anders lenken. In diesem besonderen Moment zeigt Paul sein helles Temperament. Seine Augen strahlen im Gesicht. Es brennt in ihm ein warmes Licht.

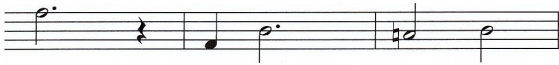


mein Licht leuchtet
und wärmt

♩ = 92



Gro - ße Göt - tin Schöpf -



ung, du Licht und Dun -



kelheit, du Gestal-ter - in, du



hei - len - de ____ Ur - kraft. ____



Erle

Mitfühlen, Heilen

21

In der letzten Himbeerhecke
biss den Paul `ne Zecke.
Jetzt saugt sie munter Blut.
Das findet er so gar nicht gut.
Doch Paul kommt da nicht dran,
so dass er sich nicht helfen kann.
Langsam wird er mutlos, bange,
es fehlt einfach: `ne Zeckenzange.



ich lasse mir helfen

♩ = 80



Tü - ren öff - nen,



ver - trau-en. Ich schüt - ze dich



und mich. Hin - hören, Nä -



he zu - las - sen. _____



Weißdorn

schützen, pflegen, Nähe
zulassen

22

So ist das mit streunenden Hunden:
Sie fühlen sich auch schnell
verbunden.

Da steht diese Hütte so allein.
Paul schaut einfach mal hinein.
Sie ist wirklich grau und leer.
Da fällt es ihm nicht schwer,
sein Mitgefühl zu zeigen.
Er wird hier eine Weile bleiben.



ich schütze dich und
mich

♩ = 100



Ge - ord - net mein Ge - dan - ken - lauf,



ge - rich - tet auch im Tun.



Le - ben - dig, frei, noch im Ent - steh`n,



ver - dich - tet dann die Form.



Hainbuche

Ordnung, Selbstdisziplin

23

Paul hat für Ordnung keinen Sinn,
er legt die Sachen einfach hin.
Sie liegen hier und da und dort,
es gibt keinen bestimmten Ort.
Chaos herrscht über dem Genie,
aufräumen tut er eigentlich nie.
Wird es ihm zu dumm,
zieht er einfach um.



ich ordne mich

♩ = 80



Erd - ver - bun - den - e,



zeit - lo - se _____ Ru - - - he_



— re-gen-er - iert und kräf - tigt mich.



Olive

Weisheit, innerer Frieden

24

Da fallen doch vom Pferde
diese Äpfel auf die Erde.
Sie düngen diese,
die Blumen und die Wiese.
„So findet alles seinen Grund,
jede Katze, jeder Hund“,
denket Paul so für sich leise.
Ich finde, das ist weise.



ich erde mich

♩ = 90

Öff - ne dein Herz, ___

dei - ne Au - gen, ___ dei - ne Ohr - en, ___

dei - ne Sin - ne. ___ Hö - re!

Öff - ne dein Herz, ___ öff - ne den RAOUM ___ ...



Ilex

sich öffnen, Hinweise
wahrnehmen

25

Paul kommt dieser Tage
in eine angespannte Lage.
Ja, er weiß, mit viel Verdruss,
dass er sich ändern muss.
Irgendwie läuft alles schief:
Er hängt zu sehr in seinem Mief.
Er sieht die Dinge klar,
er wird sich bessern - nächstes Jahr!



ich öffne meine Sinne

$\text{♩} = 90$

OM_____ Ich ver-nei-ge
mich, vor dem Al-les - um-fas-sen - den, —
— Al - les-durch-drin - gen-den,
Schö-pfungs - geist. OM_____

The image shows a musical score in 4/4 time with a tempo marking of quarter note = 90. The melody is written on a single staff in treble clef. It begins with a whole note 'OM' followed by a half note rest, then a half note G4, a quarter note rest, and a quarter note A4. The second line continues with a quarter note B4, a quarter note C5, a quarter note B4, and a quarter note A4. The third line starts with a quarter note G4, a quarter note F4, a quarter note E4, and a quarter note D4. The fourth line begins with a quarter note C4, a quarter note B3, a quarter note A3, and a quarter note G3. The piece concludes with a half note G3, a half note rest, and a final whole note G3.



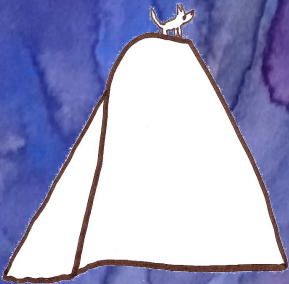
Zeder

Demut, Bescheidenheit

26



Der Weg hinauf ist nur ein Steg,
achtsam jeder Schritt am Weg.
Endlich oben auf dem Gipfel
berührt Paul fast die Wolkenzipfel.
Nur der Vogel fliegt noch weiter,
hoch hinauf die Himmelsleiter.
Doch hier muss Paul bescheiden
einfach auf dem Boden bleiben.



ich bleibe bescheiden

♩ = 90

Ich ver - las - se das Sein.

A - sche ___ wird weiß. Stil - le in

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

e Stil - le.



Eibe

Sinnbild für Tod und
Wiedergeburt

27

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



♩ = 100



Früh-lings-duft und leich-ter Wind



we - hen durch die Blät - ter,



lei-ses Rau-nen, Hau-chen, Flüs-tern.



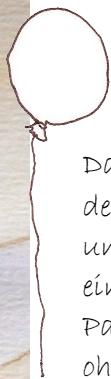
Wind, der A - tem Got - tes.



Pappel

Unbeschwertheit, Leichtigkeit

28



Das Wetter ist milde und lau,
der Himmel märchenhaft blau,
und überall liegt zart in der Luft:
ein feiner, samtiger Duft.
Paul schlendert so davon -
oh, da vorne: Ein Ballon!
Ach, wär das Leben doch immer so
leicht,
so einfach herangereicht.



ich nehme es leicht

♩ = 100

Aus-ge-rich-tet, zen-triert,
still und ge - gen - wär - tig.
Tie - fe Ge - wiss-heit.
Jetzt fliegt mein Pfeil ge-nau ins Ziel.

The image shows a musical score for a song. It consists of five staves of music. The first staff is in treble clef, 4/4 time, with a tempo marking of ♩ = 100. The key signature has one flat (B-flat). The lyrics are written below the staves. The second and third staves are in bass clef. The fourth and fifth staves are in treble clef. The lyrics are: 'Aus-ge-rich-tet, zen-triert, still und ge - gen - wär - tig. Tie - fe Ge - wiss-heit. Jetzt fliegt mein Pfeil ge-nau ins Ziel.'



schmalblättrige Ölweide
Wachheit, Präsenz



29

Der eine ist pedantisch und genau,
der andere ruppig und mal rauh.
Paul ist klar und geradeaus,
er lässt alles sofort raus.
Irgendwie ganz bei sich selber,
keine Zweifel, keine Gelder,
ist er wach und gegenwärtig,
stets im Jetzt und sofort fertig.

ich bin gegenwärtig

$\text{♩} = 100$

Ver-lier__ ihn nicht, den See-len-ort, __

__ den stil - len Puls in dir. ____

__ Be - hü - te ihn, wie ei - nen Schatz, __

__ es ist ____ das Licht in dir. ____



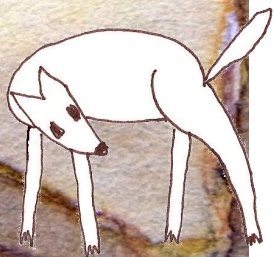
Mandel

Licht, der innerste
Wesenskern

30

Paul fühlt sich unausgegoren,
als hätte er sich selbst verloren.
Er wüsste wirklich allzu gern,
was ist da drin, in seinem Kern?
Denn achtsam war er lange nicht,
- zu viel gebuddelt, ohne Licht.
Jetzt geht er der Sache auf den
Grund:

Ach ja! Er ist ein Hund!



ich berühre den RAUM
in mir

♩ = 90



Al-le Blät-ter fal - len, frü - her



o-der spä-ter. Nichts hat Be - stand. Es gibt



kei-ne Sich-er-heit. Nimm dei - ne Angst



in lie - be - vol - le Hän - de.



Thuja

Schicksal, Unbewusstes

31

So etwas gab`s noch nie,
dieses Befinden heute früh:
Paul`s Knochen taten weh,
von der Schulter bis zum Zeh.
„Werde ich nun alt?
Und zu steif für den Wald?
Ist meine Zeit jetzt abgelaufen?
Kommt als nächstes: Herzweh,
Schnaufen?“

ich akzeptiere
die Schatten



♩. = 60



End-lich ist die Form ge-lun -
gen und die Knos - pe kann er - blüh`n.
Sie ent-fal-tet sich von in - nen. Pracht-vol - le
Fül - le, Voll - kom - men - heit.



Magnolie

Fülle, Reichtum im
Feinstofflichen

32

Mitten in der großen Wiese
ist vergessen jede Krise.
Blüten rundherum, wohin man
blickt.

Paul staunt und ist verzückt.
So ein buntes Blumenreich
kommt doch einem Wunder gleich.
Alles üppig, alles voll,
diese Pracht ist einfach toll.

ich spüre meine
innere Fülle



♩=105



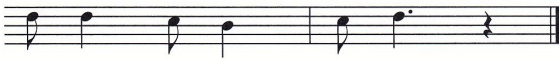
Es wan-delt sich im Lauf der Zeit



die Blü - te in die Frucht.



Was zart mal war wird schließ - lich fest,



ver-geht, ver - än - dert sich.




Ulme

Entwicklung, Verwandlung



33



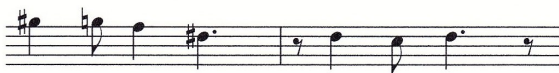
Was gestern noch so sicher galt,
ist heute doch schon lange alt.
Die neueste Technik lockt und drängt,
als sei ein Gruppenzwang verhängt.
So ist es nun mal trendy,
auch Paul hat nun ein Handy.
Bei Lichtern, Knöpfen, die verführ`n,
kann er sich da noch selber spür`n?

ich lasse Neues zu

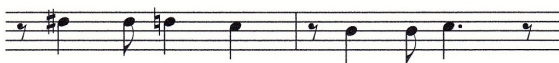
♩ = 100



So e - le - gant, fein ab - ge - stimmt,



je - des Teil an sei - nem Platz.



Aus - ge - wo - gen, mü - he - los,



ist al - les, wie es ist.



Kupferfelsenbirne
kleine Meisterschaft

34

Ist da eine alte Fährte,
ruf den Paul, der ist Experte.
Er braucht einen Ansatz nur,
schon verfolgt er diese Spur.
Die Nase runter und hinterher,
nur mit Schnupfen ist das schwer.
Doch er hat auch hier eine Idee:
Er folgt einfach der Spur im Schnee.



ich gebe mein Bestes



♩ = 92



Im - mer wei - ter und vor - an,
be - stän - dig, auch am En - de,
im Wan - del, auch im Ü - ber - gang:
ge - tra - (a) - gen.



Lärche

Zuversicht, Vertrauen
in Übergänge

35

Buddeln, in der Erde wühlen,
Dreck an seiner Nase fühlen,
Staub und Schlamm am ganzen
Leib,
sind ein prima Zeitvertreib.
Viele Düfte, die ihn locken:
Wurzeln, Hasen, alte Socken.
Und an jedem neuen Platz
findet Paul `nen anderen Schatz.



ich muss etwas
durchdringen

♩ = 96

Wie wun - derlich 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?



Ginkgo

Geheimniss, Essenz



36

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

♩ = 120



Un - be - küm - mert,



— mu - tig, lock - er,



durch - drin -



- gend und frei.




Robinie

Unbekümmertheit,

Unvoreingenommenheit

37

A vertical illustration on the left side of the page. It features a white cat with a dark purple patch on its back, sniffing a row of small white flowers. The background is a mix of light and dark purple washes, suggesting a garden setting.

Jeder hat `ne Macke, einen Spleen:
Unser Paul mag keine Disziplin.
Regeln, Ordnung sind ihm zu viel,
für ihn ist alles nur ein Spiel.
Frech geht er in Nachbar`s Garten,
rupft die Blumen, all die zarten,
die so schön in Reihen steh`n,
als hätte er das nicht geseh`n.

ich bin unbekümmert

♩ = 90 *p*



Huuuh (Atemluftstrom)



Ur - ge-walt und Le - bens-kraft,



res-pekt-ein - flö-Bend, rie - sen - groß. Sie



fließt, man spürt es kaum.



Sumpfzypresse

elementare Lebenskraft

A vertical watercolor illustration on the left side of the page. It features several overlapping slices of citrus fruit, likely lemons or limes, with vibrant yellow and green hues. The slices are layered, creating a sense of depth and texture. The background is a mix of light and dark green washes. At the bottom of the illustration, a hand is shown holding a white, striped object, possibly a piece of paper or a small bag, which is partially overlapping the citrus slices.

38

Anfangs regnet es ganz sacht,
dann wird es stürmisch in der Nacht.
Es blitzt, es donnert und es kracht,
Paul erschreckt bei solcher Macht.
Die Welt wird wohl gleich untergehn,
Paul ist jedenfalls nicht mehr zu sehn.
Morgens ist dann alles still und fein,
er hätte sich gefürchtet? - Aber nein!

ich spüre die Energie
fließen

♩ = 92



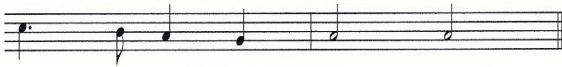
Auf - ge - rich - tet, kla - rer__ Blick,



ich - frei und oh - ne ein



Tun lenkt sich die E - ner - gie in



die rich - ti - ge Rich - tung.



Tanne

Aufrichtekraft, Lenkung
von Energie

39

Paul ist gerne am Meer,
Sonne und Wind, das mag er sehr.
Er kann den Wellen lauschen,
ihrem Kommen und Gehen, ihrem
Rauschen.
Und dann: all die Spuren im Sand.
Wer ist hier die lenkende Hand?
Kein Sinn kann das erfassen,
außer sich ebenso formen zu lassen.



Es gibt nichts zu tun

♩=126



Stil - le in mir,



es__ at - met, E - ner-



gie__ fließt. I - ch - los,



ver - bun - - den.



Heckenrose

Verbundenheit, Liebe

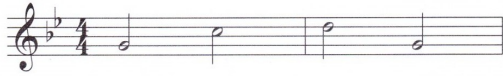
40

Plötzlich steht Paul still und staunt,
er ist so grundlos gut gelaunt.
Selbst ohne Plan und Ziel
erlebt er innerlich so viel.
Still mit sich selbst allein,
wie kann das nur so herrlich sein.
Paul fühlt sich wie benommen,
als sei er endlich angekommen.



ich fühle mich
verbunden

♩ = 90



Grund - los, ziel - los,



kein Lehr - er, kein Schü - ler, kein Weg. —



— Ich sin - ke und sin - ke in den Klang,



in die - sen wei - ten, end - lo - sen — RAOUM.

Ausklang





Vom Klang der Bäume

40 Wege
zur inneren
Kraft

inkl. CD

H.Stuckart

das Arbeitsbuch

Dieses Arbeitsbuch hat 294 Seiten, mit sehr vielen Abbildungen und einer beiliegenden CD. Ausgehend von den unterschiedlichen Wesen der Bäume versucht der Musiktherapeut Hubertus Stuckart diesen in Klängen, Bildern und Texten nachzuspüren und dabei ihre heilenden Kräfte zu entfalten. Mit dem Klang, dem Rhythmus und seiner Dynamik, also seinem energetischen Muster, lauschen wir auch unseren eigenen Gestaltungskräften. Innere Bilder entstehen und verdichten sich bis in die konkrete Lebensgestaltung.



das Kartenset

Das Kartenset besteht aus 42 schmalen Karten. Vorne ist je ein Rindenscheit zu sehen und auf der Rückseite die dazugehörige Holzscheibe, der Baumname, die Kapitelnummer sowie eine kurze Ich-Affirmation. Am schönsten sind natürlich echte Hölzer, aber das Kartenset ist dafür nicht so sperrig, es enthält mehr Informationen und ist gut als Reisebegleiter geeignet. Ich halte die Karten in der Hand und schiebe sie der Reihe nach von der einen in die andere Hand, bis ich eine Baumrinde gefunden habe, die mich anspricht.



die CD

Auf dieser CD findest du die 40 (+2) kurzen Lieder, die hier und auch im Hauptbuch „Vom Klang der Bäume“ vorgestellt werden. Du kannst sie im Shop auf meiner Homepage: www.vomklangderbaeume.de kaufen oder kostenlos downloaden.



Über den Autor:

Hubertus Stuckart ist Vater einer erwachsenen Tochter und geschieden. Er lebt mit seiner neuen Lebenspartnerin in Ottersberg in der Nähe von Bremen und arbeitet als selbstständiger Musiktherapeut und Heilpraktiker für Psychotherapie.

Seit über 20 Jahren sammelt und baut er einfache Instrumente und untersucht die heilende Wirkung von Klängen. Du kannst Termine in seiner Praxis „RAOUM für Klang und Selbsterfahrung“ vereinbaren, wenn du Unterstützung oder Hilfe suchst.

Paul ist ein Kojote und er streunert durch das Buch „Vom Klang der Bäume“, von Hubertus Stuckart, als wäre er die Hauptfigur. Deshalb, und als eine Art Einleitung dahin, nun Paul`s gesammelte Ansichten und die Noten zu 40 Baumliedern.



ISBN 978-3-9820107-1-7

