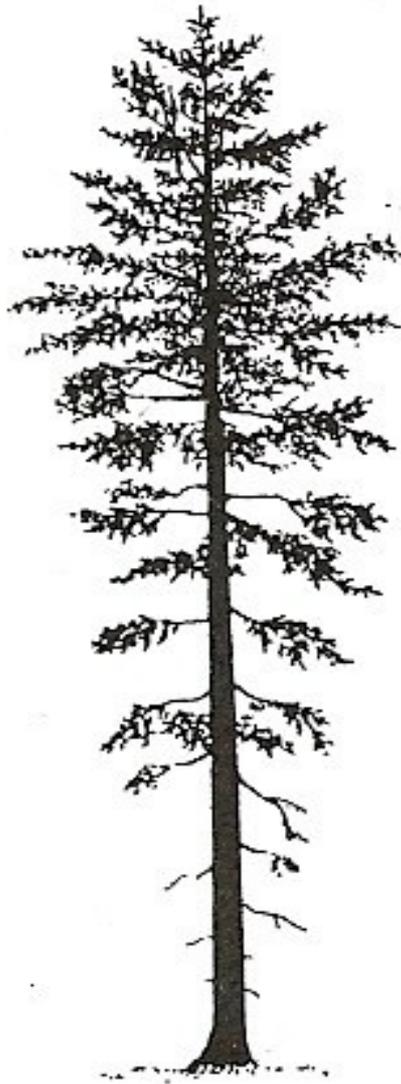




## Tanne

Aufrichtekraft, Lenkung von Energie

Die Weißtanne ist ein hochaufwachsender, immergrüner Nadelbaum. Tannenzapfen entwickeln sich nur im Kronenbereich und stehen aufrecht, während sie bei der Fichte hängen. Wenn man sie sich nur als kleinen Weihnachtsbaum vorstellt, geht einiges von ihrer mächtigen Kraft, die sie als freistehender Baum in der Frische des Gebirges entwickelt, verloren. Die Tanne richtet auf, ihre Senkrechte macht wach, sie ermöglicht eine weite Sicht und Klarheit. Selbst angeschlossen an die kosmischen Energieströme, entwickelt sie die Fähigkeit, Energien gezielter zu lenken. Würde man von oben herab auf einen Baum schauen, könnte man entdecken, dass sich die Zweige, wie Schneekristalle stets mit sechs Armen, bis ins Feinste verästeln. Die gerade, knotenfreie Struktur macht Tannenholz gut geeignet als Bau- und Resonanzholz für Saiteninstrumente.



Komm  
in die Hütte  
und bring  
vom Winde mit,  
der durch  
die Fichtenzweige  
weht.

Basho



♩=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.



**Coelinblau** ist ein helles Blau, das dicht neben Türkis steht. Es ist eine transparente, leichte Farbe mit der größten Kälte – lauschend nach dem Ruf des Geistigen. Sie kann einem helfen zu atmen, nicht weil sie Luft vermittelt, sondern weil sie eine reine, klare Frische ausstrahlt.



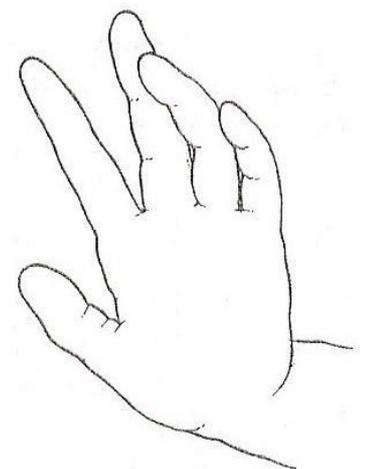
Die Rune **ASS** ist die Kraft des Öffnens und Freisetzens, damit der Hauch des Lebens hervorkommt. Ass bedeutet „Sprachrohr Gottes“ und setzt inspiriertes Wissen frei, ein Wissen, das nicht erlernt wird, sondern das einfach da ist. Angefeuert mit dem lebensspendenden Atem wird man energiegeladen, erfinderisch und kreativ.

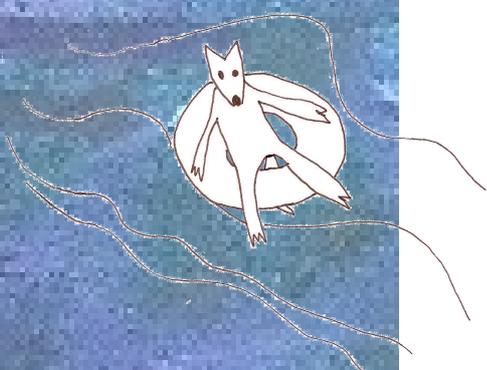
Dieser segnende **Christus** steht als Mittelfigur am Südportal von Chartres wundervoller Kathedrale. Christus ist ein Beispiel für einen Menschen, dessen Bewusstsein komplett in



der göttlichen Ganzheit aufgegangen ist. Kein Ich ist hier zurückgeblieben, er hat es losgelassen und sich, in tiefer Liebe, ganz Gott und den Menschen hingegeben. Ich habe das Gefühl, er schaut mir und dir in die Seele, als würde er fragen, für welchen Zweck wir unser Sein und unsere Kraft im Leben einsetzen.

Bei dem **Abhaya-Mudra** ist die rechte Hand, mit der Innenfläche nach vorne, zur Brusthöhe erhoben, während die linke Hand im Schoß oder am Herzen ruht. Man sieht diese Geste der Schutzverheißung bei der Darstellung vieler Gottheiten. Für mich ist es eine segnende Hand, die mir Zuspruch gibt und mir hilft, ohne Angst meinen Weg zu gehen.





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



Zwei der beruhigendsten Klänge in der Natur sind das absichtslose, leichte Plätschern einer **Quelle** und das Wasserfließen eines Bachlaufes, vergleichbar mit der Klarheit einer Tanne in der frischen Gebirgsluft. Ab und zu singt eine **Nachtigall**.

+ Zuhören / TTRO, gespreizte Hände auf die Fläche legen

*Bade im Klang der Quelle. Du bist der Mittelpunkt. Alle Töne bewegen sich auf dich zu. Tiefer Frieden.*