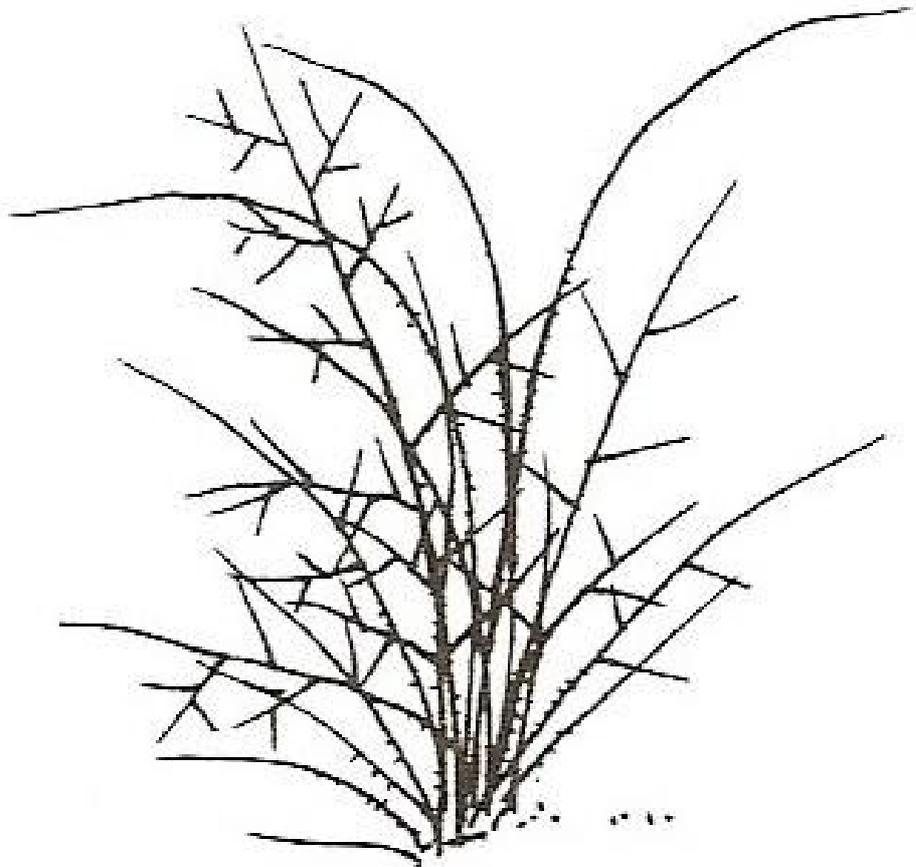


Heckenrose

Verbundenheit, Liebe

Die Heckenrose, auch Hundsrose oder Wildrose genannt, ist ein Strauch der, wild wachsend und freistehend, schnell zu einem runden Busch wird. Sie ist sehr lichtbedürftig, verträgt aber auch leichten Schatten, so dass sie gerne an Waldrändern zu finden ist und mit ihren langen rutenförmigen Trieben auch gerne die Bäume hoch zum Licht klettert. Als dornenbewehrte Hecke beschützt sie den dahinter liegenden heiligen Hain, in der Hoffnung, dass es einen höheren Sinn des Lebens gibt. Die wilde Rose symbolisiert die Liebe, eine Kraft, die sich in ihrer Hingabe von ihrer edelsten Seite zeigt. Es gelingt ihr, die kosmische Energie zu transformieren, so dass aus Chaos und Bewegung eine individuelle Gestalt, ein eigenes Bewusstsein, ein eigenes Schicksal entsteht, das über den Moment hinaus bestehen kann.



Eingeschneit,
allein -
da ist etwas,
das ich ihn
fragen
möchte,
den Buddha.



Shiki

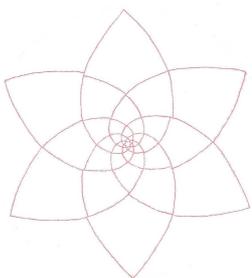
♩=126



Stil - le in mir,
 es at - met, E - ner -
 gie fließt. I - ch - los,
 ver - bun - - den.



Rosa ist eine Pastellfarbe, also ein mit Weiß aufgehelltes Rot. Ebenso wie Lachsrosa, das etwas gelblicher ist, erinnert es an die menschliche Haut und damit an etwas Zartes und Verletzbares. Gleichzeitig schützt diese unsere Haut den ganzen Körper.



Dieses **Rosen-Siegel** zeigt eine sechsstrahlige, voll entfaltete Blüte. In ihr findet sich wieder eine Blüte und immer so weiter. Dieses Prinzip findet sich überall in der Natur: wie im Großen, so im Kleinen und umgekehrt. Oder anders gesagt: Ich bin in Gott und Gott ist in mir.

Im asiatischen Raum gibt es eine Vielzahl überlebensgroßer **Buddhastatuen**. Sie zeigen ihn mitunter liegend und schlafend oder, wie hier, sitzend und meditierend. Die versammelte Ruhe, die von den Statuen ausgeht, ist beeindruckend. Manche sind so groß, das man sie auch weit in der Landschaft sieht. Hier verschmilzt der meditierende Buddha mit der Natur. Er ist eins mit ihr. Seine Haare werden oft so dargestellt, das man es sich vorstellen kann, wie sein Kro-



nenchakra weit geöffnet ist. Buddha ist ein Beispiel für einen Menschen, dem es gelungen ist, die Gnade einer inneren Erleuchtung zu erfahren. Er hat seine höchste Blüte als Mensch entfaltet.

Mache einmal den Versuch und spüre in den Raum zwischen deinen locker geöffneten Händen hinein. Kannst du hier ein Prickeln, eine Energiedichte, eine Lichtkugel oder Ähnliches spüren? Spiele mal mit deinen Händen und ihrer Entfernung, dehne die Kraft zwischen ihnen aus und presse sie wieder zusammen. Das ist die Lebensenergie, die alle Lebewesen durchströmt und durchlichtet. Viele Heilmethoden arbeiten mit dieser Kraft oder lassen sich von ihr führen. Du kannst auch, wie bei dem **Pushpaputa-Mudra**, deine Hände wie leere Schalen oder offene Blüten auf deine Oberschenkel legen und erleben, wie der Reichtum des Universums mit seiner Liebe und Wärme und seinem Frieden in dich strömt.





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



Es erklingen nur vier Töne: das D3 von einem mittleren **Monochord** und die Töne G3, d4, g4 von einer großen, selbstgebauten **Zither**. Immer wieder, in einer freien und leichten Abfolge, erklingen diese vier Töne, mit genügend Pausen, die ihnen Raum zum Ausklingen lassen. Ich stelle mir vor, dass die Töne duften. Dann kommen ab und zu wenige Töne von einer **Querflöte** (Fis A H cis d) hinzu.

+ 5. kl. KS / gr. ZIT-G3d4 / TTRO, Lederschl. (Q . . X . .) leicht und frei

Lenke deine Aufmerksamkeit zwischen deine Augenbrauen, auf dein „Drittes Auge“. Fühle, wie die feinen Kräfte der Schöpfung dort ihre zarten Muster bilden und, von deinem Scheitel, als Licht niederregnen lassen.