

## Klangreise „Über MEINEM LEBENSBAUM“ zur Muttererde

Lege dich ganz bequem hin, so wie du es für Dauer der Klangreise gut aushalten kannst.

Wenn immer du das Bedürfnis hast, deine Position zu verändern, so tue das.

Dann atme einmal tief ein und wieder aus und das tue nochmal. Tief ein und wieder aus.

Stelle dir nun vor, du befindest dich auf deinem Lieblingsplatz und Kraftplatz wo auch dein Lebensbaum steht. Ein wunderschöner, starker Baum. Die Sonne scheint und er lädt dich durch einen **Klang** ein, zu ihm zu kommen und dich an seinen starken Stamm zu lehnen um dich auszuruhen oder ihn zu umarmen um die Liebe und Kraft der Natur zu spüren.

Du spürst nun den Baum, die Rinde. **Klang**

Wie fühlt sie sich an?

Du riechst nun den Duft des Baumes. **Klang**

Die der Umgebung des Baumes, das kann der Duft des Waldes sein. **Klang**

Es kann auch der Duft einer Blumenwiese sein. **Klang**

Je nachdem wo Dein Lebensbaum steht?

Mit einem Seufzer von loslassen, findest Du einen Platz unter seinem schützenden Geäst und spürst die Kraft, die er in sich trägt. Es ist, als würde diese Kraft nun auch beginnen, durch dich zu fließen. Sie fließt in deinem Rücken, die Wirbelsäule entlang.

Kannst du die Liebe fühlen, die in dieser Kraft steckt? **Klang**

Kannst du sie in deinem Herzen fühlen? **Klang**

Diese Liebe ist die Liebe zur Schöpferkraft der Natur. Zu der Kraft, die die Erde für jeden Menschen und jedes Lebewesen bereit hält. Die Kraft schwingt und wird dir nun mit einen, **Klang** zugetragen. Es ist ein Gruß und eine Einladung der Erde, dich mit ihr zu verbinden.

Sie lädt dich ein, in ihr Herzzentrum, welches sich in der Mitte der Erde befindet. Und so kannst du nun über die Wurzeln des Baumes in die Erde zum Herzzentrum der Erde reisen.

Bei dieser Reise wirst du mit allen Nährstoffen, die dein Lebensbaum aber auch die Erde für dich bereit hält versorgt.

Spüre dich hinein in deinen Lebensbaum, sprich mit ihm. **Klang**

Was sagt er dir?

Bekommst du auf deine frage, eine Antwort von ihm?

Spürst du wie er Atmet? **Klang**

Spürst du seine Kraft? **Klang**

Spürst du Wärme? Die durch das fließen der Nährstoffe durch seine Zellen er abgibt. **Klang**

Spürst du das schwingen des Baumes? **Klang**

Du schaust den Baumstamm hoch in seine mächtigen schützenden Äste und kannst den blauen Himmel im Hintergrund der durch den Wind leicht Schwingenden Äste und Blätter erkennen. Auch die Sonne leuchtet in ihrem warmen Golden Licht durch die Blätter deines Lebensbaumes.

Sie lacht dich an und schickt dir einen wunderschönen, warmen goldenen Sonnenstrahl und damit nicht genug. Mit ihm gelangt ein **Klang** zu dir. Ein Sonnenklang.

Er zaubert dir ein Lächeln aufs Gesicht, kitzelt dich an der Stirn. **Klang**

Mit ihm kommt ein leichter Windhauch. Der Freund der Sonne bläst dir ganz sanft über die Stirn. **Klang**

Es ist ein friedliches, stilles Bild. **Klang**

Lediglich die Geräusche des Waldes, einige Vögel, das knacken eines kleinen Zweiges nimmst du noch wahr.

Du bist nun mit deinem Gedanken bei deinem Lebensbaum.

Du spürst immer mehr seinen Atem, die Schwingungen, die Kraft, die Standfestigkeit und Verbundenheit mit der Mutter Erde.

Nun gehst du mit deinen Gedanken in seine Wurzel. **Klang**

Spürst du sie wie sie mit der Muttererde in Liebe Verbunden sind? **Klang**

Spürst du die Nährstoffe und Energie die aus der Muttererde in den Baum fließen? **Klang**

Verbinde dich immer mehr mit deinem Baum, deinen Lebensbaum.

Fühle dich ganz geborgen bei ihm. **Klang**

Nun gehst du gedanklich auf deinen Körper.

Nimmst du in ganz wahr von deiner obersten Haarspitze bis zu deinen Zehenspitzen?

Fühle dich nun genau so geboren in deinem Körper. **Klang**

Du bist nun ganz bei Dir.

Spürst du die Energie durch deinen Körper fließen? **Klang**

Spürst du wie dein Blut durch dich Strömt, dein Herz Schlägt ganz sanft und ruhig? **Klang**

Du bist ganz bei Dir.

Nun gehst du gedanklich auf deine Füße besonders auf deine Fußsohlen.

Spürst du den Waldboden oder die Wiesen unter deinen Füßen? **Klang**

Nun verbindest du dich mit der Mutter Erde. Du lässt aus deinen Fußsohlen Wurzeln in die Erde wachsen so wie dein Lebensbaum mit der Muttererde Verbunden ist.

Du machst dich auf die Reise zum Herzzentrum der Muttererde. **Klang**

Im Herzzentrum steht ein Schild mit deinem Namen darauf. **Klang**

Lasse nun aus beiden Fußsohlen Wurzeln zu deinem Namensschild wachsen.

So gelangst du immer tiefer und tiefer in das Herzzentrum der Muttererde.

Kannst es fühlen, das Licht, die Liebe im Herzzentrum der Muttererde? **Klang**

Alles erwarte dich schon. Es ist voller Wärme. **Klang**

Wie fühlt sich die Verbundenheit mit der Muttererde an?

Nun Spüre einmal die Fülle und die Geborgenheit, die die Erde dir schenken möchte.

Genieße all diese Geschenke. **Klang**

Lasse all die Wärme, Geborgenheit und Liebe durch dich fließen. **Klang**

Genieße die Verbundenheit zur Muttererde. **Klang**

Sprich auch mit ihr.

Gibt sie dir Antwort auf deine Fragen?

Genieße weiter die Verbundenheit zur Muttererde. **Klang**

Nun nimmst du all die Geschenke, wie Liebe, Kraft, Geborgenheit, Wärme mit.

Denn nun ist es wieder an der Zeit, die Rückreise anzutreten.

All das, was die Erde dir nun geschenkt hat, das bist auch du. Du selbst bist ein Teil der Erde.

Du hast dir diesen Körper erwählt, um auf der Erde leben zu können. **Klang**

Auf dem Rückweg nimmst du nun all die Nährstoffe auf, die die Erde in sich trägt und die dir dienen, um gestärkt und kraftvoll deinen Weg auf der Erde zu gehen.

An deinem Kraftplatz angekommen wirst du von deinem Lebensbaum erwartet. **Klang**

Er scheint dich anzulächeln und zu fragen „Verstehst du nun, warum ich so gerne auf der Erde bin?“

Über meine Wurzeln bin ich ständig mit Erde verbunden und im Laufe der Zeit habe ich sie in meinen Herzen tief verankert. **Klang**

Dann schaust du in den Himmel und siehst den Wolken nach, wie sie sanft und mit Leichtigkeit vorüber ziehen.

Da erinnerst du dich auch wieder an die Goldenen Sonnenstrahlen die dir zu Beginn ein kleines Lächeln geschenkt haben. **Klang**

Und kehrst mit diesem schönen Gefühl wieder zurück und bist voller Kraft. **DU BIST KRAFTVOLL, DU BIST GUT GEERDET. Klang**

Nun gelangst du ganz wieder ins hier und jetzt an den Platz, Raum von wo aus du die Reise gestartet hast.

Komme nun langsam wieder mit deiner Aufmerksamkeit in den Raum zurück,

kannst deine Finger und Hände bewegen, deine Füße winken dir zu. Atmest einmal tief ein und aus. Streckst und reckst dich und öffnest dann auch deine Augen und nimmst den Raum und Umgebung um dich wieder wahr. Betrachte die Wände und fühle den Boden unter deinen Füßen.

Du bist wieder ganz im Hier und Jetzt.