

Für einen Baum spielen:

Für einen Baum zu Trommeln ist etwas seeehr schönes. Für ihn, mit ihm dies ist kein Unterschied, wenn Du Dich mit dem Baum wirklich, im Sinne von wirksam, verbindest.

Ich werde den Ablauf ähnlich wie im [Spielen einer Tierschwingung](#) so aufbauen, dass Du ohne Vorkenntnisse die einzelnen Schritte gehen kannst. Wenn Du schön mit Bäumen „geredet“ hast, dann ist meine Technik, die ich von [Elizabeth](#) gelernt habe, vielleicht eine Ergänzung zu Deiner Methode..

Du kannst alles hintereinander weg ausprobieren, oder einzelne Schritte herauspicken und vertiefen. Wenn Du Dich für die Kommunikation mit Bäumen und Pflanzen interessierst, kannst Du die folgende Übung als Basis benutzen. Und.. ja, dann, .. habe ich glaub's schon erwähnt.. üben, üben, üben!

Es mag noch hilfreich sein zu wissen: Wenn Du jedesmal etwas UNTERSCHIEDLICHES empfindest, wenn Du den GLEICHEN BAUM/Pflanze spürst, dann ist das RICHTIG!

Ein Problem im klassischen, naturwissenschaftlichen Sinne der Beweisbarkeit der Erfahrungen im feinstofflichen Raum, hängen damit zusammen, dass EINE EMPFINDUNGSERFAHRUNG NICHT WIEDERHOLBAR ist!

Natürlich wirst Du Dich an vorhergehende Erfahrungen mit dem Baum/Pflanze erinnern, zu Deiner Überraschung vermutlich besser als an manch andere.. , dennoch wird und sollte sie jedes mal eine NEUE KOMPONENTE enthalten. Du benutzt ja Deine Körperempfindung als Kommunikationsinstrument und Du und Deine Körperempfindung stehen jeden Tag an einer anderen Stelle! (Alles bewegt sich ständig weiter..) und der Baum (als Beispiel) ebenfalls.. seinen grossen Wandel, kannst Du äusserlich in den Jahreszeiten genau mit begleiten und ein Baum im Frühling fühlt sich seeehr viel anders, als im Herbst!

Stelle es Dir am einfachsten tatsächlich wie ein Gespräch vor! So wie Du mit Freunden eine gemeinsame Atmosphäre, einen gemeinsamen Gesprächsraum hast, der Dir vertraut ist, und ihr aber natürlich nicht immer exakt dieselben Worte miteinander austauscht, sondern ein fortlaufendes Gespräch miteinander führt.. so ist es auch mit den Interaktionen mit Bäumen, Pflanzen und Tieren..

Übungen, um mit einem Baum in Kontakt zu treten, ohne Trommel:

1.) Über eine Leitung:

Diese Methode finde ich am besten, manchmal, wenn ich ganz sicher gehen will, dass ich genau, aber genau den Interaktionspartner erreiche, den ich erreichen möchte, benutze ich sie immer noch!

Stelle Dir vor, Du hast auf dem Kopf wie eine Art Schneckenaugen. Diese Schneckenaugen ziehst Du ein in den Kopf, dort werden sie zu einer einzigen Leitung.

Diese Leitung, Du kannst sie Dir vorstellen, wie Du möchtest, legst Du aktiv durch Deinen Körper hindurch. So als würdest Du mit einem inneren Finger daran entlang fahren und überall, wo Du die Leitung berührt hast, empfindest Du sie weiter.

Wichtig und zentral: Du empfindest die Leitung im Körper und stellst sie Dir nicht nur im Kopf vor!

Du legst die Leitung bis in einen Deiner Füße und gehst durch den Fuss in den Boden und durch den Boden zu „Deinem“ Baum.

Wenn Du die Leitung empfindest und sie keine Unterbrechung hat, wirst Du es deutlich spüren, wenn Du den Baum erreicht hast. Sobald das geschehen ist, wirst Du den Baum in Dir spüren, Du hast jetzt einen Interaktionskreis mit dem Baum und es fließen zwischen Euch Informationen hin und her.

Bei dieser Übung ist es sehr gut einmal 20 Minuten am Stück zu machen! Du wirst merken, dass Deine Aufmerksamkeit ab und zu nimmt, das macht nichts, versuche die Leitung zu halten und sie, die Aufmerksamkeit, ganz auf dem Baum zu halten.

Diese Technik kannst Du für die Kommunikation mit ALLEN DINGEN/PFLANZEN anwenden! (Du kannst sie auch bei einem Tier anwenden. Jedoch in der Praxis ist es manchmal schwierig, wenn das Tier sich bewegt.. Du müsstest dem Tier dann mit Deiner Interaktionsleitung 1:1 folgen.. das ist schwierig..)

ACHTUNG! Wenn Du Deine Leitung legst und sie an irgendeiner Stelle nicht weiter geht, oder abreisst.. dann beginnst Du **VON VORNE!** Schneckenaugen einziehen, durch den Kopf, Hals, etc. den Boden..

Wenn die Leitung steht und Du den Baum spürst, ist es einfacher sie zu halten, dort müsstest Du es nur neu machen, wenn Du merkst, dass die Aufmerksamkeit definitiv weggegangen ist.

Jaa, richtig bemerkt.. feinstoffliche Arbeit ist in erster Linie Aufmerksamkeitssache!

2.) Baum mit Liebe anstrahlen

Du stellst/setzt Dich in einem Abstand zu Deinem Baum und stellst Dir vor, wie Du ihn mit Liebe anstrahlst. Du könntest mit Deiner Nase, oder dem kleinen Zeh strahlen, aber für den Verstand ist es einfacher, wenn Du die Liebestrahlen vom Brustkorb aus sendest.

WICHTIG: Empfinde erst das Gefühl der Liebe in Deinem Brustkorb, während Du den Baum betrachtest und wenn Du das Gefühl gut spürst, dann strahle den Baum damit an!

WICHTIG: Das **HANDWERKSZEUG**, um mit dem Baum zu Kommunizieren ist **DEIN KÖRPER!** Das bedeutet, Du schaust auf den Baum, Du strahlst den Baum mit Liebe an, die **ANTWORT EMPFINDEST DU IN DEINEM KÖRPER, IN DIR!**

Dies gilt übrigens für alle Interaktionen! Wenn Du etwas ausserhalb von Deinem Körper spürst, dann ist es mit grosser Sicherheit eine Vorstellung, oder Glaubensstruktur. Was, und ja hier ist es etwas trickie, wiederum bedeutet, Du hast Deinen Kopf, Deine Vorstellung **NICHT** verlassen und bist **NICHT MIT DEINER UMGEBUNG IN KONTAKT!**

Also, eine ganz, ganz wichtige Referenz, ob Du eine Interaktion spürst, oder in Deiner Vorstellung unterwegs bist und Dir vielleicht denkst, Du hättest eine Interaktion, ist: Eine Interaktion ist im Körper mindestens an einer Stelle spürbar, an mehreren, am ganzen Körper!

Für einen Baum spielen:

Setze Dich zu Deinem Baum, lehne Dich am besten an seinen Stamm. Verbinde Dich mit ihm.

Spüre ihn in Deinem Körper, wenn Du an ihn lehnst, indem Du ihn durch Deinen Rücken wie in Dich hineinsaugst, oder andersherum in ihn hineinsinkst. Lasse Dir Zeit, bis Du eine klare

Verbindung zu dem Baum fühlst, seine Stimmung, Deine Stimmung.. Eure gemeinsame Atmosphäre in diesem Gespräch..

Nehme dann Deine Trommel, begrüße sie, so wie Du es gewohnt bist, und beginne zu spielen. Konzentriere Dich erst einmal auf die Trommel, den Schlag. Und wenn Du Dich eingefunden hast im Klang, im Spiel, dann lasse die Aufmerksamkeit sich ausdehnen, sie fließt wie von selbst durch Deinen Rücken in den Baum..

Je intensiver es Dir gelinkt, die Aufmerksamkeit, beruhigt und getragen durch Dein Trommelspiel, in den Baum fließen zu lassen, umso stärker wird sich Dein Trommelspiel verändern.. schaue, was passiert.. welches Musikgespräch ihr zwei miteinander führt..

Mit der Zeit, wenn Du sehr versunken bist und ganz verschmolzen mit dem Baum und der Umgebung, wirst Du bemerken, dass sich immer mehr Vögel über Dir im Baum, vielleicht sogar am Boden um Dich herum, versammeln und in Euer Zwiegespräch einstimmen..