

Über die Geduld

Man muss den Dingen die eigene, stille
ungestörte Entwicklung lassen,
die tief von innen kommt und durch nichts gedrängt
oder beschleunigt werden kann,
alles ist austragen – und dann gebären...

Reifen wie der Baum, der seine Säfte nicht drängt
und getrost in den Stürmen des Frühlings steht,
ohne Angst, dass dahinter kein Sommer
kommen könnte. - er kommt doch!

Aber er kommt nur zu den Geduldigen,
die da sind, als ob die Ewigkeit vor ihnen läge,
so sorglos, still und weit...

Man muss Geduld haben mit dem Ungelösten im Herzen,
und versuchen, die Fragen selber lieb zu haben,
wie verschlossene Stuben,
und wie Bücher, die in einer sehr fremden Sprache
geschrieben sind.

Es handelt sich darum, alles zu leben.
Wenn man die Fragen lebt, lebt man vielleicht allmählich,
ohne es zu merken, eines fremden Tages
in die Antworten hinein.
– Rainer Maria Rilke

Liebe Klang- und Musikinteressierte,

der Frühling zeigt sich immer deutlicher: der Gesang der Vögel und der Duft der Frühlingsluft locken nach draußen. Wie gerne würden wir uns schon wieder mit einer bunten Blütenpracht umgeben, den Garten gestalten und draußen sitzen. Deshalb finde ich gerade für den Frühling vorstehendes Gedicht so passend. Die Lebensgeister kehren zurück. Dennoch sind wir aufgefordert, mit Geduld und Hingabe in dieses neue Frühjahr zu gehen.

Wenn wir auch in diesem Monat wieder die Rauhnächte und die Tierkreiszeichen betrachten, befinden wir uns in der 4. Rauhnacht und im Zeichen des Widders. Somit beginnt ein neuer Tierkreis. Wir stehen sozusagen wieder am Beginn der Schöpfung und diese ist voller Energie. Im übertragenen Sinne wird dem Widderzeichen das Element Feuer zuordnet.

Ein Aspekt, der mir in diesem Zusammenhang besonders gut gefällt: Während ich diese Zeilen schreibe, schaue ich in unseren brennenden Kamin und werde mir der unterschiedlichen Kräfte des Feuers bewusst: Feuer brennt, Feuer zerstört, Feuer wärmt: Wenn wir jetzt zu Beginn des neuen Frühjahres unsere (Lebens-)Kräfte wieder neu spüren und uns der Sache völlig hingeben (brennen), werden viele andere Dinge einfach unwichtig (zerstört). Wir machen dann etwas mit absoluter Lust und Begeisterung und fühlen uns wahrscheinlich gut (gewärmt).

Dennoch werden wir durch das Osterfest auch an die Vergänglichkeit des menschlichen Körpers erinnert. Ständiges Werden und Vergehen laden uns immer wieder ein, bewusst den jetzigen Augenblick zu leben.

Und so freue mich auf klangvolle Begegnungen (**sofern nichts anderes angegeben, finden die Angebote in der Praxis für Musik- und Klangtherapie, Drosselstraße 2, Saalhausen statt**):



- **Mit sanften Klängen in die Osterzeit**



**Mittwoch, 10. April 2019 um 19.30 Uhr,
Beitrag: 10 €, Anmeldung erforderlich**

Den Alltag hinter sich lassen, zur Ruhe kommen und in Resonanz mit dem eigenen Körper gehen!

An diesem Abend nehmen wir bewusst wahr, wie unser Körper auf Klänge reagiert. Zum Einsatz kommen verschiedene Klanginstrumente, Atem- und Wahrnehmungsübungen sowie die eigene Stimme. Bitte bequeme

Kleidung anziehen und Decken (können ggf. auch gestellt werden) sowie warme Socken mitbringen.

- **Fastenmeditation am Karfreitag, dem 19. April 2019 von 08.30 Uhr bis ca. 10.00 Uhr**



Praxis für Musik- und Klangtherapie, Drosselstraße 2, Saalhausen
Spendenbasis, Anmeldung erforderlich

Karfreitag ist für viele Christen ein wichtiger Fasten- und Besinnungstag. Ich lade ein, diesen Karfreitag bewusst zu beginnen. Durch gezielte Impulse können wir unsere wirklichen Bedürfnisse wahrnehmen.

Die Musik und der Klang werden uns dabei unterstützen.

- **Singen im April**



Mittwoch, 17. April 2019, 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr, (ausnahmsweise am 3. Mittwoch)
Beitrag: 5 € (Hinweis: Diese Veranstaltung findet in Saalhausen statt)

Dienstag, 30. April 2019 von 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr beim Verein Kompetenz gegen Brustkrebs.

Diese Singgruppe ist offen für alle Interessierten. Wir treffen uns in der Kardinal-von-Galen-Straße 16 in Olpe

- **Jahreskreisfest Beltane,**



Donnerstag, 2. Mai 2019 von 19.30 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

Beitrag: 10 €, Anmeldung erforderlich

Mit dem 1. Mai beginnt bei den Kelten das Sommerhalbjahr. Dieses Fest ist vor allem gekennzeichnet durch Fröhlichkeit, Wärme, Licht, Feste und Feiern.

Das Jahreskreisfest Beltane ist ein Mondfest und liegt zwischen der Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche und der Sommersonnenwende.

Hinweis:

Der nächste Eckhart-Tolle-Nachmittag findet am 11.05. von 14-17 Uhr statt. Nähere Informationen folgen.

Ich wünsche euch allen eine gute Zeit.

Herzliche Grüße

Sigrid

P.S.: Ich möchte, dass meine Informationen die Menschen erhalten, die sich dafür interessieren. Deshalb darf diese Nachricht auch gerne weiterverteilt werden. Wer jedoch diese Nachrichten nicht erhalten möchte, schicke mir bitte eine kurze Mail, damit ich ihn aus dem Verteiler nehmen kann.