

Podcast 007

„The Art and science of BAUMKUSCHELN“

Baumkuscheln ist ein kontroverser Begriff
..er scheidet die Geister ...

Für Menschen die einen Baum als Lebewesen wahrnehmen und nicht als ein Objekt!
Dieser Typ Mensch wird von jenen die ihn als Objekt und nicht mehr wahrnehmen häufig als
Esoteriker, Spinner, Fantast usw... bezeichnet.
Baumkuschler sind Menschen die die Aura, Seele, Energie,.. eines Baumes wahrnehmen.

FRAGE: Auch schon so Erlebnisse gehabt? Oder gar „die Seite“ gewechselt

Der Baum als etwas Lebendiges das auch mit uns in Kommunikation gehen kann.
Deshalb sagen wir auch gern Baumleute.

Verbinden

Es gibt viele Methoden um mich mit den Baumleuten zu verbinden und jeder hat seine ganz
individuelle Art und Weise wies „funktioniert“

- Umarmen
- Fragen stellen
- Fühlen
- Visualisieren
- Beten
-

Ohne Bäume hätten wir als Menschen nie überlebt! Auch heute noch!

Feuer & Werkzeuge & Boote & Luft & Lebensräume für zahlreiche Tiere

Waldbaden

Es gibt wissenschaftliche Studien zum heilsamen Einfluss des Waldes auf uns Menschen.
Bsp: Grünflächen vor Krankenhäusern / Grünflächen in Wohnviertel usw....

Buch: Clemens Arvay

Waldbaden = auf japanisch SHINRIN YOKU, ist in Japan bereits ein anerkanntes
Erholungssystem.

Wissenschaftlich bewiesen - Terpene - Botenstoffe die die Bäume absondern und unser
Immunsystem stärken und uns Wohlbefinden bringen.

Medizinische Anwendung: Gemmotherapie, Homöopathie

GEBEN / NEHMEN Haushalt wenn ich mit einem Baum kommuniziere oder in den Wald gehe!

Wenn ich soviel kriege - warum gebe ich dann nichts?

In Form von Tabak, Salbei, Steine,...

Sichtweise und Perspektive macht die Wechselwirkung zwischen Mensch und Wald sichtbar = Ich
freue mich wenn ich in den Wald gehe / dem Wald freut es wenn ich in den Wald gehe

FRAGE: Welche Naturheil-Mittel aus Bäumen wendest du regelmäßig an?

Wirkung auf uns

Was kann es bewirken wenn ich mich einem Baum zuwende:

- geerdeter fühlen
 - klarer
 - weniger Stress,
 - ruhiger
 - präsenter,
 - nicht so fest im Kopf
 - mehr im Gefühl,...
-
- Austausch/ Antwort auf Lebensfragen bekommen mit Leidenschaft/Notwendigkeit gestellte Fragen, Entscheidungen, Verstehen, Antwort über Gefühl, Bilder, Träume, Stimmen,...
-
- Verbindung spüren: spüren das alles lebt, diese Lebensweise anerkennen, hineinfühlen, Empathie wird erzeugt

FRAGE: Fühlen sich unterschiedliche Bäume unterschiedlich an? Gb uns ein paar Beispiele?

Wie und was braucht es grundsätzlich?

- Absicht und Glaube (leidenschaftliche Notwendigkeit)
- Ruhe / Stille / Zeit / der richtige Umgang mit dem „Plappermann“
- Gelassenheit / Geduld
- Alpha Zustand — — — siehe Podcast Wandering

Methoden

Es gibt nicht diese eine Methode!

Es gibt zahlreiche und sovieler verschiedene wie Menschen

Das ist auch die Magie und die Herausforderung daran meinen persönlichen „spirituellen“ Zugang zu finden

Übungen

Schnurparcour

Partnerübung: blind einen Baum ertasten und wieder finden

Sitzplatz an einem Baum

Ein Nickerchen an einem Baum

Baumkraxeln

Baum umarmen

Danksagung an einen Baum

Tree-preaching

Visualisieren/Imaginieren

Meditationen

Handwerk

FRAGE: Welche Methoden kennst du noch, um dich mit einem Baum, dem Wald zu verbinden?

Weiteres

Geschichten der Kelten und Germanen

Baumkreise

Baumhoroskop/Baumverbündeter (jeder Baum hat einen ganz bestimmte Wirkung auf uns)

Klanghölzer/ Musikinstrumente

Baumperlen

Handwerk - Wildholz - Drechseln - Bogenbau

Natur und Wildnisschule Nawisho

Claudia Hornik & Martin Fürst

www.nawisho.at

NAWISHO
natur&wildnisschuleost