



Teilgenommen haben 15 Personen. Leitung: Pierrette und Beatrix

## **Thema: Bern als Ganzes – Altstadt und Quartiere / Programm 2020**

Innerhalb des Klangkellers erkunden wir den Raum der ganzen Stadt Bern im Kleinformat (der Umriss und der Lauf der Aare sind mit weisser Schnur ausgelegt), fragen nach dem Wesen der Stadtgemeinde Bern als Ganzes und nach Orten, die für das ganze Holon wichtig sind. Unser Ziel ist einerseits, Bern als Ganzes zu erleben und zu erfassen, und andererseits, Hinweise auf Orte, die Beachtung brauchen, zu erhalten. Dies kann als Anregung für die Programmgestaltung 2020 dienen.

### **Austausch Erkundung Bern als Ganzes**

Die Einstimmung (wir stehen im Oval in und um Bern) führt vom individuellen Holon bis zum Holon der Gemeinde Bern. Von da aus direkt ins Erkunden innerhalb oder auch von ausserhalb der ausgelegten Umrissse von Bern. Die im Folgenden erwähnten Punkte, die auf der Karte am Schluss festgehalten sind, sind nur ungefähr lokalisierbar.

P: Während Einstimmung: Klangkeller-Wesen sehr weit, warm-golden; Altstadt hat etwas Gehaltenes, ein bisschen steif in den Armen (Nord- und Südflanke), eingengt; Ganz Bern ist heiter gelassen, aufgerichtet, offen für alle, steht ganz fest, breitbeinig. Es hat mir die Arme gehoben, jetzt ist der rechte ganz oben vorne, der linke hinten unten, Hände rund geöffnet, wie wenn linke empfangen und rechte ausstrahlen würde (stehe im Bereich Schosshalde). Von aussen erspüren, was mir von Bern entgegenkommt: Im Westen kommt mir ein starker Strom entgegen, drückt mich nach hinten (Blick zur Stadt) und hebt die Arme, die ihn empfangen; im Norden wird es etwas vor Stuckishaus dichter, wie eine Schwelle, ich komme dann in kugeligen Raum; westl. der Bremgartenschlaufe zieht es mich hoch und lang, sehr feine erhabene Energie; vom Bereich Wankdorf her wie ein Block, prallvoll Energie, sehr physische Kraft, dehnt sich horizontal aus; vom Osten Höhe Altstadt her richtet es mich wieder auf, diesmal tänzelnd, heiter; von Elfenau her fliesst es auf Beckenhöhe durch mich nach hinten, sehr sanft und sacht, sich hingebend; beim Gurten wellt es schwallweise an mich heran; bei Niederwangen spüre ich wieder den starken Fluss nach Westen.

H: Bern als Ganzes ist nicht begrenzt, ist viel grösser als die Gemeindegrenzen, diese kaum spürbar. Spüre ganz starken Strom von Ost nach West, von Zähringerbrunnen über Loryplatz und Europa-platz, beim von Westen her Richtung Altstadt gehen. Beim Loryplatz ist er so stark, dass ich nicht weiter gehen kann, wie durch einen Flaschenhals.

O: Spüre ausserhalb Grenze kaum etwas, innerhalb Strom Richtung Westen und einige starke Punkte (von Westen kommend: Niderfeld, nordwestlich Niederbottigen, Bereich bei engster Stelle zwischen Könizberg- und Bremgartenwald, kurz vor Eisenbahn-Y, Zähringerbrunnen, Kirche Bremgarten, Schermenwald/Waldau, Schosshaldenfriedhof Westteil, Saali, Elfenau), besonders berührend Felsenau / Bremgartenkirche, so wie Elfenaugebiet beide jungfräulich tief erfrischende Art, überraschend. Alle Punkte sind mit einbezogen, im ganzen Geschehen, mit neuem Elan. Unsere Arbeit hilft, alles zu integrieren. Dank und Freude sind aufgekommen, es läuft jetzt von alleine.

W: Verwerfung von Könizbergwald Richtung Bolligen, in Zollikofen drückt es auf den Thymus. Trichter, wo es runterzieht, im Aarebogen beim Dalmazi / Kirchenfeld.

L: stark ausgeglichen, Linie nach Westen. Ausserhalb Bremgartenschlaufe östlich: schwächend in Beinen, schlecht, wie lauter Abfall. Linksdrall, wo Grenze von Aare weggeht (bei Stürleren). Gegen Bümpliz: Energie kommt nur bis zum Hals, nicht bis über Kopf. Richtung Köniz eher männlich, sonst eher weiblich. Mitten in der Stadt, beim Käfigturm: Austausch oben und unten.

S: Einstimmung, Klangkeller: sehr konzentriert, sehr ruhig, biegt nach innen, wie Faden-Blume, in Bezug zu Stadt: sehr grosse Präsenz, gibt Stadt Festigkeit, Anker für Bern, nährt Bern, auch gütige moralische Instanz. Wie sich Ganz Bern anfühlt: galoppiert davon, hat den Boden und den Sinn verloren, sein Majestätisches ist verschwunden. Ganz im Westen von Bern: Zufrieden in sich, harmonisch, froh darum. Mitte (Bümpliz): resigniert, enttäuscht, Ziel verfehlt. Keine Wurzeln, Wurzeln verloren. Etwas seitlich, nordwärts (Gäbeltachtäli): heiter, beflügelt, fühlt sich gerettet. Weiter bei Aare, Richtung Hinterkappelen: zubetonierter Boden, zwar poliert, aber undurchlässig. Altstadt, Anfang Spitalgasse: taumelnd, Füsse kleben am Boden, kippt aus den Latschen. Höhe Rathaus: weiss nicht wo ein Ausweg ist, statisch. Auf Aareschleife barfuss stehend (von Nydegg über Aare bis an Hang Richtung Rosengarten): kalte Fersen bei Nydegg, platsch-breite warme Füsse über und jenseits Aare, Aare fliesst unter Fusswölbung durch. Wenig weiter von Aare weg: Seufzer, Erleichterung, Besserung. Etwas weiter Richtung Norden: wankend und instabil, weiss nicht, welches Denken einnehmen, ob alternativ oder elitär (ev. Lorraine). Etwas nördlich davon: kleinformatige Bewegung (Breitenrain). Rechts zuoberst (Wankdorf): Rechthaberisch, statisch, hin und her und dennoch unsicher. Ganz rechts bei Grenze (Waldau): Hopsassa! Neben Aare (Thormannboden): Neben linkem Bein, starker Antrieb, da gibt es nichts zu rütteln. Äusserster nördlicher Flügel (Kelten-Römer): zuoberst ungefähr Mitte rechts: muss überlegen, ernsthaft. Ebenso in der Mitte dieses Flügels. Mit Köniz und Aare im Rücken, etwa Dählhölzli-Eichholz-Elfenau: rastlos, Guck in die Luft, muss überlegen. Fazit: Ratlosigkeit, hat sich selbst verkauft, Wurzeln weg – Herzklopfen, bräuchte neue Orientierung, müsste spirituell neu geankert werden.

(Beim Aufschreiben wird klarer, dass beim Klangkeller ein Organ ist, wo kosmische und irdische Kraft in Austausch sind und die Stadt nähren könnten, wie Turbine, Himmelsorgel. Vermute weitere: Ecke Rathaus (Mani Matter-Stutz), im Coop Zeughausgasse und Französische Kirche – kleiner als Klangkeller. Eine Art Heirats-Baldachin, Geflecht über ganze Stadt, mit rosa Heckenrosen übersät, über diese Organe gebreitet – goldgelber Lichtkanal von Junkerngasse bis Insel, von diesem Kanal aus bewegliche Strahlen links und rechts irrigieren und behüten, von Junkerngasse Strahl über Altstadt Richtung Bollwerk / Schützenmatte und weiter über Aare, irrisierend, regenbogenfarbig, sehr beweglich.)

K: ganz grosse Polarität, Zirkus, elitär im Osten, Vielfalt, Westen sehr ländlich, tief und hoch: Bremgarten und Elfenau, Stadtbach als Achse (woher kommt er genau, wo fliesst er durch?)

M: Rückenschmerzen bei Einstimmung, ich stand bei Stuckishaus. Finde es schwierig, so eng in den andern zu unterscheiden, was sind die andern, was ist Ort? Spüre ein starkes Kribbeln im Westen auf diagonaler Linie, südwestl.-nordöstl. – stärkster Ort von Ganz Bern. An Aare bei Felsenau Herzzentrum stark gespürt. Im mittleren Bereich eher Durcheinander.

C: in Schlaufe Felsenau und weiter nach Norden fühlt sich sehr gut an, rund, von hier kann Bern Energie gespendet werden; Bern merkt es aber nicht. Römer-Kelten haben viel zu geben. Bei Elfenau fliesst es die Aare hinauf!

UD: in Elfenau etwas gespürt, in Stadt wenig gespürt, dann hat es mich direkt nach Westen gezogen bis zuäusserst, dort sehr wohl, dann eher an Südgrenze zurück nach Osten.

B: Altstadt sehr kompakt, nachher ausserhalb wie in Leere gefallen, weniger dicht, weniger strukturiert. Einzelne Kerne, wo vielleicht früher schon Siedlungen waren. Köniz taucht als nächster wichtiger Ort auf. – Der äusseren Grenze der Gemeinde gefolgt. Starke Ost-West-Achse fliesst von Altstadt her in beide Richtungen. Spürbar im Westen von Bümpliz und östlich der Altstadt. Beim aussen herum Gehen sehr verschiedene Ausstrahlungen der einzelnen Stadtgebiete wahrgenommen. Südlich der Aare im Gebiet Wabern/Eichholz sehr angenehm.

E: Klangkeller: warm und weich. Stadt: kalt, ungemütlich. Holon Bern: hat mir Hals zugeschnürt, Bild: schlechtes Fließen über Röhren aus Stadt rein und raus. Tiefe Verankerung im Könizbergwald, Verbindung zu Elfenau, wie eine Sehnsucht dort hin. Ganz im Westen, Auffächern des Ausstrahlens nach Osten (etwas wie sich nach innen, in Stadt hinein, öffnendes). Ganz getragen, wo Grenze im Bremgartenwald, dort hinausgleiten Aare entlang, raus und wieder rein fließend, Lemniskate. Wie geht es Bern? Bild: Spiegelei, Eigelb ist nicht in Mitte, es ist in Länggasse, da schlecht und schummerig. Wo es hin sollte: entweder Europaplatz oder Bümpliz.

US: es gibt einen Platz im Bereich Gäbelbach-Eyholz-Stürleren, wo ich geblieben bin, Linksdrall im Stirnchakra. Sehr wohl.

UG: im Westen nicht wohl, dann in Stadt, im Dählhölzli sehr lustig, wie auf Kinderspielplatz, bei Waldau fühlte es sich schlecht an, schwierig. Sehr viel Energie in Gegend Rosengarten, Obstberg. Gegen Bremgartenwald: unangenehm im Kopf, im Römerareal verschiedene Punkte im Kehlkopf spürbar.

I: unglaubliche Wärme, sehr angenehm, die mich, mein Herz, meinen Körper durchströmte. Sogar meine ewig kalten Hände wurden gut warm. Auch von einer großen Freude kann ich berichten. Es war zu eng für mich, um eine Nachricht zu spüren. Bild: unter dem Schlangenschutzschild, den ich bei der Aufstellung im November erhalten habe, als ich bei Nah-Ost stand, tanze ich mit dem Bär!

Zusammenfassung:

Der starke Energiefluss aus der Altstadt nach Westen ist von vielen wahrgenommen und bestätigt worden. Auch die Weite im Westen und wie gut es sich im Bereich Gäbelbachtäli bis Aare anfühlt, wurde mehrmals erwähnt. Der markante Bereich der Aareschleife im Norden hat viele angezogen – dem widmen wir bereits dieses Jahr ein Treffen – eher zwiespältige Gefühle gab es bei der Waldau. Die Elfenau ist, was niemanden erstaunt hat, als sehr angenehm wahrgenommen worden. Es gab Bemühungen, das Zentrum des ganzen Holons zu finden. Dieses hat sich aber noch nicht deutlich herauskristallisiert.

Auch wenn vieles sehr vage geblieben ist, war es eine spannende Erfahrung und integrierend für Bern und unser Bewusstsein von Bern als Ganzes.

Protokoll: Pierrette Hurni / Karte: Urs Schenkel

