



Teilgenommen haben 10 Personen. Leitung: Karl

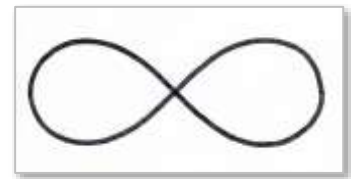
Thema: Mit Lichterfest Yin und Yang als sich ergänzende Kräfte ehren



Die beiden kunstvollen Platten von Marko Pogačnik haben nun in der Altstadt von Bern ihren Platz gefunden. Die beiden Polaritäten Yin und Yang sind für alle Lebewesen wichtig. Durch unsere Würdigung hoffen wir, ihre Kräfte ins Bewusstsein zu bringen, auch um ein friedliches Neben- und Miteinander von Frauen und Männern mit dem Kosmos zu ermöglichen.



Nach der Einstimmung im Stiftsgarten haben wir zuerst die Lichter entzündet und aufgestellt: im Kreis um die Yangplatte, in einer Linie die Treppe hinunter zur Badgasse, entlang der Münsterplattformmauer, die Mattentreppe hinauf, im Garten die Lichter im Kreis um die Yinplatte, weiter bis auf die Münsterplattform, dort in Form einer Lemniskate über die ganze Plattform, Yin und Yang miteinander über die Mauern hinweg verbindend. Nun erspürten wir individuell den Platz, wie sich Yin und Yang anfühlen und wie sie sich ausbalancieren.



Detailansichten der Standorte

Austausch

B.: Yin sehr gut und stark. – Yang etwas unruhig, weiss nicht ganz, wohin es sich orientieren soll. Scheint am Arbeiten zu sein.

S.: Austausch mit O. Ist die Lemniskate in Gehmeditation wie die Mönche gegangen, schlängelnd durch die Lichter hindurch. Hat gesehen, wie sich die Lichter vom Stiftsgarten bis an Aare und Aarerundung fortsetzen, von Strassenlampen der Aare entlang bis Elfenau aufgenommen werden. Hat zur Yin-Platte hinuntergeschaut, ein Moment der Trauer, dass sie nicht mehr bei ihr im Garten ist. Dann hat sie gesehen, wie es weiter geht, durch den Durchgang zum nächsten Garten, weiter durch ihren alten Garten (der neue Garten liegt völlig abseits!) und weiter von den Strassenlampen übernommen wird zum Schulhaus bis Altenberg der Aare entlang. Hat eine Übung gemacht: es fühlte sich aussen sehr wässrig, innen sehr jung an. Münster verstärkt Verbindung von oben nach unten. Hat Schlangenergie der Aare sehr stark erlebt.

O. hat es ähnlich gesehen wie S. Kann sich Yin-Platte nicht vorstellen ohne S.'s Rosen. Hat Brücke zu allen bisherigen Lichterfesten gemacht. Sehr stark.

K: Yin – riesiger Engel, Lichtgestalt. Yang – Ursuppe, bräunlich-gelblich, sagt: „bleibt standhaft“. Mitte der Lemniskate: riesig grosser roter Dom. Mensch ist gefragt, durchtränkt mit seiner Liebe. Yang schwächer als Yin, aber Lemniskate ist lebendig, es wuselt darauf von unten.

M.: Es fühlt sich gut an, es ist Bewegung reingekommen bis Heiliggeistkirche, es schwingt hin und her (M. macht mit Armen eine Bewegung, wie wenn sie eine Glocke hin und her schwingen würde). Mitte ist wie ein Kreisel, total Liebe, Vollendung. Spielerisch, Leben hier auf Platz. Es ist gut, das Leben gehört dazu (es hat viele Leute auf der Plattform, die sich unterhalten und lachen, ein Pärchen hat um Licht gebeten). Sie hat zum Himmel aufgeschaut, mit der Hoffnung: dass das Bewusstsein der Menschen sich im Universum ausbreitet.

C.: Harmonisch und stark. Verbindung gut. Yang stark, aber der Fokus fehlt, wo soll die Energie hinfließen? Yin ist schön verankert. Es hat sich harmonisch angefühlt. Hier in der Mitte Transformation von Eiger-Mönch-Jungfrau, wie ein Kessel.

L.: auf der Lemniskate ist von Yin zu Yang Wärme aus der Erde herausgekommen, anderer Bogen in Richtung von Yang zu Yin eher luftig.

B. fühlt sich geehrt, dass sie hier mit der Lemniskate Yin-Yang in Balance bringen darf, auch für die ganze Schweiz.

P.: Erspürt Plattform (steht nahe bei Wetterstation), Körper ist steif, wie eingeklemmt, in Beton gemauert. In der oberen Brustpartie atmet es und strahlt aus, oberflächlich weitet es sich. All die vielen Menschen, die sich friedlich unterhalten und zusammen lachen, fühlt sich gut an. Geht noch nahe ans Münster, um auf gewachsenem Boden zu stehen: Es fühlt sich nicht mehr so eingeklemmt an, breitet sich aus, sie entspannt sich. Es entsteht eine Bewegung in den Hüften, liegende Acht mit kleinem Kreis auf der rechten Seite und mit stetig grösser werdendem Kreis auf der linken. Wie wenn es rechts gehalten würde, Yang die Stange hält und verankert, und Yin sich dadurch ausbreiten, schwingen und tanzen kann.



... bin mit dabei. U. (MMS von Zuhause aus)

Regula, die neue Hüterin der Yin-Platte, ist gekommen, uns zu begrüßen. Sie und die Mitbewohnerinnen fühlen sich sehr mit der Yin-Platte verbunden. Sie ist bei ihnen sehr willkommen.

Nach dem Austausch meditierten wir im Scheitelpunkt der Lemniskate, um zum Abschluss alle Chakren der Altstadt Bern zu verbinden und über den Zähringerbrunnen (Herzchakra) in die Welt auszustrahlen. Feuerwerk bei der Zurückbesinnung auf den Einzelnen und Auflösung des Gruppenholons.

Protokoll: Pierrette Hurni / Layout: Urs Schenkel



Yin-Kosmogramm



Yang-Kosmogramm