

# Konzertprogramm

## 1. Teil

Empfindungen und Zustände

Do	Open Country (offenes Land)
Re	Surrender (Hingabe)
Mi	Presence (Präsenz)
Fa	Gratefulness (Dankbarkeit)
So	Joy (Freude)
La	Open Space (Offener Raum)
Ti	Zen

## 2. Teil

Do = Erdenton G (referenz A= 436 Hz)

Do'	Root (Wurzel, Kreuzbein)
Re'	Hara (Bauch, Nabel)
Mi'	Solarplexus
Fa'	Spiritual Heart (Brustmitte)
So'	Throat (Kehle)
La'	Third Eye (Drittes Auge)
Ti'	Crown (Scheitel)

Das Konzert führt durch zwei siebenstufige energetische Tonleitern – Oktaven genannt. Jede Stufe einer Oktave besitzt eine andere Qualität, vergleichbar mit den Haupt-Chakren des ätherischen Körpers. Die 7 besteht aus der 3 und der 4 (3 die Trinität, 4 die Elemente und Winde oder Himmelsrichtungen). Das kosmische Gesetz der 7 ist das Gesetz der Transformation, die 3 steht für das Gesetz der 3 Kräfte (positiv, negativ und versöhnend).

Die Oktavenstufen des I. Teils sind Empfindungen und Zustände.

Die Oktavenstufen des II. Teils resonieren mit den Ebenen, die die Lebensenergie durch die Wirbelsäule hinauf und hinab durchfließt (Kundalini). Die Lebenskraft, die von den 7 Hauptchakren aufgenommen wird, fließt immer gleichzeitig in beide Richtungen.

Offerten, die das Zuhören und die Meditation vertiefen können:

1. Die auftauchenden Gedanken in weisse Wolken (wie in einem Comic) setzen und diese weiterziehen lassen.
2. Störende Geräusche, Emotionen, Jucken usw. in die Meditation miteinbeziehen.
3. Sich auf den Atem sammeln; Nasenflügel oder Zwerchfell spüren.
4. Im Einatem das Kreuzbein gut spüren und im Ausatem den aufrichtenden Bewegungsfluss wahrnehmen und durch die Mitte der Brust ausatmen.

5. II. Teil: das Bewusstsein auf das entsprechende Energiezentrum (Chakra) lenken und während des Musikstückes einer Oktavenstufe (Do, Re, Mi usw.) dort ein- und ausatmen.
6. In eine Farbe eintauchen: Do - rot, Re - orange, Mi - gelb, Fa - grün, So - hellblau, La - dunkelblau, Ti – violett.
7. Die Attribute der Chakren meditieren:
  - Wurzel: Element Erde, Westen, Quadrat
  - Hara: Element Wasser, Süden, liegende Mondsichel
  - Solarplexus: Element Feuer, Osten, Dreieck
  - Spirituelles Herz: Element Luft, Norden, Hexagramm (6)
  - Hals: Element Äther, Kreis
  - Stirn: Mentale Ebene, Intuition
  - Scheitel: Spirituelle Ebene, Spiritualität, Lotus

Alle Meditations-Parameter können kombiniert werden.

Die Meditation kann abgerundet werden mit der Ausdehnung des Bewusstseins auch nach aussen auf den Raum und den Kreis der Menschen mit denen man IST. So wird die Meditation in ganzheitlicher Weise integriert.