

Performance von Nicht-Stefan!

1. Phase:

Ankommen. Einfinden.

2. Phase:

Verbinden.

Bohnen. Käferbohnen. Bohnenschotenschalen, Bohnenschoten, Bohnenstauden gewachsen, Bohnenschoten im Wachsen kräftig, stark, Bohnenpflanze blühend, Bohnenpflanze, Bohnenkeimblätter, Bohne zum Keimen in die Erde stecken.

Kreislauf mit menschlichem Zutun. Wertschätzung der Pflanze. Wertschätzung der Ernte, Wertschätzung der Frucht.

All diese Bilder und Gedanken wandern durch meinen Kopf während ich meditativ die Bohnenfiesel-Performance-Meditation betrachte und Teil von dieser werde ohne das ich selbst Hand anlege.

3. Phase:

Eingetaucht.

Ein schöner Gedanke huscht durch meinen Kopf. Ja, ich würde mich gerne dazu setzen und mit den Händen fühlen was das Auge sieht. Es ist sinnlich und wunderschön. Richtiger ist es, es nicht zu tun. Die Zweisamkeit Bohne und Stefan nicht zu stören. Doch eigentlich ist Viersamkeit richtiger. Die Schote, die Bohne, die leere Hülle, Stefan. Welch Schönheit offenbart sich mir. Die Würde einer uralten Pflanze, die weiß, dass sie zum Menschenwohle gewachsen ist und verzehrt wird. Sie gibt sich ihrer Bestimmung hin. Die Bohne genießt die würdevolle Achtsamkeit mit der sie ihrer Umhüllung entledigt wird. Achtsam greift die Hand nach der vollen Schote. Mit sanftem Druck entsteht ein „Knack“ und sie springt auf. Liebevoll wird die Bohne mit all ihren Geschwistern herausgelöst und sachte zu den anderen gelegt.

4. Phase:

Entspannt.

Geschlossene Augen; innere Bilder entstehen beim Zuhören:

Es raschelt, die Bohnenschote wird aufgenommen, es knackt, die Schote ist offen, ein leises „blabb“ und die Bohnen gesellen sich zu den andern, ein zartes „klack“ und die leere Schote ist Teil der entstehenden Pyramide.

5. Phase:

Dankbarkeit und Freude fühle ich.

Bin froh über dieses besondere Erlebnis.