

Ihr Lieben,

Dienstag, 23.04.2024

200ter Singkreis – ich kann es selbst nicht fassen und bin über meine Ausdauer selbst am meisten erstaunt. Dinge anzustoßen und ins Leben zu rufen, das kannte ich von mir. Diese aber auch zu halten und weiter zu entwickeln, kontinuierlich dran zu bleiben und vorallem auch daran zu glauben, das habe ich mit und durch Euch in den letzten vier Jahren lernen dürfen. Danke Euch für diese Zeit und die Begleitung in all den Jahren. Nicht nur ich für Euch, wie so viele Rückmeldungen es immer und immer wieder beschreiben, nein, auch Ihr ward für mich wichtig. „To give and to receive“ ist schon lange nicht mehr nur ein Lied, das ich gerne singe. Es wurde zu einem stetigen Begleiter in dieser herausfordernden Zeit.

Lieder wie „Ich bin hier und du bei Dir“ oder „Danke für Dein Geleit“ ebenso wie „Ich bin Licht des Lichtes“ hat uns auch hörbar und sichtbar aus dem Ungewissen heraus verbunden. Unsere Weihnachts- und GeburtstagsSpezialkreise oder einzelne Kreise, in die sich Menschen aus dem Kreis getraut haben einzulassen und von sich und ihren Schätzen zu berichten, waren einfach wundervoll. Wir haben vertraut und einander vertraut und das in einer Zeit, die von Unsicherheiten so angefüllt war und leider noch immer ist.

So gerne bin ich mit Euch unterwegs und freue mich, dass zu diesem Dienstag-Audio-Singkreis mittlerweile auch wieder die Kreise in Präsenz stattfinden können und wir auch in einen ganz direkten Kontakt – auch Ihr Kreislinge untereinander – kommen können.

So freue ich mich darauf, auch den heutigen Jubiläumskreis in einem gemeinschaftlichen bunten Strauß zu wissen, der uns über die nächste Zeit tragen und begleiten wird. Vielleicht macht das eine oder andere Lied oder Gedicht, die Geschichten oder Gedanken auch Mut, tiefer in sich hineinzuspüren und das eigene Lied, den eigenen Ton immer deutlicher zu hören.

Ich werde am Dienstag, 23.04.2024 diesen besonderen Singkreis mit Euch in Schweden erleben und von dort ganz zärtlich meine Herzensfäden zupfen.

Danke für all Eure Geschenke in so vielfältiger Form und Eure Begleitung in diesen besonderen Jahren.

Von Herz an Herz und seid liebevoll umarmt, **und jetzt geht es los!**
Eure Martina

Tief im Grunde meiner Seele, liegt ein wunderbarer Schatz
er leuchtet und strahlt, macht Freude gibt Kraft
voll Liebe zu allem.
er leuchtet und strahlt, macht Freude gibt Kraft
voll Liebe zu allem.

a d G C a G C
d G C a
E a
d G C a
E a

Das ist mein Singen, ich will erklingen
öffne mein Herz, verbinde mich.
Das ist mein Singen, ich will erklingen
öffne mein Herz, verbinde mich.

d C
G C
d a
E a

Manchesmal hab ichs vergessen, welcher Quell da in mir steckt.
Bin klein, bleibe stehn, gebunden im Schmerz -doch weiß ich, es wird
weitergehn,

Es ist mein Singen, es will erklingen, will berührt und wieder blühen. 2 x

Will aus tiefstem Herzen danken für dieses
wunderbare Geschenk.
Will offen sein und fest vertraun, es führt
mich zurück zu mir 2 x

Durch mein Singen kann es gelingen, spür
Kraft und Liebe tief in mir
Durch mein Singen kann es gelingen,
verbinde dich mit dir und mir

Julie Voelter Hentern 14, erstes Seelenlied



Meine Seele hat es eilig

Ich habe meine Jahre gezählt und festgestellt, dass ich weniger Zeit habe, zu leben, als ich bisher gelebt habe.

Ich fühle mich wie dieses Kind, das eine Schachtel Bonbons gewonnen hat: Die ersten isst es mit Vergnügen, aber als es merkt, dass nur noch wenige übrig sind, beginnt es sie wirklich zu genießen.

Ich habe keine Zeit für endlose Konferenzen, bei denen die Statuten, Regeln, Verfahren und internen Vorschriften besprochen werden, in dem Wissen, dass nichts erreicht wird.

Ich habe keine Zeit mehr, absurde Menschen zu ertragen, die ungeachtet ihres Alters nicht gewachsen sind. Ich habe keine Zeit mehr, mit Mittelmäßigkeit zu kämpfen.

Ich will nicht in Besprechungen sein, in denen aufgeblasene Egos aufmarschieren. Ich vertrage keine Manipulierer und Opportunisten. Mich stören die Neider, die versuchen, Fähigere in Verruf zu bringen, um sich ihrer Positionen, Talente und Erfolge zu bemächtigen. Meine Zeit ist zu kurz, um Überschriften zu diskutieren. Ich will das Wesentliche, denn meine Seele ist in Eile. Ohne viele Süßigkeiten in der Packung.

Ich möchte mit Menschen leben, die sehr menschlich sind. Menschen, die über ihre Fehler lachen können, die sich nichts auf ihre Erfolge einbilden. Die sich nicht vorzeitig berufen fühlen und die nicht vor ihrer Verantwortung fliehen. Die die menschliche Würde verteidigen und die nur an der Seite der Wahrheit und Rechtschaffenheit gehen möchten. Es ist das, was das Leben lebenswert macht.

Ich möchte mich mit Menschen umgeben, die es verstehen, die Herzen anderer zu berühren. Menschen, die durch die harten Schläge des Lebens lernten, durch sanfte Berührungen der Seele zu wachsen.

Ja, ich habe es eilig, ich habe es eilig, mit der Intensität zu leben, die nur die Reife geben kann. Ich versuche, keine der Süßigkeiten, die mir noch bleiben, zu verschwenden. Ich bin mir sicher, dass sie köstlicher sein werden als die, die ich bereits gegessen habe.

Mein Ziel ist es, das Ende zufrieden zu erreichen, in Frieden mit mir, meinen Lieben und meinem Gewissen.

Wir haben zwei Leben und das zweite beginnt, wenn du erkennst, dass du nur eins hast.

Mário de Andrade, 1893-1945
(brasilianischer Musikforscher und Schriftsteller)
gelesen von Brigitte



Hier ist mein Platz
hier will ich sein
verbunden mit allem
im großen Sein

Hier ist mein Platz
ich nehm ihn ein
verbunden mit allem
im großen Sein

Erde – Feuer – Wasser und Wind
wandeln mich Erdenkind
Erde – Feuer – Wasser und Wind
wandeln mit Sternenkind

Martina vom Hövel – unveröffentlichter Titel

ohne Capo a G



Wow- 200.Singkreis!!!
Herzensdank liebe Martina!

Danke für eine so stabile und verlässliche Kontinuität,
wo in der Welt gerade Vieles drunter und drüber geht.

Danke wir finden es so tief berührend mit Dir einen gemeinsamen Weg zu gehn,
Deine Offenheit, Dein Dich mit Deinen Zweifeln & Ängsten zu zeigen, Deine Entwicklung zu
sehn.

Danke Martina- Du schenkst Vertrauen und Sicherheit
in dieser für alle so herausfordernden Zeit!
Danke als Fels in der Brandung stehst Du mit Deinem Singkreis da,
Und bringst uns immer wieder die Kraft der Lieder, Gebete, Meditationen und Tänze nah.
Danke, das Du immer wieder einlädst die Kraft der Verbindung zu spüren ,
und sich nicht im " menschlichen Chaos" und in der Angst zu verlieren.
Zu Bitten, zu Beten, zu Segnen - nicht nur ohnmächtig zu zu sehen,
sondern Hand in Hand für den Frieden fürs Miteinander aufzustehen,
Und so für ein herzliches Miteinander in tiefer Verbundenheit mit Mutter Erde zu gehen.

Danke Martina, ich öffne mich für die Möglichkeit, ja so kann es gehn,
auch in so aufgewühlten Zeiten die Verbindung zum Großen und Ganzen zu sehn.

Danke, dass Du immer wieder einlädst die eigenen Wurzeln zu spüren und zu finden,
sich mit dem Universum, der Natur, den Ahnen, der 'Kraft die größer ist als ich; zu verbinden.
und so aufgerichtet unseren Weg in die neue Zeit singend zu finden.
Danke Martina, dass Du Mut machst, auch wenn der Weg manchmal gar nicht mehr ist zu
sehn,
das Du einlädst Durchzuatmen, Innezuhalten und Hand in Hand weiter zu gehn.

Danke das wir können jederzeit das Herzklangnetz aktivieren,
und im Austausch uns als Teil der Gemeinschaft zu spüren.



Collage von Kathy

Danke Martina, das Du das stabile Netz geschaffen und immer gehalten hast,
Und JedeR willkommen ist als Gast.

Danke an alle Menschen, welche den Kreis mit halten,
und ab und zu mit ihren Impulsen mitgestalten.

Danke für die lieben Nachrichten und manch offenes Ohr,
dies kam in den letzten Jahren so oft vor.
Danke für dieses Miteinander durch die Höhen und Tiefen des Lebens zu gehen,
das ist so heilend, nährend, einfach wunderschön.
Danke für dieses wunderbare Geschenk in dieser Zeit ,
Es macht uns immer wieder das Herz auf ganz weit,
Es klingt und schwingt in uns- wir sind bereit....

Danke durch diese lange Kontinuität(200x) ist es nicht nur ein Tropfen auf den heißen Stein,
Es wächst in uns das Vertrauen, die Verbundenheit, sie prägt sich tief in uns ein,
so wunderbar kann die Gemeinschaft des Herzklangnetzes sein.

Katrina, Kathy & Kathrin



C G
Einfach sein
a d
Einfach sein
e a
so wie ich bin
G C
im Hier und Jetzt

C G
Einfach sein
a d
Einfach sein
e a
mit dem was ist
einfach nur
G C
einfach sein

Doris Jakobs-Hennig



Liebe Martina,

... 4 Jahre und 200 Singkreise ... ich fühle mich sehr verbunden und bin so dankbar, froh und glücklich, mit Dir und Euch Geburtstag feiern zu können ... Du hast uns über die Jahre mit so viel Liebe, Deiner Musik, Deinen Texten, Inspirationen etc. ... begleitet, mit so viel Glück beschenkt, dass ich wieder einmal nur von Herzen DANKE sagen kann ... Deine Singkreise sind Liebe, Vertrauen, Mut, Hoffnung, Halt, Zuversicht, Trost, Heilung, Freude, Lachen, Frieden und so viel mehr ... mit Dir gemeinsam sind wir durch leichte und schwere Zeiten gegangen ... und für mich bleibt es magisch und "Wunder-voll", wie die Singkreise mich immer wieder berühren, tragen, wie sie Neues wachsen und blühen lassen, neue Wege aufzeigen und uns alle miteinander verbinden, neue Freundschaften entstehen lassen, so viel Gutes und so viel Licht in die Welt bringen ... durch Dich und Deine Töne angestoßen vervielfältigt sich dieses Glück auf zauberhafte Weise ... und ich danke auch allen "Kreislingen" ebenso von Herzen, dass jede und jeder gemeinsam mit Dir und uns am Herzklangnetz webt und den Singkreis weiterträgt ... so schön, dass es Euch alle, dass es uns alle und den Singkreis gibt ...

... Highlights ... eigentlich ist jeder Singkreis, jeder Dienstagabend, ein Highlight gewesen ... auch die verschiedenen "Singkreis-Specials", zu denen wir alle beigetragen haben und sicht- und hörbar wurden oder im Hintergrund den Raum gehalten haben, die besonderen Singkreise mit einzelnen TeilnehmerInnen, die uns in wunderbaren Worten, Bildern und Musik mit auf ihre eigene Reise genommen haben ... und natürlich auch die gemeinsamen Projekte wie "Ich bin hier und Du bei Dir" zu Anfang des Singkreises und "Light of the light - Licht des Lichtes" vom Dezember 2022 ...

und der Singkreis vom 16.02.2021 mit der Geschichte zum Seelenlied und den eigenen Seelensilben war für mich persönlich auch ein besonderes Highlight, irgendwie ein neuer Anfang ... wir waren eingeladen, unser Herz zu singen ("You are invited to sing your heart ...") es war/ist, als hätte meine Seele da auch einen ganz alten Ruf wieder vernommen ... daraus entstanden sind nicht nur meine ersten zaghaften Seelensilben, sondern nach dem Sternpilgern mit Dir und den anderen Frauen im Rheinhessischen Hügelland dann auch mein eigenes Seelenlied "Du uraltes Wissen ..." und mein ganz persönliches Mir-Mut-Mach-Seelenmärchen "Das Lied von der Kleinen Seele und ihrer Herzensmelodie" ... wie überhaupt so einige Texte und Geschichten in den vier Jahren aus den Impulsen des gemeinsamen Singens heraus entstanden sind, und auch die eine oder andere Fotocollage ;-) ... solch eine Fülle ...

... die Geschichte von dem Stamm in Afrika und dem Seelenlied berührt mich nach wie vor immer wieder so sehr, gerade weil das Lied einem in der Geschichte auch in schweren Zeiten von den anderen gesungen wird, auch dann, wenn man es selbst vergessen hat ... so fühlt es sich für mich auch mit dem Singkreis an ... immer wieder erinnert werden ... und sich, wie Du sagst, immer wieder für die Möglichkeit öffnen ...

... dazu passt auch, dass von all Deinen wunderschönen Liedern das Lied "Das Land meiner Seele" das erste Lied war, das ich auswendig, "by heart", konnte und auch auf meinen Spaziergängen immer wieder leise gesummt und gesungen habe ...

... Vertrauen ...

... und auch meiner eigenen Stimme zu vertrauen ... im gesprochenen Text, aber auch im Gesang, auch wenn ich die Töne nicht immer sicher treffe ... und auch der eigenen "Inneren" Stimme zu vertrauen, ihrem Ruf zu folgen, was manchmal gar nicht so einfach ist, gerade dann, wenn man einen Schritt nach vorn gegangen ist und dann das Gefühl kommt, wieder drei Schritte rückwärts gegangen zu sein ... Mut zu haben ... sich selbst und anderen zu vertrauen ... sich zu öffnen und zu zeigen ... Verbundenheit ... zu heilen ... da passiert so viel durch Dich, Euch und den Singkreis ... getragen sein ... und auch zu wissen, es ist völlig in Ordnung, einmal nichts aktiv beizutragen (wie bei mir beim letzten Weihnachtsspecial), sondern nur mit den Raum zu halten, sich auszuruhen, verzaubert und gehalten sein (da hat mich auch der Singkreis von letzter Woche mit dem langen Mantra des Gehaltenwerdens wieder sehr berührt) ... auch der Stille zu vertrauen ... selbst still zu werden ...

... Danke, dass Du mir so beim Wachsen hilfst, mich immer wieder erinnerst, Vertrauen, Mut, Zuversicht und so vieles mehr ... stärkst ...

... und gemeinsam mit uns allen geht es leichter ...

... all Deine wunderbaren Lieder und Mantren, die Du in so großer Fülle mit uns geteilt hast, berühren sehr, so dass es mir schwerfällt, jetzt einzelne besonders zu nennen oder auszuwählen ... ich glaube, wir hatten ja auch schon mal einen besonderen Singkreis mit einer "Hitliste", von allen ausgesucht ...

... dankbar bin ich Dir auch von Herzen, dass Du auch Lieder und Musik anderer wunderbarer KünstlerInnen und Herzensmenschen in den Singkreisen geteilt hast (Brigitte Schmitz, Gila Antara, Iria Schärer, Sabine Bevendorff, Joachim Goerke, Anei Helm u. a. ... so hat sich mir eine so wundervolle neue musikalische Welt erschlossen, die mein Herz und meine Seele berührt ... wieder Fülle ... und dadurch bin ich ja auch Brigitte und Tatjana und anderen Herzensmenschen begegnet, denen ich auch wieder so viel zu verdanken habe ...) ...

... Begegnung ... das ist ein Wort, das mir auch am vorletzten Wochenende über den Weg gelaufen ist ... zweimal habe ich nacheinander dieselbe Karte aus einem Kartenset gezogen: "Begegnung" ... und auch das hat der Singkreis mir/uns geschenkt, so viele Herzens-Begegnungen und Herzens-Kontakte ... Freundschaften sind entstanden ... und darüber hinaus dann wieder neue glückliche Begegnungen und Kontakte ... ja, Glück und Freude, Liebe und Vertrauen, Hoffnung und Zuversicht, Trost und Frieden ... und all das Gute verdoppeln und vervielfältigen sich, wenn man sie/es teilt ... Danke fürs Teilen ... und zu dem Wort Begegnung kam mir dann noch Martin Buber in den Sinn ... "Der Mensch wird am Du zum Ich" ... "Alles wirkliche Leben ist Begegnung"... ja, auch das paast wieder wunderbar zum Singkreis und allem, was daraus entsteht und aus den vielen Singkreisen heraus sind wir zu einem starken "Wir" gewachsen ...



... an den vielen "... " in dieser Mail siehst Du, wie viel es immer noch zu sagen gäbe ... also noch einmal zusammengefasst in dem kleinen so großen Wort: DANKE! ... nun aus der Fülle meiner eigenen kleinen Texte, Lieder, Collagen etwas Passendes für das Geburtstags-Special herauszusuchen, fällt mir nicht leicht, einiges hatte ich in den vorangegangenen besonderen Singkreisen ja auch schon geteilt ... ein kleines freudiges Geburtstagslied auf eine Melodie von Rolf Zuckowski mit einer Collage kam mir ganz spontan in den Sinn und füge ich bei, und auch noch einen kleinen Text zum Teil-des-Kreises-sein, zur Verbundenheit ...

In diesem Sinne

Herzensgrüße, auch an Moni und alle anderen Kreislinge
Jeannette



Collage von Jeannette

Heute woll'n wir singen, tanzen und uns freu'n,
mit Martina springen in die Herzen rein ...
Heut' ist Dienstagabend, darum feiern wir
uns'ren lieben Singkreis, heute, jetzt und hier,
uns'ren lieben Singkreis, heute, jetzt und hier.

Wie schön, dass unser Singkreis klingt,
Martina uns zum Lächeln bringt ...
Wie schön, dass dieses Wunder schwingt
und der Himmel uns ein Ständchen singt.

Heute woll'n wir pfeifen, jubeln, tirilier'n
und Martina danken für ihr Dirigier'n ...
Heute strahlt das Herzklangnetz so hell und klar,
und wir rufen fröhlich: "Danke, Danke, JA!"
Und wir rufen fröhlich: "Danke, Danke, JA!"

Wie schön, dass unser Singkreis klingt,
Martina uns zum Lächeln bringt ...
Wie schön, dass dieses Wunder schwingt
und der Himmel uns ein Ständchen singt.

In den ganzen Jahren war Martina da,
mit Musik und Liebe, immer uns ganz nah ...
Heute schon 200 Mal dies große Glück,
darum gibt es Kuchen, nimm doch auch ein Stück!
Darum gibt es Kuchen, nimm doch auch ein Stück!

Wie schön, dass unser Singkreis klingt,
Martina uns zum Lächeln bringt ...
Wie schön, dass dieses Wunder schwingt
und der Himmel uns ein Ständchen singt.

gesungen von Jeannette

auf die Melodie des Liedes "Wie schön, dass du geboren bist" von Rolf Zuckowski

Sei jetzt im Augenblick
Schau mit Dankbarkeit zurück
Die Freiheit ist im Augenblick geboren

Lebe die Freiheit im Augenblick
denn das ist das wahren Glück
Sie kennt die Last der Vergangenheit nicht
Sie kennt die Sorgen der Zukunft nicht

Sei jetzt im Augenblick

Doris Jakobs-Hennig

Dornröschen mal anders 🤔

Viele Jahre hatte Dornröschen geschlafen.
Jetzt wird sie wach. Sie schaut sich um,
aber sieht niemanden, der sie retten möchte.

Sie schläft wieder ein.
Jahre gehen vorbei

Und eines Tages erwacht sie wieder.
Sie schaut nach links, nach rechts,
nach hinten und nach vorne,
aber es ist wieder keiner da,
kein Prinz, kein Junker und auch
kein Gärtner mit einer Heckenschere.

Dornröschen legt sich wieder hin und schläft ein.
Schließlich wird sie zum dritten Mal wach.
Sie öffnet ihre Augen,
aber immer noch sieht sie niemanden.

Da sagt sie zu sich selbst: "So, jetzt reicht's aber!"
Sie steht auf und ist frei!

Verfasser-in unbekannt



gelesen von Helga

G D G
Ich sitze hier

C D
Und lausche mir

G
Was kann ich hören

C G
Was kann ich fühlen

C (D) D (G)
Was spricht die Stimme in mir

e C D
Da ist ein Ort in mir ganz still

e C D
An den ich mich nicht immer traue

C D G
Doch etwas zieht mich hin ganz sanft und immer wieder

e C D
Ich lass mich ein und will vertrauen

e C D
An diesem Ort der in mir wohnt

e C D
Lerne ich was Eins-Sein heißt

C D G
Ohne zu wollen ohne Ängste vor Verlust

e D G
Mit mir und allem verbunden sein

Martina vom Hövel – unveröffentlichter Titel

Ein kleines Märchen von der Verbundenheit

zum 200. Singkreis am 23.4.24

Es gab einmal eine Zeit, da besuchten sich die Menschen nicht mehr, sie gingen sich aus dem Weg, denn viele waren krank geworden, ja, sogar gestorben. Die Menschen trauten sich nicht, einander zu begegnen aus Angst, sich oder andere anzustecken.

Die Herrscher des Landes hatten viele Verbote ausgesprochen, es war eine Zeit, in der sich viele sehr einsam fühlten...

Doch zum Glück gab es Männer und Frauen, die mit ihren vielfältigen Ideen Wege fanden, miteinander in Verbindung zu kommen. Eine von ihnen war die Sängerin und Liedermacherin Martina. Sie konnte mit ihrer schönen Stimme voll Wärme und Innigkeit und ihren mutmachenden Liedern die Menschen verzaubern. Jede Woche schickte sie ihre Herzenslieder, ihre Gedanken und tröstlichen Texte in die Welt.

Der Singkreis war geboren und wurde zu einer kleinen Oase, einer allwöchentlichen Herzensinsel...

Auf diese Weise konnte das Gefühl der Verbundenheit entstehen. Die Menschen wussten, dass sie nicht allein waren, sondern mit vielen anderen gemeinsam die Lieder sangen und die Texte erlebten. Und alle waren der wunderbaren Sängerin sehr dankbar dafür.

Längst schon dürfen sich die Menschen wieder begegnen. Doch den Singkreis mit den wunderbaren Herzensliedern, den gib es heute noch.

Ein ganz großes Dankeschön an dich, liebe Martina, und auch an dich, liebe Regina, für deine wunderschönen, berührenden Bilder und an euch alle im Kreis, eure Antonia

(und für alle, die noch mehr Lust auf Märchen und Singen mit Antonia und Martina haben:
Tagesseminar in Mainz-Marienborn
Sa. 29.06.2024 – 16.30 Uhr – 20.30 Uhr
info@martinavomhoevel.de)



C
Mein Klang
F
mhmhmmh
F G G C
ist ein Klang der Liebe
C F dm
ist ein Klang des Friedens
dm G
mhmhmmh
G C
des Friedens für die Welt

Doris Jakobs-Hennig

Auf geht's

Tage
Dunkel und leer
Herz und Seele
Nur müde und schwer
Und dann schimmert da plötzlich ein Licht
Weist dir den Weg zurück in die Zuversicht

G **e**
 spüre die Wärme in meinem Sein
C **D**
 Deine Hand hält mich zärtlich
G **D** **G**
 führt mich durch diese Zeit

Martina vom Hövel – unveröffentlichter Titel

G **D**
 I am light of the light
 Ich bin Licht des Lichtes
e **bm7**
 I am light of the light
 Licht des Lichtes
C **G**
 I am light of the light
 Licht des Lichtes
G **D**
 I am light – I am light
 Ich bin Licht

Martina vom Hövel – unveröffentlichter Titel



Ich suche meinen Stamm

Die Leute meines Stammes sind leicht zu erkennen:
 Sie gehen aufrecht, haben Funken in den Augen
 und ein Schmunzeln auf den Lippen.
 Sie halten sich weder für heilig noch erleuchtet.
 Sie sind durch ihre eigene Hölle gegangen,
 haben ihre Schatten und Dämonen angeschaut,
 angenommen und offenbart.

Sie sind keine Kinder mehr,
 wissen wohl was ihnen angetan worden ist,
 haben ihre Scham und ihre Rage explodieren lassen
 und dann die Vergangenheit abgelegt,
 die Nabelschnur abgeschnitten und
 die Verzeihung ausgesprochen.

Weil sie nichts mehr verbergen wollen,
 sind sie klar und offen.
 Weil sie nicht mehr verdrängen müssen,
 sind sie voller Energie, Neugierde und Begeisterung.
 Das Feuer brennt in ihrem Bauch!

Die Leute meines Stammes kennen
den wilden Mann und die wilde Frau in sich
und haben keine Angst davor.
Sie halten nichts für gegeben und selbstverständlich,
prüfen nach, machen ihre eigene Erfahrungen und
folgen ihrer eigenen Intuition.

Männer und Frauen meines Stammes
begegnen sich auf der gleichen Ebene,
achten und schätzen ihr „Anders“-Sein,
konfrontieren sich ohne Bosheit und lieben ohne Rückhalt.
Leute meines Stammes gehen oft nach innen,
um sich zu sammeln,
Kontakt mit den eigenen Wurzeln auf zu nehmen,
sich wiederfinden,
falls sie sich durch den Rausch das Lebens verloren
haben.

Und dann kehren sie gerne zu ihrem Stamm zurück,
denn sie mögen teilen und mitteilen,
geben und nehmen, schenken und beschenkt
werden.

Sie leben Wärme, Geborgenheit und Intimität.
Getrennt fühlen sie sich nicht verloren wie kleine
Kinder und
können gut damit umgehen.
Sie leiden aber an Isolation und sehnen sich nach
ihren Seelenbrüdern und -schwestern.

Die Zeit unserer Begegnung ist gekommen.

(Autor*in unbekannt) – *gelesen von Sigrid*



Ihr lieben Kreislinge,

*ich bin so froh und dankbar, dass ich immer wieder Stammeschwestern und
-brüder finde, immer wieder gleichgesinnte Menschen, so wie hier mit Euch in
diesem Singkreis. Ich danke Euch allen von Herzen, dass es Euch gibt.*

*Und vorallem danke ich Dir, liebe Martina, für Deinen Mut und Deine Kraft und
für Dein Durchhaltevermögen über all diese Jahre. Ich dank Dir für Deine
Kreativität, mit der Du diesen Singkreis immer wieder gestaltest. Und vorallem
danke ich für Deine Herzenswärme. Und für die Liebe, die immer wieder durch
Deine Lieder fließt und die auch bei mir ankommt und mein Herz zum
Leuchten bringt. Genieß Dein Jubiläumsjahr, liebe Martina, genieß die Früchte,
die Du jetzt schon ernten kannst. Und ich grüß Euch alle und freue mich auf
noch viele zukünftige Singkreise mit Euch.*

Eure Sigrid

Ich bin geliebt und gesegnet,	C a G C
verbunden mit dem Licht	F C G
behütet auf all meinen Wegen	C a G C
und Teil von allem, was ist.	F C G
Und alles, alles und alles ist in mir.	F G e C
Und alles, alles und alles ist in mir.	F G /C

Du bist geliebt,wir sind geliebt...

Julie Voelter - Hentern April 2014

Das Lied des Lebens



Maria, eine Frau mit einem großen Herzen und einer noch größeren Liebe zur Musik, lebte in einem friedlichen Dorf in Brasilien. Seit ihrer Kindheit träumte sie davon, Musikerin zu werden. Als Kind hatte sie oft fasziniert dem Klavierspiel in einem kleinen Raum neben der Kirche gelauscht, wenn dort am Sonntagnachmittag jemand für die Gemeinde spielte. Doch das Schicksal meinte es nicht gut mit ihr. Infolge einer unbehandelten Krankheit verlor sie in jungen Jahren ihr Gehör.

Sie wollte ihren Traum nicht aufgeben, aber mit der Zeit wuchs ihre Verzweiflung. Wie sollte sie als Gehörlose jemals ein Instrument spielen lernen? Welchen Sinn sollte dieser Lebenstraum noch haben, wenn sie die Musik nicht

mehr hören konnte, selbst wenn sie ein Instrument lernte? Mit diesen quälenden Fragen verblasste ihr Traum ebenso wie die Erinnerung an die Klänge und Melodien, die sie als Kind so sehr geliebt hatte.

Eines Tages kam Joachim in das Dorf. Joachim war ein ruhiger alter Mann, der von Ort zu Ort zog und sein Wissen über Musik mit denen teilte, die sich dafür interessierten. Als er von Marias Schicksal hörte, beschloss er, ihr zu helfen. Er wollte ihr das Klavierspielen beibringen, auch wenn sie die Musik nicht hören konnte. Doch als Joachim mit dem Versuch, Marias Lebenstraum wahr werden zu lassen, zu ihr kam, erinnerte sie das nur an den Schmerz, den sie durch den Verlust ihres Gehörs empfand. „Du kannst nicht einmal mit mir kommunizieren“, bedeutete sie ihm in Gebärdensprache und lehnte seine Hilfe ab.

Aber Joachim gab nicht auf. Sein ganzes Leben lang hatte er jeden zur Musik gebracht, dem sie etwas bedeutete, und Maria sollte nicht diejenige sein, an der er am Ende seines Lebens gescheitert war. Also nahm er sich die Zeit, Maria eine Weile in ihrem Alltag zu beobachten. Er sah, wie sie sich mit den Dorfbewohnern unterhielt, und begann mit Geduld und Ausdauer, die Zeichen der Gebärdensprache zu studieren. Nach einiger Zeit stand er wieder vor Marias Tür.

Sie wollte ihn schon abweisen, als sie sah, dass er sein Anliegen mit den Gebärden der Gehörlosen vorbringen konnte. „Du brauchst kein Ohr, um die Musik zu hören, sie ist schon in deinem Herzen. Höre nach innen, nicht nach außen“, bedeutete er ihr mit seinen Händen, und Maria beschloss, die Hilfe des alten Mannes anzunehmen.

Der Anfang war schwer. Maria lernte, Noten zu lesen und die Tasten des Instruments entsprechend zu bedienen. Aber sie konnte die Musik, die sie spielte, nicht hören. Sie machte Fortschritte, aber ihr Spiel wurde jedes Mal von der Erkenntnis getrübt, dass sie nie ein fertiges Stück hören konnte. Mit der Zeit nahm ihre Traurigkeit wieder zu, bis sie schließlich ganz aufgeben wollte.

Joachim sah sie kurz an. Dann holte er seine Tasche hervor und gab ihr die Noten eines Stücks, das ein gehörloser Komponist geschrieben hatte. „Er konnte die Musik auch nicht hören“, sagte er, aber er hat sie gefühlt. Er hat für seine Musik gelebt. Das kannst du auch.“ Maria wusste nicht, was sie sagen sollte. Sie konnte kaum glauben, was der alte Mann zu ihr gesagt hatte.

Doch es verfehlte seine Wirkung nicht. Die Aussicht, ein Stück zu spielen, das jemand komponiert hatte, der selbst gehörlos war, setzte in ihr eine ungeheure Motivation frei. Sie übte das Stück wieder und wieder, stundenlang, tagelang. Irgendwann konnte sie die Noten auswendig, aber die Musik erreichte sie nicht. Sie konnte sie einfach nicht hören.

Doch eines Tages, als sie das Stück allein übte, bemerkte sie plötzlich etwas, was ihr bisher immer entgangen war, weil sie ihre ganze Aufmerksamkeit auf das Hören der Musik gerichtet hatte. Unter ihren Fingern spürte sie plötzlich Schwingungen des Klaviers. Sie zog ihre Schuhe aus und berührte das Klavier, an dem sie saß, mit den nackten Füßen. Die Vibrationen waren nun deutlich zu spüren. Dann kamen ihr wieder Joachims Worte in den Sinn: *Höre nach innen, nicht nach außen*. Und plötzlich spürte sie die Musik durch die Schwingungen, die das Instrument über die Berührung in ihren Körper übertrug. Sie konnte sie nicht hören, aber sie fühlte sie, und was in ihrer Erinnerung einmal Töne gewesen waren, ließ in ihrem Herzen eine Melodie erklingen.

Als sie einige Wochen später in dem kleinen Saal neben der Kirche saß, in dem sie als Kind immer der Musik gelauscht hatte, und ihr Repertoire mit einer Leidenschaft vortrug, die den Zuhörern eine Gänsehaut über den Rücken jagte, erkannte sie auch das Stück, das Joachim ihr gegeben hatte. Ihr war klar geworden, dass es im Leben immer einen Weg gibt, um das zu erreichen, was einem am Herzen liegt.

