

Vielleicht haben Sie schon einmal die Yogahaltung „der Baum“ gesehen oder gar selbst geübt? Man steht auf einem Bein und trotzdem fest verwurzelt, standhaft, leicht bewegt um das Gleichgewicht bemüht, richtet sich mit dem Körper gerade nach oben aus und breitet seine Arme über dem Kopf zu einem großen Bogen aus, der die Baumkrone symbolisieren soll. Die Fingerspitzen weisen in den Himmel, so wie das Laub sich der Sonne und dem Licht entgegenstreckt. Während des Übens fühlt man ganz stark die beiden Pole, zwischen denen der Baum und der Mensch gleichermaßen eingespannt sind: Erde und Himmel, Materie und Geist, Immanenz und Transparenz. Von jeher haben die Menschen ein ganz besonderes Verhältnis zu Bäumen, sicherlich nicht nur, weil sie für unser Über-Leben unentbehrlich sind. Es ist wohl auch dieses Stehen zwischen Himmel und Erde, das uns miteinander verbindet.

*aufeinmal sind die Blätter bunt  
nur über Nacht ist es geschehn  
so etwas hab ich nie gesehn  
vor einem leuchtend blauen Grund  
staun ich und freu mich wie ein Kind und  
manchmal weht ein leiser Wind  
und treibt ein Blatt vor mein Gesicht  
soll ich es fassen oder nicht?  
Ich nehme es in meine Hand*

*und schaue lange hin – und seh  
aufeinmal mich darin...*

So heißt es in einem Gedicht von Eva-Maria Leiber und es verweist auf die menschliche Identifikation mit Bäumen. Sie ermutigen uns, standhaft zu sein, uns Wind und Wetter zu stellen, etwas aus uns zu machen und unsere Anlagen zu entfalten. Die ihnen zugesprochenen typischen Eigenschaften spiegeln sich auch in unserem alltäglichen Sprachgebrauch wieder, wenn wir von „einem Mann wie ein Baum“ sprechen, vom „verwurzelt sein“ oder „aus gleichem Holz geschnitzt sein“. Besonders in ihrem Werden und Vergehen im Jahreslauf fühlen wir uns ihnen nahe.

Blatt für Blatt zeigt uns der Baum seine Schönheit, seine Entfaltung, seine Vergänglichkeit und seine Einmaligkeit. Bäume sind Gedichte, die die Erde an den Himmel schreibt, formulierte Khalil Gibran.

Das Büchlein enthält daher Blatt für Blatt ein Gedicht und gute Gedanken und ist eine Einladung, sich auf den Baum als Lebenssymbol einzulassen, denn „Bäume sind Heiligtümer. Wer ihnen zuzuhören weiß, erfährt Heiligtümer.“ (Herman Hesse)

*Claudia Peters*



## BÄUME VERSTEHEN

Um einen Baum zu verstehen, muss man seinen Stamm umschreiten, die Farbe seiner Blätter sehen und die Luft unter seinen Zweigen riechen. Ein Baum kann eine Geschichte erzählen. Sehr alte, große Bäume lösen daher oft unweigerlich ein Gefühl der Ehrfurcht aus.

*Regine Kather*

## HINGABE

Nur jemand, der weiß, was Schönheit ist, blickt einen Baum oder die Sterne oder das funkelnde Wasser eines Flusses mit völliger Hingabe an, und wenn wir wirklich sehen, befinden wir uns im Zustand der Liebe.

*Krishnamurti*

## BÄUME BETRACHTEN

Kann es etwas Schöneres geben als die Jahreszeiten eines Baumes? Ein Baum steht in Schönheit von Jahr zu Jahr und behält seine Anmut und Würde. Seine Geheimnisse sind mitten in ihm und er erzählt nichts von Menschen und ihren vorübergehenden Erlebnissen. Wir lernen etwas, wenn wir einen Baum betrachten. Ständig beschneidet er sich selbst, fortgesetzt wirft er alles Übermäßige ab. Wenn er an einer schwierigen Stelle wächst, sendet er tiefe Wurzeln hinab um nach einem festen Halt zu suchen. Jedes Blatt ist einzigartig und schön – doch es dient auch dazu, giftige Stoffe aus der Atmosphäre zu entfernen und sendet einen sauberen Duft aus, um uns vor der Hitze zu schützen. Neben einem Baum zu sitzen oder unter einer Eiche auf der Erde zu liegen ist der Gipfel des Genusses.

*Die weisen Frauen der Cherokee*

