



Kinderlieder

Das innere heile Kind

Alte einfache Melodien wirken tiefer als wir es vermuten können. Meine Forschungsreise mit dem Nada Brahma System des indischen Musikers und Wissenschaftlers Dr. Vemu Mukunda haben mir die Kinderlieder und ihre Wirkung tief erfahren lassen. Keine Melodie ist zufällig so wie sie ist. Singen wir diese Melodien mit den indischen Tonleitersilben (das sind nicht jene Silben die wir aus dem Musikunterricht kennen, also nicht do, re, mi, fa so....sondern Sa, Ri, Ga, Ma, Pa....) so wirkt die Musik wie Akupunktur unmittelbar auf unser Fühlen und Denken. Wir finden zurück zur Ruhe, zur Liebe und Freude und zum Vertrauen ins Leben. Ich kenne keinen sanfteren und schnelleren Weg für unsere Selbstheilung, als das Singen von Kinderliedern. In der Gruppe halten wir uns den Raum, mutig dieses sorgenfreie Land zu betreten. Das Loslassen von allem was uns nicht wirklich dient geht wie von selbst, wenn wir das heile Kind in uns wiederfinden, welches schon immer da war und immer da ist.

In meinen Kursen über die Wirkung der Kinderlieder, singen und tanzen wir viel. Die Einfachheit und die Kreativität haben viel Raum. Wir erfinden einfache Kreistänze zu den Melodien und geben uns viel Raum zum Nachspüren.