



21. Tag: »Vorbilder«

Achtung, es ist wieder soweit! Volle Konzentration!

Vom vorletzten Mal wüsste ich gern, ob Du ein für Dich passendes Symbol gefunden hast?



Der Schüler bittet den Meister: »Zeige mir, wie ich das Große Geheimnis erkennen kann.«

Der Meister antwortet: »Kann ich es dir zeigen? Ich kann es nicht!«

»Bist Du denn nicht ein Meister? Das Vorbild aller Schüler?« fragt der Schüler verwundert.

»Eben drum!« gibt der Meister zurück.



Der »Gedankensturm«

Schreibe eine Minute lang so viele Worte wie möglich auf, die Dir zu folgendem Wort einfallen:

»Vorbild«

Ab heute beginnt ein ganz neuer Abschnitt der Schulung, der uns langsam aber sicher von der Theorie zur Praxis bringt. Da wundert es Dich vielleicht, dass es keine Traumreisen mehr geben wird, wo die doch immer schon eher zur Praxis gehörten, oder?

Doch keine Angst: Statt der »fremdgeführten« Traumreisen wirst Du nun – so hoffe ich jedenfalls – zum Reiseleiter ausgebildet, der die verschiedensten Wege zur Erkenntnis selbst erkunden kann!

Überhaupt wird ab heute einiges anders. Es wird keine »Blitzzeichnung« mehr geben und die Aktionen werden – manchmal zusammen mit Zitaten oder Texten – zu »Praxisteilen«. Das heißt, die klare Trennung verwischt sich immer mehr zugunsten kreativer Blöcke, die viele verschiedene Möglichkeiten bieten.

Heute geht es um Vorbilder und Maßstäbe – doch wofür eigentlich?



Erster Praxisteil: »Wohin führt die Reise?«

Wie Du Dir sicher denken kannst, sind wir weiterhin auf der Suche nach der letzten Wahrheit, so dass diese Reise – haarscharf kombiniert – irgendwie dorthin führen muss. Allerdings weißt Du auch, dass das so eine Sache mit der »letzten Wahrheit« ist, denn sie ist ja ein »großes Geheimnis«, zu dem keine normalen Wege führen. Also kein Denken, kein Berechnen oder Analysieren – und doch geht es nicht ganz ohne Denken, nicht ohne Berechnen und Analysieren. Es ist eher so wie bei Harry Potter, der am Bahnhof durch die Wand gehen muss, um zum richtigen Bahnsteig zu gelangen. Dieser Weg bleibt allen »Normalen« verschlossen.

Im Buddhismus spricht man von der Buddha-Natur der Dinge, einem angeborenen Zustand, den zwangsläufig jeder hat – den aber die meisten Menschen gleich nach Ihrer Geburt durch unsere normale Lebensweise ins tiefste Innerste verdrängen. Diese Buddha-Natur ist Teil des großen Geheimnisses, Teil unserer »Göttlichkeit« und doch nicht trennbar vom Ganzen. Das klingt nicht nur geheimnisvoll, das **i s t** geheimnisvoll! Wer also die Reise zur letzten Wahrheit antritt, der muss in sich selbst reisen, um seine Buddha-Natur zu erkennen – und schon ist er am Ziel.

Nun ja, das kann eine verdammt lange Reise werden – aber es ist sicherlich die phantastischste Reise, die ein Mensch überhaupt machen kann. Lohnt sich also. ...

Genug gefaselt: Setze Dich einmal aufrecht auf die [Stuhl-, Bett-, o.a.]-kante, so dass die Wirbel Deiner Wirbelsäule wie ein Turm aus Bauklötzen aufeinander ruhen. Und oben am höchsten Punkt Deiner Schädeldecke ist ein dünner Faden angebracht, der Dich sanft nach oben zieht. Spürst Du ihn? Schließe die Augen und lasse Dich eine Weile auf diese Vorstellung ein. Atme dabei so, wie Du es bei den Traumreisen gelernt hast – ganz ruhig und tief und konzentriere Dich nur auf Deinen Atem und die Vor-

stellung, wie Du sitzen sollst.

[Geben Sie dem Schüler ein bis zwei Minuten dazu]

Ich werde Dir jetzt einige Zitate vorlesen, die vom Weg zur Wahrheit handeln – wie man sie erreichen kann, und wie es dort ist. Immer wenn ich eine Pause mache, sollst Du ganz spontan und ohne Zögern sagen, was Dir zu den vorgenannten Worten einfällt. Welche Bedeutung steckt dahinter. Egal, was Du sagst, es ist gut und richtig. Nichts wird gewertet, alles ist o.k.!

[Drei Sternchen *** bedeuten, dass Sie dem Schüler nun Zeit für seine Gedanken geben sollen.]

Lass uns beginnen:

»... einige ... sind vom Wege abgekommen und ganz und gar in Aberglauben abgesunken, andere, die den Aberglauben wie einen Sumpf vermeiden wollten, sind, ohne daß sie es gewahr wurden, in den Abgrund der Gottlosigkeit gestürzt. ...«

[Plutarch, römischer Philosoph, aus HALBFAS / Seite 94]

»Der Meister sagt: »Verlangst du nach Gott, mein Kind, so wird Gott zu dir kommen.« Der Schüler verstand den Meister nicht ganz. Eines Tages badeten beide im Fluß, und der Meister sagte: »Tauche unter.« Der Knabe tat es. Sofort war der Meister über ihm und hielt ihn unter Wasser, bis der Knabe erschöpft war. Dann ließ er ihn frei. »Was empfandest du da unten?« »Das Verlangen nach einem Atemzug.« »Ersehnt du Gott ebenso stark?« »Nein.« »Erst wenn du das tust, wirst du Gott finden.«

[Swami Vivekananda, indischer Guru / Seite 297]

»... (Es) liegt zwischen den beiden Zuständen körperlicher Gelockertheit einerseits, (und) geistiger Freiheit andererseits ... ein ... Unterschied, der ... durch ein Sichzurücknehmen aus allen wie auch immer gearteten Bindungen, durch ein Ichloswerden von Grund aus, überwunden werden kann, so daß die Seele, in sich selbst versunken, in der Vollmacht ihres namenlosen Ursprungs steht.

Der Forderung, zunächst das Tor der Sinne zu schließen, wird nicht durch energisches Sichabwenden genügt, vielmehr durch die Bereitwilligkeit, widerstandslos auszuweichen. Damit aber dieses nichthandelnde Verhalten instinktiv gelinge, bedarf die Seele eines inneren Haltes, und sie gewinnt ihn durch Konzentration auf die Atmung. Sie wird bewußt und geradezu pedantisch gewissenhaft vollzogen. Das Atemholen wie das Ausatmen wird je und je für sich genommen und sorgfältig ausgeführt.

Der Erfolg dieser Übung läßt nicht zu lange auf sich warten. Je intensiver die Konzentration auf die Atmung ausfällt, um so mehr verblassen äußere Reize. Sie versinken in einem verschwommenen Rauschen, dem man zunächst nur noch mit halbem Ohr zuhört, um es am Ende so wenig mehr als störend zu empfinden wie etwa das Meeresrauschen, das man, hat man sich einmal daran gewöhnt, kaum mehr vernimmt. Im Laufe der Zeit wird man selbst gegen beträchtliche Reize immun, und zugleich stellt sich die Unabhängigkeit von ihnen immer leichter und rascher ein.

Man hat nur darauf zu achten, daß der Körper im Stehen, Sitzen oder Liegen möglichst gelockert sei, und konzentriert man sich dann auf die Atmung, so fühlt man sich bald wie durch undurchlässige Hüllen isoliert. Nur daß man atme, weiß und fühlt man noch. Von diesem Gefühl und Wissen sich loszulösen, ist kein frischer Entschluß nötig, denn ganz von selbst verlangsamt sich die Atmung, wird im Verbrauch von Atem immer sparsamer und entzieht zuletzt, in gleitenden Übergängen sich verwischend und eintönig geworden, der Aufmerksamkeit jeglichen Halt.

Dieser schöne Zustand des unbetroffenen Insichweilens ist fürs erste leider nicht von Dauer. Er droht von innen her zerstört zu werden. Wie aus dem Nichts entspringend, tauchen unversehens Stimmungen, Gefühle, Wünsche, Sorgen, ja sogar Gedanken in sinnloser Mischung auf, und je entlegener und befremdender sie sind und je weniger sie mit dem zu tun haben, wofür man die Bewußtheit aufs Spiel

setzt, um so hartnäckiger hängen sie sich ein. Es ist, wie wenn sie sich dafür rächen wollten, daß die Konzentration Bereiche anrührt, die sie sonst nicht erreicht.

Allein auch hier gelingt es, diese Störung dadurch unwirksam zu machen, daß man, ruhig und unbekümmert fortatmend, sich mit dem, was zum Vorschein kommt, freundlich einläßt, sich daran gewöhnt, ihm gleichmütig zuzusehen lernt und des Zusehens endlich müde wird. So gelangt man allmählich in einen Zustand, der dem gelösten Hindämmern unmittelbar vor dem Einschlafen gleicht. ...«

[HERRIGEL / S. 36 - 38]

Du darfst nun wieder die Augen öffnen und Dich setzen wie Du magst. Na, war das nicht so eine Art Traumreise?



Zweiter Praxisteil: »Brauche ich Vorbilder für meine Reise?«

Nun werde ich Dir Worte des chinesischen Meisters Mo Ti vorlesen. Höre aufmerksam zu, denn Du mußt den Sinn der Worte verstehen, um die Aufgaben zu erfüllen, die ich Dir zwischendurch stelle! Dazu mußt Du Dich bemühen, ein guter Schauspieler zu sein! Wart's ab!

»Meister Mo Ti sagte: Einer, der in der Welt etwas ausführt, kann dies nicht ohne einen Maßstab. Denn wenn er keinen Maßstab hat, ist er nicht in der Lage, sein Unternehmen auszuführen. Selbst die vollkommensten Gelehrten, welche Generäle oder Minister werden, sie alle haben einen Maßstab. Und ebenso die besten Handwerker, die irgendeine Arbeit ausführen, haben alle einen Maßstab. Machen sie ein Rechteck, benutzen sie den Winkel, für den Kreis nehmen sie den Zirkel, für die Gerade eine Schnur und für die Senkrechte ein Lot. Geschickte Handwerker ebenso wie ungeschickte bedienen sich dieser fünf Instrumente als Richtmaße. Die geschickten treffen die Richtung, und die ungeschickten, obwohl sie nicht treffen, verlassen sich doch auch bei ihren Arbeiten auf ihre Instrumente und kommen dadurch gleichsam über sich selbst hinaus. So haben alle Handwerker bei ihren Arbeiten eine Richtschnur, mit der sie messen.

Stell Dir vor, Du bist ein vornehmer Herr oder eine vornehme Dame. Erzähle mir nun mit den Worten eines solchen Menschen, was Meister Mo Ti gerade gesagt hat. Denke auch an eine passende Mimik und Gestik.

Nun regieren die Größten das Reich, und nach ihnen kommen die Großstaaten, doch sie haben keine Richtschnur, mit der sie messen könnten, und so reichen sie noch nicht einmal an die Handwerker heran. Was sollten sie aber auch als Richtschnur für ihre Regierungstätigkeit nehmen? Sollten sie etwa alle ihre Eltern als Vorbild nehmen? Eltern gibt es in der Welt ja eine Menge, aber menschlich sind nur wenige unter ihnen. Würden sie nun alle ihre Eltern zum Vorbild nehmen, dann wäre dies ein unmenschliches Vorbild, und ein Vorbild, das unmenschlich ist, darf nicht als Vorbild gelten. Oder sollten sie alle ihre Lehrer zum Vorbild nehmen? Lehrer gibt es in der Welt eine Menge, aber menschlich sind nur wenige unter ihnen. Würden sie nun alle ihre Lehrer zum Vorbild nehmen, dann wäre dies ein unmenschliches Vorbild, doch ein unmenschliches Vorbild darf nicht als Vorbild dienen. ...

Jetzt bist Du ein cooler Schüler, der diese Dinge in seinen Worten wiedergibt.

Demnach taugen also weder Eltern noch Lehrer noch Fürsten zum Vorbild für die Regierung. Was kann aber dann als Vorbild für die Regierung dienen? Die Antwort ist: Das beste Vorbild ist der Himmel. Des Himmels Wege sind allumfassend und uneigennützig; er gewährt in Hülle und Fülle und bildet sich nichts auf seine Wirkkraft ein. Sein Licht ist ewig und nimmt nie ab. Daher haben die heiligen Könige den Himmel zum Vorbild genommen.

Versuche einmal, diesen Absatz als Pfarrer darzustellen, der sehr ehrfürchtig spricht.

Nimmt man den Himmel zum Vorbild, dann muß man sich in allem seinem Tun am Himmel orientieren und das, was der Himmel wünscht, befolgen, und unterlassen, was er nicht wünscht. Doch was wünscht der Himmel und was mißfällt ihm? Ganz gewiß wünscht der Himmel, daß die Menschen einander lieben und sich gegenseitig unterstützen, und er wünscht nicht, daß die Menschen einander hassen und sich ge-

gegenseitig schädigen. Doch woher nehmen wir die Überzeugung, der Himmel wünsche, daß die Menschen einander lieben und sich gegenseitig unterstützen, und er wünsche nicht, daß sie sich hassen und gegenseitig schädigen? Daher, daß der Himmel selbst alle liebt und allen nutzt. Und woher wissen wir das? Daher, daß er alle Menschen in seiner Macht hat und sie alle ernährt. ...

Das Wort Himmel steht hier für die Natur, aber auch für das ganze Funktionieren im Universum. Versuche den Inhalt des letzten Abschnittes einmal wie ein Popstar rüberzubringen.

Deshalb heißt es: Solche, die ihre Mitmenschen lieben und sie unterstützen, beglückt der Himmel; doch jene, die ihre Mitmenschen hassen und schädigen, denen bringt er Unglück. Solche, die täglich Unschuldige ermorden, laden dadurch Unheil auf sich. Wie könnte da einer behaupten, denjenigen, die sich gegenseitig umbringen, sende der Himmel kein Unheil? Somit ist klar: der Himmel wünscht, daß die Menschen einander lieben und sich gegenseitig unterstützen, und es ist gegen seinen Willen, wenn sie einander hassen und sich schädigen.«

[Konfuzianismus, aus GÜNTHER-1, Seite 63 - 66]

Zum Abschluss sei einfach nur Du und versuche aus diesen Zeilen des Mo Ti zu ergründen, ob der Mensch ein Vorbild braucht oder nicht, wenn er die letzte Wahrheit sucht?

Welche Menschen – berühmte Personen, Bekannte, Verwandte, Freunde – sind für Dich Vorbilder?



Dritter Praxisteil: »Ein Vorbild kann nur das Original sein«

Was ist denn »das Original«?

[Gemeint ist die Natur als großes Ganzes, da sie alles enthält und jedes ihrer materiellen Verwirklichungen nur ihre universellen Prinzipien widerspiegelt]

Nicht nur die Chinesen sahen in den Gesetzen der Natur das einzig wahre Vorbild. Ich werde Dir dazu noch vier Beispiele aus verschiedenen Kulturen näherbringen, zwischen denen wieder Aufgaben für Dich eingearbeitet sind. Diesmal wird mehr Deine Phantasie und Vorstellungskraft benötigt als Dein schauspielerisches Talent. Aber schön der Reihe nach...

»... Leben, mein Bruder Gallio, wollen alle im Glück, doch um zu erkennen, was das Leben glücklich macht, dafür sind sie blind. Und es ist derart schwierig, ein glückliches Leben zu erlangen, dass jeder-mann sich von diesem Ziel desto weiter entfernt, je leidenschaftlicher er es verfolgt - wenn er den falschen Weg eingeschlagen hat. Sobald ihn dieser in die entgegengesetzte Richtung führt, ist gerade seine Hast die Ursache dafür, dass der Abstand immer größer wird. Daher müssen wir uns zunächst darüber klar werden, was überhaupt unser Ziel ist...

Wollen auch Tiere im Glück leben? Welchen Weg wählen sie, um Glück zu erlangen?

Nenne mir ein Tier, das nach Deiner Ansicht sehr glücklich ist und begründe Deine Aussage.

Vor nichts sollten wir uns ... mehr in Acht nehmen als davor, wie Schafe der Herde zu folgen, die vor uns dahinzieht und nicht die Richtung einzuschlagen, in die man gehen müsste, sondern die, in die man geht. Nichts lässt uns ja in größeres Unheil geraten, als dass wir uns nach dem Gerede der Leute richten und für das Beste halten, was mit lauter Zustimmung aufgenommen wird, dass wir viele Vorbilder haben und nicht nach der Vernunft, sondern in der Bereitschaft leben, uns anzupassen. Daher stürzen wir auch zuhauf ins Verderben, einer über den anderen. ...

Überlege Dir mehrere Vorbilder für Dich aus der Tierwelt und nenne die Eigenschaften, die diese Tiere für Dich zum Vorbild machen. [Etwa: Ich hätte gern den Scharfblick des Adlers, weil...]

Das meine ich außerdem noch. Bei alledem ... folge ich der Natur. Von ihr nicht abzuweichen und sich von ihrem Gesetz, von ihrem Vorbild leiten zu lassen, das ist Weisheit. ...«

[Seneca, römischer Dichter, aus LÖHNDORF / Seite 62 - 64]

Die gesamte Natur als Vorbild zu nehmen ist eine Idee, die es in vielen Kulturen gab. Zum Abschluss möchte ich Dir noch ein Zitat von den Lakota und eines aus dem Taoismus vorlesen. Schließe dazu bitte wieder die Augen wie eben und atme ein paarmal tief durch. Nimm Dir die Zeit, die Worte nicht nur aufzunehmen, sondern bis ganz tief in Dein Innerstes dringen zu lassen:

»... Bedenkt dies: ist nicht der Süden die Quelle des Lebens, und kommt nicht der blühende Stab tatsächlich von dort? Und schreitet nicht der Mensch von dort der untergehenden Sonne seines Lebens zu? Nähert er sich dann nicht dem kälteren Norden, wo die Haare weiß sind? Und langt er nicht dann, wenn er am Leben bleibt, an der Quelle von Licht und Erkenntnis an, die der Osten ist? Und kehrt er nicht dorthin zurück, von wo er ausgegangen, zu seiner zweiten Kindheit, um dort sein Leben an alles Leben wieder hinzugeben und sein Fleisch der Erde, aus welcher er es bekommen? Je mehr ihr über solches nachdenkt, um so mehr werdet ihr darin finden. ...«

[Zitat Schwarzer Hirsch, aus STECHER / Seite 66]

»Nichts in der Welt ist weicher und schwächer als Wasser, und doch nichts, was Hartes und Starkes angreift, vermag es zu übertreffen, es gibt nichts, wodurch es zu ersetzen wäre. Schwaches überwindet das Starke, Weiches überwindet das Harte. Keinem in der Welt ist es unbekannt, aber keiner vermag es zu üben. ... Wahre Worte sind wie umgekehrt.

[aus dem Tao-Te-Ching, aus HALBFAS / Seite 309]



Die »Hausaufgabe«

Seit Menschen sich künstlerisch betätigen, haben sie ihre Kunstwerke auch dazu benutzt, um sie als heilige Gegenstände zu verwenden. So wurden die Höhlenmalereien der Steinzeit wahrscheinlich als Jagdzauber und die kleinen »Mutterfiguren« aus Ton sicherlich zur Anbetung verwendet. In jedem Zeitalter gab es andere Techniken und Materialien. Daher ist es – auch wenn es auf den ersten Blick vielleicht seltsam erscheint – gar nicht abwegig, ein »Kultobjekt« aus Kunststoff und Acrylfarben selbst herzustellen. Entscheidend ist nicht das Material, sondern der Akt der Herstellung und die Hingabe, mit der man ein Objekt erstellt, sowie die Bedeutung und Anerkennung des Objektes als etwas »Heiliges«.

Als Hausaufgabe sollst Du diesmal ein solches »heiliges« Objekt herstellen – als Sinnbild für das Vorbild Natur, Erde, Himmel – und zwar eine möglichst realistische Erdkugel, so wie man die Erde aus dem Weltraum sehen würde. Bei einem Globus sieht man die Erde entweder mit Ländergrenzen und allerhand Aufschriften oder mit mehr oder weniger realistischen Farben für Ebenen, Gebirge oder die Pflanzendecke. Dazu kommt, dass die Wolkendecke immer fehlt! Bei unserem »Kult-Globus« wird das anders sein! Keine Angst, es ist gar nicht so schwer und wenn Du Dir viel Mühe gibst, wird Dich das Ergebnis sicherlich begeistern!

[Sie benötigen folgende Materialien:

- 1 klare Kunststoffkugel mit 12 cm Durchmesser
Im Bastelgeschäft gibt es solche Kugeln, die aus zwei zueinanderpassenden Halbkugeln bestehen
- mind. 4 Acrylfarben
Farbvorschläge: Titanweiß, Königsblau, Englisch-Senf (od. sand), Braungrün (od. dunkelgrün) (zusätzlich kann man einen helleren Grünton, Dunkelgelb und Ocker verwenden)
- 2 - 3 gute Haarpinsel in drei verschiedenen Größen. Der kleinste sollte sehr fein sein.
- Die Karten-Vorlagen, die bei diesem Kapitel dabei waren (Ausdruck nicht kleiner als 100 %!)]

Bastelanleitung:

- Zuerst musst Du die beiden Bögen sorgfältig ausschneiden.
- Dann legst Du die entstandenen Schablonen mit der Bildseite nach innen außen auf auf die beiden Halbkugeln. Die Spitzen müssen dabei jeweils am Nord und Südpol genau zusammenlaufen. Fixiere das ganze mit ein wenig Klebeband. Der Nordpol liegt an der Aufhängung.
- Wenn das geschafft ist, sollte das Papiermodell ohne zu verrutschen mit der Kunststoffkugel verbunden sein, so dass Du in den Innenseiten der Halbkugeln die Weltkarte sehen und nachmalen kannst.
- Für den ersten Malgang brauchst Du jedoch nur weiße Farbe für die Wolken. Schau Dir zuvor die bei-

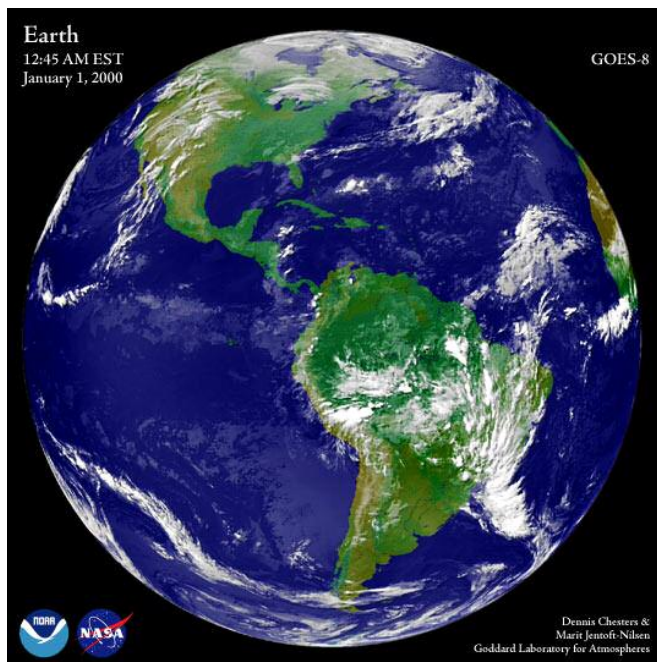
Bewusstseins-Schulung

den Bilder der Erde aus dem Weltraum an, um zu studieren, wie die Wolken auszusehen haben (Bilder unten). Je feinere Strukturen Du malst, desto echter wirkt es nachher. Wenn Du magst, kannst Du irgendwo in Äquatornähe auch einen Wirbelsturm hinzufügen. Sieht aus wie ein sich drehender Krake oder wie eine Galaxie. Schon mal gesehen? Oder Du suchst Dir in Büchern weitere Aufnahmen der Erde, um die Wolkendecke noch realistischer aussehen zu lassen.

- Male vorwiegend tupfend und nicht streichend und ausschließlich die dicken weißen Wolken. Wo nur dünne Schleierwolken zu sehen sind, kannst Du – wenn Du möchtest – schon ein paar ganz feine Punkte und Strichel verstreut anbringen.
- Warte vor jedem neuen Malgang, bis die Farbe vollständig getrocknet ist!
- Nach den Wolken kommen die Landmassen an die Reihe. Male zuerst die Landmassen je nach Farbe mit weiß, grün, sand oder einer Mischung aus beiden. Für die Eiskappen kannst Du vorher auch in einem eigenen Töpfchen weiß mit ganz wenig Blau mischen. Das sieht noch echter aus. Ein wenig hellgrün (aus grün und weiß) hier und da sieht auch gut aus. Bemale auch die Stellen »unter« den Wolken, also dort, wo bereits weiße Flächen sind. Achte vor allem darauf, die Kontinente an den Rändern sehr genau zu treffen, da sich Fehler später nicht mehr korrigieren lassen!
- Anschließend übermalst Du die Flächen, wo Du nach dem Malen der Länder noch dünne Schleierwolken siehst, vollflächig mit einer Farbmischung aus ca. 70 % blau und 30 % weiß. Diese Flächen brauchen nicht gut zu decken und sollten ausgefranste Ränder haben.
- Im letzten Malgang streichst Du beide Hälften komplett deckend mit der blauen Farbe für die Meere und Seen. (Die unterschiedlichen Blautöne auf den Bögen sieht man aus dem Weltraum nicht!)
- Nach der letzten Malkontrolle kannst Du die Papierschablonen entfernen und staunen, was herausgekommen ist!
- Die Erde ist jetzt fast fertig. Füge die beiden Hälften aneinander – ggf. mit etwas Klebstoff. Am Nordpol kannst Du nun einem Nylonfaden zur Aufhängung anbringen.

[Die Bastelvorlage gelang mit Hilfe der Homepage »27« – <http://jflohow.themac.de/index.htm>]

Ach ja: Ich erinnere nochmal an das Sternenmädchen. Es ist doch nicht in Vergessenheit geraten, oder?





Der »Gedankensturm«

Schreibe eine Minute lang so viele Worte wie möglich auf, die Dir zu folgendem Wort einfallen:

»Vorbild«

Ort:

Wohl temperierter Innenraum oder stiller Ort im Freien

Materialien:

Lesen Sie sich die Hausaufgabe durch. Dafür benötigt der Schüler mehrere Materialien.

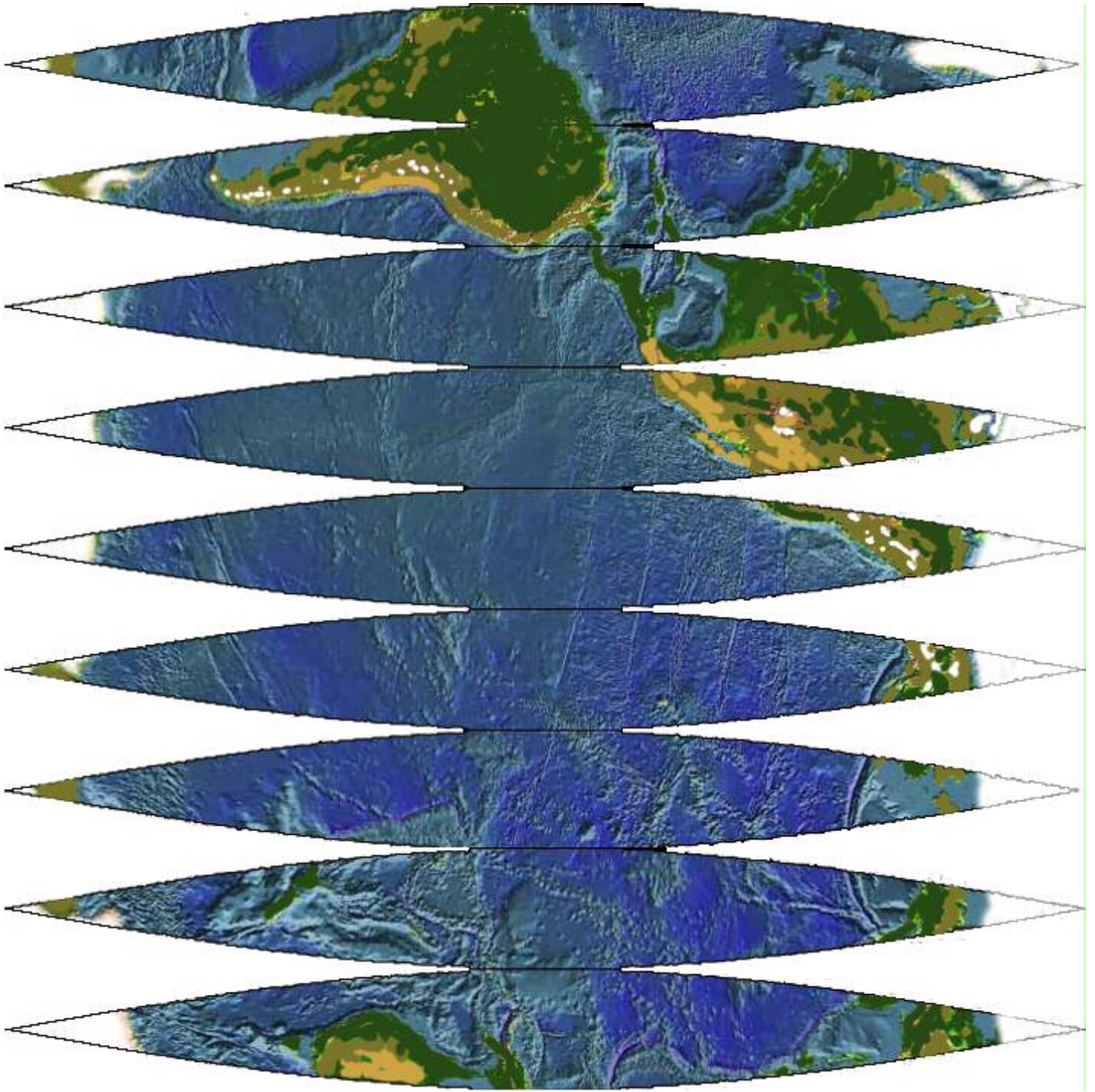
Vorbereitung:

Das Übliche

Beginn:

Das Übliche

Erde, Bogen 1



Erde, Bogen 2

