Hey,

wie war der Mai für dich? Nass und kalt? Ein verlängerter April? Ich hoffe, du konntest ihm Positives abgewinnen. Ich durchaus. Die Natur braucht das Wasser und dadurch war die Luft angenehm frisch.

Für deine heutige Auszeit nehme ich dich auf eine Reise durch einen Rhododendronwald mit. Am Montag war ich in einem Park, in dem mir bewusst geworden ist, was für faszinierende Pflanzen Rhododendren sind. Ich kannte diese nur als große Büsche. Tatsächlich können sie aber sehr hoch werden und weniger wie ein Busch aussehen, sondern wie ein richtiger Baum.

Botanisch gesehen sind einige Rhododendronarten Bäume, andere Büsche. Spannend fand ich, dass sie zu den Heidekrautgewächsen gehören. Damit hatte ich nicht gerechnet. Für mich waren Heidekräuter bis dahin Eriken, wie sie früher vor unserer Haustür wuchsen und wie ich sie aus der Lüneburger Heide kenne.

Im Biologiestudium habe ich zwar viel über Pflanzen gelernt, doch durch derartige Erlebnisse und Ausflüge in die Natur merke ich, wie viel es noch für mich zu erfahren und erkunden gibt. Daran möchte ich dich gerne teilhaben lassen.

Für heute beende ich an dieser Stelle aber die Pflanzenkunde und nehme dich auf eine Reise in ein Blütenmeer mit.

Wenn du möchtest, kannst du dir die 5-Minuten-Auszeit auch anhören:
www.weltenpfad.net/phoenixfiles/traumreisen/rhododendron.mp3

© 2022 Laura Kier - www.weltenpfad.net

Summendes Blütenmeer

Stell dir vor, es ist ein angenehm warmer Sommertag. Die Vögel zwitschern und einige Grillen zirpen leise im Gras am Wegesrand. Zu beiden Seiten neben dir erstrecken sich weite Wiesen, in denen unterschiedliche Gräser, Blüten und Kräuter wachsen. Es duftet wie in einem frisch gemähten Heuhaufen. Die Sonne brennt auf dich nieder und du sehnst dich nach ein wenig Schatten. Deshalb gehst du an den Wiesen vorbei und auf einen Wald zu, der sich vor dir erhebt.

Dieser Wald ist kein normaler Wald, wie du ihn wahrscheinlich von deinen Spaziergängen kennst. Hier findest du keine Kiefern, Birken oder Eichen. Hier erwartet dich ein Blütenmeer, das sich vom Waldboden bis hoch in den Himmel erhebt. Zwischen den weißen, pinken, gelben und roten Blüten entdeckst du einige dunkelgrüne Blätter. Sie sind länglich und laufen zu den Ästen hin rund zu. Ein herrlicher Rhododendron, neben dem noch viele weitere Rhododendren wachsen.

Die Blüten verströmen einen angenehmen, leicht süßlichen Duft. Er ist allgegenwärtig auf dem schmalen Pfad, der dich an den Büschen vorbei und durch den Wald hindurchführt. Dabei ist er nicht aufdringlich, sondern umarmt dich sanft und gibt dir ein wohliges Gefühl.

Du bleibst stehen und berührst mit den Fingerspitzen eine der zarten Blüten. Es ist eine weiße, mit violetten Sprenkeln auf dem Obersten der fünf Blütenblätter. Der Stempel und die Staubblätter sind deutlich sichtbar und laden Bienen ein, vom Nektar zu naschen.

An deine Blüte schmiegen sich noch viele weitere Blüten, die zusammen einen kleinen Blumenstrauß ergeben. In einer Vase würden sie sicherlich schön aussehen. Doch du entscheidest dich dazu, die Blüten weiter wachsen zu lassen. Auch andere Spaziergängern haben so die Möglichkeit, sich an ihrer Schönheit zu erfreuen.

Langsam schlenderst du weiter und genießt neben dem Duft, die angenehme Kühle im Schatten. Zwischen den Rhododendronbäumen fallen Sonnenstrahlen auf den Boden und bringen die Blüten zum Leuchten. Das Wechselspiel aus Licht und Schatten begleitet deinen Weg. Um dich herum summt es leise und du entdeckst viele fleißige Bienen.

Einen Moment fragst du dich, wie es wohl wäre, als Biene durch diesen Wald zu fliegen. Würdest du auch all die Farben in ihrer Vielfalt wahrnehmen? Wäre der leichte Duft der Blüten für dich betörend? Wie schmeckt wohl der Nektar? So wie Honig?

Mit einem Lächeln betrachtest du die Bienen. Emsig bestäuben sie eine Blüte nach der anderen und fliegen von Busch zu Busch. Nicht einen Atemzug lang scheinen sie stillzustehen. Du aber bleibst stehen und beobachtest die Natur um dich herum.

© 2022 Laura Kier - www.weltenpfad.net

Ein leichter Windhauch streift durch den Wald und kitzelt mit deinen Haaren dein Gesicht. Er trägt das Summen direkt an dein Ohr und den Duft der Blüten in deine Nase. So kannst du den Sommertag richtig genießen.

Verweile so lange an diesem Ort, wie du es dir wünschst. Genieße den Moment, atme tief durch und spüre, wie sich ein angenehmes Wohlgefühl mehr und mehr in dir ausbreitet.

von Laura Kier

Auszeit im Alltag

Für mich sind Traumreisen wie mein summendes Blütenmeer erholsame Auszeiten vom Alltag. Mithilfe meiner Fantasie kann ich alles hinter mir lassen und in eine andere Welt eintauchen.

Auch beim Schreiben erlebe ich Ähnliches: Ich werde eins mit einer anderen Welt, beobachte alles aus einer anderen Perspektive und kann so Lösungen für den Alltag finden. Sobald ich draußen in der Natur bin, geht es mir vergleichbar. Ich nehme so viel wie möglich von meiner Umwelt wahr und lasse mich von den Eindrücken inspirieren.

Geht es dir manchmal auch so? Kannst du dir Auszeiten vom Alltag gönnen?

Ich hoffe, dir hat diese kleine Auszeit gefallen. Wenn du magst, erzähl mir doch von deinen Erfahrungen und wie du zur Ruhe kommst. Ich freue mich, von dir zu hören.

Alles Liebe,
Laura Kier

zur Phönixpost anmelden: www.weltenpfad.net/phoenixpost

Laura Kier ◦ c/o Block Services ◦ Stuttgarter Str. 106 ◦ 70736 Fellbach

phoenixpost@weltenpfad.net