

Inhalt

Einleitung in ein einfaches klangvolles Buch	7
Erstes Kapitel Tönender tanzender Alltag – Alltags-Musik und Alltags-Tanz	13
Zweites Kapitel Angesprochen von einer geheimnisvollen Stimme – Tanze mit mir dein Lied vom Leben	25
Drittes Kapitel Musik auf der Straße – Klänge der Einen Welt	39
Viertes Kapitel Takt- und klangvolles Miteinander – Musik und Tanz der Kommunikation	55
Fünftes Kapitel Bewegende feierliche Klänge – Musik und Tanz zu festlichen Anlässen	71
Sechstes Kapitel Ausgelassenheit in Musik und Tanz – Von der Freude bis zur Ekstase	85
Siebtens Kapitel Singen und Musizieren – Musik in Familie, Freizeit und Beruf	97
Achtes Kapitel Getanzte Rhythmen und Klänge – Musik und Tanz als Lebenskunst	111
Neuntes Kapitel Bewusstes Musik-Hören – Musik als Genuss, Lebenshilfe und als unterstützende Möglichkeit der Bewusstwerdung	125
Zehntes Kapitel Konzerte, Opern, Musicals Symbol-Klänge und Symbol-Bilder	139

Elftes Kapitel	
Gefährliche Rhythmen, schmerzhaft Klänge, verbotene Töne – dunkel-schattige Tanz-Musik	153
Zwölftes Kapitel	
Musik in der Natur – Paradiesische und katastrophische Klänge	169
Dreizehntes Kapitel	
Klingendes Sterben und Werden – Getragen von den Rhythmen des Lebens	183
Vierzehntes Kapitel	
Innere Melodien – Musik und Tanz der Seele	197
Fünfzehntes Kapitel	
Wenn die Stille tanzt und singt – Verborgenes und Leises	211
Sechzehntes Kapitel	
Das bunte Lied der Liebe – Klänge zwischen Freiheit und Geborgenheit	223
Siebzehntes Kapitel	
Göttliches Konzert – Musik und Tanz als Gebet	239
Danke	255
Literatur	256

Einleitung in ein einfaches klangvolles Buch

Liebe Leserin, lieber Leser,

ich grüße Dich herzlich und freue mich sehr auf eine gemeinsame Reise mit Dir durch das Reich der Musik und des Tanzes.

Das Buch ist ein Versuch, Dinge zusammenzubringen, die für mein Erleben unauflöslich zusammengehören, aber oft nicht recht zusammenfinden: Die Liebe zur Fülle des Lebens, zur Vielfalt der Seele, zur Musik, zum Tanz, zur Kunst und auch zum Religiösen. Das Männliche und das Weibliche, das Dunkle und das Helle, das Körperliche und das Geistige, das Ernste und das Heitere, der Schmerz und die Lust, die Trauer und die Freude: alle diese Aspekte gehören doch eigentlich zur Einheit und Ganzheit des Menschen und zum vollständigen Ausdruck des Lebendigen. Sie gehören untrennbar zusammen und bedingen einander.

Ich bin von meinem ersten Beruf Theologin und habe viele Menschen durch leidvolle Phasen ihres Lebens, durch schmerzhaftes Trennungen und tiefe Trauer begleitet. Ihr religiöser Glaube hat den Menschen oft geholfen, diese schweren Zeit besser zu ertragen. Ich habe dabei aber auch viel Leid erlebt, dass erst durch die Religionen, durch enge Dogmen und angstmachende mythische Vorstellungen in die Seelen der Menschen hineingekommen ist. Anstatt zum vollen Leben, zur Liebe und zur Toleranz hin zu ermutigen, haben manche religiöse Vorstellungen das Leben von Menschen unerträglich eng und schuldbeladen werden lassen. Aber – wenn Menschen Glück haben – finden sie manchmal doch auch wieder aus dieser seelischen und geistigen Unterdrückung heraus, oft aber erst nach langem Leiden und großen Schmerzen. Eine schwer erkrankte Frau vertraute mir in der Zeit meiner Arbeit als Seelsorgerin an, seit einiger Zeit von einer inneren Stimme penetrant angesprochen zu werden. Sie war unsicher, was das zu bedeuten habe und was sie mit ihr machen solle. Als ich sie fragte, was die Stimme denn zu ihr spreche, und dass ich sie sehr gerne hören würde, bekam ich folgende Antwort:

Mich schreit, spricht, rührt die Frage nach dem Lebenssinn und dem Lebensgrund, wo ich gehe und stehe, zunehmend intensiv an. Sie ruft aus den Menschen zu mir, denen ich begegne, aus den Dingen, die ich tue, aus den fallenden bunten

Blättern der Bäume, aus den Häusern, den Zügen, dem Wind und dem Schneeregen, den Sternen der Nacht, den Koffern, die ich gerade packen(n muss). Es spricht zu mir durch allen Verlust hindurch: Hörst du mich? Ich bin unabhängig von all dem. Die Menschen hängen mich nur immer wieder an etwas fest und glauben dann, dass ich das wäre. Und wenn ihnen das verloren geht, woran sie mich gehängt haben, glauben sie, es gibt mich nicht mehr. Doch in meinem Ursprung und Urgrund bin ich frei von all dem. Ich bin leer, um gefüllt zu werden. Ich bin voll, um geteilt zu werden. Wenn du mich suchst, findest du mich überall und nirgends. Ich bin Urgrund und Sinn zugleich. Ich bin die Liebe, die in immer größerer Schönheit und Klarheit erstrahlen will. Wenn du glaubst, du hast mich, verlierst du mich. Wenn du glaubst, du verlierst mich, hast du mich. Glaub mir, in deiner Einsamkeit bin ich da. Ich will von dir noch einmal wieder neu entdeckt und weiter, tiefer, schöner und klarer noch gelebt werden. Die Menschen und ihre Werke vergehen, ich aber vergehe in meinem Urgrund und Ursprung nicht. In meinem Sein bin ich zeitlos und raumlos, bin ich ewig.

Diese umfassende Liebe zum Leben und zur Schöpfung fühlte sich in der Frau anders an als das, was sie glaubte, was Liebe zu sein hatte. Darunter hatte sie bislang eine Art sich selbst aufopfernder Liebe zum Nächsten verstanden und diese Liebe war mit vielen Einschränkungen, Rücksichten, Vorbehalten und Verboten verbunden gewesen. Mit ihren „bösen“ Gedanken, ihren sinnlichen und eigennützigem Bedürfnissen hatte sie dabei nicht gut umgehen können. Die innere Stimme der Liebe „schrie“ sie aber jetzt geradezu an, diesen Ballast an viel zu engen Vorstellungen über Bord zu werfen und sich dem Leben in seiner Ganzheit zu öffnen. Diese Liebe, zu der sie ihre innere Stimme aufrief, schloss nichts aus, sie wollte im Gegenteil alles Seiende, das Tiefste und Höchste der Schöpfung umfassen. Als ich sie dann weiter fragte, wie denn diese Stimme und diese Liebe sich in ihr anfühlte, dann kam sie darauf, dass diese Stimme, wenn sie nicht „schrie“ und redete, sich eigentlich wie Musik und Gesang anhörte. Sie war wie ein untergründiges Singen und Klingen, das sie unentwegt begleitete, aber dass sie nur dann wahrnahm, wenn sie darauf lauschte.

Das machte mich wach und aufmerksam. Etwas Ähnliches kannte ich nämlich auch. Zumindest in meinen besseren Stimmungen entstand oft in mir ein leises Summen, Pfeifen und Singen, verbunden mit leichten tänzerischen und beschwingten Bewegungen. Konnte sich nicht gerade auch im Klang, der Musik und im Tanz – wie auch überhaupt in der Kunst – die Ganzheit und Fülle des Lebens besonders gut ausdrücken und symbolisieren? Ich erinnerte mich an

Passagen aus einer neueren Beethoven-Verfilmung, in der Beethoven zu seiner Schülerin sagt: „Die Schwingungen in der Musik sind der Atem Gottes, mit denen er zur Menschenseele spricht. Musik ist die Sprache Gottes ... Wir Musiker sind Gott so nah, wie man es nur sein kann ... Wir hören seine Stimme, lesen von seinen Lippen ... Wir bringen die Kinder Gottes zur Welt, die seinen Lobpreis singen. Das ist es, was Musiker sind ...“ Ich glaube nicht, dass dies authentische Worte Beethovens sind, aber ich kann mir gut vorstellen, dass Beethoven so gesprochen haben könnte. Er hat ja auch gesagt: „Musik ist höhere Offenbarung als alle Weisheit und Philosophie.“ Und sind Kunst, Musik, Tanz nicht nur Ausdrucksformen des Lebendigen und „Göttlichen“, sondern auch Wege und Zugänge zu ihm? Dieser Spur wollte ich unbedingt weiter folgen und daraus entstand nach und nach dieses Buch.

Das Buch will eine Liebeserklärung sein an das pure klangvolle Leben, die Musik, den Tanz, das „Göttliche“ in und hinter allem. Es lädt uns ein, das nackte Leben anzuerkennen, wertzuschätzen, zu leben und zu lieben immer intensiver, immer bewusster, immer weiter, immer tiefer. Es möchte ermutigen, unsere Freude zuzulassen, unsere Neugier und Verwegenheit, unsere Spannung und Aufregung, genau so wie unsere Angst und unsere Unsicherheiten. Es will unser Staunen und unsere Ehrfurcht vor dem Leben wecken und uns in gewisser Hinsicht wieder werden lassen wie die Kinder. Das Buch möchte empfänglich machen für ein klangvolles Da-Sein hier und jetzt, für das Wunderbare des Lebens bei aller Dunkelheit, für die Komplexität und Einfachheit des Lebens, so wie es ist und wie es uns hier und heute eine unbestimmte Zeit lang einfach so, ohne, dass wir es machen und kontrollieren können, geschenkt wird und begegnet. Der Dichter Joseph von Eichendorff fasst ein vergleichbares Erleben und Plädoyer in den folgenden poetischen Worten zusammen:

*Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort
und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort.*

Und Meister Eckhart äußert:

*Die Augen und die Ohren und die fünf Sinne,
das sind die Stege,
auf denen die Seele ausgeht in die Welt,*

*und auf diesen Stegen
kommt die Welt wiederum zur Seele.
(EW I, S. 358)*

Eine der möglichen Interpretationen des „Zauberwortes“, das die Welt zum Singen bringt, ist die Einstellung einer liebevollen Achtsamkeit. In unserem Zusammenhang meint dies ein vorurteilsloses, nicht bewertendes Offensein für die Erfahrungen, die uns die Sinne in jedem Augenblick schenken und offenbaren. Ist es uns möglich, allen Tönen und Klängen, Farben und Formen, Gestalten und Erscheinungen, die uns umgeben, auf der Straße, in der Natur, in der Gesellschaft mit Menschen, im Fernsehen und Kino, in Oper und Konzert zu lauschen, uns ihrer Eigen-Art zu öffnen und nicht gleich zu bewerten, ob es uns gefällt oder nicht, ob wir es schön finden oder nicht? Einfach lauschen und fühlen, welche Lebensqualität sich in diesem Ton und Klang offenbart? Das wird und kann uns keineswegs immer gelingen, manche Wahrnehmungen sind uns sehr unangenehm, erzeugen auch Angst, Schmerz, Widerwillen, Stress, empfinden wir nur als krankmachenden Lärm, gegen den wir uns instinktiv wehren und schützen. Und das ist auch gut so. Andererseits: Ein solches Lauschen ist auch nicht eigentlich schwer und als Kind hatten wir sogar eine große Freude, die verschiedensten merkwürdigen Töne und Erscheinungen der Welt aufzunehmen und gar zu imitieren. Es kann großen Spaß machen und auch einen unvoreingenommenen Zugang öffnen zu Bereichen der Musik, die uns möglicherweise sonst sehr fern liegen, z. B. zu moderner Musik, zum Jazz, zum Musical, zur volkstümlichen Blas- und Marschmusik, zum Schlager oder zu klassischer Musik. Worauf dieses Lauschen auf die „Musik und den tanzenden Fluss des Lebens“ hinauslaufen könnte, hat in schöner Weise Hermann Hesse in seinem Siddhartha formuliert. Siddhartha ist nach seiner Suchwanderung schließlich wieder zurückgekehrt zum einfachen Leben. Er ist frei und offen geworden wie ein Kind und lernt nun vom Fluss, an dem er zusammen mit dem Alten Weisen Vasudeva als Fährmann dient:

Siddhartha lauschte. Er war nun ganz Lauscher, ganz ins Zuhören vertieft, ganz leer, ganz einsaugend, er fühlte, dass er nun das Lauschen zu Ende gelernt habe. Oft schon hatte er all dies gehört, diese vielen Stimmen im Fluss, heute klang es neu. Schon konnte er die vielen Stimmen nicht mehr unterscheiden, nicht frohe von weinenden, nicht kindliche von männlichen, sie gehörten alle zusammen, Klage der Sehnsucht und Lachen des Wissenden, Schrei des Zorns und Stöhnen der Sterbenden, alles war eins, alles war ineinander verwoben

und verknüpft, tausendfach verschlungen. Und alles zusammen, alle Stimmen, alle Ziele, alles Sehnen, alle Leiden, alle Lust, alles Gute und Böse, alles zusammen war die Welt. Alles zusammen war der Fluss des Geschehens, war die Musik des Lebens. Und wenn Siddhartha aufmerksam diesem Fluss, diesem tausendstimmigen Liede lauschte, wenn er nicht auf das Leid noch auf das Lachen hörte, wenn er seine Seele nicht an irgendeine Stimme band und mit seinem Ich in sie einging, sondern alle hörte, das Ganze, die Einheit vernahm, dann bestand das große Lied der tausend Stimmen aus einem einzigen Worte, das hieß OM: die Vollendung. „Hörst du?“ fragte wieder Vasudevas Blick. Hell glänzte Vasudevas Lächeln, über all den Runzeln seines alten Antlitzes schwebte es leuchtend, wie über all den Stimmen des Flusses das OM schwebte. Hell glänzte sein Lächeln, als er den Freund anblickte, und hell glänzte nun auch auf Siddharthas Gesicht dasselbe Lächeln auf.

Begeben wir uns nun selbst auf eine ähnlich abenteuerliche Reise, eine Reise durch das Reich der Musik und des Tanzes! Versuchen wir, dem Musikfluss des Lebens zu folgen, so, wie er uns begegnet und wie wir ihn hören können. Lauschen wir seinen Klängen, den vielfältigen, und lassen uns mitnehmen von ihnen tief hinein ins Leben. Fühlen wir uns immer intensiver getragen von seinem beständigen, sich stets wandelnden, Fluss. Und spüren wir an jedem Tag, den wir hier sind, und an dem uns die Möglichkeit zu leben geschenkt ist, mehr und mehr die liebende Verbundenheit mit der alles durchdringenden Lebendigkeit unseres Daseins. Tragen wir zur Gestaltung des Lebens bei und verleihen wir ihm aktiv Ausdruck in Partnerschaft und Familie, bei der Arbeit, in der Freizeit, durch unsere Hobbys, zum Beispiel im Singen, Dichten, Musizieren und Tanzen. Dadurch verhelfen wir dem Außergewöhnlichen und Wunder-vollen unserer Existenz mitten im augenscheinlich banalen gewöhnlichen Alltagsgeschehen zur Entfaltung. Machen wir uns unsere Lebendigkeit, unsere Liebesfähigkeit, unsere schöpferische Fähigkeit, unsere Bewusstseinsfähigkeit bewusst, um den wunderbaren Sinn unseres Daseins auf diesem Erdball erkennen zu können. Begreifen wir im Horchen, durch unser Horchen und im Antworten auf das Erhorchte zunehmend das Abenteuer, die Einzigartigkeit und Aufgabe unserer Existenz. In diesem Sinne wünsche ich uns eine gute Reise.