

HARMONIE ERKENNEN

von
Jean Tinder

Übersetzung: Gerlinde Heinke

Lektorat: Birgit Junker

Ich möchte eine Geschichte erzählen – eigentlich zwei Geschichten – die zum Teil aus einem Traum und zum Teil aus dem „wirklichen Leben“ besteht. In der ersten Geschichte geht es um Harmonie, insbesondere Harmonie mit dem Selbst, und wie sie die menschliche Erfahrung zutiefst beeinflussen kann. Neulich verabschiedete ich mich von einer äußerst lieben Freundin, die in einen anderen Teil des Landes umzog. Über das vergangene Jahr oder so wuchsen wir eng zusammen und, obwohl die Freundschaft weiter besteht, bin ich durch eine Periode des tiefen Trauerns gegangen, begleitet davon, ihre neue Freiheit zu feiern. Dieser Abschied hat mehrere Ebenen, von der Trauer über den Verlust ihrer unmittelbaren Präsenz in meinem Leben bis hin zur bitteren Süße der Trennung von einem selten zu findenden Mitglied meiner ehemaligen Engel-Familie. An manchen Tagen rollt der Schmerz immer noch in Wellen durch. Allerdings kann meine menschliche Erfahrung vom Zerschmettern an den Untiefen des Kummers bis hin zum Abschöpfen der Energie-Brandung reichen, abhängig davon, worauf ich meine Aufmerksamkeit richte, oder, besser gesagt, abhängig davon, ob ich Harmonie oder Disharmonie wähle. Ich versuche es zu erklären.

Stellt euch ein Symphonie-Orchester vor, das aus hunderten von Musikern und ihren Instrumenten besteht, mitsamt einem großen Chor. Stellt euch vor, dass jeder dieser Musiker durch sein eigenes persönliches Leben gegangen ist und es mit verschiedenen Situationen zu tun hatte. Sie könnten in eine zerrüttete oder in eine intakte Familie hineingeboren worden sein; sie mögen in der Schule aufgeblüht sein oder sich abgequält haben; sie haben die Pubertät durchgestanden und sind mit mehr oder minder Leidenschaft, Liebe und Trauma in das Erwachsensein gegangen. Irgendwo in dieser Zeit wählten sie ein Instrument, übten Tag für Tag und trieben vielleicht ihre Nachbarn in den Wahnsinn, oder sie gaben beinahe auf, aber schließlich erwarben sie ihren begehrten Platz in dem Orchester. Sie haben immer noch ihr individuelles Leben, spielen und üben allein, bis der große Tag kommt und es Zeit ist, um sich für die große Vorstellung zu versammeln.

Stellt euch jetzt all diese Musiker als Aspekte vor. Sie gehen ihren eigenen Angelegenheiten nach, leben ihre einzigartigen Geschichten aus, machen Musik auf ihre eigene Weise, bis sie schließlich zusammengerufen werden. Sogar während sie ihren Platz im Orchester einnehmen, ist es immer

noch ein wenig chaotisch, während sie die schwierigen Stellen üben und ihre Instrumente einstellen.

Dann tritt der Maestro auf die Bühne; der Meister, der alle auf sich aufmerksam macht. Es ist Zeit für jeden ehemaligen Solisten, sich für die epische Produktion, auf die sie sich während ihrer gesamten Existenz vorbereitet haben, in das kollektive Ganze zu integrieren. Es ist Zeit, dass die Magie beginnt; Zeit, um die seelenberührendste, herzzereißendste, leidenschaftlichste und eindringlichste Musikerfahrung, von der ihr je geträumt habt, zu erleben. Unabhängig von allem, was vorher geschehen ist, gibt es jetzt eine vollkommene Harmonie unter den Akteuren, während der Meister sie in dem wahren Lied der Seele zusammenbringt.

Erinnert ihr euch, wie Adamus gesagt hat, dass Energie einfach Kommunikation ist, das Lied eurer Seele? Ich habe das immer auf meine einzelne menschliche Stimme bezogen, die eine Melodie singt – ganz nett, aber unauffällig – und verpasste daher vollkommen das wahre Bild. Es gibt tatsächlich ein riesiges Symphonie-Orchester und einen Chor in mir! Und jetzt, da die meisten Akteure zusammengerufen worden sind, integriert in meine Einheit und die mein Lied spielen, ist die Musik einfach nicht mehr von dieser Welt.

Natürlich passiert das alles nicht sofort. Aber diese Symphonie wird eine Weile spielen, also gibt es keine Eile. Ist da eine Stimme, die falsch singt, die sich immer noch an ihr eigenes Lied der Angst und Furcht klammert? Ist da ein Musiker, der immer noch an seine Unfähigkeit glaubt, irgendwas von Wert zu spielen? Egal, der Maestro wird sie einfach nicht auf die Bühne einladen, bis sie nicht bereit sind, bei dem wahren Lied mitzuspielen. Ich muss nicht „versuchen“, in Harmonie mit mir oder irgendjemand anderem zu sein. Der Dirigent hat die Bühne bereits betreten und die Harmonie findet bereits statt. Ich muss nur einen Atemzug nehmen, zuhören, und meine gesamte Realitätslandschaft beginnt sich zu verändern.

Mit anderen Worten, ich – das heißt, meine menschliche Wahrnehmung und mein menschliches Bewusstsein – kann wählen, wohin ich meine Aufmerksamkeit lenken will. Ich kann mich nach wie vor auf die disharmonischen, kollidierenden Stimmen konzentrieren oder ich kann einen tiefen Atemzug nehmen und in die exquisiten Harmonien im Inneren versinken. Keine Wahl ist falsch oder richtig, aber jede bietet eine äußerst unterschiedliche Erfahrung mit dem gleichen Ereignis.

Wenn es um den menschlichen Verlustschmerz geht, wenn ich meine innere Konzerthalle verlasse und mich auf die tieftraurigen Aspekte konzentriere, die immer noch an ihren alten Geschichten hängen, verletzt es umso mehr. Wenn ich jedoch einen Atemzug nehme und in die Harmonie hineinfühle, höre ich, wie mein Orchester zu einem sanften Hintergrundgemurmel eintaucht, während die klagenden, schärferen Töne durch mein Herz strömen, um dann ein noch süßeres Thema aufzugreifen, während die Melodie des Lebens weitergeht. Ich vermisse meine Freundin furchtbar, aber selbst in dem Verlust gibt es eine exquisite Harmonie, die traurigen, sehnsüchtigen Noten fügen dem Lied meiner Seele eine Reichhaltigkeit und Tiefe hinzu. Und neulich hat dieses Lied wirklich meine Aufmerksamkeit erregt.

Ich habe mir den ganzen Tag über Zeit genommen, um mich auf die Musik „einzustimmen“, die jetzt ständig in meinem inneren Auditorium spielt. Manchmal ist sie lebhaft vor Begeisterung oder schrill vor Dringlichkeit, dann treten die tieferen Töne hervor, während ich in einem ruhigeren Raum versinke. Manchmal fühlt sich die Trommel an, als würde sie mich buchstäblich die Straße entlang treiben und manchmal passen die Piccoloflöten zu den Vogelstimmen draußen. Es gibt

Melodien des Friedens, der Melancholie, der Vorfreude, der Müdigkeit, Passion und atemberaubender Schönheit, die sich alle in der Ebbe und Flut der inneren Harmonie abspielen.

Wenn die Nacht anbricht, verweile ich in den beruhigenden Klängen eines Schlafliedes, das die Fäden des Tages vollkommen aufsammelt und mich ins Traumland führt. Am Morgen nehme ich mir ein paar Minuten, um mich wieder einzustimmen. Die Musik, die immer noch mit Resten der Träume und nächtlichen Abenteuer nachklingt, nimmt bald an Tempo zu und beginnt, die Noten meines Tages auszufüllen, alles unter der mitfühlenden Leitung des Maestros.

Es ist hilfreich, hier die Tatsache zu erwähnen, dass sich der eigenen inneren Harmonie bewusst zu werden, es viel einfacher macht wahrzunehmen, was nicht in Harmonie ist. Es könnte kleinere Gruppen von Aspekten geben, die in eurer dunklen inneren Kellerbar ihre muffigen Oldies aufführen oder wandernde Straßenkünstler, die an den Straßenecken eurer Realitätslandschaft nach Aufmerksamkeit heischen. Sie könnten lauter denn je kreischen und versuchen, sich das letzte Flackern eures Rampenlichts mit Angstschreien über den Zustand eures Lebens oder der Welt zu schnappen. Aber je weniger Aufmerksamkeit ihr diesen schrillen Stimmen schenkt, desto eher werden sie die alten Melodien aufgeben und ihren Weg zu einem Platz in eurem Orchester der Schöpfung finden.

Je vertrauter ihr mit eurer inneren Harmonie werdet, desto einfacher ist es, die Dissonanz zu erwischen, wenn sie auftaucht. Was mich zu der zweiten Geschichte bringt, die durch einen Traum in Gang gesetzt wurde.

Ich habe seit Jahren kein Traumtagebuch mehr geführt, aber hin und wieder wache ich mit etwas auf, das mir so lange im Gedächtnis bleibt, bis ich es aufschreibe. Dieses Mal war es ein „einfacher“ Traum über mein Haus, aber als ich es tiefer auskundschaftete, fiel ein ganzer Berg von sprichwörtlichen Groschens an seinen Platz.

In dem Traum musste ich aus meinem Haus ausziehen und an einen neuen Ort ziehen, und ich fragte mich, wie ich jemals in der Lage sein würde, alles sauber zu machen, zu sortieren und rechtzeitig zu packen. Das Haus war viel unordentlicher, als es im „realen Leben“ ist, und ich hatte eine Woche, um den Job zu erledigen. Ich entdeckte auch eine pummelige alte Frau, die ohne meine Erlaubnis im oberen Stockwerk herumstocherte. Ich sagte ihr, sie müsse sofort gehen und war sehr verärgert über ihr Eindringen. Es war ein sehr intensiver und ermüdender Traum, der noch schlimmer wurde, als mir klar wurde, dass die Traumversion meines derzeitigen Zuhauses Teil einer weitläufigen Residenz war, die schon so lange ich mich erinnern kann in meiner Traumwelt existiert.

Nun, diese alte „Traumbehausung“ ist ziemlich seltsam. Sie tauchte vor Jahrzehnten auf, zuerst mit Träumen von Trekking-Touren durch die Wildnis, auf der Suche nach ihr, und dann mit allen möglichen Situationen und Erfahrungen, die sich in ihr abspielen. Es ist eine Barackensiedlung, die aus dreckigen, muffigen, vom Einsturz bedrohten Hütten und Räumen, Gassen und Geheimgängen besteht, die ineinander und übereinander verschachtelt an einem bewaldeten Berghang kleben. Offensichtlich repräsentiert es meine menschliche Erfahrung auf der Erde – Lebenszeiten im Dreck und Elend, ein paar Nester mit Schönheit und Liebe, und alle auf völlig rätselhafter Weise miteinander verbunden. Da alles an diesem Ort voller Frustration und Verwirrung ist, stellt euch die Irritation vor, dass mein wunderschönes „jetzt“-Zuhause ebenfalls Teil davon ist!

Im „echten Leben“ habe ich mich oft gefragt, warum ich mich so erschöpft fühle, wenn es keinen guten Grund dafür gibt. Sicher, wir machen viel auf vielen Ebenen, aber es fühlt sich oft so an, als gäbe es irgendeinen unsichtbaren Ballast, der mich unten hält, wenn ich mich erheben möchte. Während ich über diesen Traum schrieb, erkannte ich, dass dieses entsetzliche Elendsviertel am Berghang eine anhaltende, quälende Unordnung gewesen ist, die immer, *immer* an mir zieht. Ich möchte nie wieder so leben, weder in meiner Vorstellung noch irgendwo anders, aber wann werde ich je in der Lage sein, es aufzuräumen?

Und mit dieser Frage kam die Erleuchtung. *Was wäre, wenn ich einfach weggehe?*

Was wäre, wenn ich es den Plünderern überlasse, die Natur den Ort zurückerobern lasse und all dieser dreckigen, steckengebliebenen Energie erlaube, wieder neutral zu werden?

Meine Vergangenheit – so chaotisch, verwickelt und verschachtelt wie alles, was ich mir vorstellen kann – ist nichts, das ich jemals bereinigen oder lösen kann. Ich habe Lebenszeit für Lebenszeit dazu beigetragen – habe Aspekte und Gerümpel angesammelt, Anbauten von schwankenden Glaubenssystemen errichtet und schuldige Geheimgänge verlaufen zwischen ihnen – und mir geschworen, ich würde „eines Tages“ alles reparieren und schön machen. Ugh. Kein Wunder, dass ich ständig müde bin!!

Es ist wie einen dunklen, bröckelnden Dachboden zu haben, wo all eure „kostbaren Dinge“ gelagert sind, und der irgendwie mit einem unheimlichen alten Keller verbunden ist, wo Jahre lang Abfall hingeworfen worden ist, in der Hoffnung, dass ihr „eines Tages“ die Zeit finden werdet, um das alles auszusortieren und aufzuräumen. Trotzdem wird die Sauerei Jahr für Jahr tiefer und schmutziger und zieht euch konstant runter. Das ist einfach keine Art zu leben und es ist definitiv nicht in Harmonie! Ich könnte eine weitere ganze Lebenszeit damit verbringen, die Unordnung zu sortieren – während ich natürlich weiter anhäufe – oder ich kann einfach *weggehen*.

Aber Moment mal, was ist, wenn es etwas Nützliches in dem Schutt gibt? Man weiß nie, wann ich etwas von diesem alten Abfall brauchen könnte. Diese alten Schätze könnten sich als nützlich erweisen ...

Nein! Wo ich hingehe, wird alles, was ich brauche, einfach da sein. Ich muss nicht länger zu Diensten sein, um dieses uralte Elendsviertel instand zu halten. Umherziehende Plünderer können sich nehmen, was immer sie wollen, die Energie wird in ihren natürlichen Zustand zurückkehren und ich bringe nur Weisheit, Geschick und Erinnerungen mit. Die Vergangenheit war vollständig – viel Schönheit und viel Elend, viel Liebe und viel Verzweiflung – aber es ist nicht länger an mir, sie aufrecht zu erhalten. Ich gehe einfach weg. Und damit bin ich frei.

Interessanterweise gab es auf diesen Traum mehrere Folgeträume: Szenen, in denen ich von dem Wald wegfahre, zufällige Leute, die (erfolglos) versuchen mitzukommen, Berghänge, die einstürzen, Wasser, das alles fortspült und mehr. In meinem physischen Leben habe ich mich durch Kisten mit altem Zeug gewühlt, das ich aus keinem anderen Grund als „Ich habe es lange Zeit gehabt“ aufbewahrt habe, und habe es haufenweise weggegeben oder weggeworfen. Mein wirklicher Keller und mein Dachboden sind entrümpelt und ich fühle enorme Offenheit und Raum für wahre Harmonie in jedem Teil meines Lebens.

Es hat eine MENGE zu fühlen gegeben. Man stellt nicht hunderte von Lebenszeiten auf den Kopf, ohne einiges an tiefem Zeug aufzuwühlen, und ich vermisse meine Freundin immer noch schrecklich. Aber es gibt eine neue Weichheit in meiner Welt, zusammen mit einer merkwürdigen Abwesenheit dieser zermürbenden Müdigkeit. Vor allen Dingen ist da eine ständige, sanfte Wahrnehmung von *Harmonie*. Ich bin mir tiefer, nachklingender Melodien bewusst, die durch mein Sein anschwellen und verklingen und singen und fließen, und diese Harmonie spiegelt sich mehr und mehr in meiner äußeren Welt wider. Dinge, Menschen und Situationen sind erschienen, die niemals einen Landeplatz in diesem wackeligen, alten Ghetto gefunden hätten.

Und der Drache? Möglicherweise könnte er ein oder zwei Flächenbrände auf diesem fernen Berg entfacht haben. Und er hat große Freude daran, mich auf noch verbliebene Fäden hinzuweisen, die immer noch an dem alten Schmutz haften oder, mit den Krallen über den Ohren, Feuer zu spucken, wenn er mich dabei erwischt, wie ich auf einen schreienden Aspekt achte.

In der neuen Pause des Meisters „*Ich Bin Frei*“ spricht Adamus darüber, wie die Vergangenheit eines der Dinge ist, die wir herumschleppen, die uns von der Freiheit abhalten. Meine persönliche Metapher ist ein wenig anders als seine, aber ich kann bestätigen, dass diese tiefe Harmonie und Freiheit für mich viel, viel mehr wert ist als ein paar schmutzige, alte Habseligkeiten und uralte Verantwortungen. Sie loszulassen ist ziemlich verwirrend, anfangs sogar nervenaufreibend, aber die Leere ist schnell mit grandioser Harmonie und vollkommener Liebe angefüllt.

Ich brauche nichts von der Vergangenheit. Ich gehe einfach weg, betrete meine Konzerthalle und schwelge in der kreativen Symphonie meiner Seele.

Was kommt als nächstes? Nun, eine Stimme in Resonanz kann Kristall zerbrechen. Eine Seele in Einheit erschafft Universen. Und ein Herz in Harmonie? Vielleicht hält es die Liebe bereit, die Diamanten schmelzen kann ...