



Utting, 09.09.2023

Der Klang des Lebens - eines Lebens Klang

ImpulsVortrag gewidmet Ulla Meier

Schauen wir uns die physikalische Definition von Klang an, stellen wir fest, dass ein Klang aus mehreren Tönen besteht. Ein Ton ist eine (Luft-)Schwingung und diese besteht aus einer Frequenz. Umso höher der Ton, umso schneller schwingt die Frequenz.

Klang besteht aus einem Grundton und mehreren Obertönen. Werden mehrere Klänge parallel gespielt entstehen unterschiedliche Frequenzverhältnisse, welche entweder eine Harmonie oder Dissonanz erzeugen können.

Wenn wir bestimmte Klänge erzeugen, können wir heute durch einige Experimenten zeigen, dass diese symmetrische Muster und Gebilde erzeugen, „die wir in der Natur vorfinden, wie an Blättern, auf Muscheln und Schnecken, auf Fellen und Häuten, auf Körpern und Früchten, auf Sand und Stein, in der Luft und im Wasser, in der Struktur von Molekülen – etwa in der Doppelhelix der DNS – oder in den Spiralen von Galaxien.“¹

Alles, was wir Menschen als schön empfinden, ist durch Klänge geformt. Im übertragenen Sinne könnte man meinen, dass allem ein Klang, ja eine Melodie zugrunde liegt. So hat jeder Mensch seinen Klang, jede Begegnung eröffnet ein Zusammenklingen mehrerer Klänge, wenn Kinder zusammen spielen, ähnelt es einem Klangspiel.

Je mehr wir uns von einem mechanischen, materialistischen Denken entfernen, umso mehr können wir die musikalischen, rhythmischen, tänzerischen Grundmuster des Universums aufspüren und beobachten. „Überall ist Musik und Tanz – ist Liebe und Lob verborgen.“²

¹ Berendt, Joachim-Ernst: Das dritte Ohr. Vom Hören der Welt. Traumzeit-Verlag 2008, 198.

² Ebd., 384.

Vielleicht fragt ihr euch schon, was mit den Misstönen des Lebens ist, die wir ja alle zuhauf kennen?

„Leben ist auch: verdammen – hasen – kotzen. Ist auch Angst, Furcht, Wut, Zorn, Mord, Krieg, Krankheit, Alter, Not, Hunger, Schmerz, Tod.“³

Der vorsokratische Philosoph Heraklit (*um 520 v. Chr.; +um 460 v. Chr.), von dem der Ausspruch „Alles fließt“ stammt, sagt zu den Disharmonien, mit denen wir im Leben konfrontiert sind, folgendes:

„Die verborgene Harmonie ist mächtiger als die offensichtliche.“⁴

In dem Sinne könnte man sagen, dass die Verborgenheit also alles, was wir mit unseren Sinnen nicht wahrnehmen können, was sich unserer Einsicht entzieht, wo wir fragend zurückbleiben, ohne klare Zusammenhänge herstellen zu können, mächtiger ist als die Offensichtlichkeit.

Steckt aber in der Verborgenheit eine Harmonie, die wir nur noch nicht erkennen können? Dazu muss gesagt werden, dass es kein Chaos gibt! Die Chaos-Forschung der Kybernetiker (Systeme verschiedenster Art werden auf selbsttätige Regelungs- und Steuerungsmechanismen hin untersucht.) kommt zu dem Ergebnis: Was uns als Chaos erscheint, ist auch Ordnung; nur können wir sie als Ordnung – noch? – nicht durchschauen. Das Harmonische ist uns näher, nehmen wir zuerst wahr, erscheint uns als das einzig Harmonische. Tatsächlich lehnen wir innerlich das unharmonisch Wirkende ab, nehmen es oft in den Zwischenräumen des Harmonischen nicht wahr. Das unharmonisch Wirkende ist also auch Teil des Harmonischen, im unharmonisch Wirkenden verbirgt sich etwas Harmonisches. „Nichts ist unharmonisch. Zwar ist die uns nahe Harmonie offensichtlich, aber dafür ist die verborgene mächtiger.“

Die besten Beispiele, um diese Überzeugung für sich zu bejahen, bezieht sich auf alltägliche Erfahrungen. *Wie oft ist es schon geschehen, dass du durch eine schlechte Erfahrung blickend, durch eine Lebenskrise schauend, durch eine Erkrankung in deinem Leben erkennend, etwas daraus entstehend Harmonisches erfahren konntest?*

Es scheint unsere Aufgabe im Leben zu sein, „durch-zu-hören durch die Offensichtlichkeit des Harmonischen, sich damit nicht zufriedengeben, Harmonie dort zu finden und dorthin zu tragen, wo wir sie jetzt noch nicht

³ Ebd., 385.

⁴ Ebd., 384.

hören können – und nicht sehen, fühlen, schmecken, riechen-, wo sie aber gleichwohl – wir Heraklit uns sagt, verborgen ist.“⁵ Wenn wir diese Aufgabe erfüllen, ge-horchen wir, dann sind wir ge-hor-sam. Wenn wir sie nicht erfüllen, dann hören wir auf.

Das verlangt eine Willensentscheidung von uns: Ich will das Harmonische dort kennenlernen, wo in meinem Leben Chaos herrscht. Dann werden wir einstimmen können in den Lobgesang der Psalmen:⁶

Lobet den Herren des Kosmos,
das Weltall ist sein Heiligtum
mit dem Radius von hunderttausend Millionen Lichtjahren.
Lobt ihn,
den Herrn der Sterne und der interstellaren Räume.
Lobt ihn,
den Herrn der Milchstraßen und der Räume zwischen den Milchstraßen.
Lobt ihn,
den Herrn der Atome und der Vakuen zwischen den Atomen.
Lobt ihn,
mit Geigen, mit Flöten und Saxophonen.
Lobt ihn,
mit Klarinetten und Englisch Horn, mit Waldhörnern und Posaunen, mit Flügelhörnern
und Trompeten.
Lobt ihn,
mit Bratschen und Violoncelli mit Klavieren und Pianolen.
Lobt ihn,
mit Blues und Jazz und Sinfonieorchestern, mit Negrospirituels und der Fünften von
Beethoven,
mit Gitarren und Xylophonen.
Lobt ihn,
mit Plattenspielern und Tonbändern.
Alles was atmet, lobe den Herrn, jede lebendige Zelle,
Halleluja!

⁵ Ebd., 385-386.

⁶ Der Psalm 150 fand in der Musikgeschichte ein großes Echo. Dies ist verständlich, denn er ruft mit wenigen Worten alle Instrumente (die kultischen wie die nicht-kultisch gebrauchten) auf zum Lob Gottes. Entsprechend lang ist die Liste der Vertonungen. Sie reicht von Schütz über Bruckner bis zu Strawinsky und zu modernem Worship. Das 1981 entstandene Gedicht zum Psalm stammt vom nicaraguanischen Dichter und Theologen Ernesto Cardenal (*1925).

Wenn Glaube Berge versetzen kann – Glaubenskraft als therapeutikum

Impulsvortrag gewidmet Gisela Eisenmann

Lisa Miller, Professorin für Klinische Psychologie an der Columbia Universität in New York beschreibt in ihrem Buch „Das erwachte Gehirn“⁷ die Ergebnisse ihrer Studien zum Thema: Spiritualität und persönlicher Glaube. Sie stellte fest, dass bei Jugendlichen mit einer stark ausgeprägten Spiritualität, die Wahrscheinlichkeit an einer klinischen Depression zu erkranken um 35-75 Prozent geringer und die Gefahr einer Abhängigkeit von Suchtmitteln um 40-80 Prozent geringer war als bei anderen Jugendlichen. Bei den Erwachsenen war der Zusammenhang zwischen Spiritualität und psychischer Gesundheit ebenso deutlich herausgestellt worden.⁸

Spiritualität scheint also eine Kraft im Menschen zu sein, die in jedem Menschen veranlagt ist, auch wenn sich viele gegen diese These wehren. Vor allem deshalb, weil Spiritualität mit Religion gleichgesetzt wird.

Spiritualität ist, im Unterschied zur institutionalisierten Religion, stärker auf die einzelne Person bezogen und orientiert sich nicht ausschließlich an einer Gottesvorstellung, während ein spiritueller Mensch sehr unterschiedliche Vorstellungen von Gott, dem Göttlichen, der Transzendenz haben und dementsprechend auch ganz individuelle Zugänge und Praktiken entwickeln kann.

Als „spirituell“ bezeichnet man jemand, der mit einer tieferen Dimension des Seins in Berührung gekommen ist und so ein mehr oder weniger starkes Bewusstsein für die Hintergründe oberflächlicher Sinneswahrnehmungen entwickelt hat.

Spirituelle Menschen nutzen, neben dem zielgerichteten Bewusstsein, dass notwendig ist, um im Alltag fokussiert seine Ziele zu erreichen, ein erwachtes Bewusstsein. Zu diesem erwachten Bewusstsein gehört es uns nicht mehr als unabhängige Schöpfer unseres Weges, sondern als Suchende zu betrachten.

„Wir lassen den Blick weit über die Landschaft schweifen und fragen uns: „Was will mir das Leben gerade zeigen? Im erwachten Bewusstsein können wir mehr Möglichkeiten und Chancen erkennen, eine stärkere Verbundenheit mit anderen empfinden, die Zusammenhänge zwischen den Ereignissen in unserem

⁷ Miller, Lisa: Das erwachte Gehirn. Warum Spiritualität in uns allen angelegt ist. Arkana Verlag, München, 2022.

⁸ Vgl.: ebd., 83.

Leben verstehen, offener für kreative Sprünge und Einsichten sein und das Gefühl haben, stärker mit unserer Lebensaufgabe und dem Sinn unseres Daseins im Einklang zu sein.“⁹

Die Haltung eines spirituellen Menschen ist vor allem die, dass das Leben keine passive Plattform ist, auf der ich mich um die Erfüllung meiner Bedürfnisse und Wünsche bemühen muss, manchmal sogar dafür kämpfen muss, sondern dass das Leben ein lebendiger, bewusster Dialog ist, der ein paar interessante Überraschungen bereithält.¹⁰

Beileibe ist ein spiritueller Mensch nicht jener, dem Herausforderungen, Schwierigkeiten, ja sogar Schicksalsschläge erspart bleiben. Aber ein spiritueller Mensch ist jener, der an einen verborgenen Sinn hinter den Erfahrungen seines Lebens glaubt, der die noch vorhandenen Gestaltungsmöglichkeiten einer einschränkenden Erfahrung entdeckt und umsetzt, der immer wieder mit der Transzendenz oder dem Leben in einen Dialog eintritt (beten, meditieren), der das Leben als eine Erfahrung betrachtet, die mit dem Tod nicht endet.

Wie ist es aber möglich seine Spiritualität im Alltag zu erkennen und zu stärken?

Entscheidend dabei ist es immer wieder aus dem feingliedrigen Alltag (r)auszubrechen, um das Leben nicht zur stumpfen Aneinanderreihung von Gewohnheiten verkommen zu lassen. Nicht immer dieselben Wege gehen, abends mal in den Sternenhimmel zu schauen, Neues ausprobieren, Spazieren gehen ohne Ziel und Absicht, öfters tiefer Atmen, etwas nicht analysieren, sondern wirken lassen, Dann kann der Blick weiter werden und ich kann sehen, was ich meist übersehen habe: ein komisches Gefühl, dass mi sagt, dass etwas nicht stimmt, eine innere Stimme, die mir rät, mich zu entschuldigen, einen Menschen, der mit mir ins Gespräch kommen will, eine Bitte die ich unbedingt an das Leben richten will, eine Türe, die sich öffnet, wo vorher nur eine Sackgasse war.

Vor allem die letzte Erfahrung ist eine, die wir jetzt bewusst in den Blick nehmen können.

1. Zeichne eine Linie für deinen Lebensweg auf ein Blatt Papier.
2. Betrachte einen Punkt, an dem du vor einem Hindernis gestanden bist: einem Verlust, einer Enttäuschung, einem Todesfall, einer Situation, in

⁹ Ebd., 202.

¹⁰ Vgl.: ebd., 203.

denen das, was du wolltest – eine Arbeitsstelle, eine Beziehung, eine Auszeichnung oder ein Erfolg -, so gut wie sicher und zum Greifen nah erschien. Doch mit einem Mal schlug die Tür unvermutet zu. Du bekamst nicht, was du wolltest oder zu bekommen glaubtest. Zeichne die zugeschlagene Tür auf deinen Lebensweg ein.

3. Überlege nun, was infolge dieses Verlusts oder dieser Enttäuschung geschehen ist und was anderenfalls nicht geschehen wäre. Weil die Tür sich geschlossen hat und du nicht auf Biegen und Brechen versucht hast, sie wieder aufzustemmen, und weil du innegehalten und dich umgesehen hast, entdecktest du eine neue Tür, die dir zuvor nicht aufgefallen war. Welche neuen Einsichten, Verbindung oder welcher Weg hat sich gezeigt, welche neue Tür ist aufgegangen, als die erste sich schloss? Zeichne die offene Tür ein, die in eine neue Landschaft entlang des Weges führt.
4. Kannst du Boten oder Helfer ausmachen, der wissentlich oder unwissentlich eine Rolle dabei gespielt hat und dich in irgendeiner Weise unterstützt oder geleitet hat? Das kann jemand sein, dem du zuvor noch nicht begegnet bist, oder jemand den du gut kanntest, den du persönlich gesehen hast, oder der dir geschrieben hat. Welche Boten oder Helfer haben dich auf die offene Tür hingewiesen? Zeichne den Boten auf den Weg ein.¹¹

¹¹ Ebd., 222.