

# Hologramm

D 21569 F

Nr. 24 März '81

DM 2,50

## Musik und Meditation

Interview mit Carlos Santana



POP-Schwingungen

Peter M. Hamel

Inayat Khan

Wachsfigurenmusik

Spezial:

Werner Pieper  
über unsere  
junge Kultur

## Impressum

Hologramm erscheint im Verlag Bruno Martin, Saalburgstr.4, 6 Frankfurt 60. Tel.: 0611/451827  
Redaktion: Magdalena und Bruno Martin (verantwortlich).

Druck: Fuldaer Verlagsanstalt, Fulda  
(c) **Samtliche Rechte** der im Hologramm erschienenen Artikel liegen beim Verlag. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlags. Alle Rechte vorbehalten. Das gilt auch für alternative Verlage.

## HOLOGRAMM-ABONNEMENT

Hologramm erscheint zweimonatlich jeweils zum 15. des ungeraden Monats. Der Abopreis beträgt ab Nr. 16 für 6 Ausgaben a 36 Seiten DM 15,-. Einzelpreis DM 2.50. Bei Einzelbestellungen bitte .60 Porto beilegen. Bei Bestellungen und Abonnements bitten wir um Vorauszahlung auf das Postscheckkonto Frankfurt 541251-601. Das gilt auch für Buchbestellungen.

**Bezugsbedingungen** bei Buchbestellungen: Wir bitten um Vorauszahlung auf unser PSkto Frankfurt 541251-601 oder legt einfach einen Verrechnungsscheck der Bestellung bei. Bei Bestellungen unter DM 30,- bitte Porto, ca. 1,-.



Liebe Leserinnen und Leser, wir freuen uns immer wieder auf den allgemeinen Zuspruch, den jede Hologramm-Ausgabe erfährt. Auch scheint der Leserkreis zuzunehmen, also wir freuen uns, die Arbeit wird geschätzt. Leider ist dieses Heft etwas später fertig geworden, erstens, weil wir viele andere Sachen zu tun hatten und zweitens, weil wir noch auf einen Artikel warteten, der schließlich am 9.3. noch eintraf: das Interview mit Carlos Santana. Da er seit einiger Zeit Schüler des indischen Gurus Sri Chinmoy ist, hat er einiges über sein neues Leben zu sagen. Er spricht natürlich sehr enthusiastisch und begeistert, aber ich glaube, daß jeder ernsthafte Sucher irgendwann einen ernsthaften Guru finden muß, um eine höhere Seinsstufe zu erlangen. Dieser Guru kann auch in uns selbst sein — doch meistens ist der Zugang zum Meister in uns verstellt.

Die Musik ist ein Hilfsmittel oder wie Hazrat Inayat Khan sagt, der Ausdruck des Göttlichen, uns mit unserem Höheren Selbst zu vereinigen. Es gibt verschiedene Wege dahin zu kommen; Peter Michael Hamel macht in seinem Artikel deutlich, was kontemplative Musik ist und wie wir zur echten Kontemplation und Meditation finden können, wenn wir die Musik zu Hilfe nehmen. Einige Pop-Musiker haben inzwischen auch den Weg gefunden, tiefer in die geistige Materie der Musik, die Schwingungen einzudringen. Davon

handelt der Artikel über Pop-Schwingungen. Da wir zumeist durch Schallplattenmusik Kontakt mit der Musik haben, werden wir von J.W. Ernst aufgeklärt, daß diese Musik nicht echt ist. Wir sollten wieder in direkten Kontakt mit der Musik kommen, um ihre echte Wirkung zu erfahren. Der Hintergrund dieses Artikels sind die großen ökologischen und sozialen Veränderungen, die auf uns zukommen. Deshalb haben wir auch etwas davon zu dem Artikel hinzugenommen. Es lohnt sich sicherlich, das ganze Buch zu lesen, aus dem dieser Auszug ist. Z.B. hat der Autor schon 1977 (und vermutlich früher) die jetzige Jugendrevolte vorausgesehen. Aber wie er schreibt, kommt es noch schlimmer.

So hat das Thema der Musik seine zwei Seiten bekommen. Für mich eigentlich unerwartet.

Die anderen Artikel sind sicherlich auch für einige Leser interessant.

Im nächsten Heft möchten wir etwas über unbekanntere, hauptsächlich psychische und geistige Heilmethoden bringen. Denn auch hier gibt es vieles, was wir immer noch als etwas ungläubhaft abtun, obwohl inzwischen bekannt sein dürfte, daß ein großer Teil unserer körperlichen wie seelischen Krankheiten und Mängel psychischen oder geistigen Ursprungs sind. Die Welt braucht mehr Menschen, die einen Kontakt mit den unsichtbaren Kräften in uns und um uns aufnehmen. Wir grüßen euch herzlich

Bruno und Magdalena Martin



Diese Zeichnung stammt aus dem neuen Malbuch "Celtic Renaissance", Hrsg. v. Findhorn-Publ. 100 Seiten A 4, DM 16,-. Bezug: Bücherservice

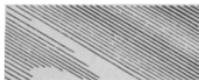
## Thema

### Kontemplative Musik 13 von Peter Michael Hamel

Kann Musik mehr sein als der Kunstgenuß der Privilegierten, kann sie Wahrnehmung der gesellschaftlichen Situation verstärken, was kann kontemplative Musik leisten und was ist sie? Diese Fragen beantwortet der Musiker Peter Hamel ausführlich und gibt Vorschläge zur therapeutischen Arbeit mit Musik.

### Kosmische Schwingungen 17 von Hazrat Inayat Khan

Der Sufi-Meister Inayat Khan war ein Meister der Musik. Es gibt kaum jemanden, der so tief in die Wirkung und die geistige Qualität der Musik eingedrungen ist wie er. Und doch hatte er seine weltweite Karriere aufgegeben um sich der Begründung des Sufi-Ordens im Westen zu widmen, den er Anfang der zwanziger Jahre begründete. Dieser Vorabdruck aus einem noch unveröffentlichten Werk zeigt auch seine Meisterschaft im Ausdruck seiner Erkenntnisse.

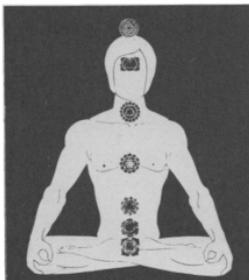


### Pop-Schwingungen 21 von Tom Klatt

In einer kurzen Analyse untersucht der Artikel neue Strömungen in der avantgardistischen Pop-Jazzmusik und zeigt, welches Vorbild diese Musik hat.

### Devadip 22

Ein Interview mit Carlos Santana  
Der weltbekannte Musiker ist seit einiger Zeit Schüler von Sri Chinmoy, der an der UNO Meditationsgruppen gibt. Doch Sri Chinmoy hat die Musik und das Leben von Santana mehr beeinflusst als wir bis jetzt wußten. Dieses Interview befaßt sich ausführlich mit dem neuen Santana, der sich jetzt Devadip nennt.



### Wachsfigurenmusik 25 von J.W. Ernst

Technische Musik ist Wachsfigurenmusik behauptet dieser kontroverse Artikel. Er meint, wir haben nur etwas vom gedruckten Wort, von der Kunst und besonders der Musik, wenn wir sie 'live' erleben und nicht, wenn wir sie aus Tonkonserven hören. Ein Diskussionsbeitrag.

### Buchbesprechungen 28 networking 31

## Allgemeines

### Die junge Kultur 2 Ein Gespräch mit Werner Pieper

Pieper ist der Herausgeber des Kompost, Grünen Zweiges und Humus. Er feiert gerade das zehnjährige Jubiläum seiner Tätigkeit. Dieses Gespräch beleuchtet einige Aspekte unserer "jungen Kultur" – wie sie Pieper nennt – und ihre noch ungelösten Widersprüche.

### Schule ohne Wände 6

Es ist erstaunlich, seit zehn Jahren gibt es ein Internationales College, das die alte sokratische Tradition der direkten Lehrer-Schüler-Methode wiederbelebt. Die Schule findet nicht in einem bestimmten Haus statt – sondern direkt in der Praxis, und direkt zusammen mit dem Lehrer, wo er sich gerade befindet.

### Nyingma - Weg auf vielen Ebenen von Matthias Steurich 8

In Heft Nr.22 berichteten wir über das Naropa-Institut von Tschogyam Trungpa. Hier wird über das Nyingma-Institut von Tarthang Tulku, auch einem Tibeter im Westen, berichtet, das in ähnlicher Richtung aber mit anderen Schwerpunkten arbeitet und in Deutschland noch recht unbekannt ist.

### Der rosa Pfad 10 von Jürgen Oster

Jürgen kam gerade von einem Besuch in der Stillpoint-Foundation des Gia Fu Feng, des bekannten chinesischen Tao-Meisters, zurück. Er brachte uns einen Bericht über eine seiner Wanderungen mit, die ein wichtiger Teil der Arbeit in Stillpoint darstellen.

# Unsere junge Kultur...

Ein Gespräch mit Werner Pieper  
von Bruno Martin

Werner Piepers "Grüne Kraft" feiert gerade sein Jubiläum: Er publiziert seit 10 Jahren den Kompost, den Grünen Zweig und seit neuestem den Humus. Werner Pieper hat zwar immer alternative Ideen publiziert, oder besser sogar avantgardistische, doch versteht er sich keineswegs als "Alternativer" wie das folgende Gespräch zeigt.

Frage: Wie siehst du den sogenannten alternativen Zeitschriftenmarkt? Inzwischen gibt es ja sehr viele verschiedene Zeitschriften wie Humus, Hologramm, Zero usw., von den Stadtzeitungen abgesehen.

Werner: Wunderbar, das ist das, wovon wir geträumt haben damals. Nur daß es mich in finanzielle Schwierigkeiten bringt, wenn wir es geschafft haben, habe ich nicht gehnt. . . Ich habe ja angefangen mit Zeitungen damals, bin viel nach England gefahren, Frühjahr 67 war ich deutsche Delegation beim Ostermarsch und da hab ich drei, vier Zeitschriften gesehen und dachte, mein Gott, warum gibt es sowas nicht in Deutschland. Da war ich noch Koch und drei Jahre später gab es so Zeitschriften immer noch nicht in Deutschland und dann hab' ich angefangen, so etwas zu machen. . .

Frage: Damals ging es mir auch so, und ich habe 1970 eine Alternativzeitung angefangen, "Merlins Zaubergarten", die dann Jürgen Oster als "Narr auf dem Hügel" weiterführte. Nach der zweiten Ausgabe vermahnte diese sich mit der Zero. . .

Werner: Da kann ich mich auch daran erinnern. . . Für mich gab es einfach damals nur die "Love". Traumhaft, wie so etwas passieren konnte. Ich habe angefangen, Love zu verkaufen auf der Straße (und Pang gab es damals auch) und habe in Heidelberg von der Love Nr. 5 siebenhundert Stück verkauft. Würde ich soviel Humus heute verkaufen, das wäre Wahnsinn.



Werner Pieper

Bruno: Auf der Straße!

Werner: Und dann habe ich irgendwann mit dem "Grünen Zweig" angefangen, wovon jede zweite Ausgabe eine Heidelberger "Stadtzeitung" war; also das Thema "Stadtzeitung" gab es auch schon, auch Stadtbücher hatten wir 1972. . .

Frage: Die Stadtzeitungen sind jetzt recht kommerziell geworden. . .  
Werner: Teilweise, klar. Die AZ oder so, wo drei Camel-Cowboys herumgucken, da kommt mir manchmal das Kotzen, doch die Stadtzeitungen sind es im allgemeinen nicht, sie sind meines Erachtens überhaupt nicht lesenswert, doch es können viele Leute Erfahrungen machen, so z.B. bei der "taz", die

ja keine Stadt- sondern eine "Staatszeitung" ist. Das Endprodukt finde ich total bescheuert, aber die Erfahrungen, die die Leute dabei machen, sind unbezahlbar, das geht ja nie verloren. . . Das ist auch eins der Sachen, die Endgültigkeit, die viele Leute sehen: "Unsere Szene ist beschissen." Punkt, doch vielleicht sind sie einfach morgens mit dem falschen Bein aufgestanden und Morgen oder nächstes Jahr sieht es schon ganz anders aus. Unsere Kultur ist viel zu jung um feststellen zu können: so ist es.

Bruno: Kannst Du da eine Entwicklung sehen, von 1973 bis 1980? Also irgendwie im kreativen Sinne, neue Sachen, die vielleicht bleibenden Wert haben?



dingungen ist, hier wirken zu können, doch ich habe immer versucht, selbst durchzukommen. Das ist eine Sache der Selbständigkeit. Ich sammle gerade Informationen für den nächsten Humus und wollte ihn den Survival-Humus nennen, auf mehreren Ebenen, einmal aus der Survival-Bewegung, praktische Informationen und Tips und zum anderen, weil es eben darauf ankommt . . . wenn der nächste Humus sich nicht selber trägt, hat er nicht überlebt. . .

Jetzt habe ich das bei ein paar Leuten angetestet, — mein Gott, Survival ist rechtsradikal!! Bin ich schon wieder drin. Überleben ist rechtsradikal und das geht aus den Köpfen nicht raus! Jetzt nenne ich ihn halt anders: weil mir das Wort auch besser gefällt: Titel: die Erde vierfarbig, so Whole-Earth-Katalog und Text: WIR WERDEN DICH INSTANDBESETZEN. Das ist ein tolles Wort — wenn man es global anwendet.

Das ist ein Thema, von dem ich denke, daß es davon in zwei bis drei Jahren einen Schwung Literatur dazu gibt. Was man machen kann, wenn dies oder jenes passiert.

Bruno: Das Hologramm Nr.23 enthält ja auch Informationen in dieser Richtung, aber mehr in Bezug auf die geistige Vorbereitung auf mögliche Katastrophen. . . Es gibt da ja gewisse Voraussagen. . .

Werner: Was mir allerdings nicht gefällt: in der letzten Middle Earth gibt es ein paar Seiten über Weltuntergang 82-86.

So etwas pißt mich ab. Ich finde so etwas unverantwortlich. Das so isoliert dahinzustellen. Mein erster Gedanke war: ich möchte gerne von dem Schreiberling wissen, was er sich für 1987 vorgenommen hat. Das sieht so endgültig aus, und das kann ja durchaus stimmen, doch ich muß gestehen, mich interessiert es nicht. Ich gehe jeden Tag mit Volldampf an die Arbeit — und wenn nachmittags eine Bombe fällt, dann weiß ich das, wenn ich vielleicht meinen Notvorrat habe oder weiß, was ich mit dem Wasser mache, wenn es verseucht ist; aber ich sehe sehr viele Leute, die kommen da ins Grübeln: "Oh, in vier Jahren könnte die Welt untergehen, da brauchen wir ja heute gar nichts mehr zu schaffen", diese resignative Haltung sollte man m.E. gar nicht fördern. Wenn man über diese Thematik spricht oder publiziert, sollte immer irgendetwas dabei stehen, Tips und Hinweise, was man machen kann, sollte, aber nicht nur: "es wird übel enden. . ."

Bruno: Nochmals zu den Vorwürfen, du würdest Nazigedankengut verbreiten. Ich finde es ziemlich beschränkt, wie manche alles in bestimmte Kästchen packen, nur weil es nicht in ihr Konzept paßt; m.E. breitet sich auch unter sogenannten Alternativen und Linken eine "liberale Intoleranz" aus. . .

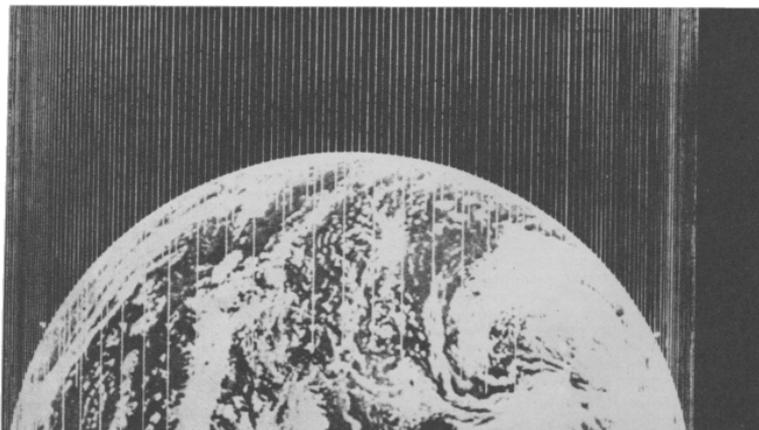
Werner: Ich habe das ja am geballtesten abgekriegt: nach diesen Sprüchen, wir würden nazistisches Gedankengut verbreiten, haben viele Laden in der Tat abbestellt. Laden, die bisher 20 oder

30 Kompost hatten, wollten dann erst einmal nur einen zur Ansicht. Da habe ich gesagt, rutsch mir den Buckel runter, ihr könnt Micky Maus verkaufen . . . aber vorlesen lassen, diese Zensur in linken Buchläden, das mache ich nicht mit.

Die Auswirkungen gehen ja schon bis zum Trikont-Verlag, der sich jetzt den Linken gegenüber rechtfertigen muß, daß sie jetzt diese Dianus-Reihe publizieren. Ich mache jetzt keine Kompromisse mehr.

Bruno: Der Makrobiotik, die wir ja stark gefordert haben, wird von manchen auch faschistisches Gedankengut unterstellt, nur weil da gesagt wird, haltet euer Blut in bester Qualität (was ja erwiesenermaßen gesundheitlich und vielleicht sogar weiter wirklich richtig ist). Aber die Leute verstehen "Blut und Boden" oder sonstwas. Echter Faschismus hat m.E. mehr mit Gehirnwasche und Machtmißbrauch zu tun — und da sind viele, auch sogenannte Alternative, scheinbar auch mit infiziert. . .  
Werner: Das ist halt das Problem der Leute, das müssen sie selbst lösen. . .

Bruno: Es ist immer schwierig, ein neues Produkt unter die Leute zu bringen; ich denke nur an Hologramm. . .  
Werner: Ja, z.B. daß man von Produkt redet: Hattest du vor drei Jahren gedacht, daß du einmal öffentlich deine Bücher "Produkt" nennst? Manche Leute bekommen das völlig in falschen Hals. . .  
Es ist für mich schon verblüffend ge-



wesen – durch den Namen "Grüne Kraft" bin ich ja immer mit den "Grünen" in einen Topf geschmissen worden – wobei wir den Namen schon ein paar Jahre früher hätten patentieren lassen sollten, ich wäre da heute ein "reicher" Mann. Ich hab' mit den Grünen überhaupt nichts am Hut, ich bin Anarchist, und ich bin nicht jemand, der auf der parlamentarischen Ebene seine Energien hergibt; ich kann nur den Hut abziehen vor Herrn Hasenclever, der in Stuttgart im Landtag ist, aber ich glaube, kaum einer seiner Wähler macht sich Gedanken darüber, was es für ihn bedeutet, was für ein Schlauch das ist. Sie haben alle gewählt und jetzt haben sie es geschafft, aber irgendjemand muß es ausbaden. Ich möchte so etwas nicht machen....

Was mich positiv überrascht hat, nach der Ankündigung, daß einer der nächsten Grünen Zweige zum Thema "Computer und wir" sein wird, – was für mich ein wahrer Nachfolger zu unserem Heft "Indianer und wir" ist – ich hatte erwartet, jetzt kündigen noch 20 Leute ihr Abo mit der Begründung: jetzt REICHTS, jetzt auch noch COMPUTER! – keiner hat sich bisher negativ dazu ausgelassen. Ganz im Gegenteil, fünf Abonnenten haben mir geschrieben, sie arbeiten hauptberuflich mit Computern, und möchten unbedingt an dem Buch mitarbeiten – Dr. Bau aus Hamburg z.B. war gleich hier, und ich habe jetzt schon, so gute Ideen von den Lesern dafür gegriegt, worauf ich nie gekommen wäre. (Ich mache ja so ein Heft auch, um eine Thematik näher kennenzulernen.) Ich habe jedoch nicht vor, einen Computer hier herein zu stellen – wohl auch aus finanziellen Gründen.

Bruno: Sie werden aber immer billiger. . .  
 Werner: Man wäre ein Depp, würde man sich nicht näher damit beschäftigen. . .  
 Und das ist eines der Themen, an das ich vor fünf Jahren selbst nicht gedacht hatte, und es wird sicher noch eine ganze Weile dauern, bis der alternative "Konsument" so etwas akzeptiert, weil er ja nicht ahnt, daß diverse Leute in unseren Reihen schon jetzt damit arbeiten. . .

Bruno: Der amerikanische Alternativmarkt ist schon immer kommerzieller gewesen als der deutsche. . .

Werner: In Amerika ist es halt kommerzieller, weil die Leute, die das machen, es vorher gelernt haben; sie haben Verlagswesen gelernt, Zeitungsmachen, irgendetwas und dann waren sie mit der Struktur nicht mehr zufrieden, machen eigentlich immer noch die gleiche Arbeit, aber unter anderen Verhältnisse, während unsereins selten das Fach gelernt hat.

Bruno: Meinst Du nicht, daß es auch in Deutschland so kommt?

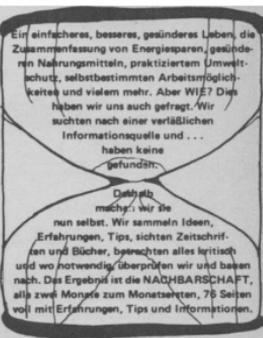
Werner: Der Druck ist wohl noch nicht stark genug. . . die Leute wollen nicht auf die Rente verzichten. . .

Bruno: Du meinst also nicht, daß der Inhalt der Produkte darunter leidet, wenn sie äußerlich kommerziell oder professioneller gemacht werden?

Werner: Das kann sein, muß aber nicht, das hängt eben von der Souveränität der einzelnen Leute ab.

(Das Gespräch ging hier noch weiter, doch aus Platzgründen hören wir hier auf. Es lohnt sich, den nächsten Humus und Grünen Zweig zu lesen. Adresse: Die grüne Kraft, 6941 Löhrrbach/Odenwald. Unsere Kultur ist noch jung. . .)

**DIE UMWELT – zerstört!  
 RESSOURCEN – verbraucht!  
 GESUNDHEIT – dahin!  
 EIN BESSERES LEBEN –  
 WIE BITTE?**



Schickt mir bitte ein kostenloses Probeexemplar der NACHBARSCHAFT an die unten angegebene Adresse. Wenn ich Euch innerhalb von 10 Tagen nicht benachrichtige, bekomme ich die NACHBARSCHAFT für ein Jahr zum Abonnementpreis von 20 DM. Dazu als Willkommen das Buch „Überlebensfragen 2“.

VORNAME, NAME .....

STRASSE, NR. ....

PL.Z.B.ÖHNORT .....

DATUM .....

UNTERSCHRIFT .....

Einwickeln an:  
 pala-verlag, pf 51, 6117 schafheim H



# Schule ohne Wände



**“Das Ziel der Erziehung ist den Menschen mit dem Menschen zu verbinden, die Gegenwart mit der Vergangenheit zu verknüpfen und das Denken der menschlichen Rasse voranzubringen.”**  
R.M. Hutchins

Die Tutorenmethode (enger Kontakt zwischen einem Lehrer und seinem Schüler) die unter Sokrates und Plato blühten, scheinen eine Wiederbelebung im “Internationals College” zu erfahren, einer kleinen – offiziell noch nicht anerkannten – Schule in West Los Angeles (USA). Diese Schule besitzt aber weder Klassenzimmer, Bibliotheken noch Laboratorien. Für ein Schulgeld von ca. 3600 US-Dollar für jeden Studenten im Jahr haben so international respektierte Experten wie der Architekt Buckminster Fuller, die Musiker Ravi Shankar und Yehudi Menuhin, die Dichter Kenneth Rexroth und Lawrence Durrell und viele andere auf

verschiedensten Gebieten hunderte von Stunden den Studenten gewidmet, die ihren eigenen Lehrplan entwerfen. Viele der 350 promovierten und nicht-promovierten Studenten scheuen auch keine Mühe um an Orte in ganz USA, Frankreich, Israel usw. selbst zu reisen. Sie arbeiten zumeist direkt und als einzelne mit ihrem Lehrer zusammen. “Diese Methode ist eine alte und ehrwürdige Lehrmethode”, sagt Dr. Linden Leavitt, der Dekan, der diese Schule vor einem Jahrzehnt begründete. Es war früher immer so, daß jene, die etwas Bestimmtes lernen wollten, eine Gemeinschaft mit einem Gelehrten suchten. Die Tutorenmethode funktionierte sehr gut

in den mittelalterlichen Universitäten von Cambridge, Oxford und Paris, doch wurde sie seit dem Auftreten der institutionalisierten Schulen unpopulär. Es ist jedoch nicht zu bezweifeln, daß eine direkte Zusammenarbeit mit einem Experten auf einem Gebiet viel mehr Lernziele verwirklicht als der Aufenthalt in unpersönlichen Vorlesungen in überfüllten Universitäten nach bestimmten unpraktischen Lehrplänen. Man kann zwar sagen, diese Ansicht sei elitär, doch das herrschende Lernsystem bringt doch nur eine Nivellierung allgemeinen Wissens auf niedriger Ebene mit sich und holt selten die höchsten Qualitäten und Fähigkeiten aus den Studenten heraus. Es ist ja bekannt, daß sich das eigentliche Lernen in der Berufspraxis und durch Lebenserfahrungen außerhalb der Schule und Universität vollzieht.

Nachdem Dr. Leavitt seine Stelle an der Universität von Kalifornien aufgegeben hatte, fuhr er um die Welt um geeignete Lehrer zu finden. Der Violonist Menuhin, die Schriftsteller Anais Nin, der Volkswirtschaftler Bernard de Jouvenel und der Pädagoge und Schriftsteller Ivan Illich sagten: “... Ihre Teilnahme zu.

Die Zustimmung von Anais Nin, die

selbst kein Universitätsdiplom besitzt, war typisch: "Was mich bei diesem International College ansprach, war die Chance, mich auf eine Person zu konzentrieren und genug Zeit mit ihr zu verbringen um ihre Blütezeit zu beobachten." Anna S. Halprin, eine andere Lehrerin, die künstlerische Leiterin des San Francisco Tanz-Workshops ist, sagte: "Die tutorialen Studenten sind etwas Besonderes für den Lehrer. Sie geben einem Lehrer die einmalige Gelegenheit, die Fähigkeiten und Qualifikationen eines Studenten zu entwickeln helfen, ohne sich um die Erfordernisse der Prüfungsordnungen bestimmter Fakultäten kümmern zu müssen." Die Aufnahme beschließen die Lehrer selbst; die meisten führen ausführliche Gespräche mit dem Lernwilligen und verlangen oft Beispiele oder Muster seiner bisherigen Arbeiten. Die Entscheidungen überraschen die Verwaltung des College sehr häufig, doch sie wird nie überfahren. Buckminster Fuller z.B. lehnte die Annahme von mehreren wohlbekanntem Designern und Architekten ab zum Vorteil eines jungen Hochschulabsolventen, der mehrere Erfindungen vorzeigen konnte.

Für die Schüler ist diese Lehre eine einmalige Gelegenheit, sich unter freigelegter Disziplin zu entwickeln. So sagte ein ehemaliger Geschäftsmann, der in indischer Geschichte promovieren möchte: "Ich arbeitete nie härter in meinem Leben; wenn ich zu



Vine Deloria, Jr.

einer traditionellen Universität gegenständig wäre, hätte ich halb so lange studiert und mit halber Anstrengung gearbeitet. Um am 'International College' Erfolg zu haben, muß man eine hohe Motivation besitzen und genaue Ziele haben, weil man der einzige Schüler ist. Der Lehrer kennt deine Stärken und Schwächen viel besser als ein Professor von 300 Studenten."

Diese Aussage macht deutlich, was das 'International College' für die achtziger

Jahre wieder attraktiv macht: es führt das Lernen wieder zur Praxis zurück, zur unmittelbaren Zusammenarbeit mit dem Lehrer und der Sache, die man lernen möchte. Der Lehrer kann ein Vorbild des Schülers sein, weil er die notwendige Lebenserfahrung und seine Arbeitssituation mitbringt, um das Beste aus dem Studenten herauszuholen. Es geht ja gerade auch für die Zukunft darum wieder Menschen zu haben, die durch ihre Persönlichkeit und praktische Erfahrung selbständig und kreativ neue Impulse auf verschiedenen Gebieten geben können. Die Welt hat solche Menschen nötiger denn je. Die normale Ausbildung hebt zwar den allgemeinen Bildungsstandard der brei-



ten Bevölkerung, doch ersetzt nicht die intensive Einzelausbildung.

Der komplette Katalog, der ausführliche Beschreibungen der angebotenen Kurse enthält, kann vom College für einen Dollar plus Porto angefordert werden. Adresse: International College, 1019 Gayley Avenue, Los Angeles, CA. 90024, USA. Das Internationale College wird auch versuchen, entsprechende Kurse in Europa anzubieten oder auf besondere Wünsche einzugehen. Es kann jedoch immer passieren, daß ein gefragter Filmregisseur wie Truffaut mit der Begründung "er habe selbst keinen Universitätsabschluß und sei deshalb nicht zum Lehren qualifiziert" ablehnt. Doch das ist die Ausnahme und es wird alles versucht, um auf spezielle Ausbildungswünsche einzugehen.

Bruno Martin



## Riskante Aromazusätze in Zigaretten

Die US-Gesundheitsbehörde hat in ihrem jetzt vorgelegten Jahresbericht erklärt, daß ein verminderter Teergehalt in Zigaretten offenkundig das Risiko des Lungenkrebes verringert. Nicht notwendigerweise sei jedoch damit auch eine Verringerung der Risiken von Tumoren sowie von Herz-, Lungen- oder vorgeburtlichen Erkrankungen verbunden. Die Behörde stellte gleichzeitig fest, daß Aroma- und Geschmackszusätze in Zigaretten mit niedrigem Teer- und Nikotingehalt ihrerseits Krebs hervorrufen können. Allerdings könne hierüber noch kein schlüssiges Urteil abgegeben werden, da die Zigarettenhersteller ihre Zusätze nicht bekanntzugeben brauchen. Da die aus Additiven herrührende Gefahr nicht bekannt sei, könne die Angabe des Teergehalts in den gegenwärtig hergestellten Zigaretten wahrscheinlich weder als präziser Maßstab des gegenwärtigen Raucherrisikos herangezogen werden noch für einen Vergleich mit diesem Risiko bei älteren Zigaretten mit höherem Teergehalt.

dpa



### FÜR DIE NEUEN ALCHIMISTEN

#### GRASWURZELKÜCHE Winfried Günther

Ein Buch für Heilung und Gesundheit. Allerlei Rezepte zum einfachen Leben: Kräuterzubereitungen, Tinkturen, Herstellung von Massageölen und Salben, Anwendung von Heilerde und Holzkohle, Weinherstellung aus Beeren, Obst und Blüten, magische Mittel, Umschläge, Parfüm, und viele andere Dinge. 144 S., schön illustriert, DM 16,80



VERLAG  
BRUNO MARTIN

# NYINGMA- Ein Weg auf vielen Ebenen

von Matthias Steurich

Seit Januar 1977 studiere ich am Nyingma Institut in Berkeley, Kalifornien, buddhistische Philosophie, Tibetisch, Meditation und vor allem Kum Nye. In Kum Nye erhielt ich eine intensive Ausbildung und unterrichte dieses Meditationssystem nun selbst am Nyingma Institut im Rahmen meiner Ausbildung zum Kum Nye Lehrer. Dieser Artikel enthält nichts über meine persönlichen Erfahrungen, über meine vielen Frustrationen, Fragen und Zweifel, aber auch der tiefen, inneren Freude, die ich im Laufe meines Studiums erlebte. Es waren die bisher reichsten und wertvollsten Jahre meines Lebens. Immer mehr gibt es zu entdecken. Mit jedem Schritt weitet sich der geistige Horizont. Aber statt eines persönlichen Erlebnisberichts zog ich es vor, einen allgemeinen Überblick über die verschiedenen Tätigkeitsgebiete Tarthang Tulku Rinpoches und der Nyingma Organisation zu geben, denn jeder seiner Schüler muß seinen eigenen Weg finden und gehen. Keiner dieser Wege ist leicht. Aber wer die dafür notwendige Kraft, Ausdauer und Geduld aufbringt wird finden, daß ihn die Tiefe und Schönheit der Lehren für alle Mühsale mehr als reichlich entschädigt.

In den Hügeln am östlichen Rand von Berkeley in Kalifornien mit herrlichem Blick über die Bay von San Francisco und Golden Gate liegt das Nyingma Institut. Obwohl nur ca. 20 Minuten von den emsigen Geschäftsstraßen Berkeleys entfernt und nur wenige Minuten vom Campus der berühmtesten Universität der amerikanischen Westküste, scheint es einer völlig anderen Welt anzugehören. Wer es mit offenen empfanglichen Sinnen betritt, fühlt sofort die Ruhe, die dieses Haus ausstrahlt. Es ist die konzentrierte und doch völlig offene meditative Ruhe von Tausenden von Schülern, die hier in den Jahren seines Bestehens Kurse in Meditation, buddhistischer Philosophie und Psychologie sowie Tibetisch besuch haben. Alle Räume des Nyingma

Instituts sind von dieser zutiefst heilenden und heilsamen Ruhe durchtränkt und ebenso auch der kleine Meditationsgarten hinter dem Haus. Dort wird die Stille eher noch unterstrichen durch das leise Flattern der traditionellen Gebetsfahnen und das gleichmäßige, leise Brummen des über sechs Tonnen schweren Gebetsrads. Das Nyingma Institut in Berkeley wurde 1973 von Tarthang Tulku Rinpoche gegründet, einem Lama der Nyingma Schule, der ältesten Schule des tibetischen Buddhismus. Es war notwendig geworden, um den Andrang seiner westlichen Schüler zu bewältigen, der den Rahmen des Tibetan Nyingma Meditation Centers sprengte, in dem Tarthang Tulku mit seiner Familie und engsten Schülern lebt. Und es war auch ein konsequenter Schritt in einer fast ungläubwürdig klingenden Entwicklung, die sich seit der Ankunft dieses Lamas vor 12 Jahren in Berkeley abgespielt hat.

Wie Lama Anagarika Govinda so treffend gesagt hat, grenzt es an ein Wunder, welch tiefen Einfluß auf die Verbreitung und Vertiefung des Buddhismus Tarthang Tulku in dieser verhältnismäßig kurzen Zeit ausgeübt hat. Lama Govinda zogerte nicht zu behaupten, daß Tarthang Tulku seit seiner Ankunft in Amerika mehr für den Dharma geleistet hat als alle europäischen Buddhisten zusammen seit Anfang dieses Jahrhunderts. (1) Tarthang Tulku Rinpoche ist ein inkarnierter Lama aus Osttibet. Im Laufe seiner intensiven Ausbildung in Ost- und Zentraltibet studierte er mit einigen der berühmtesten Lehrern seiner Zeit, ehe ihn die Invasion Tibets durch die Chinesen zwang, seine Heimat zu verlassen und nach Indien zu fliehen. Dort lehrte er dann sieben Jahre lang an der berühmten Sanskrit Universität in Benares als Professor für buddhistische Philosophie, ehe er nach kurzem Aufenthalt in Europa Ende der sechziger

Tarthang Tulku



Jahre nach Amerika kam.

Schon bald nach seiner Ankunft in Berkeley machte sich die unermüdliche Schaffenskraft dieses Lamas bemerkbar, der als mittellose Flüchtling in das Land gekommen war. Das Tibetan Nyingma Meditation Center wurde gegründet in dem geräumigen, ruhig in einem parkähnlichen Garten gelegenen Haus einer bankrotten Burschenschaft. Hier ist auch der Sitz der Tibetan Nyingma Relief Foundation, die tibetischen Flüchtlingen aller Schulen finanzielle Mittel für ihre spirituellen Studien zur Verfügung stellt.

Dann folgte die Gründung der Dharma Press und Dharma Publishing, ein Verlag und eine Druckerei, die schon über fünfzig buddhistische Bücher herausgegeben haben. Gegenwärtig sind sie mit der monumentalen Aufgabe beschäftigt, den gesamten Tanjur und Kanjur, die klassischen kanonischen Schriften des tibetischen Buddhismus, zum ersten Mal in einem westlichen Land zu drucken. Es ist eine kommentierte Neuauflage der Derge Ausgabe, der berühmtesten Ausgabe des Tanjur und Kanjur. Ein kompletter Satz besteht aus 126 Bänden von jeweils etwa 500 Seiten.

Die Gründung des Nyingma Instituts folgte, und dann begannen Tarthang Tulku und seine Schüler mit dem Bau von Odiyan, dem Nyingma Country Center. Es ist geplant für langfristige Retreats und intensive Studien. Odiyan liegt etwa drei Autostunden nördlich von San Francisco auf einem riesigen, nahezu 4 qkm großen, einsamen Gelände in den Küstenbergen. Von dort aus ist keine menschliche Siedlung zu sehen; nur Hügel, Wälder, Wiesen, der Pazifik und gelegentlich eine Herde Wildpferde. Odiyan, nach dem legendären Geburtsort Padmasabhabas benannt, des Gründers des tibetischen Buddhismus und der Nyingma Schule, ist in der Form eines Mandala gebaut. Die Länge jeder Seite beträgt ca. 60m und ist unterbrochen von einer kleinen Eingangspagode, die nach einer der vier Himmelsrichtungen ausgerichtet ist. Der zentrale Tempel, der im Sommer 1981 fertiggestellt sein wird, hat eine Höhe von ca. 20m mit drei übereinanderliegenden, vergoldeten Dächern. Später wird auf dem gleichen Gelände ein Dorf entstehen, dessen Energiebedarf durch Wind- und Sonnenkraft gedeckt werden wird.

Weitere Auswirkungen der inspirierenden Kraft Tarthang Tulkus sind eine Bäckerei sowie weitere Nyingma Institute in Arizona und Colorado. Überall wird hart und konzentriert gearbeitet,

denn die direkte Anwendung von Meditation in der Arbeit und im täglichen Leben ist das Kernstück von T. Tulkus Lehren. Er lehrt, daß jede Tätigkeit zu einer spirituellen Übung gemacht werden kann.

In den ersten Jahren nach seiner Ankunft in Berkeley lehrte er den traditionellen tibetischen Weg der Sutras und Pujas. (2) Der Erfolg war groß. Seine westlichen Schüler paßten sich dem schnell an und waren sofort bereit, folgeschwere Gelübde auf sich zu nehmen. Sobald Rinpoche jedoch etwas von ihnen verlangte, was ihrer Vorstellung, wie der spirituelle Weg auszusehen hat, widersprach, verließen die meisten seiner Schüler ihn ebenso schnell, wie sie sich ihm angeschlossen hatten. Tarthang Tulku war jedesmal tief enttäuscht, denn er hatte versücht, ihnen mit ganzer Kraft zu helfen. Dann erkannte er, daß der traditionelle Weg im Westen unangebracht ist. Er änderte seine Lehrmethoden von Grund auf. In allen seinen Büchern spricht er nur selten vom Buddhismus und benutzt nur gelegentlich einen buddhistischen Begriff. Seine Beispiele sind aus dem Alltagsleben des Westens gegriffen. Wer aber seine Bücher genau und aufmerksam liest, kann jedoch hinter der leicht verständlichen, fast zu täuschend einfachen klingenden Sprache die ganze Tiefe der Dzogchen Tradition erkennen, in der Tulku steht.

Für Neuankommlinge am zugänglichsten ist das Nyingma Institut in Berkeley. Jeder kann dort Kurse besuchen. Neben den mehr theoretischen, akademischen Fächern der buddhistischen Philosophie und Psychologie (Abhidharma) sowie der tibetischen Sprache werden mehrere Meditationswege angeboten. Verschiedene Kurse in Nyingma Meditation werden gelehrt, hauptsächlich beruhend auf Tarthang Tulkus Büchern "Gesture of Balance" (3) und "Openness Mind". Weiterhin wird "Time, Space, and Knowledge" unterrichtet, eine experimentelle Kosmologie beruhend auf Rinpoches gleichnamigen Buch (4). Und schließlich wird Kum Nye angeboten. Kum Nye ist ein System von Atem- und Bewegungsübungen, Selbstmassage mit Druckpunkten, Visualisationen und Chanten von Mantras, das zu einer tiefen Entspannung führt, in der Körper und Geist sich selber heilen und die sich daraus ergebende Geistesklarheit zu durchdringenden Erkenntnissen führt (5). Tarthang Tulku ist der einzige Lama, der Kum Nye lehrt, und das Nyingma Institut ist der einzige Ort, an dem dieses Meditationsystem gelehrt wird.

Alle Kurse am Institut folgen dem Quartalsystem amerikanischer Universitäten und Colleges. Von Einführungs-kursen angefangen, bietet das Institut aufeinander aufbauende Kurse zunehmender Intensität und Komplexität an. Einmal pro Monat wird ein einwöchiges intensives Meditationsseminar in Kum Nye gelehrt, in dem täglich 10 Stunden lang geübt wird. Die Teilnehmer wohnen im Institut und werden dort verpflegt. In den vergangenen Jahren wurden außerdem intensive Kum Nye Trainingsseminare angeboten, in denen die Teilnehmer entweder jeden Abend, fünf Mal pro Woche, über neun Monate zwei Stunden lang Unterricht erteilt wurde, einschließlich einer intensiven, ganztägigen Übungswoche am Ende jedes Quartals, oder drei Monate lang täglich sechs Stunden Kum Nye Unterricht sowie jeweils eine intensive Übungswoche in der Mitte und am Ende der drei Monate. Die Teilnehmer dieses dreimonatigen Kum Nye Trainingsseminars können auf Wunsch im Nyingma Institut wohnen. Diese Kum Nye Seminare zogen Amerikaner aus dem ganzen Land an sowie auch einige Europäer.

Zum ersten Mal wurden 1979 und 1980 Lehrer des Nyingma Instituts nach Europa eingeladen und boten intensive Kum Nye Seminare in Deutschland, Holland, Österreich und Italien an. Im Frühjahr 1981 wird wieder ein langjähriger, persönlicher Schüler Tarthang Tulkus nach Europa kommen und Seminare in Kum Nye sowie "Time, Space, and Knowledge" in verschiedenen Ländern unterrichten, einschließlich Deutschland, Schweiz und Holland. (Siehe "networking"). Die Adresse des Nyingma Instituts ist: 1815 Highland Place, Berkeley, CA 94709, USA.

#### Anmerkungen:

- 1) "Annals of the Nyingma Lineage in America", Band II, Dharma Publishing, 1977
- 2) Ein Buch aus jener Zeit seiner traditionellen Lehrweise ist: Lama Migam, "Ruhig und klar", Iriana Verlag, 1978
- 3) Die deutsche Übersetzung erschien als: Tarthang Tulku, "Psychische Energie durch inneres Gleichgewicht", Aum Verlag, 1979
- 4) Die deutsche Übersetzung dieses Buches wird wahrscheinlich 1982 im Scherz Verlag erscheinen.
- 5) Die deutsche Übersetzung von Tarthang Tulkus Buch über Kum Nye erschien als: "Selbstheilung durch Entspannung", Scherz Verlag, 1980



## Erfahrung

# Der rosa Pfad

von Jürgen Oster

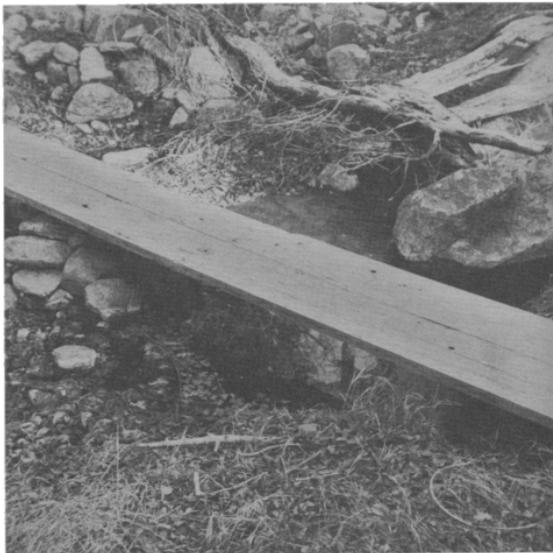
Stillpoint heißt das taoistische Dorf auf einem ca. 180 acres (73 ha) großen Gelände in Colorado, angrenzend an den Isabel-National-Park. Kopf dieser Community ist Gia-Fu Feng, 62-jähriger Chinese mit bewegter Vergangenheit, Millionär, Wall-Street-Spekulant, Beatnik-Freund von Ginsberg, Snyder, Watts, Kerouac, Mitarbeiter am Esalen-Institut in Californien, jetzt hier.

Ist es für einen populären Guru heute typisch, in luxuriöser Umgebung zu residieren, so ist Gia-Fu kein Guru. Auch fehlt ihm der große Mitarbeiterstab, das Management, Zeremonie und Ritual.

Auf dem Grundstück verteilt stehen 10 kleine Hütten, einfach gezimmerte Shelters. Die Lebensweise von Einsiedlern wird geführt. Morgens um 4 Uhr Treffen zur Meditation, kein Schweigen, alle Gedanken aussprechend. Taoistische Alchemie gekoppelt mit Methoden der humanistischen Psychotherapie, Gestalt, Encounter, Traum und Fantasie, Gespräch. Nachmittags mindestens 4 Stunden Gehen.

Es war versprochene Sache, über meine erste Waldwanderung für Hologramm zu berichten. Spaziergänge im Wald sind eine besondere Form meiner Meditation, tiefe Erlebnisse aus der Verbindung meiner Gedanken mit dem Erleben der Umgebung.

Die ersten beiden Tage in Stillpoint folgte ich einfach der Landstraße, ließ alle Spekulationen raus, die noch mit meiner Situation in Deutschland zusammenhängen. Am dritten Tag fühlte ich mich leer für den Wald. Bis zum Holzstoß kannte ich den Weg, umging die zerschnittenen Stämme und stand nach 100m zwischen umgestürzten Bäumen, hier ging kein Weg weiter. Neben den Festmetern Holz hatte ich einen schmalen Pfad, zum Bach führend, ausgemacht. Diesen wollte ich versuchen. Es war einfach, den Fußspuren im niedrigen Schnee zu folgen, sehr viel Ruhe, Konzentration auf dem Atem. Dazwischen der Gedanke: "Wie soll sich hieraus eine Geschichte werden?" Ich fühlte mich nicht bereit, vom Pfad abzuweichen, mich in die Büsche zu schla-



gen, durchs Unterholz zu kriechen und die Orientierung zu verlieren. Nach geraumer Zeit bemerkte ich rosa Plastikstreifen, ins niedrige Geäst und um dünne Stämme gebunden, den Weg markierend.

Abwechslung für meinen suchenden Geist erhoffend ging ich auf das Abenteuerpiel ein, an den rosa Schleifen wollte ich mich ausrichten, nicht weiter auf die Spuren achten. Kurzweilig erreichte ich ein Geröllfeld, an dem mein Vorgänger umgekehrt war. Schwierig zu übersteigen, aber jenseits schimmerte reizvoll Rosa von einem Zweig. Warum das Hindernis nicht nehmen! Mein Geist läßt ein neues Spiel entstehen. Ich trage ein stumpfrosa Hemd unter dem warmen Pullover. Rosa wie die Bänder ist der Schal um meinen Hals, in den Moni mir ein indisches Comic-Heft zur Reiselektüre gebunden hatte. Es ist mein Weg, ich spiele die Analogie des spirituellen Pfads. Dort ein Zeichen, dem ich folge, aufmerksam, wohin ich den Fuß setze. Der Boden ist uneben, ein loser Stein unter dem dünnen Schnee. Die nächste Markierung suchend taste ich mich zwischen mageren Stämmen vorwärts.

Das ist das Leben. Du folgst einem Ruf, gehst dorthin, wo dir der Weg gewiesen wird. Du kannst auch umherirren, zwischen den Bäumen suchen, dieses und jenes finden. Der spirituelle Pfad führt nach innen, ist eine rückläufige Methode. Im Tai-i-Chin-Hua Tsung-Chi, dem Buch vom 'Geheimnis der goldenen Blüte' heißt es:

"Ferner soll man sich nicht in die Welt der Verstrickungen und Unterscheidungen verirren. Verstrickungen und Wahrnehmung ist der Bezirk, wo das Mara der fünf Agglomerate herrscht. Die fünf Agglomerate sind: Rupa, konkrete Materie definiert durch Form, Farbe und Maß; Nedana, Fühlen und Empfinden, Samjna, Erkennen und Wissen, Samskara, der Wille, das Wollen und Yijana, unterscheidendes Bewußtsein."

Umherirren in den fünf Agglomeraten läßt uns in der Außenwelt verhaften. Der nach innen weisende Weg führt uns zur Quelle des Seins.

Ich habe den Weg verloren, nach allen Seiten hin Ausschau gehalten. Wohin soll ich mich nun wenden? Ich beschließe, den Berg anzusteigen, nach oben,

zum Gipfel. An dieser Stelle hier umzukehren ohne ein Ziel, einen Endpunkt erreicht zu haben, ließe mich unbefriedigt. Auch würde ich von dort wieder zurückfinden auf den gekommenen Pfad. Keine Sorge in den Hängen und Höhen verloren zu gehen. Da, links, hundert Meter unterhalb, ein rosa Band. Der Pfad. Ich steige hinab, muß Buschwerk umgehen, finde das Zeichen nicht mehr. Weiter rechts, an einem anderen Baum, ein neues Band, auf das ich gerade zu gehen kann. Von dort geht es leicht weiter, unablässig leuchtet das Rosa vor mir durch die Äste. Fast beschwingt steige ich über gestürzte Stämme, an der schrägen Wand entlang. Natürlich, daß ich es nicht schon längst erkannt habe. Der Pfad folgt dem Bachlauf hinauf. Ob ich ihm bis zur Quelle folgen kann? Wie banal die Wirklichkeit wieder einmal die Fantasie kopiert. Ich werde zur Quelle dieses Baches geleitet: Den ruckläufigen Weg zum Ursprung. So einfach ist das. Oh, es wird bestimmt eine große spirituelle Erfahrung für mich sein, über den Born beugt das frische Wasser in mich zu trinken.

Eine füllige Tanne, gerade mannshoch, auf einem kleinen Plateau über dem

Bachlauf trägt das letzte rosa Band. Unter dickem Eis, sich mir an kleinen Fallen zeigend, wandert das Wasser ins Tal. Kein Rosa zu finden, doch auch keine Quelle. Der führende Freund hat mich verlassen, die letzten Schritte muß ich alleine gehen. Der entscheidende Schritt, der zeigen wird, ob ich die Kraft und Reife besitze. Ich will, hängele mich an den Stämmen entlang. Die Felswände laufen aufeinander zu, es kann nicht mehr weit sein. Noch ein paar Büsche und dort – welch ein grandioses Bild. Ein Wasserfall, wohl funfzehn Meter hoch, vereist, die Fassade eines gläsernen Palastes, vom Ahnherrn aller Baumeister erträumt. Vom Klettern schon ist mein Atem kurz geworden. Hier stockt er ganz. Weiß, weißblau zwischen dunkle blockige Felsen gesetzt, von der rauschenden Musik stürzenden Wassers untermalt. Welcher Künstler könnte dies in Szene setzen, ohne dem Kitsch zu verfallen?

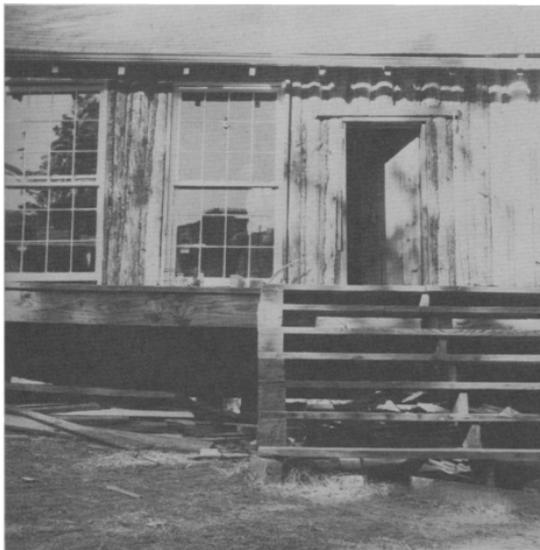
Dann reißt es wieder in mir hoch, dies ist nicht das Ende, dort oben muß die Quelle sein. Aber wie hingelangen, die Wände sind steil? Kein Weg zeigt zum Ziel. Ich schätze die Felsen ab. Jenseits vom Bach könnte es gelingen. Ich

werde einen Bogen schlagen müssen, ich werde es wagen. Schon hänge ich zwischen den Blöcken, die Hände suchen Halt, die Füße einen sicheren Tritt. Hinein in die Spalten und Risse, hoch, hoch. Begeistert vom Gedanken an das Ziel. Wenn ich mich versteige, wieder zurück muß, ein Blick nach unten, mir schwindelt. Nichts ist da, gerader Fels, fast neunzig Grad, dort wieder hinunter würde mich stürzen lassen. Für einen Augenblick die Vision, mit zerschlagenen Knochen zwischen Steinen liegend, zu schwach, um nach Hilfe zu rufen, in der Nacht erfrieren zu müssen, starr und bizarr zu werden wie die bewunderte Eiswand. Nein, auf dem Weg zum Urquell darf es keinen Blick zurückgeben. Nur vorwärts gerichtet soll der Sinn sein.

Oberhalb des Wasserfalls komme ich aus den Felsen wieder in bewachsenes Gelände. Der Bach führt weiter in die Schlucht hinauf. Noch nicht am Ziel. Dort drüben sieht es leichter zu gehen aus. Ich müßte hinunter über den Bach. Auch das wäre nicht einfach. Ich bleibe auf dieser Seite, rutsche, springe, taste, ahne mir einen Pfad. Wie wieder einen Weg nach Stillpoint finden? Nein, kein Blick zurück, kein Blick zurück sollte jetzt mein Mantra sein.

Aus den Augenwinkeln sehe ich links einen sonnenbeschieneenen Berghang leuchten. Schon lange bewege ich mich im Schatten. Werde ich vom Weg abkommen, wenn ich mir diesen Anblick gönne? Wohl kaum. Stehe ich doch eh unterhalb des Gipfels, den ich sonst umwandern würde. Warum nicht über ihn hinwegsteigen, von dort ins Tal. Ins Sonnenlicht schauen. Kein Blick zurück! Doch schon klettere ich hoch, stehe oben an eine Kiefer gelehnt und staune. Dort ist das Tal, durch das der Bach sich drängt. Links müßte Stillpoint liegen, vom Wald verdeckt und über die davorgelagerte Hügelkette kann ich in eine plane Ebene sehen, weit und glatt bis an den Horizont. Felder und Weiden, kein Wald, kein Hügel, rotgold von der Sonne gefärbt. Die Vision der Unendlichkeit. Ich weiß, von hier werde ich mich nicht wieder zur Quelle wenden. Ich sehe mein Leben und alle zukünftigen vor mir ausgebreitet wie ein riesiger Flickenteppich. Meine Wanderung, nach allen Seiten offen, ohne Grenzen, ohne Ziel, ohne Anfang.

Noch bin ich mißmutig über mein Abweichen vom Pfad zur Quelle, doch muß ich nun meinen Weg durch den Wald finden, den Hang hinunter, wieder zum Bach, um mit ihm nach Stillpoint zu laufen. Der Mißmut steift meinen



In Stillpoint

Körper, gefährlich stockig bewegen sich die Glieder. War es nicht eine romantische Idee, deretwegen ich die Sinne nach außen richtete, dem Körper Strapazen zumutete und den Geist sich in Fantasien versteinen ließ?

„Läßt man seinen Geist sich den Dingen zuwenden, so versucht er, das Chaos zu entwirren, man wird zerstreut und abgelenkt. Solcher Störung soll man so schnell wie möglich Einheit gebieten; denn sie zerstört die innere Welt und läßt die Lebenskraft sich vergeuden. Im Ruhem und im Gehen, im Sitzen und im Liegen sollte man unentwegt sein Sehen und Hören drosseln. Denn Vernehmen und Wahrnehmen bringen Krankheit und Leiden.“ (Kreisen des Lichtes, Weilheim 1972, O.W.Barth-Verlag)

Entspannt und weich, ohne Furcht mich zwischen den Bäumen bewegend, mit innerer Sicherheit intuitiv, spontan den Fuß an den richtigen Ort setzend, so wie der Bär es machen würde. Unterhalb des Tännchens mit dem letzten rosa Band überquere ich den zugefrorenen Creek, bin wieder auf dem gekommenen Pfad. Ich kenne jetzt das große Geheimnis: wo auch immer du gehst, da bist du zuhause.

(Camps mit Gia-Fu Feng in Deutschland)

17-24. Mai 81, Neuwied/Rhein

1-9. Juli 81 Hüttersdorf/Saarland

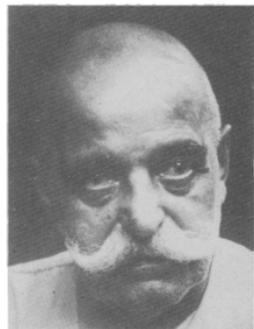
1-14. August 81 Hüttersdorf

Informationen: Jürgen Oster, Hardtstr. 34, 5 Köln 41, Tel.: 0221/441812)



# GURDJIEFF entschlüsselt

## John G. Bennett über Beelzebubs Erzählungen für seinen Enkel



Der Schlüssel zu G.I. Gurdjieffs Hauptwerk und Lehre finden sich in Bennetts neuem Buch *Gurdjieff entschlüsselt*: J. G. Bennett benutzte ihn und das Ergebnis ist erregend. Bennetts Interpretation erscheint jetzt gleichzeitig mit der Neuauflage des berühmten Werkes *Beelzebubs Erzählungen für seinen Enkel* (Alil und Alles). Der Gurdjieff-Schüler Bennett hat durch jahrzehntelange Arbeit mit den Methoden und Schriften des Meisters viele der Ratsel, die Gurdjieff mit Absicht in sein Werk eingebaut hat, dem Leser mit grosser Klarheit und Verständlichkeit erläutert.

Selbstverständlich lag es nicht in der Absicht Bennetts, den Lesern eigene Arbeit abzunehmen, doch wie er selbst sagte, wollte er ihnen einen Spaten in die Hand geben, damit sie selbst graben können – vielleicht finden sie den Hund, den Gurdjieff vergraben hat, nicht nur die Knochen...

Gurdjieffs *Beelzebubs Erzählungen* ist kein philosophisches Werk, sondern ein *kosmisches Märchen*, ein Science Fiction-Klassiker, das dem Mythos des Altertums wieder zu neuem Leben verhilt. Es ist vergleichbar den Göttersagen der Griechen, dem Buch der Wandlungen – *I Ging* –, der *Bhagavad Gita* und dem *Gilgamesh Epos* oder auch dem modernen Mythos *Herr der Ringe* (das später entstand). Aber es ist mehr als ein Mythos, denn es enthält Erkenntnisse und eine hohe Weisheit, wie sie nur wenigen zuteil wird.

180 S., DM 20,-

(erscheint Mitte April)

**Verlag Bruno Martln**

Peter Michael Hamel

# Kontemplative Musik

Kontemplative Musik –  
heilende Musik –  
sozial engagierte Musik –  
Musik als Entspannung und Therapie –  
Musik als Flucht nach innen – Musik als Droge –  
Musik als Drogensersatz – als Flucht in den Rausch.  
Inwieweit kann Musikhören und Musik-selber-Spielen und  
-Singen dem einzelnen Menschen seelisch-leiblich zur Ge-  
löstheit verhelfen und die Wahrnehmung seiner gesellschaft-  
lichen Situation verstärken? Kann Musik mehr sein als der  
Kunstgenuß des Privilegierten, mehr sein als die Droge zur  
Besinnungslosigkeit, zur Fluchthilfe aus der Realität?  
Inwiefern kann Musik Entspannung, Konzentration, Besin-  
nung und gar Kontemplation fördern, aber auch Verkramp-  
fungen lösen, Panzerungen brechen, Konditionierungen be-  
wußt machen. Kann das Musik denn überhaupt? Und welche  
Art von Musik wäre dann in der Lage, heilend zu wirken und  
eine ausgeglichene Lebenshaltung zu ermöglichen? Wenn  
überhaupt: Kann es dann Musik *allein*? Oder gehören  
Übungen dazu, Anleitungen, sind Veränderungen des einzel-  
nen notwendig – Veränderungen in unserer Gesellschaft,  
auch in ihrem Bezug zur Musik?

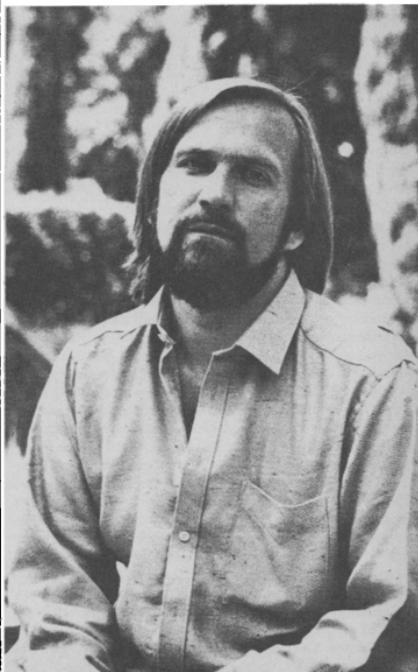
Die fernöstlichen Kulturen, alle magischen Rituale Afrikas,  
Asiens, Südamerikas und alle schamanistischen Riten und  
Kulte besitzen eine meist unbewußte Kenntnis von einer  
durch musikalische Mittel wie Trommeln oder Singen evo-  
zierbaren Urkraft, welche ihnen im rituellen Kontext kontem-  
plative oder ekstatische Zustände ermöglichte. So wurden  
von den Schamanen, dem Medizinmann oder dem kultischen  
Priester lang anhaltende Gesänge, periodische Rhythmen  
oder melodische Urformen angewendet, um solche Bewußt-  
seinszustände herbeizuführen, die eine momentane Löslö-  
sung von der eingeübten Lebens-Rolle bewirkten und Erfah-  
rungen mit dem kollektiven Unbewußten möglich machten.  
Trance, heilender Schlaf, Versenkung oder überwache  
Schauung waren die beabsichtigten Resultate. Beispiele sol-  
cher Ritualmusik sind einerseits die Rhythmen Afrikas oder  
die Gamelanmusik Indonesiens, andererseits die Tonarten  
Indiens und Persiens oder die abgrundtiefen Gesänge der  
tibetisch-buddhistischen Mönche.

Was den archaischen Kulturen etwa des Fernen Ostens  
jedoch nur unbewußt als magische Fähigkeit und kontem-  
plative Neigung zur Verfügung stand, müßte nun der Abendlän-  
der wachbewußt erfassen und ganzheitlich verarbeiten, um  
nicht regressiv, oder wie Gebser es nennt, 'defizient' in längst  
überwundene magisch-mythische Zustände zurückzufallen.  
C. G. Jung hat Wesentliches dazu beigetragen, daß dem  
rational orientierten Abendländer ein tieferes psychologi-  
sches Verständnis der Symbolik und Mythologie seiner  
Innenvelt möglich wurde. Gleichzeitig aber wies er stets auf  
die Gefahr hin, der Faszination der fernöstlich geprägten

Bilder in der kontemplativen Erfahrung zu erliegen. Einen  
viel wichtigeren Akzent legte Jung auf die Durchdringung der  
eigenen abendländischen Symbole (Jung: 'Psychologie und  
Alchemie') und auf die Bewußtwerdung des archetypischen  
Geschehens in der menschlichen Psyche.

„Durch die mit der analytischen Behandlung verknüpfte  
Beschäftigung entstehen Erlebnisse archetypischer Natur,  
welche nach Ausdruck und Formung verlangen. Natürlich ist  
dies nicht die einzige Gelegenheit, wo Erfahrung solcher Art  
gemacht wird: archetypische Erlebnisse treten nicht selten  
spontan, und zwar keineswegs bloß bei sogenannten ‚psycholo-  
gischen‘ Leuten, auf. Ich habe schon oft die wunderlichsten

Peter Michael Hamel



Träume und Visionen gerade von Leuten vernommen, deren geistige Gesundheit nicht einmal der Fachmann anzweifeln konnte. Das Erlebnis des Archetypus wird oft als das individuellste Geheimnis gehütet, da man sich davon im Innersten getroffen fühlt. Es ist eine Art Urerfahrung des seelischen Nicht-Ich, eines inneren Gegenüber, welches zur Auseinandersetzung auffordert.“ (Jung: „Über die Psychologie des Unbewußten“. Frankfurt, 1975, S. 80)

Auch eine kontemplative Erfahrung durch Musik beschäftigt sich im Sinne Jungs nicht nur mit exotischen und magischen Tönen, sondern versucht, einen Zugang zu finden zu den eigenen westlichen esoterischen Quellen der Musik. Die Bedeutung der Tonwelt in der Antike war eng verknüpft mit der kontemplativen Ahnung von der ‚Harmonie der Sphären‘. Solch eine Ahnung ist eng verbunden mit der Betrachtung des Da-Seins eben aus der kontemplativen Geisteshaltung und Schau der Dinge. Musik galt damals als Teil des Weltplans, als das Innere der Welt, als Abbild göttlicher und geistiger Ordnung. Seit der Zeit des Pythagoras zieht sich der Begriff ‚Harmonie der Sphären‘ als Symbol einer kosmischen Weltordnung wie ein roter Faden durch die Geschichte einer esoterischen Musikauffassung. Die kontemplative Geisteshaltung, das ‚Verharren im So-Sein‘ als Quelle der Philosophie war nicht nur dem Asiaten, sondern ebenso dem Abendländer früherer Zeiten vertraut. So konnte Musik in zweierlei Hinsicht als Träger und Mittler einer kontemplativen Wahrnehmung empfunden werden und sich wie innere Bilder und Symbole in ihrem nicht verbalisierbaren, aber erfahrbaren Gehalt manifestieren. Entweder wird Musik als direkte Energie und Kraft erfahren, die zu Versenkung und Kontemplation hinführt, oder sie vermittelt als gestaltetes und geformtes Kunstwerk ein starkes Erlebnis, welches über das Künstlerische hinaus aus dem Geist der Kontemplation geschaffen ist.

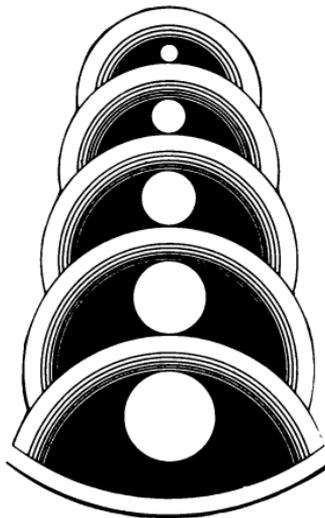
#### Kontemplative Hörerfahrung

Musik, die zur Kontemplation verhilft oder aus dem Geiste der Kontemplation heraus geschaffen ist, existiert aber nicht nur im Fernen Osten, sondern auch in der westlichen zeitgenössischen Musikszene. Allerdings nennt sich heute vieles ‚meditativ‘ oder ‚kontemplativ‘, bloß weil es sich um aktionsarme, statische Klänge handelt. Es gibt eine Menge elektronischer Populärmusik, die eher auf das Träumen und ein unbewußtes Sich-Forttragen-Lassen abzielt, als auf hellwaches und klares, aber sich versenkendes Einhören. Meistens handelt es sich hier um bombastisch klingende Bilder, akustische Imaginationen, um Traumgeschehen und unbewußte Durchwanderungen des Unbewußten. Nur die wenigsten solcher sciencefiction-artigen Musiken können ein kontinuierliches Fließen aufrechterhalten, ein weiches Nach-Innen-Loslassen ermöglichen, eine tönende Keimzelle wie ein inneres geistiges Wort oder Mantra in die Raum- und Zeitfreiheit führen. Nur wenige dieser oft auf Schallplatten hergestellten Produktionen führen den Hörer nicht in die Besinnungslosigkeit, sondern haben das Format und die Kraft, eine kontemplative Versenkung hervorzurufen.

Dem Schöpfer dieser Musik, aber auch dem Hörer mag es oft so gehen, wie beim Za-Zen-Sitzen oder beim Heilmaten: Gelangt er in Regionen, die noch nicht bewußt durchlebt oder geöffnert sind, so ‚kippt er weg‘, schläft ein oder verliert sich ins Träumen. Der Japaner nennt so etwas ‚totes Zen‘. Seit Meditation ‚in‘ ist, haben Begriffe wie ‚meditativ‘ oder

‚kontemplativ‘ Musik kaum noch Konturen, weil eine oberflächliche Betrachtungs- und Übungsweise auch in bezug auf musikalische Hörprozesse tiefere Seinserfahrung nicht zuläßt. So wird heute leider alles, was langsame und ruhigere (auch langweiligere) Musik ist, etwa in Zeitungskritiken in einem oft abwertenden Sinn als ‚meditativ‘ bezeichnet, z. B. ‚gefährlich schönklingend‘ und ‚verquast meditativ‘, ‚Meditationskitsch‘ usw. Der Begriff ‚kontemplativ‘ wird im übrigen meist mit ‚meditativ‘ gleichgesetzt und von denen belächelt, die niemals meditiert haben und damit allerhand nebuloses Zeug verbinden: Rausch, Trance, Weltflucht, Irrationalität.

Es ist kein Wunder, daß es zu dieser Verwirrung kam: die meisten Musiker sind sich ja selbst nicht ganz im klaren, was Meditation eigentlich ist. Und nicht nur die Musiker... So müßte erst einmal zwischen Meditationsmusik und meditativem Musik unterschieden werden: Meditationsmusik ist eine ausschließlich für kultische, rituelle oder kontemplative Vorgänge oder Anlässe bestimmte Klanggestalt, die ihre Form aus dem Kontext des geistigen Inhalts gewinnt und eigentlich nicht zum Anhören etwa auf Schallplatten gedacht ist. Vielmehr handelt es sich hierbei meist um den äußeren, klingenden Ausdruck der geistigen Übung. Die abgrundtiefen Gesänge der tibetischen Lamas oder die unendlich wiederkeh-



renden Formeln der gregorianischen Choräle beabsichtigen eine durch das Singen selbst hervorgerufene psycho-physische Wirkung auf den Sänger.

Meditative Musik dagegen verwendet lediglich Elemente meditativer oder kontemplativer Schauung, beschreibt oder vertont spirituelle Erlebnisse oder Visionen in einer objektiver Art, die dem Außenstehenden, demjenigen, welcher nicht ‚eingestiegen‘ ist, naiv, bombastisch, berauscht oder kitschig vor-

„Kontemplative Musik kann in ihrer Wirkung zum  
erstenmal empfunden werden,  
wenn man zur Aufgabe stellt, den eigenen Atem  
zu beobachten.“

„Musik kann vor allem in Anfangsstadien  
die innere Ruhelosigkeit auflösen  
und das ununterbrochene Räsönieren abschwächen.“

kommen können. Hier muß nun endlich auch auf den Unterschied zwischen Meditation und Kontemplation eingegangen werden. Während Meditation begrifflich mit ‚Medium‘, Mittler, Vermittlung, Mittel, Mitte und mit dem Lateinischen meditari (nachsinnen, sich üben) in Verbindung steht und sich in unserem Sprachgebrauch meist auf asiatische Geistesübungen bezieht, wird mit dem Begriff Kontemplation die westlich-gnostische Form, der schauenden Versunkenheit in Werk und Wort Gottes unter Ausschaltung allen Willens bezeichnet. ‚Contemplatio‘ ist lateinisch die Betrachtung, der Tempel (templum) ist im ursprünglichen Sinn also der Betrachtungsraum.

---

„Der Ton zündet das Licht,  
das er braucht, selber an.  
Er braucht kein Äußeres,  
er erträgt das Dunkel,  
ja, er sucht sein Schweigen.  
Schweigend, in der Nacht,  
werden Schätze gehoben.  
Musik stört dieses Schweigen nicht.  
Sie versteht sich auf die Gruft,  
als Licht in der Gruft.“

Ernst Bloch: ‚Prinzip Hoffnung‘

---

Wer nun meditiert oder kontempliert und die nötige Geduld aufbringt, bis in die Tiefe innerer Bereiche vorzustoßen, der hört ins Innere und nimmt äußere Schallquellen nicht mehr wahr. Wer wirklich meditiert, hört dabei keine Musik. Vielmehr ist es denkbar, daß sie zur kontemplativen Ausgangsposition verwendet wird. Musik kann vor allem in Anfangsstadien die innere Ruhelosigkeit auflösen und das ununterbrochene Räsönieren unterbinden bzw. abschwächen. Musik kann Hilfe und Mittel zur Entspannung sein, braucht in solch einem Fall kein geformtes stilistisches Eigenleben zu führen, könnte endlos fließen und sollte anders gehört werden, als z. B. klassische Musik. Ja, eigentlich sollte sie überhaupt nicht direkt äußerlich ‚apperzipiert‘ werden, sondern absichtslos einfließen und kraft ihrer harmonisierenden oder konzentrierenden Fähigkeit wirken. Nun hat jeder Übende seine eigene persönlich bevorzugte Musik, die für ihn selbst erfahrbar eine solche Hörhilfe darstellt. Brucknersche Sinfonien, die dem einen ideal erscheinen, können jemand anderen eher belasten und großartigste indische Ragamuskik, auf welche dieser schwört, ist ersterem vielleicht eine Qual. Überhaupt muß betont werden, daß kein einziger musikalischer Klang eine objektive, in jedem Fall ähnliche Wirkung hat! Grundvoraussetzung einer jeden Entspannungs- oder Versenkungshilfe durch Musik ist aber stets die Bereitschaft des Übenden, sich ganz und gar zu

„Die Bedürfnisse der jungen Generation zeigen,  
daß die Befriedigung der materiellen Güter nicht  
ausreicht, um mit der Realität fertig zu werden. . .“  
Unsere Gesellschaft kann nur von einem System  
verbessert werden, das sich auch am  
inneren Dasein des Menschen orientiert.“

öffnen und sich den Klängen zu überlassen. Er soll die Möglichkeit haben, sich hinzulegen wie beim Heilanden oder Autogenen Training, die Augen sollen geschlossen sein oder ohne Fixierungspunkt – wie beim Za-Zen – leicht geöffnet sein. Der Übende kann auch auf einem Stuhl aufrecht sitzen, ohne sich anzulehnen, oder er sitzt in der ihm vertrauten Yogahaltung und beobachtet seinen eigenen Atem. Kontemplatives Hören erfordert vor allem ein gelassenes, erwartungsloses Sich-Hingeben, das weder ausschließlich rational-mental an der Oberfläche einer Spannungs-Entspannungs-Kurve registriert, noch tranchehaft sich vergibt im irrationalen Konsumieren. Vielmehr ist intensives Horchen, das durch ein bewußtes Beobachten des eigenen Atemflusses und durch körperliches Entspannen ermöglicht wird.

#### Soziale Praxis

Mit Musiken, teils vom Band, teils live gespielt, habe ich etwa zwei Jahre lang Versuche einer musikalischen Entspannungstherapie in West-Berliner Lehrlingsheimen und Freizeittätigkeiten durchgeführt. Angeregt durch eine politische Organisation, die nicht *nur* das materielle Wohl der Unterprivilegierten im Sinne hatte, wurden Kommunikationsabende in Berlin-Moabit veranstaltet. Die Abende fanden wöchentlich oder 14tägig statt in einem gemütlichen Kellerraum, der unbestuhl, aber dafür mit Matratzen und Decken ausgelegt war. Die ersten Abende hatten zumeist einen regen Andrang, der Reiz des Neuen, der in der folgenden Zeit abnahm. Das war vorteilhaft, da die intensivsten Situationen bei einer Gruppe unter fünfzehn Personen entstanden. Für die Musikdarbietungen standen eine Tonband-Verstärkeranlage und eine transportable zwei-manuale elektrische Orgel zur Verfügung. Nach kurzer Erklärung wurde mit einer musikalischen Improvisation begonnen, die etwa in der Geschmacksrichtung der Anwesenden lag. Schon hier zeigte sich, inwieweit die zufällig entstandene Hörergruppe zu konzentriertem Hören bereit war. Danach wurde jeder aufgefordert, die Augen zu schließen, aber nicht zu träumen.

Die Musik vom Band, die als ‚Relax-Musik‘ vorgestellt wurde, war von dem amerikanischen Organisten Terry Riley, danach eine indische Ragaimprovisation. Je nach Aufnahmebereitschaft liefen diese Stücke nur ein paar Minuten oder ganz zu Ende, etwa 20 bis 30 Minuten. Da die meisten jungen Arbeiter und Lehrlinge, manchmal auch Schüler und Studenten (etwa 16–24 Jahre alt) der Plakatankündigung zufolge keine Drogen zu sich genommen haben sollten, dafür aber mit etlichen Bierflaschen ankamen, wurde diskutiert, ob solche Musik zum Trinken oder Rauchen passen würde. Es kam dann sehr schnell die Rede auf die Gründe, warum der einzelne soviel trinken oder rauchen muß und damit auf die persönlichen Konflikte, die Probleme am Arbeitsplatz. Schließlich sprach man von der Unfähigkeit zum richtigen Entspannen. Bald wurde klar, daß das nicht *nur* am Chef, nicht *nur* an der Ausbeutung liegen könnte, sondern daß

eigentlich genug Zeit da wäre, daß man aber immer ‚in action‘ oder ‚auf Achse‘ sei.

Danach spielte ich meist eine Improvisation auf der Orgel, die ziemlich chaotisch, hektisch und nervös, manchmal sogar free-jazzartig schrill begann, die dann aber fast unmerklich in einen periodischen Klang, ein immer wiederkehrendes Motiv oder in einen legenden Grundton mündete. Die erste Erfahrung war nun, daß diejenigen, welche sich auf den musikalischen Entwicklungsprozeß eingelassen hatten, nach gewisser Zeit weggesunken sind. Das plötzliche ‚Einpednen‘ war allen ein rätselhaftes Phänomen – man sei ja gar nicht müde gewesen, sei aber auch gar nicht wirklich eingeschlafen. Schließlich habe man das Ende des Orgelspiels genau registriert. Es ergaben sich erregte Diskussionen darüber, daß der einzelne sogar seiner bevorzugten Musik gegenüber keine innere Beziehung hatte.

Das Hören, einfach das Hinhören-Können stellte sich als ein Vorgang heraus, der gelernt werden muß. In den zwei Jahren war zu beobachten, daß bestimmte Musik als Entspannungshilfe besser geeignet ist als andere. Die Auswahl hängt vor allem vom Bildungsgrad und dem sozialen Hintergrund der Gruppenmitglieder ab. Jungen Leuten muß man ‚ihre‘ Musik vorspielen, bzw. ein Musikstück in dieser Art vorstellen: Elektronische Musik, exotische Musik oder Stücke mit Anklängen aus der Jazz- oder Popmusik sind am besten geeignet. Orgel- oder Chormusik wird oft mit Kindheits-erinnerungen in Verbindung gebracht, ist darum schlechter geeignet. Fest steht, daß der Therapeut oder Gruppenleiter in Fragen der Musikauswahl stets flexibel bleiben und auf Wünsche und Anregungen der Gruppe oder des einzelnen eingehen sollte.

Dieser knappe Bericht kann nur eine Anmerkung zu der sehr diffizilen und wichtigen Aufgabe einer sozial ausgerichteten Entspannungsmusik sein. Als Wichtigstes stellt sich bei diesen Versuchen immer wieder heraus, daß Musik *allein* gar nichts tun kann, um eine wirkliche Entspannung beim Menschen zu bewirken und als abruhbaren Zustand zu erhalten. Vor allem das *Selbertun* spielt gerade bei jungen Menschen eine große Rolle. Nicht zu unrecht wird ein ausschließlich passives Verhalten als eine Gefahr, als ein Fluchtmechanismus vor der unbewältigten Außenwelt gesehen. Ist ein entspannendes Improvisieren, Singen und Atmen nicht doch manchmal die Oase der wirtschaftlich Bessergestellten? Wer kann sich Analyse und Therapie eigentlich leisten? Und ist Musikhören in diesem Zusammenhang nicht auch eine Verdrängung von Konflikten, wie mancher Musikkritiker einwendet mit Attributen wie ‚entwickelnd‘, ‚einlullend‘ oder ‚positivistisch‘? Oder man mokiert sich in intellektueller Abwehr über solche ‚Funktionsmusik‘: ‚Je mehr Sorgen zu vergessen und zu verdrängen sind, desto lieber und länger mag sich einer auf den Rücken legen und sich vom Wohlklang einlullen lassen‘; war z. B. in der ‚Süddeutschen Zeitung‘ zu lesen (Okt. 1974).

Auf die kritische Frage nach dem gesellschaftlichen Wert einer personalen Selbsterfahrung und Entspannung gibt es folgende dialektische Antwort, welche zwei Standpunkte widerspiegelt: Gesellschaftsveränderung ist nur durch das befreite Individuum möglich – der ‚freie‘ einzelne kann sich erst in einer veränderten Gesellschaft entfalten. Wer sich allerdings in zynischer Distanz einer Musik innerlich nicht hingeben kann, welche nur in gelöstem Hörzustand erfahrbar

ist, der steht draußen und beneidet vielleicht insgeheim denjenigen, der zur inneren Erfahrung fähig ist.

In der Tat steht die richtige Aufnahme kontemplativer Musik in engem Zusammenhang mit einer erlebten Kenntnis der Entspannungs-Abläufe und mit der Fähigkeit des Loslassens in den eigenen Atem. Auf die Frage des Berliner Lehrlings: ‚Was soll ich denn machen, wenn du da spielst?‘ bewirkte die einfache Antwort, er solle sich um seinen eigenen Atem kümmern und ihn beobachten, eine sofortige erste Gelöstheit. Musik und Atem als Einheit stehen mit der heilenden Wirkung von Tönen in engster Verbindung. Kontemplative Musik kann in ihrer Wirkung zum erstmalig empfunden werden, wenn man zur Aufgabe stellt, den eigenen Atem zu beobachten, wann dieser kommt, wann er geht, ob er regelmäßig ist oder gehemmt.

Solche Achtsamkeit steht freilich diametral entgegengesetzt zu unserer Leistungserziehung. Wir dürfen ja ‚keine Zeit‘ haben und müssen immer ‚in action‘ sein. Wie oft ist die Beobachtung gemacht worden, daß gerade einfache Menschen ohne sogenannte Bildungschance eine erstaunlich spontane Sensibilität besitzen, auf die sie von niemandem aufmerksam gemacht werden und die in ihrer Umwelt durch keinerlei Gespräch oder Anregung Förderung findet. Durch die Fernsehdroge wird das Empfindungsvermögen für zu erspürende Vorgänge im eigenen Organismus ohnehin abgestumpft. Dennoch müssen Wege gefunden werden, um dem Menschen seine inneren Räume und den eigenen Atem erfahrbar zu machen, um den kreativen Umgang mit der eigenen Stimme anzuregen, ein rhythmisch ausgeglichenes Körpergefühl zu entwickeln und die natürliche Atembewegung zu fördern.

Die Bedürfnisse der jungen Generation zeigen, daß die Befriedigung der materiellen Güter allein nicht ausreicht, um mit der Realität fertig zu werden. Wer die Gesellschaft verbal oder aktiv verändern will, in den äußeren Bedingungen zur gerechten Verteilung der weltlichen Güter, der muß auch innere Ziele anbieten, die ein Automaten-Dasein des einzelnen verhindern. Unsere Gesellschaft kann nur von einem System verbessert werden, das sich auch am inneren Dasein des Menschen orientiert.

Gerade jegliche Ausübung von kontemplativer Musik und die Durchführung kollektiver Selbsterfahrungsgruppen, wie zusammen Singen, Trommeln und Atmen, können heute *nur* im Zusammenhang mit einer gesellschaftlichen, sozial engagierten Komponente betrachtet und praktiziert werden. Musik als Hilfe zur Entspannung und zu einer kontemplativen Geisteshaltung ist eine soziale Notwendigkeit.

\* Gekürzte Fassung des Eröffnungsreferats der Arbeitstagung der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie in Salzburg (1977)

(c) Peter M. Hamel, Abdruck mit freundl. Genehmigung des Autors.



# KOSMISCHE SCHWINGUNGEN

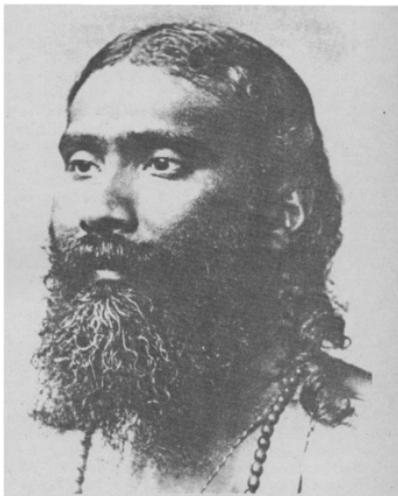
*Das ist ein Auszug aus einem noch nicht veröffentlichten Buch von H.I. Khan, das im Qalandar Verlag erscheint. Abdruck mit freundl. Genehmigung.*

HAZRAT INAYAT KHAN

HAZRAT INAYAT KHAN

## Musik

All das, was wir Materie oder Substanz nennen, und alles, was scheinbar gar nicht sprechen oder klingen kann, ist in Wirklichkeit Schwingung. Und die Schönheit der gesamten Schöpfung besteht darin, daß die Schöpfung auf zwei Weisen wirkt. Auf der einen Seite drückt sie sich aus, und auf der anderen Seite macht sie sich selbst zum empfangenden Gefäß. So ist zum Beispiel auf der einen Seite die Materie da als etwas, das man anfassen kann, und auf der anderen Seite haben wir Sinne, mittels derer wir sie fühlen, anfassen können. Da ist ein Klang, und gleichzeitig haben wir Ohren, die den Klang hören können. Da ist Licht, da sind Formen, da sind Farben, und gleichzeitig haben wir Augen, die sie sehen können. Und das, was der Mensch Schönheit nennt, ist die Harmonie all dessen, was er erfährt. Was ist nun aber Musik? Das, was allgemein Musik genannt wird, ist die Harmonie hörbarer Noten; in Wirklichkeit aber ist in den Farben Musik, in Linien ist Musik; im Wald ist Musik, dort gibt es so viele verschiedene Bäume und andere Pflanzen, und doch harmonisieren sie miteinander. Je umfassender man die Natur begreift, desto stärker wird die Seele von ihr angezogen. Warum? Weil Musik in ihr ist. Und je umfassender man das Leben begreift, desto tiefer wird man das Leben erfahren und verstehen, desto mehr wird man von der Musik vernehmen, die mit dem ganzen Universum zusammenklingt. Wer aber offenen Herzens ist, der braucht nicht erst in den Wald zu gehen: Mitten unter den Menschen kann er die Musik entdecken. Der Materialismus hat die Vorstellungen der Menschen heute so sehr verändert, daß es so aussieht, als würden sich die Menschen kaum noch voneinander unterscheiden. Betrachtet man die menschliche Natur aber genauer, dann stellt man fest, daß selbst ein Klavier mit tausend Oktaven



nicht die Vielzahl der Möglichkeiten hervorbringen kann wie die menschliche Natur. Wie zum Beispiel die Menschen miteinander harmonieren oder disharmonieren; manche werden Freunde schon nach einem Augenblick, und manche werden auch nach vielen Jahren keine Freunde sein. Könnten wir nur erfassen, in welche Schwingungen die einzelnen Seelen eingestimmt sind, in welchen Oktaven die einzelnen Menschen sprechen, welchen Maßstab sie haben! Manchmal verstehen sich zwei Menschen nicht miteinander, dann kommt ein Dritter hinzu – und schon sind sich alle einig. Ist das nicht das Wesen der Musik? Je mehr man der Harmonie in der Musik nachgeht und von daher die menschliche Natur betrachtet – warum sich Menschen verstehen und warum nicht, wie es kommt, daß sie sich gegenseitig anziehen oder

abstoßen – desto klarer erkennt man, daß alles Musik ist.

Da ist nun noch eine Frage, der wir nachgehen müssen. Das, was der Mensch kennt und wovon er weiß, ist im allgemeinen die Welt, die er um sich herum sieht. Sehr Wenige machen sich Gedanken darüber, ob es jenseits dessen, was sie um sich herum sehen, noch etwas anderes gibt. Viele halten es schlicht für ein Märchen, wenn sie hören, daß es zwei Welten gibt. Dabei entdeckt man, wenn man nur tief in sich selbst hineinschaut, nicht nur zwei, sondern unsagbar viele Welten. Dem normalen Menschen ist der empfangende Teil seines Wesens meistens verschlossen. Er kann nur aussenden, nach außen handeln und auch nur aus der Ebene etwas aufnehmen, für die er in sich empfänglich ist. Der Unterschied zum Beispiel zwischen einem einfachen Menschen

---

**“Schwingung ist die Wurzel der gesamten Schöpfung. Die Kraft, die alles hervorbringt und erhält, jede einzelne Erscheinung und des gesamten Kosmos, ist eine einzige Kraft: Schwingung.”**

---

und einem denkenden Menschen mit tieferem Verständnis ist der: Wenn ein einfacher Mensch ein Wort aufnimmt, dann hört er es nur mit seinen Ohren, während ein denkender Mensch das gleiche Wort auch mit seinem Verstand aufnimmt. Das gleiche Wort erreicht die Ohren des einen und das Herz des anderen. Wenn nun dieses einfache Beispiel zutrifft, dann wird uns klar, daß der eine Mensch nur in der äußeren Welt lebt, ein anderer in zwei Welten und ein dritter in vielen Welten gleichzeitig. Wenn nun einer fragt: “Wo sind denn diese Welten? Sind sie im Himmel oder sind sie unter der Erde?”, dann ist die Antwort die, daß sich alle diese Welten genau da befinden, wo sich die Person selbst befindet.

Ein Dichter sagte dazu einmal: “Ist des Menschen Herz einmal geöffnet, dann wird es weiter als alle Himmel.” Deshalb waren alle großen Denker der Meinung, daß, um zum Leben zu erwachen, es einzig darauf ankomme, das Selbst leer zu machen. Mit anderen Worten: Man muß sich selbst reinigen und als Gefäß vervollkommen, damit man alle Erfahrungen klar und umfassend aufnehmen kann. Die Tragödie des Lebens, das Sorgen, das Leid, gehören größtenteils der Außenseite des Lebens an, dem weltlichen Leben. Waren wir wirklich wach dem Leben gegenüber, könnten wir das Leben annehmen und uns ihm hingeben, könnten wir das Leben spüren und verstehen, dann müßten wir nicht nach Wundern suchen oder uns gar mit Geistern in Verbindung setzen; denn jedes Atom in dieser Welt ist ein Wunder.

Als Antwort auf die Frage, was denn nun die Erfahrung derer sei, die ganz ins Leben hineintauchen und an seine tiefste Tiefe rühren, sagte Hafiz einmal: “Wir wissen nicht, wieweit die Reise geht, soviel weiß ich aber, daß von weither die Musik an mein Ohr dringt.” Die Sphärenmusik, so sagen die Mystiker, gleicht einem Leuchtturm im Hafen, denn man vom Meer aus sieht und der einem anzeigt, daß man sich dem Ziel der Reise nähert. Was für eine Musik mag das sein? Wäre im tiefsten Lebensinneren nicht Harmonie, dann hätte das Leben in dieser Welt der Vielfalt auch keine Harmonie geschaffen. Und der

Mensch sehnt sich auch nicht nach etwas, das nicht in seinem Geist enthalten ist. Alles in dieser Welt, was scheinbar ohne Harmonie ist, ist in Wirklichkeit nur Ausdruck der begrenzten Sichtweite des Menschen. Je mehr sich der Horizont seiner Wahrnehmung weitet, desto mehr Harmonie erfährt er im Leben. In der Tiefe des menschlichen Seins summiert sich die Harmonie, die im ganzen Universum herrscht, zu einer vollkommenen Musik. Deshalb ist die Musik der Sphären die Quelle der Schöpfung und die Musik, die man auf dem Wege zum Ziel aller Schöpfung vernimmt. Und der wird sie vernehmen und sich ihrer erfreuen, der an die Tiefen des eigenen Lebens rührt.

#### **DIE ALTE MUSIK**

Wenn wir dieses Thema vom Standpunkt des Ostens aus betrachten, so stellen wir fest, daß die Musik des Ostens der Intuition entspringen ist. Aber die Geschichte zeigt uns, daß das in jeder Kunst oder Wissenschaft ursprünglich so gewesen ist. Erst viel später hat der Mensch begonnen, immer mehr an die äußeren Dinge zu glauben und darüber den Ursprung vergessen, die Intuition. Für die Alten bedeutete die Musik keine rein äußerliche Wissenschaft oder Kunst, die Musik war vielmehr die erste Sprache. Dafür finden wir sogar heute ein Zeugnis in der Sprache der Tiere und Vögel; sie drücken ihr Verlangen und ihre Gefühle füreinander aus, und zwar nicht durch Worte, sondern durch Laute; diese verschiedenen Tier- und Vogellaute beeinflussen wiederum die zahllose Vielfalt der niederen Kreatur. Wenn nun die Musik das erste Ausdrucksmittel der niederen Kreatur ist, dann ist sie es auch für den Menschen. Und da die Musik der erste, niederste Ausdruck des Gefühls und des Verlangens ist, ist sie auch der letzte und höchste Ausdruck dafür; denn was die Kunst nicht ausdrücken konnte, erklärt die Dichtung, und was die Dichtung nicht auszudrücken vermag, wird durch Musik ausgedrückt. Für einen denkenden Menschen wird die Musik daher den höchsten Rang einnehmen, da sie der höchste Ausdruck

dessen ist, was als Tiefstes in ihm selbst liegt.

Wenn wir die alte Musik mit der modernen vergleichen, so empfinden wir eine unerwundliche Kluft zwischen beiden. Wenn es aber überhaupt noch etwas gibt, das uns eine Vorstellung von der ursprünglichen Musik der menschlichen Rasse vermitteln kann, dann ist es die Musik des Ostens, da sie immer noch Spuren der alten Musik in sich bewahrt hat. Sie wäre sicher nicht erhalten geblieben, hätte man die Musik im Osten nur als Kunstausdruck verstanden. Da man sie aber immer als Teil der Religion verstand und ausübte, hat sie sich über Jahrtausende hinweg überliefert und erhalten. Man fragt sich vielleicht, wie sich die Musik der alten Zeit rein erhalten konnte, da die menschliche Lebensart doch immer dazu neigt, die Dinge zu verändern. Dazu müssen wir wissen, daß es für die Menschen immer schwierig gewesen ist, ihre Religion zu verändern; alles andere mochte man vielleicht ändern, an einem aber hat man immer festgehalten, und das war die Religion. Die hinduistische Religion hat sich aus den Veden entwickelt, und in den Veden wird als fünfter Aspekt die Musik genannt, die Sama Veda heißt.

Wenn man die Musik der Hindus studiert und bis zu ihrem Anfang zurückgeht, entdeckt man, daß die Hindus bereits vor tausenden von Jahren eine so genaue Unterscheidung wie die der Viertelöne kannten. Sie schenken aber nicht nur dem Grad der Tonabstufung ihre Beachtung, sondern sie analysierten auch den Charakter und das Wesen der einzelnen Klänge, so wie man in der Chemie vorgeht. Die alten Schriften überlieferten uns, welche Wirkung den verschiedenen Noten zugeschrieben waren, Trockenheit oder Feuchte, Kälte oder Hitze. Zweifelloß ist es für uns heute schwierig, diese Klänge mit ihren verschiedenen Wirkungen überhaupt deutlich wahrzunehmen, denn heute haben es die Instrumente übernommen, uns Klänge zu vermitteln, während sie früher ausschließlich aus der Natur kamen. Es ist doch sehr interessant, daß wir heute in den Sanskrit-Schriften lesen, daß man



Ein Brahmane aus Benares (Varanasi) beim Rezitieren eines Vedas.  
Textes Foto Danielou

schon damals um die Tonunterschiede wußte. Ohne Klavier und ohne Stimmgabel wurden die Tonhöhen allein nach den verschiedenen Tier- oder Vogel-lauten bestimmt; außerdem wurde der Ton noch danach unterschieden, welche Wirkung er hatte. Diese wissenschaftliche Seite der alten Hindumusik hat sich genauso wie die künstlerische entwickelt. Man könnte vielleicht denken, es sei doch nur natürlich, daß sich die Kunst auf diese Weise entwickelt hat, da die Menschen der Natur doch so nahe waren; aber daß die Wissenschaft zu der Zeit so hoch entwickelt war, ist doch interessant.

Wir finden noch heute im Osten Hinweise darauf, wie sich die Kunst bei den Alten entwickelt hat. Der Grundgedanke war der, daß man die einzelnen musikalischen Themen verschiedenen Jahreszeiten zuwies und die einzelnen Tonfolgen verschiedenen Tages- und Nachtzeiten. Und da nichts auf dieser Welt ohne Grund geschieht, geschah dies auch nicht nur aus einer Einbildung oder Laune heraus, vielmehr gab es einen logischen Grund dafür, bestimmte Melodien bestimmten Zeiten zuzuordnen. Wäre das nur einer Art poetischer Fantasie entsprungen, dann hätte es sich wohl nur kurze Zeit gehalten und

nur einen begrenzten Kreis beeinflußt.

Jahrtausende lang hat man damit gelehrt und gearbeitet und so kommt es, daß man heute ein und dieselbe Raga zur selben Zeit singt, und zwar überall, ob im Westen oder Osten, Norden oder Süden. Und singt man sie zu einer anderen Zeit, dann bleibt sie ohne Wirkung.

Betrachten wir dies einmal vom metaphysischen Standpunkt aus, dann sehen wir, daß das, was die Wissenschaft erst heute erkannt hat und an dem sie auch in Zukunft festhalten wird, daß nämlich die Schwingung die Wurzel der gesamten Schöpfung ist, für die Alten schon lange Tatsache war, die Basis ihrer ganzen Wissenschaft. Sie wußten, daß die Kraft, die alles hervorbringt und erhält, jede einzelne Erscheinung und den gesamten Kosmos, eine einzige Kraft ist: Schwingung. Und das ist auch der Grund dafür, warum die Astrologie, die sich ja damit befaßt, in welcher Weise die einzelnen Menschen und Länder beeinflußt werden, auf der Wissenschaft von den Schwingungen aufbaut. Man wußte, daß die wissenschaftliche Seite der Musik sehr viel mit dem Einfluß der Planeten zu tun hatte, und so wurden die Planetenbe-

wegungen und deren Auswirkung auf die Erde zur Basis für die Ragas, auf denen wiederum die Musik aufbaute.

Das Wort Musik, oder Sangita in Sanskrit, hat drei Aspekte. Der erste Aspekt ist die Sprache, der zweite ist das Spielen, und der dritte Aspekt ist die Bewegung. Die Hindus haben die Kunst der Bewegung oder des Tanzes nie als etwas von der Musik Getrenntes aufgefaßt, immer haben sie die drei Aspekte dessen, was sie Musik nannten, miteinander verbunden. Und als sich die Musik des Ostens weiter entwickelte, entwickelten sich auch die drei Aspekte mit ihr. So unterschied sich zum Beispiel der Gesang der Gebildeten von dem der Bauern, und die Tempellieder waren völlig anders als die Lieder auf einer Bühne. Das lag nicht nur daran, daß man besondere Regeln oder Vorschriften einhalten mußte, es bestand also nicht nur ein rein mechanischer Unterschied, sondern auch ein natürlicher.

Das Wichtigste oder Wesentlichste in der Musik der alten Völker, das der Menschheit soviel Segen brachte, besteht darin, daß sie entdeckten, daß die Musik verschiedene Wirkungen hat, und dadurch herausfinden, daß eine ganz bestimmte Art und Weise, Ton und Rhythmus auszudrücken, ein stärkeres Gefühl oder eine Tendenz zur Aktivität hervorruft, während eine andere ganz bestimmte Art und Weise, Zeit und Rhythmus auszudrücken, eine stärkere Ausgeglichenheit und Ruhe bewirkt. Dieses Wissen hat sich in vielen Jahren der Praxis entwickelt und wurde selbst zu einer eigenen Wissenschaft beziehungsweise Kunst, die Mantra Yoga heißt.

Das Wort Yoga bedeutet Vereinigung oder Verbindung, und Mantra Yoga bedeutet die heilige Verbindung zwischen dem äußeren Leben und dem Leben tief innen. Die Yogis entdeckten, daß es so etwas wie eine psychologische Disposition gibt; zum Beispiel ist die eine Tendenz des Atems die, nach außen zu gehen und die andere die, nach innen zu gehen. Dasselbe beobachten wir in der Natur, in Ebbe und Flut, im Sonnenaufgang und Sonnenaufgang und in uns selbst: Die Schwingungen unseres Körpers und unserer Handlungen sind morgens ganz anders als abends. Deshalb regulieren die Yogis den Herzrhythmus, den des Kreislaufs und jeder Atemtätigkeit mit Hilfe der musikalischen Schwingungen von Ton und Rhythmus. Dies führte sie von den hörbaren Schwingungen zu den inneren Schwingungen, das heißt, von Klang

---

**“Es gibt nichts auf der Welt, das einem auf dem spirituellen Weg mehr helfen könnte als die Musik.”  
Die Meditation ist eine Vorbereitung, die Musik aber ist das Höchste  
auf dem Weg zur Vollkommenheit.”**

---

zu Atem; und für beides haben sie ein und dieselbe Bezeichnung: Sura, das Wort für Klang und Atem in einem. Das eine fließt ins andere, weil es letztlich ein und dasselbe ist. Man kann den Atem als Klang bezeichnen und das, was man vom Atem hören kann, als Stimme. Und doch sind Atem und Klang nicht zwei verschiedene Dinge, nicht einmal Atem und Stimme sind zwei verschiedene Dinge, wenn man verstanden hat, daß beide vom selben Grund herkommen.

Wenn es überhaupt eine Erklärung dafür gibt, warum die Musik den Menschen beeindruckt und ihn erfreut, dann ist es die: Die Musik ist nicht nur ein Zeitvertreib oder ein Vergnügen, nein, da ist noch etwas anderes. Der Hauptgrund ist der, daß im Menschen selbst ein immerwährender Rhythmus wohnt. Dieser Rhythmus ist ein Zeichen dafür, daß Leben in ihm ist, er äußert sich im Pulsschlag und im Herzschlag, sogar im Herzen selbst. Und von diesem Rhythmus hängt seine Gesundheit ab, und nicht nur seine Gesundheit, sondern auch alle seine Stimmungen. Das ist der Grund, warum dieser kontinuierliche Rhythmus auf jeden Menschen, überall einen Einfluß hat, und dieser Einfluß ist bei jedem Menschen anders und charakteristisch für den Einzelnen.

So gibt es einerseits Klänge, die den Menschen irritieren und einen schlechten Einfluß auf seine Nerven haben, und andererseits eine Art Rhythmus, der einen besänftigenden, heilenden und tröstenden Einfluß auf den Geist hat.

Musik ist Klang und Rhythmus. Und wenn man Klang und Rhythmus ihrem Charakter und ihrem Wesen nach begreifen würde, dann faßte man die Musik nicht mehr nur als Zeitvertreib auf, sie würde vielmehr zu einer Quelle der Heilung und Erhebung. Die Sufis der frühen Zeit, die großen Mystiker, haben diese Kunst gepflegt und weiterentwickelt, um damit nach ihrer täglichen Arbeit und Aktivität wieder zur Ruhe zu kommen.

Eine Sufis benutzen eine ganz bestimmte Methode, um auf dem inneren Pfad fortzuschreiten; sie versuchen, der

Welt so entfernt wie möglich zu leben, und wir kennen sie unter dem Namen Derwische. Man nennt sie auch oft Fakire; ihnen sind starke wunderwirkende Kräfte und tiefe Erkenntnis zu eigen. Sie träumen und lieben Gott. Sie beten Gott in der Natur an und besonders in der menschlichen Natur. Sie kennen viele verschiedene Wege spiritueller Entwicklung, einer davon ist Suma, das heißt Musik hören. In der Versammlung der Eingeweiheten lauschen sie gemeinsam der Musik, und kein Uneingeweihter darf dieser Versammlung beiwohnen. Sie reden einander an mit den Worten “Oh König aller Könige, oh Herrscher aller Herrscher” und tragen meistens geflickte Kleider und Lumpen. Sie denken nie am Morgen, ihre Gedanken sind nur im Jetzt. Sie löschen den Durst des Augenblicks und stillen den Hunger des Augenblicks. Die Sorge um den kommenden Tag überlassen sie dem kommenden Tag. Sie sind nur mit dem Jetzt beschäftigt, wenn sie überhaupt mit dem Leben beschäftigt sind. Sie sind diejenigen, die ein wirkliches Anrecht darauf haben, sich der Schönheit der Musik zu erfreuen, deren Seele und Geist empfänglich ist, die ihre Mitte öffnen und so zu einem Resonanzboden werden für die Musik, die sie hören; darum berührt sie die Musik auch anders als andere Menschen. Sie berührt den tiefsten Teil ihres Seins. In dem Augenblick, da die Musik von der Tiefe ihres Seins Besitz ergriffen hat, werden sie selbst zum Ausdruck verschiedenster Stadien der Erregung, verschiedenster Zustände, die die Sufis Hal nennen. Ein jeder von ihnen, der vom Geist ergriffen ist, kann die Ekstase, Wajad, ausdrücken in Form von Tränen, Seufzern oder Tänzen. Das ist der Grund, warum diejenigen, welche die wahre Bedeutung ihres Tanzes nicht verstehen, sie die heulenden oder Tanzenden Derwische nennen. Das Gold des Himmels ist Staub für den weltlichen Menschen, und das Gold der Welt ist Staub für den himmlischen Menschen. Für beide ist das Gold des anderen nur Staub. Ihre Währungen sind nicht austauschbar.

Hieraus aber können wir den gedanklichen Hintergrund des Prozesses einer

spirituellen Entwicklung verstehen lernen. Indem sie Gott zu ihrem Geliebten machen, indem sie Gott in der Erhabenheit der Natur schauen, erschaffen sie die Gegenwart Gottes, und so wie der ganze Ablauf des täglichen Lebens aus Freude und Leid besteht, so ist auch das Leben des Derwische in der Gegenwart Gottes erfüllt von Freude und Leid. Mit Hilfe der Konzentration, der Dichtung und der Musik werden Freude und Leid tiefer erfahren. So wird Gott für ihn lebendig. In allen Situationen und Stimmungen ist Er ihm gegenwärtig. Wenn der Schmerz in irgendeiner Form seinen Ausdruck in der Suma, der musikalischen Zeremonie, gefunden hat, dann folgt darauf ein Zustand der tieferen Erkenntnis des Lebens. Worauf auch immer sein Blick fallen mag, sei es ein Ding oder ein Mensch, seine innerste Natur, Wesensart und sein Geheimnis wird seiner Seele offenbar werden. Im Lichte Gottes wird das ganze Leben seinem Schauen klar.

Für die Sufis ist Suma der heiligste Schatz. Die großen Dichter – wie Rumi von Persien – benutzten die Musik für ihre Meditation, mit ihrer Hilfe kontrollierten sie die Aktivität ihres Körpers und ihres Geistes und brachten sich zur Ruhe.

Wir erleben heute eine Tendenz zunehmender Nervosität. Sie beruht darauf, daß zuviel Aktivität im Leben vorherrscht. Das Leben wird von Tag zu Tag künstlicher, und mit jedem Schritt, den wir vorwärts machen, versagen wir uns die Ruhe, die Muße, die doch wie Hefe für die Menschheit ist. Wir müssen die vergessene Kunst der Muße wieder entdecken.

Es gibt nichts auf dieser Welt, das einem auf dem spirituellen Weg mehr helfen könnte als die Musik. Die Meditation ist eine Vorbereitung, die Musik aber ist das Höchste auf dem Weg zur Vollkommenheit. Ich habe gesehen, wie wirkliche Wunder geschahen durch die Kraft der Musik, aber nur, wenn die Umgebung dieser Kraft auch entsprach: fünf oder sechs Menschen, eine Mondnacht oder eine Morgendämmerung oder ein Sonnenuntergang. Es scheint, als helfe die Natur der Musik, sich zu vollenden; beides arbeitet zusammen, denn beides ist eins.

# POP-Schwingungen

von Tom Klatt

Erstaunlicherweise habe ich in all den Jahren, die ich jetzt schon mit dem verfluchten Vinyl (dem Kunststoff der Schallplatten, Anm.d.Red.) zu tun habe, hier in der BRD kaum Leute getroffen, die sich mit dem Background, den Messages der einzelnen Musiker näher auseinandergesetzt haben. Sicherlich kennt der eine oder andere von euch noch die Band King Crimson. Diese Band war immer wieder, über all die Jahre, das musikalische Sprachrohr eines gewissen Robert Fripp, seines Zeichens Gitarrist der Gruppe. Ungefähr 1975 löste Fripp die King Crimson Formation auf, nachdem er bekanntgab, kein Interesse zu haben, als "Maschine" zu "funktionieren". In einem Gespräch mit dem Melody Maker (engl. Musikzeitung) teilte er mit, daß die Zeit für eine Gruppe wie Crimson nicht mehr reif sei; da wir uns, als Menschheit gesehen, in einer schweren Identitätskrise befinden, die seiner Meinung nach vor 1990 bereinigt sein dürfte. In diesem Interview gab er weiterhin zu verstehen, daß die Menschheit sich am Rande des Ruins befinden würde, Katastrophen bevorstehen und ein Läuterungsprozeß bzw. ein Überleben nur in Gruppen möglich wäre. Fripp begann mit Brian Eno (der seine Band Roxy Music auf dem Höhepunkt seiner Karriere verließ) zu sammenzuarbeiten. Ganz intensiv setzten sich beide Musiker immer wieder mit Tonschwingungen und ihren Wirkungen auf die Zuhörer auseinander. Kurze Zeit später verließ ein gewisser Peter Gabriel, ebenfalls auf dem Höhepunkt seiner musikalischen Karriere, seine Gruppe Genesis und stieß zu Fripp und Eno. Peter Hammil, seines Zeichens Sänger und Songschreiber der Gruppe Van der Graaf-Generator, löste nach kurzem Versuch, seine Band zu reformieren und trotz lukrativer Angebote aus den USA, Canada und Frankreich, die Formation ebenfalls auf. Auch für ihn schien die Zeit nicht mehr reif für eine Band wie Van der Graaf sie gewesen war. Um es kurz zu machen:

- alle Musiker stiegen auf dem Höhepunkt ihrer Karriere aus.
- alle begannen sich im verstärkten



Avantgarde: Robert Fripp

Maße mit Tonschwingungen auseinander zu setzen;

- alle beschritten neue musikalische Wege und schufen neue musikalische Formen; insbesondere setzen sie sich mit außereuropäischer Musik auseinander (Eno und Gabriel im Moment verstärkt mit afrikanischer Musik) und ließen diese in die "populäre Musik" einfließen.
- alle legten sich eine neue äußerliche Identität zu. Wer nicht versteht, was ich damit meine, soll sich mal Photos von den betreffenden vier Herren anschauen.
- Alle kamen mit den Ideen Gurdjieffs in Kontakt (Fripp verweilte nach schwerer persönlicher Identitätskrise in Sherborne House), sei es in der Form Ouspenskys oder Bennetts und brachten/dringten dessen Aussagen in einen musikalischen Rahmen.

Tja, und jetzt fragt ihr euch bestimmt, was das zu bedeuten hat. Doch da müßt ihr schon euren eigenen Kopf anstrengen, um dies herauszufinden! Vielleicht schon wieder eine kosmische Verschwörung oder eine musikalische "Illuminatenervereinigung"? Ich möchte euch dazu folgende Platteneempfehlungen geben. Wer die Dinger schon zu Hause hat, sollte sie sich bitte mal in der angegebene-

nen Reihenfolge anhören und zwischen den LPs folgendes Album als Richtschnur, oder roten Faden, immer wieder auflegen:

Gurdjieff: La Voix et la Musique de Gurdjieff (Privatpressung – erhältlich über B. Martin, Saalburgstr.4, 6 Frankfurt 60)

King Crimson: In the Court of the Crimson King (Island)

King Crimson: USA (Island)

Robert Fripp: Exposure (Polydor)

Robert Fripp: God save the Queen (Polydor)

Roxy Music: same (Island)

Fripp/Eno: No Pussyfooting (Island)

Fripp/Eno: Evening Star (Island)

Brian Eno: Music for Films (Polydor)

Brian Eno: Music for Airports (Amient)

Van der Graaf Generator: Pawn Hearts (Charisma)

Peter Hammil: Black Box (Type Records)

Genesis: Foxtrott (Charisma)

Peter Gabriel: First (Charisma)

Peter Gabriel: Ein deutsches Album (Charisma)

Das ist nur eine kleine Auswahl aus den jeweiligen Werken und Wirken dieser Musiker. Sicherlich kann man sagen, daß zu dieser Gruppe von Musikern noch folgende Gruppen/Musiker dazugehören: Cluster, Harmonia, Rodelius, Rother, David Byrne (Talking Heads), Material (aus New York), Ransom Hold (aus England, von Hammil produziert). Alle diese aufgeführten Personen und Gruppen sind ebenso auf der Suche nach der neuen Musik für den neuen Menschen in einer neuen Welt für ein neues Zeitalter.

Tja, dann, Outspace Lovecalls und viel Spaß beim Hören – und bitte laßt die Musik weiterreichen als bis zu Euren Ohren.

(Dieser Artikel erschien zuerst in der Zeitschrift Zero Nr.17 – Zero Verlag, Vierbauer Heide 82a, 4134 Rheinberg 4; Abdruck mit freundlicher Genehmigung.)

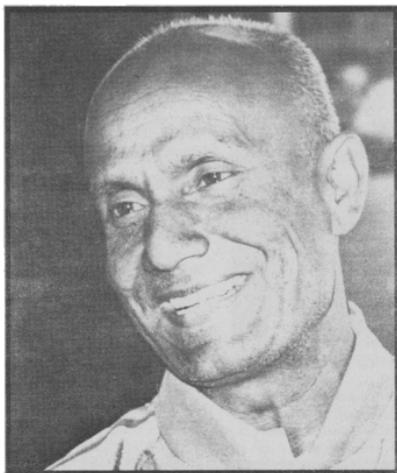


# Der innere Schrei

Sri Chinmoy spielt, komponiert und lehrt seelenvolle Musik

Mit einem Interview mit Devadip Carlos Santana

von Walter Dänzer



Sri Chinmoy

Was ist seelenvolle Musik? "Wenn wir seelenvolle Musik hören oder spielen, fühlen wir uns von den Fußsohlen bis zum Scheitel eine innere Freude. Ein Fluß durchströmt uns, ein Fluß von erleuchtetem Bewußtsein", sagt Sri Chinmoy und fährt dann fort: "Seelenvolle Musik ist die Musik, die unser Bewußtsein schließlich transformieren will. Sie trägt uns ins universelle Bewußtsein und läßt uns fühlen, daß wir mit dem Höchsten, dem Tiefsten und dem Weitesten harmonieren. . . Meditation und Musik können nicht getrennt werden. Wenn wir aus den innersten Tiefen unseres Herzens nach Frieden, Licht und Glückseligkeit schreien, ist dies die beste Art der Meditation. Wir können nicht 24 Stunden am Tag meditieren, aber wir können z.B. zwei Stunden am Tag meditieren und dann Musik spielen oder hören. Musik kommt der Meditation am nächsten. Aber es muß seelenvolle Musik sein, Musik, die vom inneren Schrei getragen ist und

unser strebendes Bewußtsein ergreift und erhebt."

Die Ursprünge von Sri Chinmoy's Musik können bis zu den jahtausendalten Traditionen der indischen spirituellen Musik zurückverfolgt werden. Die spirituelle Tradition betont das seelenvolle intuitive Fließen der Musik und verwendet dazu einfache und meist unverzierte Melodien. Eine Darbietung spiritueller Musik ist wirklich ein spirituelles Ereignis, denn der Musiker tritt in einen hohen meditativen Zustand ein, bevor er spielt; und ebenso versucht der Zuhörer die musikalische Erfahrung mit dem Musiker zu teilen, indem er ebenfalls meditiert. Im Idealfall werden Musiker und Publikum eins und entdecken ständig neue Tiefen in ihrer eigenen vielfältigen Identität, im Fluß der Musik.

Jede spirituelle Melodie verkörpert eine innere Welt. Wenn Sri Chinmoy komponiert, tritt er bewußt in die höheren Welten ein. So hat er Tausende von

inneren Welten in Form von Melodien zum Vorschein gebracht.

Sri Chinmoy gibt auch selbst meditative Konzerte, in denen er solche Melodien auf der Esraj, auf der Flöte, auf dem Harmonium, dem Cello und dem Cembalo darbietet. In einer Konzertkritik hörte man im Schweizer Radio über ein Konzert Sri Chinmoy's in Zürich im Juni 1980 folgendes: "Allgemein haben alle Werke eine große innere Ruhe ausgestrahlt und haben auch dem nicht direkt engagierten Zuhörer die Möglichkeit eröffnet, zu meditieren. Es ist eine Musik, die nach einer gewissen Zeit wirklich in einen eindringt." Der Dirigent und Komponist Leonard Bernstein sagte zu Sri Chinmoy: "Sie sind ein wunderbares Beispiel der Fülle im kreativen Leben, das wir gewöhnlich Sterblichen suchen, und ich kann nur hoffen, eines Tages an jener Quelle des Schweigens und der gewaltigen Energie, in der sie leben, teilzuhaben."

Als Musiklehrer hat Sri Chinmoy Hunderte von Suchern inspiriert, selbst Sänger und Musiker zu werden, indem er sie mit Liebe, einer seltenen persönlichen Anteilnahme und einem großen Wissen um den unbeschränkten Fortschritt, der uns offensteht, lehrt. Obwohl Sri Chinmoy heute noch nicht sehr bekannt ist, wird er von einigen der feinsten Musiker unserer Zeit aufgesucht, die die Notwendigkeit spiritueller Disziplin fühlen, um über ihre eigenen Errungenschaften hinauszugehen. Sri Chinmoy's Weg beginnt mit dem inneren Schrei, der die spontane Strebsamkeit des Suchers in der stillen Meditation verkörpert, wenn er sich dem Großen Unbekannten mit Liebe, Ergebenheit und Selbsthingabe nähert. Sri Chinmoy hat viele Sing- und Instrumentalgruppen aus den Reihen seiner Studenten gebildet. Sie singen und spielen seelenvolle Musik als Meditation, indem sie beim Spielen im innersten ihres Herzens bleiben und sich mit der Musik in ein Meer von Frieden, Licht und Seligkeit ausdehnen. Auf diese Weise hat Sri Chinmoy eine der bemerkenswertesten Musikschulen ins Leben gerufen, wo Musik als Aus-

druck der höchsten Quelle verstanden und geübt wird. In seinem Buch "Musik zur Selbstverwirklichung" (Sri Chinmoy Verlag, Zürich) eröffnet uns Sri Chinmoy eine tief inspirierende Einsicht in die Quelle der Musik und ihre zukünftige Manifestation auf der Erde. In der Welt der Musik ist Devadip Carlos Santana einer der prominentesten Studenten Sri Chinmoys. Im folgenden Interview mit Walter Dänzer spricht er offen über sein Verhältnis zur Meditation und zu seinem Lehrer Sri Chinmoy.

Frage: Devadip, du hast einen großen Einfluß auf die Jugend und auf andere Musiker. Wie kam es dazu? Woher stammt diese Kraft?

Devadip Carlos Santana: Als Künstler finde ich, daß ich Inspiration brauche. Ich bin außerordentlich gesegnet und glücklich, ein Schüler des spirituellen Meisters Sri Chinmoy zu sein. Seine Lehren, seine Bilder, seine Gedichte, seine Musik, wie er Sport und vor allem Langstreckenlauf betreibt, all das inspiriert mich. Es inspiriert mich, weil er alles was er tut, dem Supreme zu liebe tut – dem Höchsten über, in und um uns. Ständig macht er die Gegenwart von Gott sehr wirklich, sehr lebendig, durch alles und in allem, was er tut. Sein Lächeln, seine Art zu manifestieren, alle diese Manifestationen von Kunst inspirieren mich.

Frage: Wie hat deine Meditation mir Sri Chinmoy deine Musik und dein Leben verändert?

Devadip: Mit Sri Chinmoy zu meditieren, macht dich unmittelbar dessen bewußt, wer du bist, was du verkörperst und wie du dienen kannst. Was ich bin, ist Devadip, das Auge, die Lampe und das Licht des Supreme, und durch die Meditation wird es unendlich viel wirklicher und solider, wenn es durch Musik ausgedrückt wird. Die Meditation bewirkt, daß die Musik automatisch reiner, stärker, sicherer und viel klarer wird. Mein Leben wird einfacher, viel demütiger, unendlich viel bedeutender und befriedigender werden.

Frage: Gab es eine Veränderung in deiner Auffassung, was in deiner Musik wichtig, schön ist, was durch deine Musik empfangen und ausgedrückt wird?

Devadip: Ich habe immer gefühlt, daß Musik die Leute glücklich machen sollte, daß Musik die Leute wichtig machen sollte, und daß sie die Leute immer dazu bringen sollte, Schmerzen und Unwissenheit und Probleme zu ver-

gessen. Musik sollte die Menschen immer glücklich machen. Meine ästhetischen Auffassungen sind also recht ähnlich geblieben, nur daß sie jetzt wegen Sri Chinmoy tiefer wurzeln.

Ich liebe alle Arten von Musik. Ich liebe alle Ebenen der Musik. Es ist ähnlich wie bei den Läufern. Es gibt Jesse Owens, Frank Shorter und Abebe Bikila; jeder hat seine eigene Schönheit, seine eigene Bedeutung. Natürlich wird deine Musik höher und tiefer gehen, je mehr du mit Sri Chinmoy meditierst.

Frage: Wie unterscheidet sich die Musik die du in Konzerten spielst, von der Musik, die du mit Sri Chinmoy zusammen komponierst und spielst?

Devadip Carlos Santana: Grundsätzlich sollte alle Musik glücklich machen. Wenn wir hier Unterschiede betrachten, richten wir uns beim Spielen in Konzerten mehr danach, das Publikum in eine andere Richtung zu lenken. Guru beschreibt es als 'Kneifen'. Die Menschheit zu kneifen, damit sie aufwacht. Dagegen versucht die Musik, die wir mit Guru und bei Anlässen mit seinen Schülern komponieren und spielen, nicht zu kneifen, sondern den Zuhörer zu inspirieren, im Innern seines Herzens zu fliegen.

Frage: Wie siehst du dich selbst in deiner Gruppe? Es erstaunt mich immer, wie du ihr Einssein errichstest. Aber du benimmst dich nicht wie ein Star. Auch spielst du nur kleine Soli.

Devadip: Nun, Guru sagte vorhin, daß ich genauso Musik spiele wie Pele Fußball spielt. Pele behielt den Ball nie so lange. Er spielte ihn immer ab. Wenn er jemanden in einer besseren Stellung sieht, um ein Tor zu schießen, wird er den Ball immer abgeben, obwohl er sich aufspielen könnte, obwohl er unendlich viel mehr Tricks und Dinge kann als alle anderen, aber er spielt immer ab, weil die Hauptsache darin besteht, das Ziel zu erreichen, das Tor zu schießen. Es ist schön, solche Glückwünsche entgegen nehmen zu können, weil genau das Guru darüber gesagt hat, wie ich Solo spiele.

Frage: Es gab eine Zeit, wo mit verschiedenen Arten von Musik experimentiert hast. Als Zuhörer habe ich das Gefühl gehabt, daß du nach einem Weg gesucht hast, um seelenvolle Musik zu spielen, aber nach einer gewissen Zeit hast du begonnen, an der Qualität jeder einzelnen Note oder jedes einzelnen Tones zu arbeiten, statt die äußeren Formen der Jazz-, Rock- oder Pop-Musik zu verändern.

Devadip: Richtig. Die Sache mit Jazz, Rock oder Afro oder Latin oder was auch immer – sie sind einfach wie Schuhe; es ist der Läufer, der die Schuhe ausmacht; es sind nicht die Schuhe, die den Läufer ausmachen. So sind alle Arten von Musik wichtig für mich. Meine Aufgabe als Musiker, als Künstler, besteht darin, mit Jazz und Rock und allen diesen Dingen so umzugehen, wie man mit Kreide, Wasserfarben oder Stein oder Öl malt – das sind alles verschiedene Arten, sich auszudrücken, innere und äußere Gefühle, innere und äußere Emotionen.

Frage: Was denkst du über Wohltätigkeitskonzerte?

Devadip: Wir geben jedes Jahr eine Reihe von Wohltätigkeitskonzerten, und jene, die wir machen, sind nach unserem Gefühl jeweils sehr sehr nötig. Wir haben z.B. einige Wohltätigkeitskonzerte gegeben, damit wir künstlerische Dinge mit Europa austauschen können. Wir spielten für eine Schule, damit ein Symphonieorchester aus Nachwuchsmusikern in Europa spielen konnte. Ich denke, es ist sehr sehr gut, Wohltätigkeitskonzerte zu machen. Die Leute tun so viel für uns. Sie sind jetzt elf, zwölf Jahre so nett zu uns gewesen. Auf diese Weise können wir etwas davon zurückgeben und unsere Dankbarkeit zeigen.

Frage: Wie war deine Erziehung und wo bist du geboren?

Devadip: Ich bin in einem Staat in Mexiko geboren, als Mexikaner. Meine Erziehung war sehr gut. Meine Eltern hatten zwölf Kinder. Sieben überlebten und wir waren sehr sehr arm. Mein Vater ist ein Musiker. Ich bin immer um die Musik herum gewesen. Wir waren sehr arm. Wir waren sehr sauber. Dank meinem Vater und meiner Mutter

waren wir erfolgreich dabei, uns aus Schwierigkeiten herauszuhalten. Ich komme von einer guten Familie.

Frage: Wo und wie hast du Sri Chinmoy getroffen?

Devadip: Ich hörte von Sri Chinmoy zuerst durch einen Freund und fand dann später ein Buch in einer Buchhandlung, das meinem ganzen Leben eine große Wendung brachte. Ungefähr zur gleichen Zeit hörte ich Mahavishnu. Er kam nach San Francisco, um ein Wohltätigkeitskonzert zu machen; es war ein spirituelles Konzert mit seiner Band. Ich war voller Freude über seine Anwesenheit und seine

Musik. Später traf ich durch Gottes Willen Mahavishnu, und er wollte mich Guru Sri Chinmoy vorstellen. Ich vermute, daß er fühlte, daß ich stressam war und war sehr enthusiastisch und glücklich darüber. Als ich dann einmal nach New York kam, lud er mich zu einer Meditation an den Vereinten Nationen ein. Im Kirchenzentrum der Vereinten Nationen sah ich Guru zum ersten Mal in seinem Körper. Die Fülle seiner Gegenwart im physischen Körper. Sein Lächeln war gewaltig.

Frage: Welche Bedeutung hatte diese Begegnung für dein Leben?

Devadip: Es bedeutete, daß Gott es gefügt hatte, daß ich auserwählt war, gesegnet, einer von Gurus Schülern zu werden, ein Schüler von Sri Chinmoy. Darum werde ich Gurus Liebe erhalten, die Liebe des Himmels, Gurus Schutz, den Schutz des Himmels, die Anteilnahme des Himmels, Gurus Anteilnahme. Mein Herz wird ständig von Inspiration und göttlichen Eigenschaften überschwemmt werden. Auch dadurch, und besonders dadurch, daß ich Gurus Bücher lese, Gurus Bücher ausführe, sie lebe, sie in die Tat umsetze und seine Philosophie zu einem Teil meines eigenen Lebens mache.

Frage: Was passierte in der ersten Zeit, nachdem du Sri Chinmoy getroffen hast?

Devadip: Meine Musik wurde süßer, klarer. Es gab mir ein unerschöpfliches Vertrauen, Bestätigung, Ruhe. Ich fühlte mich jetzt sehr ruhig und leicht. Ich wurde nicht mehr angegriffen wie vorher. Ich pflegte von Unsicherheit und all den Dingen angegriffen zu werden, die Musiker, und Leute, die vor einem Publikum stehen, plagen. Ich fühlte mich bald sehr sicher; war sehr dankbar und fühlte mich sehr ruhig.

Frage: Was empfindet deine Frau über die Veränderung in deiner Musik und in deinem Lebensstil?

Devadip: Ich traf Urmila einige Monate bevor wir Schüler wurden. Ich glaube, sie wurde angezogen, weil sie fühlte, daß ich innerlich strebte und weil sie auch strebte. Sie liebt die Veränderung der Musik; sie schätzt den Lebensstil, den wir heute dank Guru beide leben, und vor allem glaube ich, daß sie äußerst dankbar ist, daß wir beide Schüler von Sri Chinmoy sind.

Ich glaube, daß Guru Sri Chinmoy ein Versprechen erfüllt, das Gott uns, seiner Schöpfung gegeben hat. Ein Versprechen, daß Er sich nie von uns wenden wird, daß Er Seiner Schöpfung



nie Seinen Rücken kehren wird. Sri Chinmoy ist ein lebendiges Versprechen, daß Gott hier ist, um uns ständig zu führen, zu gestalten, unser Herz zu formen, um das Höchste in der Musik, durch die Musik und all die anderen schönen Dinge, die Guru tut, zu erfüllen, zu enthüllen und zu manifestieren.

Frage: Wie siehst du deine musikalische Zukunft? Was möchtest du tun? Devadip Carlos Santana: An erster Stelle möchte ich auf diesem Pfad bleiben und Sri Chinmoy dienen. Gleichzeitig weiß ich, daß ich für immer und ewig, in diesem und im späteren Leben ein Musiker sein werde. Ich möchte darum einfach die Aufrichtigkeit erhalten, in allem, was ich mache, ob es von A zu Z geht, ob es deutsche Polka-Musik oder Amazonas Witchcraft Boodoo-Musik ist oder was auch immer, solange ich auf diesem Pfad bleiben und aufrichtig sein kann, denke ich, daß Musik kein Problem oder keine Herausforderung sein wird. Musik wird mehr ein natürliches Geschenk sein, etwas, das gegeben wird und das ich immer schätzen werde. Musik auszudrücken ist keine allzu große Herausforderung mehr, weil ich in der Musik Dinge höre. Was eine Herausforderung ist, das einzige, was eine Herausforderung ist, ist für mich ein Individuum. Es sagt mir ständig, daß – unabhängig davon, auf welchem Pfad du bist – alles, was Gott geschaffen hat, auf Hoffnung und Glaube aufgebaut ist, und wenn du Selbsthingabe hast, dann hast du Hoffnung und Glaube. Wenn du überhaupt keine Selbsthingabe hast, spielt es keine Rolle, auf welchem Pfad du gehst oder was für ein Künstler du bist, denn dann bist du nicht hundertprozentig dabei, was du tust. Wenn du auf der anderen Seite etwas Selbsthingabe hast, bedeutet das, daß du Hoffnung und Glaube hast. Wenn du Hoffnung und Glaube hast, hast du Strebsamkeit, hast du Vision und ein Ziel.



(c) Sri Chinmoy Verlag, Zürich 1981

# WACHSFIGURENMUSIK

von J.W. Ernst

In diesem Artikel der ein Auszug aus dem interessanten Buch von J.W. Ernst, "Das Schicksal unserer Zivilisation und die kommende Kultur des 21. Jahrhunderts" ist, wird die Frage des Widerstreits zwischen Geist und Materie behandelt, aber insbesondere die Frage aufgeworfen, ob die technischen Errungenschaften – besonders der Tonwiedergabe auf Schallplatten, oder der Ideen auf dem Papier, wirklich Zukunft haben oder vielmehr den Menschen noch mehr vom anderen Menschen entfremden und ihm ein falsches Bild der Wirklichkeit vermitteln. Das Buch erschien im Verlag die Kommenden, Freiburg. Abdruck mit freundl. Genehmigung des Autors.

Die Atomkraft gehört zum Schicksal der Menschheit, sie ist ihr nicht zu ersparen. Andererseits gehört es nicht zum Schicksal der Erde, daß bereits jetzt das Weltende eintrete. Die Naturkräfte vermögen intelligent einzugreifen, und sie werden es tun, sobald Gefahr für die Zukunft des Lebens und der Erde selbst kommt. Dann werden *reaktive Naturkatastrophen*, von gleichsam strategischer Intelligenz gelenkt, die ärgsten industriellen Zentren der Umweltzerstörung systematisch vernichten, ohne übrigens die Menschen zu schonen. Es kann zum Beispiel zur Versenkung und Überflutung ganzer Festlandteile kommen.

Ein Teil der Menschheit wird den reaktiven Charakter dieser Naturkatastrophen durch dick und dünn bestreiten. Andere, insbesondere viele in den jungen Generationen, werden die Koinzidenzen, das Reaktive und Intelligente in den Katastrophenabläufen wahrnehmen und öffentlich vertreten. Dann wird sich etwas wie ein Gegenbild der vorzeitlichen Kluft zwischen den einst konservativen Alten und einst fortschrittlichen Jüngeren herausbilden: Nun werden vielmehr die Jungen und

Jüngsten als radikale "Fortschritts"-Gegner zu ihren Eltern und Großeltern sagen: "Ihr habt in eurem verschwenderischen 'Konsum'-Taumel in wenigen Jahrzehnten unser gesamtes Erbeil veran und unsere Lebensbasis zerstört. Gebt uns unser Eigentum wieder, ihr vernünftigen Räuber und Diebe! Gebt uns unsere Zukunft wieder!" Diese tiefe *Kluft zwischen Kindern und Eltern* wird zu den furchtbarsten Auseinandersetzungen führen, die je zwischen Generationen stattgefunden haben und denen gegenüber alle die früheren Kämpfe gegen Ausbeutung der Arbeiter, der überseeischen Kolonialvölker, alle Kämpfe gegen Imperialismus und Nationalismen sich wie ruhige Schachspiele ausnehmen werden. Furchtbar werden diese Kämpfe zwischen Kindern und Eltern vor allem durch *seelische Aggression*, durch bitterste Vorwürfe und Mißhandlungen sein, gegen die die Älteren wehrlos sind, weil ihre Schuld und nunmehrige Ohnmacht ihnen selbst bewußt ist. Das eigentliche Vernichtungsgeschäft aber wird besorgt durch Kettenreaktionen von Giftkatastrophen der Nahrung, der Luft und des Wassers, denen nicht zu enttrinnen ist. Bei jedem solchen Kataklysmus aber werden die Jungen den Älteren in die Ohren schreien: "Ihr Älteren seid schuldig, ihr habt dies bewirkt mit eurem verantwortungslosen und profitgierigen technischen Leichtsinne und 'Fortschritts'-Fimmel!" Solche Worte aus dem Munde ihrer Kinder, inmitten der reaktiven Naturkatastrophen, werden bei den Älteren furchtbare Wirkung tun. Es wird zu epidemischen Selbstmorden kommen.

Die reaktionären radikalen Jugendbewegungen auf Generationenbreite finden ihren Nährboden im *religiösen* Trieb, gleichgültig, ob sie sich religiös ausdrücken werden oder nicht. Nicht wenige aber werden bis zur Vorstellung kommen, daß die Naturkatastrophen von intelligenten, mächtigen Unsichtbaren bewirkt und in Wahrheit ein *Abwehr-Krieg* sind, den diese Unsichtbaren um ihren Lebensraum – die materielle Elementarwelt – methodisch führen. Die Jugendbewegungen werden sich mit diesem unsichtbaren Kriegführenden solidarisch erklären.

Die Folge wird sein, daß der giganti-

sche technische Apparat, den das 20. Jahrhundert aufgebaut hat, *schlechter und schlechter bedient wird*, weil einerseits die Fachkräfte aussterben und nur wenig kundiger Nachwuchs nachkommt und weil andererseits von den Jugendbewegungen her systematisch Sabotage betrieben wird. Dadurch kommt es zu allmählicher *Rückbildung des Produktionsapparates* und zu einer gewissen Verminderung der Umweltzerstörung, die jedoch nicht aufhört. Denn die mindere und verarmte Technik geht gleichwohl gewissenlos mit der Naturumwelt um, da sie vom Profitdenken beherrscht bleibt und sich aus den Fangnetzen der eigenen Kurzsichtigkeit durchaus nicht zu befreien weiß: aus dem "teufelischen Regelkreis".

...

Ein Teil der Jugendlichen wird es mit der *technischen Kultur* halten und die Meinung vertreten, man könne noch immer sowohl die Naturkatastrophen als auch die soziale Katastrophe der Sabotage und der Jugendkämpfe gegen die Älteren mit mechanistischen und chemischen Mitteln, gewissermaßen die Gifte mit Gegengiften, den Terror mit Antiterror, bekämpfen. Andererseits werden manche Ältere mit den Jugendlichen gemeinsame Sache machen. So werden die Fronten kompliziert, und es entwickelt sich ein *Kampf aller gegen alle*.

Dieses düstere Bild gehört zum *Endstadium der jetzt noch abrollenden Kultur des 20. Jahrhunderts*. Dieses Endstadium wird entweder zur Vernichtung der gesamten Lebensbasis der irdischen Ökumene, und somit beinahe der ganzen Menschheit, führen, von der dann in den abgelegten Gebieten nur noch einige Splittergruppen überleben würden, um die Weltgeschichte wieder von vorn anzufangen. Oder aber es siegt Vernunft und die Probleme werden gemeistert.

Die Vernunftzugänglichkeit regt sich primär in Gestalt des bereits beschriebenen Interesses an der *immateriellen* Substanz, welche Freude an der Willenskraft und Bewußtsein vom unmittelbar Bevorstehenden ist, um die drei wichtigsten Eigenschaften zu nennen. Diejenigen, die sich dieses Interesses und der von ihm eröffneten Mog-



lichkeiten bewußt werden, hören auf, mit nutzlosen Vorwürfen an die Älteren Zeit zu vergeden. Sie werden vielmehr auf *Rettung* und *Heilung* sinnen. Da bei diesen, eben weil sie die nächstliegende Zukunft embeziehen können, der Materialismus jede Glaubwürdigkeit verloren hat, werden sie die Naturkatastrophen nicht mit den Methoden des Materialismus, die an den Katastrophen schuld sind, zu bekämpfen suchen, sondern durch *Beobachtung des Naturverhaltens*, um sich vor den schädlichen Wirkungen tunlich zu schützen. Sie werden Erdgebiete aufsuchen, die relativ weniger betroffen sind, weil sie nicht begehrt sind, nämlich die Einöden der Erde. Dort werden *Zentren* und *Ausgangsgebiete der Kultur des 21. Jahrhunderts* sich bilden.

#### Gebrauch und Mißbrauch der Schrift

Als *Kultur des 21. Jahrhunderts* sei hier prägnant diejenige bezeichnet, die im Gegensatz zu der für die sozialen und Umweltkatastrophen verantwortlichen technisch-kommerziellen *Antikultur* entsteht und sich um Heilung der durch jene bewirkten Schäden bemüht. Der Verlust der Glaubwürdigkeit, den

die jetzige Antikultur erleidet, wird auch vor deren Elementarfundamenten, die weit älter sind als die Kulturkatastrophe des späten 20. Jahrhunderts, nicht haltmachen. Zu diesen Fundamenten gehören der *Buchdruck* und die *Schrift*. Die Kultur des 21. Jahrhunderts wird den Schriftgebrauch als Anfang allen Übels ansehen, ihn auf das absolute Minimum beschränken und am liebsten gänzlich darauf zu verzichten suchen. Dies bedeutet zwar Vereinfachung und Fehlbeurteilung, aber nicht etwa Kulturfeindschaft, wie der permanent geländerte Verstand von heute geneigt ist zu glauben. Im Gegenteil.

Die Schrift ist Sprache, die in eine lautlose, dem eigentlichen Wesen der *Sprache fremde* Symbolik umgesetzt und in dieser Fremdgestalt fixiert ist, unter Verlust aller der realen Eigenschaften der Sprachnatur. Deren wesentliches sind: das *Erklingen* der Sprache für das Ohr und die *Bewegung des Erklingenden*. Dazu der *unmittelbare Kontakt von Mensch zu Mensch* an dem Orte, wo Gesprochenes erklingt und gehört wird. Endlich die *lautlich-klanglich-tonliche* und *dynamisch-rhythmische Gestaltung*, welche den Sinn und Inhalt des Gesprochenen umschließt und vermittelt.

Einer erst in den allerletzten Jahrhunderten propagierten Fehlbeobachtung und Denkschwache zufolge gilt heute die Meinung, ein Schriftwerk vermittele, was der Autor zu sagen hat. Zum Beispiel gilt die Redeweise: "Goethe hat Gedichte geschrieben", und weil er *schrrieb*, gilt er als "Dichter". Die Wahrheit ist bedeutend anders.

Goethe hat einiges wenige dessen, was er dichtete, *niedergeschrieben*. In der "Italienschen Reise" erwähnt er seine "lobliche oder unlobliche Gewohnheit", von seinen Dichtungen "wenig oder nichts aufzuschreiben", obwohl er das Nichtgeschriebene "bis aufs Detail im Geiste durcharbeiten" pflegte (Italiensche Reise, 2.5.87).

Heute gibt es nicht mehr viele Menschen, die Goethes Gedichte und überhaupt Gedichte lesen. Früher wurden Gedichte gern und viel, und zwar *laut* gelesen. Erst vor etwa 100 Jahren kam es in Mode, Gedichte still auf dem Papier zu lesen. Letzteres währte kaum 50 Jahre. Denn die allerjüngsten 50 Jahre sind die Zeit, seit Gedichte kaum noch gelesen werden. Die Zeit, als Gedichte laut gelesen wurden, währte Jahrhunderte. Noch früher wurden die Dichtungen, wie man sagt, "gesungen", doch ohne Noten – das heißt, man ließ sie erklingen, *rezitierte* sie. Diese dichterische Rezitation bestimmte die Kultur vieler Jahrtausende.

Die jetzige Abschaffung der ausführenden Elementarschulübung gesprochener, gehörter Dichtung ist schuld an der jetzt verbreiteten Unfähigkeit, Dichtung zu lesen. Doch diese Unfähigkeit betrifft sehr viel mehr. Auch alle Prosaschriftwerke können nur dann wirklich verstanden und aufgenommen werden, wenn der Leser befähigt ist, den Text *innerlich erklingen* zu hören oder erklingen zu lassen. Vermag er dies nicht, weil er in der Schule nicht laut lesen gelernt und es später nicht geübt hat, so gleitet er verstandnislos über den Text hin, meist ohne es zu merken, daß er gar nicht liest, weil er vielmehr eigenen Gedanken zuhört, die ihm, während er zu lesen meint, innerlich erklingen. Das ist die Quelle zahlloser Mißverständnisse, Fehlverständnisse, Entzweigungen.

Durchdenkt man die vorstehend ange deuteten Tatsachenkomplexe, so klärt sich die Problematik der Funktion der Schrift. Sie war und ist in gewissen Verhältnissen zwar *kulturell unentbehrlich*, aber sie ist dennoch ein *kulturerstörendes* Prinzip. Heilsam ist ihre Rolle also nur in denjenigen Kulturen, wo sie in weiser Beschränkung und wo der

Schwerpunkt beim Gesprochenen blieb, wie zum Beispiel bei den alten Israeliten, wo fast nur die Bibel geschrieben wurde, und dies nur, um sie am Sabbat laut zu lesen.

Sobald der Schriftgebrauch überhand nimmt und sobald er gar das Lautlesen unterbindet und ersetzt, wirkt die Schrift antisozial – weil jeder zum stillen Lesen sich bei sich verschließt – und sie lähmt die Intelligenz in den Sinnen, im Gedächtnis, in der Sprachkraft, im Atem – das heißt: im Gefühl – und im Denken selbst. *Mißbrauch der Schrift lähmt den Geist.*

### Gespens und Wirklichkeit in Sprache und Musik

Steigerung des Schriftprinzips – verstärkte Fixierung von Sprache und Stimme – ist das seit wenigen Jahrzehnten geübte Phonographieren und Telefonieren. Die Kultur des 21. Jahrhunderts wird gegen dieses Phänomen einen tiefen *Abscheu* entwickeln. Insbesondere die phonographische „Übertragung“ von Kunstwerken wird man als „ekelhaft“ empfinden.

Man wird wahrnehmen, was heutigentags vom betäubten Kunstverstand überhört zu werden pflegt, daß die phonographische „Wiedergabe“ die Stimme bedeutend verändert, und zwar immer in einem entropischen Sinne. Zum Beispiel klingt jede Frauenstimme im Radio ein wenig keifend und so, als ob die Sprecherin geifere (an Speichelüberfluß leide). So oft man Gelegenheit hat, die direkte Stimme eines Menschen und zugleich „dieselbe“ Stimme aus dem Lautsprecher zu hören, empfindet man die enormen Deformationen. – Doch dies ist nicht einmal das Wichtigste.

Je technisch-vollkommener die „Wiedergabe“, desto mehr wird sie für „widerlich“ gelten. Die allgemeine Reaktion gegen den phonographisch erzeugten Klang und Ton menschlicher Sprache wird etwa der Empfindung gleichen, die der gesund empfindende Mensch gegenüber „Madame Tussauds“ Wachsfigurenkabinett entwickelt. Bekanntlich sind die Tussaudschen Wachspastiken dermaßen „vollkommene“ Nachbildungen lebendiger Menschen, daß sie lebendige Menschen vortäuschen. Entdeckt man die Täuschung so empfängt man eine Art Schock, etwa wie wenn der Fuß unvermutet ins Leere tritt. Das Tussaud-Prinzip ist, obwohl plastisch „vollkommen“, bekanntlich ein *antikünstlerisches* Prinzip.

In der Kultur des 21. Jahrhunderts wird jederlei Phonographie mensch-

licher Stimme und Sprache ebenso empfunden werden, wie ein gebildeter Mensch heute Madame Tussauds Wachsfiguren empfindet: je „vollkommener“, je mehr täuschen – echt, desto mehr Übelkeit erregend.

Nicht anders die *Musik*. Bei ihr ist eine wachsfüremäßige „Vollkommenheit“ der Wiedergabe teilweise bereits heute erreicht, insbesondere bei der phonographischen Wiedergabe von Klaviermusik. Trotzdem ist und bleibt das *Wesentliche* bei der Musik, eben wie beim Sprechen, *der wirkliche, jetzt-hier sich äußernde Mensch. Was er jetzt-hier künstlerisch vollbringt*, dieses ist das Ereignis, die Musik. Dabei ist jedoch nicht das *Wesentliche*, was der Künstler „ist“, sondern was er tut. Dieses Tun ist Anwesenheit immaterieller Substanz, darum nicht wiederholbar. Jedes Konzert echter Künstler ist ein *neues*, anderes Ereignis als „dasselbe“ Konzert in der vorigen Ausführung. Das menschliche musikalische Ereignis ist nicht mechanisch „reproduzierbar“ oder anderswohin „übertragbar“. Phonogramm-„Musik“ (Grammophon, Radio, jeder „Lautsprecher“) ist unter allen Umständen *pur* Wachsfüreneffekt. Sobald die Musik, sobald die Sprache vom Menschen, dem Hervorbringer, räumlich, zeitlich abgerissen ist, um als stur sich selbst wiederholendes Mechanicum abzuschnurren, ist es Vortäuschung durch ein leibhaftiges, betrügerisches Etwas, das gar nicht Mensch ist und sowohl vom Worte als von Musik nichts weiß. Greuel. Ekel. Nicht anders die *Kinematographie aller Arten*. Bei ihr ist der volle Tussaud-Effekt vermieden, und zwar deshalb, weil bei angestellten Versuchen – mit sogenannter plastischer Kinematographie – sich herausstellte, daß die Zuschauer diese Steigerung der Täuschung nicht ertragen und mit Angstanfällen oder Wutausbrüchen reagieren.

Doch auch die Kinematographie täuscht durch die Magie des sich bewegenden Bildes immaterielle Substanz, Anwesenheit, Äußerung dort vor, wo niemand ist, niemand sich äußert. Das kinematographische Bild ist *Gespens*, das lächelnd vorgibt, Mensch zu sein. Das Empfinden des gegenwärtigen Menschen ist diesem Phänomen gegenüber, durch eine Art Blendungs- und Betäubungseffekt, stumpf geworden. Man begegnet heutzutage Menschen, die sich ganz außerstande erklären, zwischen der jetzt-hier erklingenden Menschenstimme und dem aus dem Laut-„Sprecher“ erklingenden Geräusch zu unterscheiden. Beides sei das gleiche, beides sei die „wirkliche“ Stimme. Zwischen sich

und dem eigenen Spiegelbild unterscheidet man ohne Mühe. Im Falle der Phono- und Kinematographie wirkt eine faszinierende Blendungs-Betäubung des Wirklichkeitssinns.

Eine Leserin fragte den Verfasser, ob dies denn auch für einen bekannten, noch nicht lange verstorbenen Dirigenten gelten könne, der auf die Frage einging, ob er in der Lage sei, zwischen der Musik eines von ihm dirigierten Orchesters und guter Phonogrammwiedergabe seiner eigenen Dirigierung einen Unterschied zu hören. Der Dirigent soll mit „ehrlicherweise nein“ geantwortet haben. Ist der Bericht verbürgt, so enthält er allerdings das rückhaltlose Geständnis dieses bedeutenden Künstlers, daß ihm in dem heute unter Musikern üblichen Umgang mit den Phono-Scheingebilden der Wirklichkeitsinn abhanden kam, sei er nun blendet oder betäubt.

Die Scheingebilde mögen, wenn sie vollkommener Schein sind, *das Ohr* täuschen. Wie es bekanntlich „optische“ Täuschungen gibt, so gibt es eben auch akustische. Ob etwas *Wirklich*keit ist oder nicht, entscheidet jedoch nie das Sinnesorgan, sondern *das Denken*: dieses ist *„der Wirklichkeitsinn“*, und es läßt sich nicht täuschen, nur allenfalls betäuben, blenden, ablenken. Dann aber versagt das Denken den Dienst, bleibt untätig. Nur so kann es geschehen, daß ein Mensch sein eigenes Spiegelbild und sich selbst „ehrlicherweise nicht unterscheiden kann“. So daß er also sein bloßes Spiegelbild für sich selbst und sich selbst für ein bloßes Scheinbild halten müßte. Was beim Spiegelglasbild selbstverständlich erscheint, ist beim akustisch-phonographischen Spiegelbild aus der Kunststoffplatte nicht minder evident. Man muß nur erkennen wollen, so erfährt man die Wahrheit.

Es spielen jedoch gewollte Selbsttäuschungen herein, deren Ursachen in dem gewissemaßen schiefen Verhältnis des heutigen Menschen zu seinem eigenen Innenleben liegen. In jedes Menschen Inneren klingen, sobald er still für sich ist, *Gedanken* auf, und es stellen sich ihm *innere Bilder*, „Vorstellungen“ vors Auge. Der heutige Mensch pflegt diese Innenphänomene merkwürdigerweise so zu empfinden, wie man „schlechtes Gewissen“ empfindet: als *Mahnung*, die qual und der man sich entziehen möchte. Ursache ist das ungeklärte Verhältnis zum *Willen*.

Sobald dieses Verhältnis sich klären wird – dies wird bereits in den kom-

Fortsetzung S. 30

## Bewußtsein

Carl Hülsmann  
Bewußtwerdung  
(Qalandar Verlag, DM 40,-, mit einigen  
Vierfarbseiten, gebunden)

Carl Hülsmann ist Niederländer. Nachdem er als Finanzberater eine tiefe persönliche und geistige Krise hatte, machte er sich 1948 auf die Suche nach dem, was dem Leben seinen Sinn gibt. Er hatte Kontakt mit verschiedenen weltanschaulichen Gruppen und Schulen und nennt auch heute noch Alice Bailey und M.McDonald Bayne als einige seiner wichtigen Inspirationsquellen. Von Dr. Robert Assagioli, dem Gründer der Psychosynthesis-Schule, kamen mehr persönliche und psychologische Einflüsse und Perspektiven. Spätere Forschungen führten ihn zu unabhängigen Ansichten und zum Studium der wissenschaftlichen und meta-wissenschaftlichen Schriften über das menschliche Verhalten und dessen Beziehung zum Universum.

Dieses Buch umfaßt seine Studien und inneren und äußeren Erfahrungen, die er in einem Zeitraum von dreißig Jahren machte. Das Buch ist keine Neuauflage althergebrachter Weltanschauungen. Er geht empirisch und zeitgemäß vor, auch wenn er verschiedene Ideen wie die der Chakras für seine Interpretation geistiger Erscheinungen und des Bewußtseins gebraucht. Das eigentliche Ziel des Buches ist jedoch, dem einzelnen bei der Verarbeitung seiner inneren Erfahrungen zu helfen. Der Autor geht davon aus, daß 'Bewußtwerdung' nicht darauf beruht, daß man gewisse Dinge tut oder unterläßt, besondere Lebensregeln (z.B. Ernährungs- und Meditationspraktiken) befolgt, sondern darauf, daß man gewahrt wird, wie sich das Bewußtsein in uns selbst umwandelt und dabei die individuelle Lebenshaltung und Verhaltensweise wählt, die uns mit unserem Wachstumsprozeß in Kontakt bringt. Marlik



Inayat Khan

### Nirtan

ODER DER  
TANZ DER SEELE

50 Seiten, Leinen DM 4,80

Hazrat Inayat Khan macht es uns klar, daß die innere Schönheit im mystischen Tanz, den jeder Mensch vollführt, ihren Ausdruck findet; diesen Tanz nennt er den Tanz der Seele.

Inayat Khan

### Gayan

ODER DIE MUSIK  
DES SCHWEIGENS

164 Seiten, Leinen DM 7,80

Wie der Musiker Hazrat Inayat Khan sich den Klängen der indischen Musik erschloß, so vernahm der Mystiker auch die lautlose Musik, die das Weltall seinem inneren Ohr zuführte. Sprüche von göttlicher Wesenheit, wunderschöne Anregung, zum Vertiefen und zur Meditation.

Inayat Khan

### Vadan

ODER DIE GÖTTLICHE  
SYMPHONIE

158 Seiten, Leinen DM 7,80

Eine weitere Sammlung von Sinnerzählungen des indischen Denkens. Gebete; Gespräche zwischen Gott und der Seele.

Sri Chinmoy

Musik zur Selbstverwirklichung

(Mit Beiträgen von Pablo Casals, L. Bernstein, Carlos Santana - Sri Chinmoy Verlag, DM 9,80)

"Viele von euch sind Musiker. Ich bitte euch alle, keine vitale Musik mehr zu spielen. Wenn ihr seelenvolle Musik spielt, wird sie das Bewußtsein der Menschheit erheben. . . Wenn ihr erregende, stimulierende Musik spielt - Musik des niederen Vitalen - dann schadet ihr nicht nur der Menschheit erheblich, sondern es schadet auch eurem spirituellen Leben. . . Solche Musik können wir überall hören. . . Meine Schüler sollten nicht Dinge anbieten, die seit Jahren bekannt sind, sondern Dinge, die die Leute nie gesehen, nie gehört, nie gefühlt haben. . ." Das ist eine der vielen interessanten Aussagen von Sri Chinmoy, die in diesem Buch gesammelt sind. Er versucht deutlich zu machen, daß Musik den Menschen zum göttlichen Bewußtsein erheben kann, daß Musik sogar das Göttliche ausdrücken kann. B.M.

Miramudra  
(Übungsband I)

Aurora-Zentrale, Elisabethweg 34  
8033 Planegg

Miramudra ist die Tanz- und Körperschule der Mirasangha (die Schüler der Mutter und Sri Aurobindos). Neben Übungskursen in der Mirasangha bietet Miramudra Tonbandkassetten mit Übungsanweisungen zur Einführung in eine neue Art des meditativen Tanzes



und Korperausdrucks an. Die erste Tonbandcassette umfaßt zusammen mit dem Textbuch ein vollständiges Übungsprogramm zum selbständigen Erlernen der Grundlagen meditativer Körperbewegung. Davon ausgehend ist es möglich, eigene Übungen zu entwickeln. Zur weiteren Vertiefung kann man an Miramudra-Wochenendseminaren teilnehmen, die jeweils am letzten und ersten Wochenende des Monats stattfinden. Anfragen an obige Adresse. Preis des Übungsbandes und Textbuch ist DM 38,-.

**Bhagwan Shree Rajneesh**  
Die verborgene Harmonie  
(Sannyas Verlag, 400 Seiten, DM 34,-)  
Dieses Buch enthält 11 Vorträge Bhagwans über die sogenannten "Fragmente" des Heraklit und etliche wildromantische Landschaftsphotos.

Heraklit war Zeitgenosse von Buddha, Lao-Tse und Zarathustra und verkörpert mit ihnen den Gipfelpunkt menschlicher Bewußtseinsentwicklung. Er blieb aber weitgehend vergessen und verkannt. Wer Heraklit liest und bisher nur die griechische Philosophie kennt, erlebt die gleiche Freude, wie jemand, der Meister Ekkehard liest und bisher nur katholische Theologie kannte.

Heraklit ist jenseits von philosophischer Spekulation und Kopf-Wissen. Ausdruck von eigener tiefster Seins-erfahrung spricht aus seinen Fragmenten. Das Abendland hat seinen Buddha vor 2500 Jahren verpaßt – Bhagwan will uns unser verschüttetes Geistes-erbe zurückgeben. Vihanga

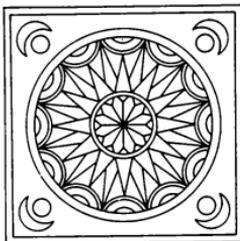
Bhagwan Shree Ra

**Bhagwan Shree Rajneesh**  
Mit Wurzeln und Flügeln  
Zen-Geschichten  
(Edition Lotos, 270 S., DM 24,-)  
In diesem sehr liebevoll gestalteten Buch sind sechs tiefgründige Zeugnisschichten enthalten, die Bhagwan congenial zu den alten Zen-Meistern erläutert. Im Wechsel dazu werden wichtige Fragen von Sannyasins beantwortet. Kommentar: Ein Mind-Killer! Vihanga



**Peter Helm**  
Meditation  
(Photobuch, Verlag Helm u. Schick, DM 15,-)

Der Photograph Peter Helm übt sich seit etwa zweieinhalb Jahren in Zen-Meditation, wodurch sich seine photographische Sehweise entscheidend veränderte. Er erhielt einen sehr intensiven Kontakt mit der Natur und wurde sensibel für Vorgänge, die dort fortwährend und von vielen Menschen unbemerkt ablaufen, was er in seine Photos umzusetzen versucht. Leider ist es sehr schwer, die Qualität der Photos zu beurteilen und auch deren subtilen Wahrnehmung, weil das mir vorliegende Buch nicht gut genug für ein Photobuch gedruckt ist. Die Photos können dadurch ihre Wirkung leider nicht entfalten. BM



**Lisette Scholl**  
Das Augenübungsbuch  
Leitfaden für einen ganzheitlichen Weg zu besserem Sehen  
(Verlag Gillesen-Orlopp, DM 12,-; Adr. Postf. 110249, 1 Berlin 11)  
Die Amerikanerin Scholl hat ein Augenübungsprogramm entwickelt, das bei kontinuierlichem Training nach ihren eigenen Erfahrungen bei den meisten Fehlsichtigen zu einer fünfzigprozentigen Verbesserung des Sehvermögens führt. Das Übungsprogramm hilft bei Kurz- und Weitsichtigkeit, aber auch bei Altersweitsichtigkeit. Das Buch ist leicht verständlich geschrieben und enthält eine Fülle neuer Anregungen und Übungsmethoden. "Das beste Buch zu diesem Thema" (New Age Magazin)

**Gerard J. Bendix**  
Handbuch für die Füße  
(Parallel Verlag, Pariser Str.51, 1 Berlin 15, DM 17,-)

Eine illustrierte und didaktisch sehr gut aufgemachte Anleitung zur Selbstbehandlung der Fußreflexzonen. Die einzelnen Griffe werden mit vielen guten



Zeichnungen dargestellt, der Zusammenhang zwischen den Zonen und den dazugehörigen Organen etc. herausgearbeitet und vor allem wird auch deutlich, daß die Reflexzonen-therapie zwar die Gesundung stimulieren kann, doch allein nicht ausreicht, es bedarf der ganzheitlichen gesunden Lebensweise. Diagnosemethoden mit Hilfe der Reflexzonen sind sehr brauchbar, auch wenn man dann andere Heilmittel benutzt. Da wo es besonders schmerzt, hat man mit Sicherheit etwas. Es wird auch deutlich, daß man sich sehr wenig gerade mit den Füßen beschäftigt. BM

**Hans Schumann**  
Erfolgreiche Krebsbehandlung durch biologische Ganzheitsmethoden  
(Veritas Verlag, DM 29,80)

Es gibt inzwischen viele Bücher über Krebs, doch dieses scheint mir ziemlich tief in die Entstehung und die Heilmöglichkeiten vorzudringen. Es untersucht zuerst die einzelnen Ursachen wie Umweltgifte, Ernährung, radioaktive Strahlung und auch die geopathischen Reiztionen, geht auf die Früherkennung ein und zeigt dann verschiedene Ganzheitsmethoden, die vor allem auf gesunder, vegetarischer Ernährung, aber auch anderen Therapien wie Enzymtherapie, Neuraltherapie usw. beruhen. Heilkräuter finden in dem leichtverständlichen und informierten Buch ebenso ihren Platz wie die psychologischen Faktoren. Es ist immer wieder erstaunlich, wie die moderne Schulmedizin solche Erkenntnisse einfach ignoriert und den kranken und noch gesunden Menschen vorenthält. Wenn jemand – wie vor einiger Zeit Steve McQueen, der bekannte Filmschauspieler, mit alternativen Heilmethoden experimentiert, wird er von den meisten Medien und Ärzten in die Ecke gedrängt – es soll nicht bekannt werden, daß bekannte Leute Hilfe bei alternativen Methoden suchen! Dabei ist ausreichend bekannt, daß über

80% der Krebsfälle von der normalen Medizin überhaupt nicht geheilt werden können und der Rest auch nur vorübergehende Linderung erfährt. Die alternativen Methoden haben viel größere Erfolge aufzuweisen, doch werden sie zumeist lächerlich gemacht. (Sie sind halt viel billiger. . .) Außer der Makrobiotik erscheinen mir die vorgeschlagenen Therapien in diesem Buch recht vielversprechend zu sein. (Natürlich ist auch die vorbeugende Maßnahme wichtig. . .) Magdalena Martin



**Sozial Handeln – aus der Erkenntnis des sozial Ganzen; Dreigliederung heute (DM 19,80, Verlag Reinhard Giese, 2341 Rabel)**

Ein Reader zu anthroposophischen Gesellschaftsvorstellungen. Man erfährt geballt und umfassend alle Theorien über die soziale Dreigliederung (d.h. die Wirtschafts-, Rechts- und Geistesordnung wird auseinanderdividiert; die Folge: der Staat kümmert sich allein um die Rechtsordnung und Verwaltung, die Kultur und Schule bestimmen ihre eigenen Ziele, ohne daß der Staat dies vorschreibt, und daraus gehen dann verantwortliche Menschen hervor, welche die freie Marktwirtschaft ohne staatliche Eingriffe durchführen – aber unter sozialen Gesichtspunkten, möglicherweise unter Abtrennung des Geldes vom Besitz). Diese Theorien wurden zuerst von Rudolf Steiner formuliert und werden heute vielerorts ganz praktisch in Einzelprojekten durchgeführt. So sind der Unternehmensverband, die Waldorfschulen und andere Einrichtungen anthroposophischer Aktivisten richtungsweisende Beispiele für die reichlichen Ideen, die in vielen kleinen Kreisen diskutiert werden. In diesem Buch erfährt man einiges über Dreigliederung und Handel, über soziale Koedukation, über Leih- und Wirtschaftsgemeinschaften, über den Urgedanken der Dreigliederungsidee, über

die einzelnen Dreigliederungsgruppen und Projekte, über Seminare, über die Beteiligung an der Grünen Partei usw. Für alle, die sich fundiert informieren wollen, ist dieses Buch sehr zu empfehlen. Das einzige, was mich storte war der enge Zeilenabstand und der Druck von schwarz auf grau. Sehr leseunfreundlich trotz aller Umweltgedanken.

Bruno Martin

**Thomas Demele  
Leben und Lernen in Landkommunen (Zündhölzchen Verlag, Postfach, 49 Herford, DM 6,50)**

Der Autor hat sehr viel Mühe aufgewendet, die Landkommunbewegung bis auf die Essener-Gemeinschaften vom Toten Meer zurückzuverfolgen und aufzuzeigen, wie die Ideen der Essener in die heutige Kommunbewegung flossen (auch unbewußt). Er versucht auch die Zukunft der Bewegung zu sehen. Die geistige Einstellung und die Erziehungsansätze durch Kommunen werden ebenso behandelt wie ökologische und anthroposophische Ansätze. Ein ausführliches Literaturverzeichnis ist hilfreich für das eigene Weiterstudium. Besondere Kapitel sind den Kindern in Landkommunen gewidmet, den Frauen und der Kooperation der Kommunen. Die über 100 Seiten sind durchaus lesenswert.

Bruno Martin

**Rolf Goetz  
Von der Landkommune zur Dorf-  
gemeinschaft (Zündhölzchen, DM 8,50)**

Rolf Goetz hat sehr viele Kommunen und Dörfer in aller Welt besucht, von Auroville bis East-Wind, von der Farm bis zur Arche. Er untersucht die spirituellen, ökologischen und anarchistischen Ansätze und Grundlagen der Kommunen, auch ihre Geschichte, und zeigt die Vorteile und Schwächen auf. Das Ganze stellt er in einen größeren theoretischen Zusammenhang. Für alle Kommuneanhänger und die es werden wollen. . .

BM



## LESERBRIEF:

### REBIRTHING

Ich habe mich (als Betroffener) über den Rebirthing-Artikel im vorletzten Hologramm gefreut. Es ist anscheinend der Erfahrungsbericht eines "Anfängers" und daher sehr subjektiv-einseitig. So erklärt sich auch dein Kommentar. Rebirthing ist nämlich nicht notwendigerweise gewalttätig (nur bei Leuten, die sehr verspannt sind). Es ist wohl ähnlich wie beim Latihan (Subud) – wer viel drin hat an Gewalt etc bringt auch viel raus (meist nur am Anfang). Ich finde Rebirthing ist in etwa eine Synthese aus Latihan, Zikr, hat aber mit Yoga-Atemtechniken nichts zu tun, da es nicht um Kontrolle oder Technik geht, sondern um Loslassen und Finden des natürlichen Atems (Breath-Release). Geburtstrauma ist ein recht seltenes Erlebnis beim Rebirthing, obwohl gerne davon geredet wird – ist halt spektakulärer. Die Chloroform-Betäubung im Beitrag bezieht sich gar nicht auf Geburt, sondern eher auf irgendeine Operation. Lies nochmal nach. Prem Vihanga

### Fortsetzung v. S. 27

menden Generationen sich energisch anbahnen –, wird es mit Enthusiasmus *aus* sein. Es ist möglich, daß dies gleichsam schlagartig, wie ein Naturereignis, eintritt. Dann wird es enorme Freizeitprobleme aufwerfen.

Das Aufhören des Interesses für Phono- und Kinematographie betrifft *beide* Kulturen, die degenerativ verlaufende ebenso wie die neugebildete, fortschreitende, und es ist hier wie dort das Verhältnis zum Willen, das den Interesse-Umschwung bewirkt. In der degenerativen Kultur kommt es zum generellen Willens-Manko. Eine Wirkung desselben ist, daß das geschwächte Gemüt das phono- und photo-kinematographische Bild nicht mehr fassen kann, oder nur mit viel innerer Mühe. In der degenerativen Kultur wird die innere Mühe gescheut, und dies ist dort dann der Grund, warum die Sache abkommt. – In der fortschrittlichen Kultur wiederum ist es außer dem "Tussaud-Effekt", vielmehr das *positive Verhältnis zum Willen* als Bildner reichen Innenlebens, das die Phono- und Kinematographie als störend und widerlich empfinden läßt, wei sie gleichsam die Seelen tatowiert und damit dem Willen die Tabula rasa raubt, die er braucht, um der Freude am Lebendigen und Wirklichen willen.

# networking



Kleinanzeigen  
In Zukunft verlangen wir für jede Kleinanzeige DM 5,- in Briefmarken.

## VORTRAG VON

**DR. ALBERT HOFMANN**  
Frankfurter Ring, Schneidhainer Str.35  
624 Königstein/Ts.  
am 9.4.81, 20 Uhr, Senckenberg-Museum, 6 Frankf., Senckenberganlage 25.  
Dr. Albert Hofmann ist der Entdecker des LSD. Er hält einen Vortrag über die Geborgenheit im naturwissenschaftlich-philosophischen Weltbild.

## LESUNG BEELZEBUBS ERZÄHLUNGEN von G.I. Gurdjeff.

Da Gurdjeff schreibt, man könne erst tiefer in sein Werk eindringen, wenn man es hört und vorliest, veranstalten wir ab 17. April, einmal wöchentlich, eine gemeinsame Lesung des gesamten Werkes. Zum Gruppenabend gehören außerdem ein Essen und eine Konzentrationsübung.

Nähere Informationen bei Bruno Martin  
Saalburgstr. 4, 6 Frankfurt 60. Tel.:  
0611/451827 oder 439310

## ENCOUNTER UND MEDITATION

10tägige intensive Selbsterfahrungsgruppe über Ostern. Encounter - neue Wagnisse eingehen i.d. direkten Begegnung, Gefühle und Bedürfnisse spontan ausdrücken, intensiven Austausch von Energie erleben. Meditation - insbesondere Vipassana - mit Wahrnehmung und Zentriertheit die eigene Mitte spüren. Intensität im Austausch mit anderen sowie Klarheit und Stille in mir selbst sind Fokus dieser Gruppe. Verzicht auf Drogen und Genußmittel. Besonders geeignet für Menschen mit Gruppenvorerfahrung. 11.-20. 4. 81, DM 960,- alles inklusive. Leitung Swami Veet Rago (Bernhard Langwald) mit Unterstützung von Assistentinnen und Assistenten, Veranstaltungsort, ausführliche Gruppenbeschreibung und Anmeldung über Coloman, Zentrum für Therapie und Selbsterfahrung, D-8091 Soyen, Tel.: 089/3728

## Vortrag von HUGH LINN CAYCE

über die PHILOSOPHIE EINES HELLSICHTIGEN, EDGAR CAYCE'S ANREGUNGEN FÜR DIESE UNRUHIGEN ZEITEN.  
14.5.81, Frankfurter Ring, obige Adr.

## FARBE-TÖNE-FORM

mit Theo Gimbel, England. Seminar im Königsteiner Übungsräum des Frankfurter Rings. 3.-7. Juni, DM 220,-.

## LEBEN AUF DEM LANDE

In der Pfalz Gelegenheit zum Zusammenleben und -lernen mit einer Familie: Pferde, Schafe, Garten, Spinnen, Backen, altern. Technik, altern. Leben, Platz f. Einzelperson oder Paar, möglichst mit geistig-religiösem Hintergrund. Näherinform. Andreas Meyer, Tel. 06382/8599 (Grumbach b. Lauterecken)

## ALTERNATIVE MUSIK

mit David Johnson  
Wie wir uns von traditioneller Musik-kultur-Konzepten befreien können ohne auf diese zu verzichten, oder "Wie wir unsere eigene Musik machen können, indem wir vom Massenangebot Gebrauch machen statt nur von diesem manipuliert zu werden.

## ÖKOLOGISCHER LANDBAU

Für eine lebensfähige Gesellschaft  
28.-31. Mai, Collegium Humanum, Bretthorstr. 204, 4974 Vlotho-Valdorf  
1.-5. April: Zeitgemäße Meditation und westliches Yoga mit O.A. Isbert  
Weitere Veranstaltungen auf Anfrage.

David ist Dozent an der Musikhochschule Basel. 18./19. April 81  
Gebühr DM 140,-  
Veranstalter: Mutter Erde Verein, Burgweg 2, 3551 Frankenberg.



**SIFAT**  
Zeitschrift über die SUFI-Botschaft von Hazrat Inayat Khan  
erscheint vierteljährlich  
Abonnementspreis 14,- DM/SF.  
Anfragen und Bestellungen an  
Karima Sen Gupta, Bleimattweg 18,  
CH-4104 Oberwil

COLOMAN bietet 1981 an:  
Integrative Primärtherapie, Selbsterfahrungsgruppen, Fortbildungsveranstaltungen in verschiedenen Arbeitsweisen der Humanistischen Psychologie für Therapeuten und Menschen aus anderen sozialen Berufen. Fördern Sie unser kostenloses Jahresprogramm an: Coloman, Tel. 089/522181  
Zentrum für Therapie u. Selbsterfahrung, Augustenstr. 46/5, 8 München 2

**STETS alkohol- und nikotinfrei, vegetarisch, gemeinsam oder individuell + Vorträge/Aussprachen/Muse und Sport**

22.5.-31.5.  **ZEHN-TAGE-WANDERUNG** im Schwarzwald.  
30.5.-13.6.  **GRAUBÜNDENER BERGWANDER-FREIZEIT** zu Wal-  
13.6.-27.6. tensburg/Schweiz, 850 m, Casa Clarezia.  
21.6.- 4.7.  **BERGWANDER-FREIZEIT** zu Mariazell/Öster-  
reich, 850 m. Vielseitiges Programm.

5.7.-21.7.  **SENIOREN-FREIZEIT** Landgut Burg ü/Stgt.  
6.8.-25.8.  **FINNLAND-FREIZEIT** zu LUONTOLA ü/Helsinki.  
5.9.-19.9.  **BERGWANDER-FREIZEIT** zum HERBST in MÖLTON/  
19.9.-3.10. Südtirol 1.000 m. Haus Bergheimat.  
5.9.-19.9.  **ISRAEL-FREIZEIT** zu AMIRIM, Lebensreformer  
5.9.-26.9. und Vegetarier-Dorf mit 4-Tage-Rundfahrt.  
5.9.-26.9.  **INSEL ISCHIA** zu Forio, Nähe Poseidon.  
5.9.-19.9.  **FRÜCHTE- UND BADE-FREIZEIT INSEL KRK/Ju-**  
19.9.-3.10. goslawien, direkt am Meer, auch FKK. ●

Betreffendes Merkblatt bei: GANYMED, Middagastr 18  
Ruf 0611/784754 + 783970 6000 Frankfurt am Main 90

Jonathan Eugene Boyd  
Seminare und Vorträge  
beginnend am 15.3.  
Die Wiederkunft der  
Wahrheit im Neuen Zeit-  
alter - 29.3.81 Der Hei-  
lige Geist im Alltag -  
11.4. Christus in uns  
und geistige Jüngerschaft  
25.4. Bedingungslose  
Liebe - 9.5. Der gött-  
liche Plan in uns -  
23.5. Brücken zur geisti-  
gen Einheit der Mensch-  
heit. Anm. u. Informa-  
tion: Agnim e.V. Woogstr.  
36 a, 6 Frankfurt 50  
Tel. 0611/523690  
Vortrag von Dipl. Phys.  
Berndt Ewald, 25.3.:  
Soziale Ordnung (nach  
Rudolf Steiner.)

#### VOLLMOND

Meditation und Naturerfahrung. Ich bie-  
te einen Prozeß an, in dem wir mit ver-  
schiedenen Meditationen, Tänzen, ge-  
lenkten Fantasie, alten und neuen  
Ritualen unsere Herzen der besonderen  
Energie des Vollmonds öffnen kon-  
nen. Termine: 18.-20.5.81, in Franken-  
bach b. Gießen. Über Ostern als Teil-  
gruppe eines zweiwöchigen Ostercamps  
in der Schweiz, vom 6.-20.4.81, im  
März v. 19.-22.3. einbezogen in einen  
4-Tage-Workshop, im Juni v. 13.6.-  
17.6. einbezogen in eine 5-tägige "Tan-  
tra-Gruppe." Leitung und genaue In-  
formationen sowie ausführliche Grup-  
penbeschreibungen bei Ma Anand  
Sadhya, Renntmeisterstr. 2, 355 Marburg  
7, Tel. 06421/46819

#### PREMGEET e.V.

Postfach 640102, 5 Köln 60. Tel.:  
0221/5994381  
ISOLATIONSTANK: Ab Frühjahr 81  
wird es in unserem Veranstaltungs-  
haus einen Samadhi-Isolationstank ge-  
ben. Wir werden unmittelbar vor den  
Veranstaltungen und auch während der  
Gruppen Tank Sitzungen durchführen.  
Der Preis für eine 1-stündige Sitzung mit  
sorgfältiger Betreuung beträgt DM 50,-  
Information bei Ma Pres Doris, obige  
Tel. und Adresse.

Weitere Seminare: Bioenergetik, Gestalt,  
primär-Therapie, Tai Chi, Shiatsu, Tanz-  
Marathon, Bio-Release usw. Bitte aus-  
führliches Programm anfordern.

#### IRLAND

Wir wollen nach Irland ziehen. Wer hat  
ähnliches vor und ist am Austausch von  
Informationen interessiert? Kerstin und  
Bruno Mohr. Tel. 04101/64678. Erlen-  
kratt 6. 2080 Pinneberg.

#### DIE GEMEINSCHAFT

Die Erfahrungen der Gemeinschaft füh-  
ren zur Entdeckung von einem tiefen  
Sinn im Leben. Innere Erfahrung und  
einheitsstiftende Handlungen im tägli-  
chen Leben befreien uns vom Wider-  
spruch und Leiden, was eine positive  
Einstellung zur Gegenwart und Zukunft  
mit sich bringt. Die Gemeinschaft ist  
der Ort, wo Freiwillige zusammenkom-  
men, die bereit sind, eine bessere Welt  
aufzubauen. DIE GEMEINSCHAFT für  
Ausgeglichenheit und Entwicklung des  
Menschen e.V., Ickstattstr. 16, 8 Mün-  
chen 5.

TAI CHI, SHIATSU, ATEM, Stimme,  
Bewegung. Mit Yurgen Oster, Hubert  
Backes und Heide Düwal  
10.20.4.81, Dachsbergzentrum, 4132  
Kamp-Lintfort DM 450,-. Anmeldung:  
Oster, Hardtstr. 34, 5 Köln 41

#### WHOLE EARTH CATALOG

den neuesten. DM 35,- plus DM 3,-  
Porto. Bestellungen bei Werner  
Pieper. Die grüne Kraft, 6941 Lohr-  
bach/Odw.

#### TARTHANG TULKU

Der persönliche Schüler von Tarthang  
Tulku, Hal Gurish, hält Seminare in  
Europa: 16.-26.3.: TSK und Kum Nye  
in Basel, Prof. Dr. med. Hans Ludin,  
Thiersteinerstr. 4, CH-4153 Reinach  
30. März - 2. April: Kum Nye in Kemme-  
na (genaues über Frankfurter Ring)  
3.-5. April: TSK in Münster. Adresse:  
Manjushri Mandala, c/o Hans Hein-  
rich Taeger, Nünningweg 150, 44  
Münster.

6.-10. April: TSK in Amsterdam  
11.-21. April: Kum Nye in Amsterdam.  
(Adresse: Carola de Vries Robles,  
Prinsengracht 259, NL 1016 QV)

#### GANZHEITLICHE ENTFALTUNG

Fernkurs und Seminarbegleitung von  
Schülern von J.G. Bennett und Rishi  
Narayanan. Mögliche Kurse in der BRD.  
Nähere Anfragen: Tony Blake, Dag-  
lingworth Manor, Daglingworth/Glos.  
GL7 7 AH, England.

## Verlag für Art und Kunst

J. W. Ernst

## Die musische Kunst Schlüssel der Kultur

230 Seiten Fr. DM 35,-

Welche geistigen Ursachen  
haben früher die Hoch-  
kulturen wachsen lassen,  
und welche geistigen Ver-  
änderungen bewirken jetzt  
die fortschreitende Barba-  
risierung der Menschheit?  
Wo ist der Schlüssel der  
Kultur, und wie läßt er  
sich handhaben?

## Im Verlag Die Kommenden D-7800 Freiburg

J. W. Ernst

### Das Schicksal unserer Zivilisation und die kommende Kultur des 21. Jahrhunderts

Die Katastrophen und das  
Umdenken. Der Sinn für das  
Lebende und Kommende. Das  
große Nicht-Ich und der  
Kampf um Rettung des  
Menschentums. Fr./DM 18,80

### Platon, ION

Die Kunst, Dichtung zu sprechen  
Übersetzt von J. W. Ernst · 98 Seiten

Platon der große Unbekann-  
te. Seine Werke müssen  
diametral neu verstanden  
und übersetzt werden, denn  
sie sind teils ins Unver-  
ständliche, teils in ihr  
Gegenteil übersetzt wor-  
den. Fr./DM 11,80

Die Bücher können durch  
beide Verlage bezogen werden.

Verlag für Art und Kunst  
CH-4132 Muttenz  
Rothbergstraße 17

# MEDITATION

Menschliche Verwirklichung in göttlicher Erfüllung



**Sri Chinmoy**

**2. Auflage**  
(1. Auflage 1979)

Die Tatsache, dass bereits nach einem Jahrzehnt zweite Auflage nötig wurde und sich die Leser mit dankenden und begeisterten Worten an den Sri Chinmoy Verlag wandten, bedeutet, dass Sri Chinmoy's Meditationsbuch ein beachtetes Standardwerk für spirituelle Sucher ist.

**Meditation:** Menschliche Verwirklichung in göttlicher Erfüllung, 374 Seiten, Paperback laminiert, mit 12 Illustrationen. Sri Chinmoy demonstriert Konzentration, Meditation, Kontemplation und zeigt göttlichen Frieden, göttliches Licht, göttliche Seligkeit usw.  
Fr./DM 23.—

## Einzigartig: Ein umfassendes und praktisches Meditations-Lehrbuch aus der Hand eines gutverwirklichten Meisters.

Meditation führt uns zum Ziel der Ziele, zur Erleuchtung, zur Selbst- oder Gottverwirklichung. Irgendwann wird jeder Mensch beginnen, nach diesem Ziel der inneren Erfüllung zu streben. Doch wie? Was können wir praktisch tun? Wie machen wir am schnellsten Fortschritt? Kann jeder meditieren? Was brauchen wir dazu? Was bedeuten unsere inneren Erfahrungen? Wo wenden wir die Früchte der Meditation im äusseren Leben an?

In diesem Buch finden wir klare und praktische Antworten auf alle diese Fragen. Nur ein Meister, der das höchste Ziel erreicht hat, kann uns mit einer solch strahlenden Freude und Zuversicht inspirieren. In einer einfachen und leicht verständlichen Sprache teilt Sri Chinmoy seinen grossen Erfahrungsschatz mit Suchern nach Wahrheit.

Ein Kommentar der Öffentlichkeit:

"Ein Buch wie kein zweites, ein modernes Standardwerk angewandter Weisheit, das den Sucher offen und klar mit allem vertraut macht, was er oder sie braucht, um ein spirituelles Leben zu beginnen und schnell Fortschritt zu machen. In den Zielen und den vielen praktischen Übungen und Beispielen zeigt sich uns ein echter Weiser, ein reifer Lehrer und ein grosser Meister. Der Leser kann unvoreingenommen seinen eigenen Weg finden. Ein hervorragendes Buch, das ich selbst reger benutze und das ich jedem aufrichtigen Sucher empfehlen kann."

—Prof. Dr. Lenz, Dozent für östl. Philosophie, New York University

**"Wenn wir das Herzentrum öffnen,  
können wir reine Freude und die  
Seligkeit des Einsseins erlangen."**

**ausserordentliche,  
hochinteressante und leicht zu lesende  
Bücher für unseren Fortschritt**

## Kostenlose Kurse und Information

Bitte senden Sie mir Information über kostenlose Veranstaltungen der Sri Chinmoy Centres in meiner Umgebung. Ich interessiere mich vor allem für:

- Meditationskurse
  - Dichtung (Lesung)
  - Malerei (Ausstellungen)
  - Musik (Konzerte)
  - Singen (meditatives Singen)
  - Laufen (Volksläufe)
- Name: ..... Strasse: .....  
PLZ: ..... Ort: .....

Einlesen an: Sri Chinmoy Centre, Friedensgasse 3, CH-8002 Zürich



Nachdem Sri Chinmoy bereits 9000 Gedichte publiziert hatte, begann er das Projekt "10'000 Blumen-Flammen". Die hundert mantrischen Lehrgedichte, ausgewählt aus den ersten 500 "Blumen-Flammen", schenken uns einen Einblick in die Welt des Herzens und in das Spiel göttlicher Eigenschaften im menschlichen Bewusstsein. (Zweisprachige Ausgabe Deutsch-Englisch.)  
10'000 Blumen-Flammen, 100 Gedichte.  
Taschenbuch, 110 Seiten Fr./DM 9.80

**"Freude ist verkörperter Friede.  
Freude ist enthüllte Kraft."**



Zum ersten Mal erscheint ein Notenhft mit 72 ausgewählten Liedern Sri Chinmoy's. Die auf deutsch, englisch und bengali wiedergegebenen Liedertexte gehören zu den schönsten Gedichten Sri Chinmoy's. Die Melodien stammen aus der Höhe und Weite des universellen Bewusstseins und erleichtern uns den Eintritt in die Welt der Meditation, wenn wir sie seelenvoll singen oder spielen.

**Kommt, Sonne, Mond und Sterne, 72 Meditations-Lieder, 120 Seiten, Format A4, Fr./DM 10.80**  
**"Überall schwimmen und spielen wir mit grenzenloser Freude im Herzen der Vielen."**

## Musik zur Selbstverwirklichung



Mit Beiträgen von Pablo Casals, Leonhard Bernstein und Davidop Carlos Santana

Wenn Sie ein tiefgründiges, inspirierendes, fundamentales und praktisches Buch über den Zusammenhang von Musik mit der ganzen Schöpfung und der inneren Quelle des schöpferischen Seins suchen—hier haben Sie es gefunden.

Sri Chinmoy ist selbst ein grosser Musiker und darüber hinaus ein spiritueller Meister, der wie Sri Krishna die ewige Musik der höheren Welten lebt und spielt.

**Musik zur Selbstverwirklichung** Mit Beiträgen von Pablo Casals, Leonard Bernstein und Davidop Carlos Santana Mit 10 Liedertexten.  
166S. Taschenbuch, 14. Abt. Fr./DM 9.80

**"Wenn wir seelenvolle Musik hören oder spielen, fühlen wir von den Fusssohlen bis zum Scheitel eine innere Freude. Ein Fluss durchströmt uns, ein Fluss von erleuchtetem Bewusstsein."**

## Bestellschein

Bitte senden Sie mir gegen Rechnung folgende Bücher:

- Meditation (23.—)
- Lieder der Seele (14.80)
- Das Farbenreich (17.80)
- 10'000 Blumen-Flammen (9.80)
- Musik zur Selbstverwirklichung (9.80)
- Tod und Wiedergeburt (8.80)
- Yoga und das spirituelle Leben (9.80)
- Die Stunde Gottes (11.80)

- Everest-Streife 1 und 2 (20.—)
  - 13 Bücher-Sammlung (113.—)
  - Emil Zolaop erzählt (14.80)
- Notenhft:**  
— 72 Meditations-Lieder / 17.80

- Schallplatten:**
- Meditation-Sea (22.—)
  - Aspiration-Deilig (22.—)
  - Meditation-Sun (22.—)
  - Music for Meditation (22.—)
  - Soul-Flames (22.—)

**Tonbandkassetten:**  
— Meditation-Sea (21.—)

Bitte einsenden an:

Sri Chinmoy Verlag  
Friedensgasse 3  
CH-8002 Zürich

Name: .....  
Strasse: .....  
PLZ: ..... Ort: .....

# Abonniert Hologramm

Hologramm hat bisher Themen wie Ernährung, Gemeinschaften, Zuhören, Ökologie, Rechter Lebenserwerb, Kreativität und andere Dinge behandelt.

Hologramm spürt Tendenzen auf und gibt praktische Ratschläge und Ideen für zukunftsbezogenes Handeln.

Wer weiterhin immer rechtzeitig Hologramm haben möchte, sollte es abonnieren. Abopreis DM 15,- für sechs Ausgaben.

Keine Verpflichtung zur Abnahme darüberhinaus. Das Abo braucht nicht gekündigt zu werden. Wer es nicht mehr haben möchte, braucht einfach den fälligen Betrag nicht zu bezahlen.

Wir haben noch ältere Ausgaben auf Lager (bestellt, solange der Vorrat reicht: Gesamtpaket für 7 Ausgaben einschl. Nr.15 = DM 7,-

9 Ganzheitliche Aktion (B. Martin) / Gruppenbewußtsein und feminine Energie (Corinne McLaughlin, Findhorn) / Die Bruderschaft der Sonne, eine amerik. Gemeinschaft / Bodenaufbau und Umweltgestaltung, 10 Die kreative Gemeinschaft / Psychotherapie und spirituelle Erfahrung (Omstein) / Finanzen einer Kommune (Kriyananda); 11 Ökologie und christliche Werte (E.F. Schumacher) / 'Jenseits' von Gestalttherapie (Brown) / Leitung und Fortschritt (Bennett) / Die hydraulische Tauchkolbenpumpe; 12 Aikido mit Kindern (Tohei) / Tabu Schulpflicht (B. Martin) / Zuhause lernen / Warum freie Schule (R. Steiner); 13 Zuhören (Bennett) / Der Pantomime-Workshop (S. Avital) / Hier und Zen (Deshimaru Roshi) / Oberlebensrezept (Stekely); 14 Die Kreative Aktion - Ja, ich kann (Edw. Matchett) / Die Zukunft der Muskelkraft / Múchio Kushis Neue Schule / New Earth Expo, eine alte...Ausstellung.

Wohlstandsbewußtsein

je Heft DM 2,50:

- Nr.16: Alternative Ökonomie, Freiwillige Einfachheit, Rechter Lebenserwerb, das Ökohaus, Gelegenheit und Abenteuer  
Nr.17: Beziehungen u. Gemeinschaft, Sexualität und Liebe, Warum Liebe so weh tut (Bhagwan), Ehe als spirituelle Erfahrung, Mantrische Musik  
Nr.18: Selbstheilung: Makrobiotik im tgl. Leben (Kushi), Biologische Heilmethoden, Selbstmassage, Farbe, Heilung, Gesundheit, Heilung durch Vorstellungskraft  
Nr.19: Die Erleuchtungsneurose, der spirituelle Aufbruch/Anthroposophie, Ekstase und Pantomime, Reise zu den Sufimeistern, Wahrnehmungsübungen, Meditationsmusik  
Nr.20: Ökoptia Jetzi (Sim v.d.Ryn), der gesunde Markt (über die Bioläden), Lebensgesetzliche Erziehung, Ufos - die psychotronische Manipulation  
Nr.21: Greenpeace, Der natürliche Bauer, Landarbeit ohne Arbeit, Homöopathie, Lebensrhythmus (George Leonard)  
Nr.22: Vom Leben lernen: Sarakiniko (K.B.Vollmar), Naropa-Institut (buddh. Universität v. Tschoyong Trunpa), Reise zu einer Schamanin, Lernen durch Handeln (über Gia Fu Feng), Spirituelle Praxis und Führung, Keith Jarrett und Gurdjieff  
Nr.23: New Age Politik, Meditation an der UNO, Die Haltung eines Kämpfers, Die Visionen einer indianschen Schamanin, Die versöhnende Kraft in der Geschichte (Bennett über Gurdjieff), biologische Architektur (Zelte), Platten von Peter M. Hanel.

Zahlungen bitte mit Verrechnungsscheck oder Einzahlung auf unser Postscheckkonto Frankfurt 5412561-601, Verlag Bruno Martin

4.verb. u. ergänzte  
Auflage!

Winfried Günther



## Lebensbuch

**BIOLOGISCHE ERNÄHRUNG VON A - Z** - mit hundert Kochrezepten! Mit vielen Illustrationen.

Dieses wichtige Ernährungshandbuch erklärt von A bis Z alle wichtigen biologischen Nahrungsmittel wie Agar Agar, Aduki-Bohnen, Getreide, Früchte, Kokoh, Kürbis, Sonnenblumenkerne, Sojabohnen, Süßigkeiten ohne Zucker, Tofu, Triebmittel und viele mehr. Außerdem werden Dinge wie Milchsäuregärung, Einmachen ohne Kochen und ähnlich praktische Dinge beschrieben. Alle Rezepte wurden vom Autor selbst erprobt! Ein Buch über Naturkost, das nicht nur belehrend, sondern anregend und praktisch ist. 128 Seiten für 12,80 Mark.



Thema Nr. 15:

Verlag Bruno Martin

## Naturkost Schleckereien

Winfried Günther



Ein Buch voll gesunder, süßer Rezepte. Jeder, der gesünder leben will, möchte doch nicht auf Süßigkeiten verzichten. Dieses Buch zeigt, daß es viele, leckere Alternativen zu weißem Mehl, weißem Zucker und chemischen Pflüverchen gibt. Sämtliche Rezepte dieses Buches verwenden nur Vollkornmehl, Honig, Malz, Ahornsirup, natürliche Dicksüßmittel und andere Zutaten.

Über 150 Rezepte für Schleckereien, Marmeladen, Gebäck, Pudding, Kuchen und andere schöne Sachen.

DM 12,80