

Elemente der Meisterschaft:

Mit Kraft und Gefühl anleiten

Von Munir Peter Reynolds

Dieser Artikel ist der Beginn einer Rubrik „Elemente der Meisterschaft“ in diesem E-Newsletter, in der wir die Fertigkeiten und die spirituelle Praxis von Tanzanleitung und Mentorenschaft erforschen. MentorInnen sind eingeladen, ihre Reflektionen zu diesem Thema dem Guidance Council mitzuteilen.

„Die Tiefe des Gedankens ist machtvoll und die Aufrichtigkeit des Fühlens schafft die Atmosphäre.“ - Hazrat Inayat Khan, „Die Schale des Schenkens“ (The Bowl of Saki) vom 30. November

Wir hören oft von dem Erfordernis für TanzleiterInnen, Atmosphäre zu schaffen, und der „Transmission“ eines bestimmten Tanzes treu zu sein. Die Richtlinien für LeiterInnen weisen darauf hin, dass die wichtigste Qualität, die der Tanzleiter vermittelt, die „heilige Atmosphäre und Einstimmung“ ist, die man unmöglich systematisieren kann. Was bedeutet das wirklich? Und, wenn wir verstehen, was es ist, wie können wir damit beginnen, es zu erreichen?

Wahrscheinlich sind die meisten von uns in der Gegenwart eines/r Lehrers/Lehrerin oder Tanzleiters/Tanzleiterin gewesen, bei dem/der wir einfach Kraft gespürt haben. Sie ist stark in sich selbst, hat ihre eigene innere „Murshida“ gefunden. Es ist nicht eine Qualität, die erzwungen oder aufgesetzt ist. Wir können wirklich spüren, dass die Kraft der Quelle oder des Geistes mühelos durch sie fließt. Du kannst nicht wirklich sagen, dass sie sich auf die eine oder andere Weise benimmt, denn sie sagt nicht irgendetwas Bestimmtes oder tut etwas auf eine gewisse Weise. Wir spüren nur, dass Kraft da ist, und die Tänze und Gänge, die sie leitet haben Kraft oder Tiefe. Wie entsteht diese Kraft und Atmosphäre?

Die oben zitierten Worte von Hazrat Inayat Khan geben einige Anhaltspunkte. Er sagt: „Die Tiefe des Gedankens ist machtvoll ...“ Inayat Khan schreibt an anderer Stelle, über die Wichtigkeit, Stille zu halten und nur zu sprechen, wenn wir wirklich etwas zu sagen haben, denn eine reflektierte Aussage hat viel mehr Gewicht und Kraft. Wir können erkennen, dass es Bedachtsamkeit braucht um etwas Wesentliches zu sagen oder zu tun.

Wir können damit beginnen, uns zu fragen, welche Vorbereitungen wir gemacht haben, bevor wir einen Tanz

„Wir sind kraftvolle und atmosphärische Wesen, wenn wir all unsere falschen Ideen über uns selbst aufgeben.“

des Universellen Friedens oder eine Gehmeditation leiten. Wir üben vielleicht die Musik, proben die Bewegungen, vergewissern uns, dass wir den Tanz verkörpern, lesen die Tanzbeschreibung, Hintergründe und so

weiter. Wir haben wohl alle unsere gewohnte Weise, uns vorzubereiten, um das Grundlegende hervor zu bringen. Inayat Khans Aphorismus impliziert die Frage „Was würde es bedeuten, darüber hinaus zu gehen?“ Waren wir bedachtsam, haben wir tief den heiligen Satz reflektiert? Haben wir eine tägliche Praxis, bei der wir mit dem Satz arbeiten und eine persönliche Erfahrung seiner transformativen Kraft machen können? Haben wir die Tiefe seiner Bedeutung erwogen, nicht nur für unser persönliches Leben sondern auch für das menschliche Sein?

Wenn wir dem heiligen Satz erlauben, sich zu entfalten und „an uns zu arbeiten“ statt „an ihm zu arbeiten“, dann werden wir kontemplativ mit ihm. Er nimmt uns mit, und unsere angeborene innere Kapazität, die Wahrheit zu sehen, erscheint. Auf diese Art drehen wir den Tanz oder den heiligen Satz wie einen Juwel und sehen seine Facetten aus allen verschiedenen Perspektiven. Wir integrieren ihn in unser Sein. Wir erleben uns vielleicht dabei, wie wir an ihn denken, wenn wir mitten in der Nacht aufwachen, oder wir gewinnen ein Verständnis von ihm, das während unseres Arbeitstages auftaucht.

Erlauben wir dem Tanz, „an uns zu arbeiten“, dann kommt unser Verständnis von einem ganz anderen inneren Ort, wenn wir den heiligen Satz übersetzen oder dem Tanzkreis eine Einstimmung geben. Wir geben dann nicht mehr nur eine Abhandlung dessen, was wir immer sagen, oder was wir über den Tanz gelernt haben oder präsentieren Material aus der Tanzbeschreibung. Jeder im Tanzkreis spürt die Kraft des Gedankens, der aus Übung, Reflektion und Kontemplation entspringt. Der/die TanzleiterIn tut dann das, was im Moment angemessen ist, um den Tanz mit dem heiligen Satz und mit der Erfahrung, die für jeden Anwesenden auftaucht, zu verbinden.

Es soll betont werden, dass wir hier nicht von dem Versuch sprechen, kraftvoll zu sein oder wissend zu klingen. Diese Idee müssen wir komplett hinter uns lassen. Vielleicht sagt der Leiter nur sehr wenig, übermittelt aber die Kraft des Tanzes auf subtilere Art – durch Körperbewegungen und Atmosphäre. Es lässt sich nicht voraussagen! Aber wenn sie da ist, werden es alle wissen.

Hazrat Inayath Khan fährt dann fort, „es ist ... die Offenheit des Gefühls, das die Atmosphäre erschafft.“ Viele

„Viele von uns fühlen sich vielleicht wohler damit, unseren Verstand vor anderen zu benutzen, als unsere Gefühle zu zeigen.“

von uns fühlen sich vielleicht wohler damit, unseren Verstand vor anderen zu benutzen, als unsere Gefühle zu zeigen. Offenheit, mit anderen emotional ungeschützt zu sein, erschafft eine Atmosphäre in der andere sich vielleicht sicher genug oder gar inspiriert fühlen, auch so zu sein. Wenn der Tanzleiter keine Angst hat, jegliches Gefühl, das sich in ihm bewegt, zu zeigen, so wird diese Qualität von Ehrlichkeit und Schönheit, jedermanns Erfahrung durchdringen. Das ist „Atmosphäre“. Wenn wir die Spannbreite der Gefühle betrachten, die in einem Tanzleiter während

eines Tanzes auftauchen können, wie Freude, Trauer, Humor, Liebe, Frieden und Ekstase, so ist es wichtig zu betrachten wie dessen einfaches Zulassen zu einer umfassenderen Erfahrung für alle beiträgt.

Natürlich ist die Fähigkeit, emotional ehrlich und innig mit anderen zu sein, keine Eigenschaft, die in unsere Gesellschaft mühelos entsteht. Wir haben vielleicht Themen aus unserer Ursprungsfamilie und Konditionierungen, die wir uns anschauen müssen. Wir können Offenheit der Gefühle nicht „aufsetzen“. Es muss echt sein und ein Ergebnis einer ungeschützten Haltung. Wir können beginnen, damit zu arbeiten, indem wir unsere Bereitschaft, unsere Gefühle im Tanzkreis sichtbar werden zu lassen, untersuchen. Unterdrücke ich etwas, das in mir aufsteigt, und wenn ja, warum? Sehen ist der Beginn von Wandlung, weil die Wahrheit uns verwandelt.

Mit Kraft und Gefühl zu leiten, hat damit zu tun, „alles von uns“ beim Leiten zur Verfügung zu haben, so dass die Kraft des kontemplativen Gedankens und die Atmosphäre des aufrichtigen Gefühls, dem Geschehen ihre ganz eigene Farbe und Beschaffenheit hinzufügen können. Wir sind kraftvolle und atmosphärische Wesen, wenn wir alle unsere falschen Gedanken über uns ablegen. In der Tat kann man von den Tänzern des Universellen Friedens sagen, dass sie eine Gruppenübung sind, durch die die Kraft des heiligen Satzes in seinem vollen Potential manifestiert wird - der Tanzleiter ist ein Instrument hierfür. Auf diese Weise öffnet er/sie eine Tür in sich, damit andere durchgehen können.

Den breiteren Weg, der vor uns liegt zu sehen und zu fühlen und sich dem Potential in uns zu öffnen, ist die Essenz eines spirituellen Lebens und sicherlich wesentlich für die Kunst, die Fertigkeit und die spirituelle Praxis, die Tänze des Universellen Friedens anzuleiten.

Munir Peter Reynolds ist ein Senior Mentor und Mitglied des Guidance Councils. Er lebt in Montana USA.

