

Elemente der Meisterschaft

## Sehnen des Herzens

von Leilah Be

Ich schätze gute Fragen sehr und lade Euch ein, mit mir über einige Fragen nachzudenken.

Wonach sehnen wir uns als menschliche Wesen?

Wie wird das Werkzeug der Tänze des Universellen Friedens unseren Bedürfnissen gerecht und welche Gefühle entstehen, wenn diese Bedürfnisse gestillt werden?

Was sind die Bestandteile in den Tänzen des Universellen Friedens, die dazu beitragen, eine Erfahrung zu erschaffen, die bedeutungs- und kraftvoll, nährend, tief und fruchtbar ist?

Was in uns wird durch unsere Erfahrungen im Rahmen einer Tanzsession genährt, inspiriert, gestärkt, geöffnet, befriedigt, erhoben?

Das sind jede Menge Fragen – wir können hier einfach innehalten und eine Weile gemeinsam darüber nachdenken.

Um ein umfassenderes Bild zu bieten, findest Du unten eine Aufzählung einiger Gemeinplätze.

Schönheit    Sicherheit    Zuneigung    Annahme    Zusammenarbeit    Nähe  
Kommunion    Begleitung    Rücksicht    Übereinstimmung    Dazugehörigkeit  
Respekt  
Vertrautheit    Authentizität    Ehrlichkeit    Präsenz    Spiel    Humor    Frieden    Bewegung  
Berührung    Wohlbefinden    Gleichheit    Harmonie    Ordnung    Bedeutsamkeit  
Mitarbeit    Entdeckung    Feier    Trauer

Als menschliche Wesen sehnen wir uns danach, auf bedeutungsvolle Weise mit Anderen verbunden zu sein.

Wir sehnen uns danach, wahrgenommen zu werden, angenommen zu sein, wir sehnen uns danach, Wärme, Zuneigung und Liebe zu spüren und unser liebendes Sein darzubringen. Wir sehnen uns nach Empathie und nach Mitgefühl. Wir sehnen uns danach, dazu zu gehören und manche Menschen sehnen sich sehr danach, Gemeinschaft aufzubauen, was die Kultur der Tänze des Universellen Friedens natürlicherweise tut.

Wir sehnen uns danach, aus unserem Traum des Getrenntseins von der Quelle und voneinander zu erwachen. Wir sehnen uns danach, uns von falschen Vorstellungen, Konzepten und Glaubensmustern zu befreien. Wir sehnen uns danach, zu spüren, wie unsere Körper, Herzen und Seelen mit Licht gefüllt werden.

Wir sehnen uns danach, das Heilige zu erleben. Wir sehnen uns nach einem Leben, das Bedeutung hat und mit dem Ziel unserer Seele verbunden ist. Wir sehnen uns danach, uns

selbst zu freien und weiten Wesen zu entfalten. Wir sehnen uns danach, uns selbst zu kennen und anzunehmen und in diesem Leben, das uns so voller Gnade geschenkt ist, zu gedeihen.

Auf einem Camp hat vor Kurzem eine junge Frau in ihren Zwanzigern und neu bei den Tänzen, wunderschön ausgedrückt, dass ihr ihre Erfahrung in den Tänzen erlaubt hat, sich für eine neue Möglichkeit zu öffnen, nämlich der Beziehung zu anderen Menschen in einer intimen Qualität der Präsenz, des Sehens und Gesehenwerdens auf einer Seelenebene, die sie vorher nur in der Begegnung mit einem Liebhaber für möglich gehalten hat. Sie war in ihrer neuen Erfahrung geerdet und voller Ehrfurcht vor dieser Art der Verbindung, die sich sicher und nah anfühlt, ohne in einem sexuellen Zusammenhang zu stehen. Ich glaube, alle Anwesenden fühlten ihre Erleichterung und ihr Gespür, dieses neue Territorium entdeckt zu haben, konnten spüren, wie diese Erfahrung sie gewärmt und verändert hatte und erkannten das gleichermaßen als Teil ihrer eigenen Erfahrung wieder.

Ich halte für unsere TanzleiterInnen, Mentees und MentorInnen das hohe Ziel, dass wir diese meist unausgesprochenen Sehnsüchte berücksichtigen, indem wir eine Atmosphäre erschaffen, die die Möglichkeit bereithält, eine Fülle dieser Bedürfnisse zu stillen. Idealerweise stellen wir im Rahmen unserer Tanzsessions einen Raum zur Verfügung, in dem sich die TänzerInnen vor allem einbezogen, wohl, authentisch, in einem Gefühl von Freundlichkeit und Dazugehörigkeit fühlen.

Möge unser Werk großen Nutzen hervorbringen, so dass die Menschen unsere Tanzsessions und Tanzcamps inspiriert, zart, gewärmt, optimistisch, dankbar, gestärkt, freudig, ruhig, mit klarem Kopf, friedlich, erfrischt, belebt und strahlend verlassen.

*Leilah Be ist Murshida in der Sufi Ruhaniat International und leitet seit den frühen 1980ern Zikrpraxis und die Tänze des Universellen Friedens. Sie hat zahlreiche wunderschöne Kreistänze und Zikr komponiert, die weltweit getanzt werden und wird für die Tiefe ihrer Hingabe geschätzt. Zusammen mit ihrem Ehemann lebt sie auf der Insel Maui: Sie haben fünf erwachsene Kinder und ein Enkelkind. Leilah und Bodhi wohnen auf dem Land, mit Gärten und Obstplantagen und dienen der örtlichen Gemeinschaft als Berater/ Cherags (Sufipriester). Außerdem unterstützen sie bei der Erziehung und im Bereich von Tod- und Sterbeprozesse und unternehmen ausgedehnte Reisen, um weltweit die Früchte Ihrer Praktiken in Retreats zu teilen.*

