

Sufismus für alle



Die Botschaft

„Die Botschaft–Treffen“

„Caravanserai“

„Atem–Klang–Bewegung“

„Heil und Hilfe“

„Nafs–Kalimi“

Was ist Sufismus?

Sufismus ist eine bestimmte Lebenshaltung, eine Haltung sich selbst und dem Leben gegenüber.

Sufismus ist eine Weisheitslehre mit einem Schatz von Gedanken und Betrachtungen, die es einem ermöglichen, eine andere Blickrichtung auf das Leben einzunehmen.

Sufismus ist die Essenz dessen, was alle Religionen meinen und wollen. Somit ist Sufismus in allen Religionen zu finden, ohne selbst Religion zu sein. Wenn man durch gelebtes Christentum, durch gelebten Islam, durch gelebtes Judentum, durch gelebten Buddhismus, durch gelebten Hinduismus oder durch das Leben welcher religiösen Form auch immer zu Erkenntnis und Weisheit über das eigene Leben und über das Leben im Allgemeinen kommt, dann ist Sufismus Christentum, Islam, Judentum, Buddhismus, Hinduismus oder jede andere Richtung.

Und doch bedeutet Sufismus nicht nur, an etwas zu glauben, sondern er bedeutet ganz praktisch, durch die Art zu leben, die Art zu denken und zu fühlen, durch Atem und Klang, durch Meditation und Studium und viele andere Wege nach der Wahrheit zu suchen.

Sufismus ist Mystik, Sufismus ist Psychologie, Sufismus ist Weisheit und mehr. Sufismus basiert auf dem Verstehen, dass allem Leben ein einziges Sein zugrunde liegt, welches alle Wesen und Dinge mehr miteinander verbindet als Rassen- oder Religionszugehörigkeit, ja selbst mehr als familiäre Bande.

Das Wort Sufismus selbst hat seinen Ursprung möglicherweise in dem griechischen Wort „sophia“, Weisheit, aber vielleicht auch in dem persischen Begriff „sufa“ für das Wollgewand, welches Menschen, die dem spirituellen Leben folgten, oft anlegten, um ihre Suche zu kennzeichnen. Vielleicht ist die Wortwurzel auch im Arabischen zu finden, in dem Wort „safa“ für Reinheit, einer Reinheit des Geistes, die jene erstrebten, die sich auf die Suche nach Gott, nach der Wahrheit, nach dem wahren Selbst machten.

Aber im Namen liegt nicht die zentrale Bedeutung, da es mehr um die Umsetzung geht. Worte führen oft zu Auseinandersetzungen und zu Trennendem, und genau dies ist es, was der Sufismus vermeidet.

Sufismus bedeutet, nach der Einheit zu suchen, nach dem wahren Selbst. Wenn ein Mensch in all den Ebenen von Körper, Denken und Fühlen, die sich beständig wandeln, nach dem sucht, was unwandelbar bleibt, dann sucht er nach sich selbst, und diese Suche ist, was Sufismus bedeutet.

Sufismus kennt keine Doktrinen oder Dogmen, Sufismus schreibt nichts vor, denn er fordert den Menschen in jedem Augenblick heraus, neu zu entscheiden, was der Augenblick von ihm fordert. Das bedeutet allerdings nicht, dass Sufismus keine Prinzipien kennt, es bedeutet nur, dass der Sufismus aus der Erkenntnis lebt, dass es kein Prinzip gibt, welches für alle Menschen und für alle Zeiten gleichermaßen gilt.

Die Botschaft–Treffen

Die Botschaft–Treffen sind für jedermann, der sich für Mystik, Psychologie, Esoterik und Spiritualität interessiert, eine Einladung. Themen aus den genannten Bereichen werden vorgestellt und in Bezug zu den Themen des Alltags gestellt.

Dinge einmal aus einer anderen als der gewohnten Perspektive zu betrachten, kann eine Herausforderung darstellen, aber oft findet man durch eine neue Betrachtungsweise auch eine Lösung für Probleme und sogenannte ausweglose Situationen. Die Botschaft–Treffen sind ein Angebot für den Verstand des Menschen.

„Caravanseraï“

Eine Caravanseraï ist traditionell ein Ort, an dem sich Karawanen und Reisende ausruhen und auftanken können. Eine Caravanseraï ist wie ein Gasthof am Wegesrand, an dem man sich erfrischen kann und Nahrung und Wasser findet. Eine Caravanseraï ist ein Ort, an dem sich Reisende treffen.

Die Treffen mit dem Thema „Caravanseraï“ bieten gemeinsame Gebete und Rituale sowie Texte aus den verschiedenen Religionen für alle Menschen, gleichgültig zu welcher Kultur oder Religion sie gehören.

In letzter Konsequenz hat jeder Mensch sowieso seine ihm ganz eigene Religion und damit verbunden seine ganz spezifische Gottesvorstellung. Aber es geht nicht darum, welche Religion ein Mensch bekundet, sondern, ob er sie lebt und ob sie ihm hilft, Gott zu finden. Religion ist der Weg des Herzens.

Es gibt nicht „die Religion“ oder „die Kirche“, aber es gibt „die Religiosität“, dieses tiefe Empfinden, durch welches das Herz des Menschen inspiriert wird, sich auf die Suche nach seinem Ursprung und seiner Quelle zu machen. Religion ist niemals das Ziel, die Endstation. Religion ist ein Mittel, welches dazu bestimmt ist, dem Menschen zu helfen, seinen Zweck und seine Aufgabe im Leben zu finden und zu erfüllen. Religion ist ein Weg, auf dem der Mensch sowohl Gott als auch sein eigenes Selbst und die Verbindung zu allem Leben finden kann.

Atem – Klang – Bewegung

Stimmbildung und Atemarbeit

In allen spirituellen Traditionen aller Kulturen findet man als zentrale Praktiken zur Erkenntnis die Arbeit mit dem Atem und die Arbeit mit Klang. Der Atem hat im Laufe der Menschheitsgeschichte viele Namen bekommen, unter anderem auch Chi oder Prana. In der heutigen Zeit ziehen wir es vor, von Energie zu sprechen, aber wie wir ihn auch nennen, er ist und bleibt die Grundlage all dessen, was ist. Und es ist der Atem, der den Klang hervorbringt. In beiden ist Bewegung und Leben, und somit bieten die Praktiken des Atem, des Klangs und der Bewegung Wege, um mit der Essenz des Lebens und des eigenen Seins in Verbindung zu kommen.

Die Treffen „Atem – Klang – Bewegung“ bieten für jedermann Übungen aus der Klang- und Atemarbeit, welche den Menschen in seine Innenwelt führen können.

Die Praktiken mit Atem und Klang sind Praktiken für die Seele, denn sie arbeiten mit Wahrnehmung und Bewusstsein.

Heil und Hilfe – Gebetsmeditation

Gott allein ist Heiler, der Mensch aber kann Kanal sein für die göttliche Heilkraft. Heilung bedeutet, den Zustand der Harmonie zu finden, wohingegen die sogenannte Erkrankung auch immer durch einen Mangel an Harmonie gekennzeichnet ist.

Niemand darf einem anderen Menschen seiner Prozesse berauben, aber wenn jemand um Heilung bittet, dürfen wir unsere Hilfe nicht verwehren. Heilung bedeutet, heil zu sein auf allen Ebenen, und fordert oft Veränderung und Wandlung von uns. Daher kann Heilung nie nur von außen kommen, sondern muss im Inneren des Menschen stattfinden. Durch Gebet, Meditation und gerichtete gedankliche Energien kann dieser Prozess bei anderen unterstützt werden. Dies ist der Grund, warum sich Menschen treffen und für die Gesundheit anderer Wesen beten und meditieren.

Die Treffen zum geistigen Heilen erfordern ein liebendes, mitfühlendes Herz in Verbindung mit einer großen Kraft: der Konzentration und der Sammlung.

Jeder, der der Heilung bedarf, kann diese Gruppe anfragen, in dem meditativen Miteinander segnend mitbedacht zu werden.

Die Klang- und Atemgemeinschaft Nafs–Kalimi

In allen Bereichen gibt es Menschen, die Anteil haben an etwas, und es gibt Menschen, die tiefer gehen, weil sie wissen, dass sie darin den Sinn ihres Lebens finden und erfüllen. In drei Stufen steigt ein Mensch zur Meisterschaft welches Bereiches auch immer auf. Der erste Schritt besteht im Aufnehmen, der zweite Schritt im Durchdringen, Leben und damit Verschmelzen, der dritte Schritt besteht darin, dass der Mensch den Bereich verkörpert. Nicht der Anspruch zählt, sondern das, was ein Mensch ist, so wie sich jeder Baum durch seine Früchte und nicht durch seine Aufschrift beweist.

Die Treffen der Klang- und Atemgemeinschaft sind für Menschen, die in der Arbeit mit dem Atem und dem Klang ihre Erfüllung finden und die daraus so viel Kraft schöpfen, dass sie diese dann mit anderen teilen können.

Die Bedeutung des Begriffs Nafs–Kalimi setzt sich aus den beiden arabischen Worten Nafs für das Selbst bzw. Nafas für Atem und Kalimi für das Wort, für den Gott, der spricht, zusammen. Die Klang- und Atemgemeinschaft Nafs–Kalimi ist für Menschen gedacht, deren Leben bewusst im Atem–Selbst und im Klang–Selbst gegründet ist.

Die Termine der einzelnen Aktivitäten:

auf der Internetseite des Instituts

über einen E-Mail-Verteiler

über Ankündigungszettel

über Einladung

über Anfrage



atem ◦ raum ◦ klang

**Institut für Atemzentrierte Stimmgebung
Chorakademie Nord**

Kontakt

**Institut für Atemzentrierte Stimmgebung
Ronald Balg, Wrangelstr. 3 / 24937 Flensburg,
atem-raum-klang@web.de / Tel. 0176-22129064
www.atem-raum-klang@web.de**



**Verlag Atem-Raum-Klang, Kabir Bäter
im Institut für Atemzentrierte Stimmgebung
Kontakt über das Institut**