

Im Rhythmus der Seele tanzen – Reflexionen zum Thema Rhythmus in der Sufi-Tradition von Monika Fatimabi Grieger

«*Rhythmus hat seinen Ursprung im Tanzen der Seele. Wenn die Seele zu tanzen beginnt, wird jedes Wort, jeder Ausdruck eines Menschen rhythmisch. Rhythmus inspiriert andere Seelen zum Tanzen. Er erzeugt eine Ekstase, die unerklärlich und unvergleichlich mit irgendeiner sonstigen Quelle der Ekstase ist*», sagt der indische Sufi Mystiker Hazrat Inayat Khan.

Nach *Hazrat Inayat Khan* ist Rhythmus der Ursprung aller Manifestation, allen Lebens. So sei der menschliche Körper aus Klang und Rhythmus geformt. Zusammen entsteht so Musik. Der Herzschlag ist Rhythmus – ebenso die Bewegung des Herzens. Der Rhythmus unseres Denkens hat einen Einfluss auf den Rhythmus unseres Körpers. Atem ist Klang, seine Vibrationen berühren jeden Teil unseres Körpers und halten ihn so lebendig.

Der Rhythmus ist an den Treffen in unserem Sufi Kreis von grosser Bedeutung. Dies auf verschiedenen Ebenen. Unsere Anrufungen werden rhythmisch vollzogen. Die Trommel, welche den Herzschlag symbolisiert, dient als Instrument, um unsere Stimmen und unseren Rhythmus zu vereinen. Im Singen der *heiligen göttlichen Namen*, die wir wie Mantras nutzen, vereinen wir uns in einem gemeinsamen Rhythmus; lassen uns in diesen Rhythmus fallen und von ihm tragen. Auch unser Körper bewegt sich rhythmisch. Während der Anrufungen sitzen wir normalerweise im Kreis, wir lassen dabei unsere Körper leicht hin- und herwiegen. Das hat einen Effekt, wie es wohl auch das Wiegen eines Kleinkindes hat: Wir fühlen uns geborgen in den Armen der göttlichen Mutter / des göttlichen Vaters. Wir können uns lösen vom Festhalten unseres Denkens, von der Vorstellung davon, wer wir sind. Wir lassen uns tragen vom Einen Rhythmus, vom Einen Sein – wir vergessen uns, um das zu erfahren, was die Sufis *Entwerden in Gott - Fana fi Allah* nennen. Singend oder sprechend rufen wir die *heiligen Namen Gottes* an. Wir hören auf den Takt der Trommel; wir bewegen unsere Körper im Rhythmus der Trommel.

Möglicherweise stehen wir auf, bereit für den *Drehtanz der Derwische*. Unsere Seele ist inspiriert, wir werden gerufen, uns zu drehen, zu wirbeln, zu tanzen, in der Gegenwart des Einen Seins, des Einen Lichts - im Einen Rhythmus. Wir drehen uns im Rhythmus der Musik. Jedes Mal, wenn wir den Fuss aufsetzen, wiederholen wir «Allah» oder einen anderen Namen des göttlichen Seins. Es geht um die Ausrichtung «*dem Einen entgegen*», um das Lösen vom Ich-Bewusstsein, um das Vergessen und Eintauchen in den grossen Rhythmus. Wir hören den Klang des Universums, tauchen ein, lassen los, verbinden uns im gemeinsamen Rhythmus und werden Eins. So tanzen wir mit unseren Körpern, Herzen und Seelen. Im Rhythmus des göttlichen Herzschlages berühren unsere

Füsse achtsam die Erde, sind unsere Arme ausgestreckt zum Himmel und lassen wir uns von unseren Herzen, ja unserem Herzschlag, führen und drehen – drehen um eine Achse, die wir nicht kennen; die wir Allah nennen oder Gott, Licht, Liebe. Alle drehen wir uns im Gleichschritt, im Rhythmus der Musik, der Trommel – des Herzens.

«Allah, Allah, Allah» – das ist es, was der Legende nach der grosse Sufi-Meister, genannt *Pol der Liebe*, *Jalal al-Din Rumi (1207–1273)* hörte, als er über den Marktplatz von Konja in der heutigen Türkei ging. Er war verzweifelt über den Verlust seines Herzensfreundes, des Wanderderwischs *Schams-e Tabrizi* und nun hörte er diesen Klang. - Zu den rhythmischen Schlägen des Goldschmieds *Salahuddin* soll Rumi sich um seine eigene Achse gedreht haben – immer wieder und ohne aufzuhören. Er verfiel in Ekstase, verlor sich, um doch ganz bei sich, eins mit dem göttlichen Geliebten, zu sein. Aus dieser Inspiration heraus erschuf Rumi sein gewaltiges Werk, das auch als persischer Koran bezeichnet wird. Er diktierte es drehend seinen Schülern. Aus diesem Tanz von Rumi entstand das Ritual der drehenden Derwische, genannt *Sema*, welches heute noch in derselben Form durchgeführt wird, wie es der Sohn Rumis, *Sultan Walad*, nach dessen Tod geformt hat. Dieses Ritual folgt einem strikten zeremoniellen Ablauf und damit einem klaren Rhythmus, welcher den Weg der Suche symbolisiert. Vom Suchen zum Finden; vom Drehen in Dankbarkeit zum Entwerden; hin zum beseelten Sein in der Welt.

Und so ist das Ziel der Sufi Mystik nicht *Nirwana*, nicht *Fana fi Allah*, das Entwerden in Gott, sondern das Sein in der Welt; das Sein in Gott *Baqa fi Allah* genannt - das Leben im Rhythmus des göttlichen Seins.

Unser Ausatem wird zum göttliche Einatmen – unser Einatmen zum göttliche Ausatmen. Wir leben im göttlichen Sein; der göttliche Atem druchströmt und bewegt uns im Rhythmus des Einen Lebens. *«Du bist mein Leben, in Dir lebe ich. Von dir erhalte ich Leben und Dir gebe ich. O meine Seele, mein Geist, Dich bewundere ich. Ich lebe in Dir und so lebe ich ewiglich. Du bist in mir und in Dir lebe ich. Du bist meine Königin, die meine Sünden vergibt. Du bist die Gegenwart, die Zukunft und die Vergangenheit. Ich habe mich selbst verloren und Dich am Schluss gefunden.»* Hazrat Inayat Khan

Im Rhythmus des Seins in dieser Welt, zeigt sich der göttliche Rhythmus. In Tag und Nacht, Mond und Sonne; in den Gezeiten, den Tagen, Monate, Jahren – dem Erblühen und Vergehen – in allem sehen wir die göttliche Weisheit am Wirken. In diese Rhythmen reihen wir uns ein; wir ergeben uns in sie und lassen uns vom Strom des Lebens tragen: *«Bin ich es, der durchs Leben geht? Nein, das Leben geht durch mich hindurch»*, sagt Hazrat Inayat Khan

Den Rhythmus des Seins, der allumfassend, beglückend ist und uns einlädt zu seinem Tanz erfahren wir in der Natur. Hazrat Inayat Khan drückt das wie folgt aus:

*Deine Musik bringt meine Seele zum Tanzen;
Im Murmeln des Windes höre ich Deine Flöte;
Die Wellen des Meeres halten den Rhythmus meiner Tanzschritte.
Durch die ganze Natur höre ich Deine Musik spielen, meine Geliebte.*

In Dir fühle ich eine Überfülle von Segen.



Übersetzung der Zitate von Hazrat Inayat Khan aus der englischen Originalsprache ins Deutsche von Monika Fatimabi Grieger



Hazrat Inayat Khan 1882 – 1927

Hazrat Inayat Khan wurde in Baroda Indien in eine bekannte Musikerfamilie geboren. Er selber wurde zu einem berühmten Musiker, der in ganz Indien gefeiert wurde. Als er am Hofe des Nizam von Hyderabad (einem muslimischen Herrscher) als grösster Musiker Indiens geehrt wurde, sagte er: *“Meine Musik ist mein Denken und mein Denken ist mein Fühlen. Je tiefer ich in den Ozean der Emotionen eintauche, umso schöner sind die Perlen, die ich als Melodien hervorbringe. Meine Musik ist meine Religion. Was ich Euch mitgebracht habe, ist nicht Musik zur bloßen Unterhaltung, sondern die Anziehungskraft der Harmonie, mit der die Seelen in Gott vereint werden”*.

1904 wurde Hazrat Inayat Khan von seinem Lehrer *Sheikh Abu Hashi Madani Chisti* in den Sufismus eingeweiht. Er sollte sein Nachfolger in der Sufi Linie der *Chistiyya* werden und mit seiner Musik Ost und West vereinen. So verliess Hazrat Inayat Khan im Jahre 1910 Indien zusammen mit seinen Brüdern. Er reiste durch die USA und Europa. Er lehrte vor einer ständig wachsenden Zahl von Suchenden. Als er im Jahr 1927 in Delhi starb, hat er ein grosses Werk hinterlassen. Musik und Rhythmus waren unter seinen wichtigsten Themen.



The Royal Musicians of Hindustan:

Hazrat Inayat Khan, Mahebob Khan, Mushraff Khan und Muhammed Ali Khan



Drehender Derwisch, auch genannt Semazen

Derwische sind Wandermönche, Asketen innerhalb der Religion des Islam. Das Wort Derwisch (persisch dar = Türe) bedeutet im übertragenen Sinne: einer, der an der Türschwelle zwischen Diesseits und Jenseits steht. Das neupersische *darwish* kann zum avestischen *drigu* zurückverfolgt werden. Im Alt-Iran wurden damit die Jünger Zarathustras bezeichnet.

Jalal al-Din Rumi (1207 - 1273), zählt zu den bedeutendsten persisch sprachigen Dichtern und Mystikern des Mittelalters. Geboren in Balch im heutigen Afghanistan, lebte und wirkte er lange bis zu seinem Tod in Konya, der heutigen Türkei.

Schams-e-Tabrizi war ein muslimischer Wanderderwisch, der in der Stadt Täbriz, im heutigen Iran, geboren wurde. Er war der Seelenfreund von Jalal al-Din Rumi.

Das Ritual des Sema – Mystischer Tanz der Derwische

Als Sema wird der mystische Tanz der sich drehenden *Mewlewi-Derwische* bezeichnet. Es hat seinen Ursprung in einer Inspiration des berühmtem Mystikers Mewlana Jalal al-Din Rumi.

inspiration

Heft 3–4.24 · Rhythmus

2	Editorial
3	Rhythmus – Musik & Tanz
4	Anna Kraml Feuerflammen sprühend und säuselnd im Wind – Die Vielfalt der Stimme Gottes in der Bibel
10	Ludger Hiepel »Du hast mir mein Klagen in Tänzen verwandelt« Ps 30,12 – Rhythmen in der Hebräischen Bibel und besonders in den Psalmen
19	Monika Fatimabi Grieger Im Rhythmus der Seele tanzen – Reflexionen zum Thema Rhythmus in der Sufi-Tradition
23	Mechthild Bitsch-Molitor Der Ton macht die Musik! – und was macht der Rhythmus? – Lieder der geprägten Zeiten in ihrer rhythmischen Gestalt
31	Atemrhythmus
32	Rosa Bramböck Atemtherapie
37	Irene Weinold Gebet und Alltag – eine unvereinbare Rhythmik?
43	Gudrun Schmitz Den eigenen Rhythmus finden – in der Praxis des Bogenschießens
51	Rhythmus und Struktur
52	Julia Blanc Arbeit und Freizeit – Rhythmen des Tages, der Woche, des Jahres aus sozialetischer Perspektive
57	Hans-Joachim Höhn Ausdauertraining – Rhythmen der Unterbrechung
63	Claudius Kroker Mut zur Unterbrechung
67	Lebensrhythmus
68	Andreas Wittrahm Alles hat seine Zeit – Fünf entwicklungspsychologische Miniaturen zum Rhythmus unserer Lebensalter
75	Tobias Kläden Zu schnell für Gott? – Entlastende Botschaften aus der Zeitsoziologie
81	Michael Rosenberger Sich einschwingen in das Leben – Die Bedeutung von Rhythmen für das Pilgern – und des Pilgers für die Entdeckung der Rhythmen
86	Stefan Hoffmanns Rhythmus – Eine familiensystemische Betrachtung
92	Michaela Schneider-Mestrom Rhythmus: Die unsichtbare Melodie unseres Lebens