

von Claudiha-Gayatri Matussek

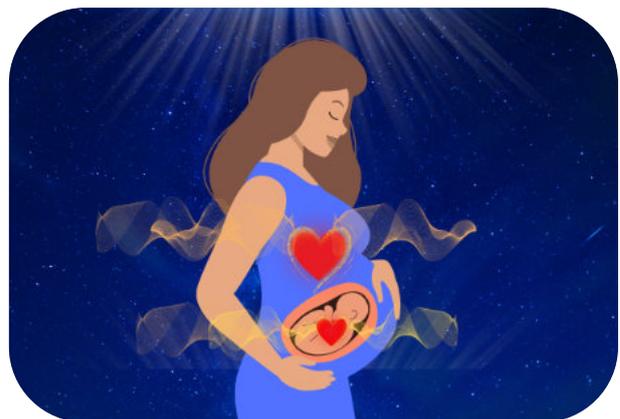
## Liebe ist

Und wenn sie nicht ist? Dann suchen wir. Dann rufen wir. Wo ist sie?

Wir wollen hören. Wir wollen fühlen. WO IST SIE? Vielleicht sind wir genau dafür geboren, um diese Frage zu stellen? Um sie zu finden. Um sie zu ergründen, sie, die Liebe, die ALLES ist. Denn sie ist nicht einfach nur ‚etwas‘, obwohl wir sie im Etwas spüren und ergründen können. Wäre es nicht schön, wenn jeder TON, den du von dir gibst, wenn jedes Wort, das du sagst, etwas von dieser Liebe gibt, von der Liebe, die alles ist aus dem Alles, woraus wir schöpfen, dem Alles, das die Schöpfung selbst ist. Ja! Eigentlich brauchen wir nur zu schöpfen ... Jedes Geschöpf ist ja aus dieser All’Einen Schöpfung entstanden. Und jedes Geschöpf schaut sich um, neugierig. Zum Beispiel schnüffelnd oder herumtappend, fragend ohne Worte: WO entdecke ich das, was mir antwortet? Am liebsten so, dass ich mich gut beantwortet fühle. Denn, dann geht es mir endlich gut. Dann freue ich mich!

Wenn wir in unserer Mutter zum menschlichen Körper werden, ist eine unserer allerersten Antworten der eigene Herzschlag. Unser Herz antwortet dem größeren Herz, das über uns schlägt. Würde sich um uns herum nichts tun, sich nichts bewegen, nichts klingen, käme es dem werdenden Leben ‚nicht in den Sinn‘ eine pochende Antwort zu geben. Woher ich solche Sachen ‚weiß‘? Einmal – sowieso – weil diese ‚Sachen‘ ja grundsätzlich lebendige Tatsachen sind. Um sie aber in Worte zu fassen, um das alles nachzuvollziehen und darzustellen, brauchte es Fragen. Diese

stellten sich mir nach dem Autounfall mit Schädelbasisstrauma, in dessen Heilungsweg auch die Folgen meiner Zangen- und Frühgeburt nach oben schwappten. Die Hör-Kunst, l’art de l’ecoute, die den Forschungen von Alfred Tomatis, Paris, folgt, war damals meine erste Lebensrettung. In der GartenWEden Ausgabe von Januar 2023 habe ich schon einiges dazu beschrieben.



In diesem Artikel geht es nun weiter: wie Hören und Stimme, was tiefes Horchen und bewusster Stimmklang mit ‚Liebe‘ zu tun haben. In der Januarausgabe habe ich erzählt, was Flüstern für die Ohren und die Stimme bedeutet. In der Hör-Kunst haben wir viel mit dem Flüstern und dem Hören aufeinander mit geflüsterten Worten gearbeitet. Wir beschäftigten uns mit einem Text von Jean-Marie Le Clezio aus: „Das Unbekannte auf der Erde“. Zuerst sollten wir immer genau hinhorchen, mit geschlossenen Augen, bevor wir die Worte – jeder, eines nach dem anderen

– selber sprachen. Als ich Murielles Stimme mit ihrem feinen französischen Akzent die ersten Sätze flüstern hörte, flossen sofort Tränen aus meinen Augen. Ich lauschte ihrer genauen Aussprache, ihrem ruhigen Tonfall. Während sie sprach, ging sie langsam hinter unserer Runde im Kreis durch den Raum. Sie wiederholte den Text geduldig, jedes Mal mit gleicher Sorgfalt, bis sie wieder da angekommen war, wo sie losgegangen war: „Ich möchte nur dies eine machen: Musik mit den Worten. Ich möchte in ein Land aufbrechen, wo es keinen Lärm gibt, keinen Schmerz, nichts, was stört oder zerstört, ein Land ohne Krieg, ohne Hass, voller Stille, voll mit blendendem Sonnenlicht.“



Diese Worte, von Murielles Stimme im Flüsterton gesprochen, waren nicht nur als Info für meinen Verstand und meine Ohren eine Offenbarung, sondern ganz besonders für mein Herz, für mein Horchen mit dem Herz auf ihre herzlichste Stimme. Herzlicht: weil sie jedem Wort Klang und Melodie gab. Ihr Sprachklang erhellte unser Hören auf den Text. Und ich spürte: Das ist es! Das wollte ich schon immer, ja! Das ist das, was das ‚lebendige Wort‘ sein kann: mehr als jede Info, mehr als Vernunft und Verstand, mehr als jedes Wissen: Liebe im Wortklang. Das Wunderschöne war zudem, dass bei ihr, später auch bei Marie-Pierre, die unsere Hör-Kunst-Gruppe in den nächsten Jahren leitete, nie ein unnatürlich beweisträchtiges Wollen im Sprachklang auftauchte. Nie klang ihr Sprechen ‚demonstrativ gekonnt voll von‘ Liebe. Nein, sie waren dem Klang selbst ‚in liebender Demut ergeben‘.

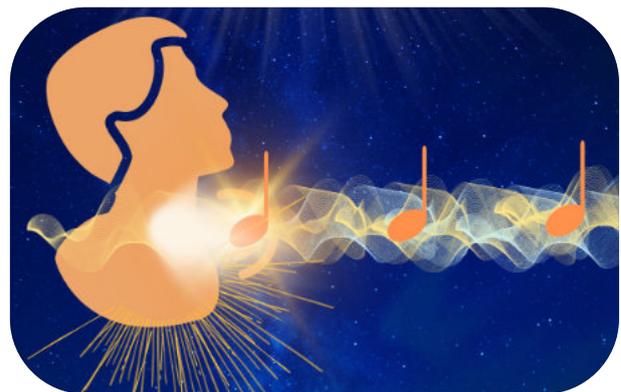
In Indien gibt es dafür einen Ausdruck: Nadupasaka oder Nadupasakini. Der- bzw. diejenige, der/die dem TON selbst in bedingungsloser Hingabe dient. Reines Yo’ Ga, reine Rückbindung an den Ursprung. Sich der Schönheit eines TONES zu widmen, ist Liebe. Denn Verstand und Emotionen langweilen sich schnell, wenn es ‚nur eintönig‘ ist. Dafür übt sich nun Achtsamkeit, Sorgfalt und Fürsorge. Denn den Einen TON immer klarer, immer schöner ertönen zu lassen, erfordert Geduld und Hinhören, zwei Eigenschaften, die ‚Liebe‘ fördern. Nicht Liebe im Sinne von heißer Stimmung und hoher Emotionalität, sondern Liebe als solche: atmend, präsent in al-

lem, reines Dasein. Beim GrundTON-Yoga üben wir das mit dem TON und der Gegenwärtigkeit im Bauchnabel, so dass Stimmlippen, Kehlkopf und Bauchnabel über die Fasern des Vagusnervs verbunden sind. Die Stimme erweckt nun die Erinnerung im Urbeginn des Körpers. Sie erinnert den Leib an die Verbindung zwischen Seele und Körper, Kosmos und Erde. Selbstliebe geschieht in der reinen Aufmerksamkeit für das Leben. Frage und Antwort sind eins. Das Leben in sich und das Leben ‚draußen‘ erfahren sich als das All’Eine: im Einen TON.



Bestimmt kennst du Stimmen, wo du das Gefühl hast, sie sind im Einklang mit sich. Und bestimmt kennst du Stimmen, die eine Dysbalance zum Ausdruck bringen, mit sich, mit der Situation, gegenüber der Umgebung. Und ganz bestimmt kennst du es auch von dir, dass dir deine eigene Stimme zeigt, wie du wirklich gestimmt bist. Deine Stimme kann nicht lügen. Das Halschakra steht nämlich für Wahrheit und Selbstliebe. Liebe, die keinen Liebesbeweis vor dem Spiegel braucht. Ihr klingendes Selbstsein ist der direkte Spiegel in dem, was sie äußert: klar? wahr? liebend?

Selbstliebe ist keine Frage, sie sucht keine Antwort. Sie ist. Echt. Der Körper kann so zum Beweis werden, weil er das Instrument für den Klang ist. In der Aufmerksamkeit für den Klang muss er sich aufrichten, fokussieren, zugleich entspannt sein. Dabei seine Feinmotorik immer mehr öffnen, um sich dem Klang im Einen TON ganz zur Verfügung zu stellen. Die Wechselseitigkeit von Aufmerksamkeit und Tun macht die Tür auf. Ehrlichkeit und Liebe werden im TON offenbar. Ganz so, wie es so schön heißt: „Der Ton macht die Musik ...“



Meine Mutter erzählte oft, so wie nebenbei: „Du bist zu früh zur Welt gekommen, weil ... Ich hatte einen furchtbaren Streit mit der Omi, dann bist du auch noch steckengeblieben. Den Weg ins Krankenhaus zu finden, war nicht leicht. Es hätte alles schief gehen können.“ Sie erzählte außerdem, dass sie die Stimme ihrer Mutter, eben meiner Omi, nie leiden konnte, besonders wenn sie sang. Meine Großmutter wäre gerne Sängerin geworden. Das durfte sie damals nicht. Aber sie spielte Klavier. Ihr imposanter Konzertflügel war bis zuletzt ihre tägliche Begleitung. Auch für meine Mutter war das Klavier bis zuletzt ihre Begleitung. Selbst, als sie schon das schlimme Alzheimer hatte, übte sie Tonfolge für Tonfolge, täglich, stundenlang, am liebsten nachts, bis in den frühen Morgen. Kurz vor Sonnenaufgang musste sie sich dann schlafen legen.

Immer hörte ich an der Art, wie die Töne ihren Fingern gelangen, wie der Fluss der Spiels erklang, ihre momentane Befindlichkeit heraus. Nicht nur auf ihre Stimme und Gestimmtheit hörte ich, nein, ich erhörte alle Geräusche, die mit ihrem Gehen, Stehen, Atmen, sich Bewegen oder im Aufräumen entstanden. So wurden mir Klänge, Geräusche, Stimmen und Töne in all ihren Facetten zu Lehrern und unvergesslichen Lehren im unendlich vielseitig gestimmten Leben.

Als Babys erleben wir das alle. Wir erlauschen und erfühlen die Gestimmtheit um uns herum. Denn davon hängt unser Leben ab. Je weniger bewusst die Umgebung ist, desto mehr vergessen wir diese ursprüngliche Fähigkeit, desto mehr vergessen wir unsere eigentliche All'Eine Liebe und Unschuld, verlieren uns im Gewühl des Auf's und Abs, all den Ablenkungen, die uns dann erfüllen sollen, die die entstandene Leere kompensieren sollen, als scheinbare Antworten auf vergessene Fragen. Unser Vergessen wird somit einbetoniert.

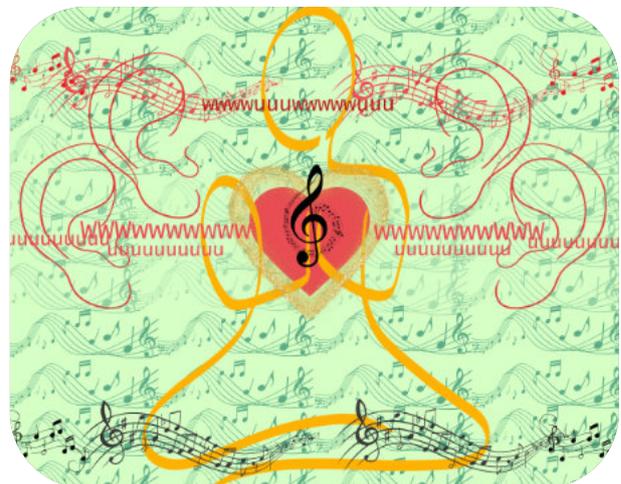
Doch – Gott sei Dank – lassen Stimme und TON die Mauern sich auflösen und sich irgendwann sogar ganz zerbröseln ...



Wie Hören und Fühlen das Nervensystem beeinflussen, vollzog ich auf dem Heilungsweg der Folgen des Autounfalls nach. Die Hör-Kunst gab meinem ganzen System die Möglichkeit, sich als Horchsystem neu zu erkennen. Damit entdeckte ich auch für die Stimme neue Freiheiten. Mit dem eintönigen Tönen des

GrundTONs im Bauchnabel erlöste ich später weitere Verstimmtheiten meines Körperinstruments. Von TON zu TON offenbarten sich beglückende Antworten: Fühlen und Hören wurden zu Antworten an sich. Im hingebend horchenden Tun an den TON ließ sich alles in Verständnis und Liebe verwandeln.

Bevor ich zum Ende komme, möchte ich dir zum feinen Selbstüben einen wunderbaren Konsonantenklang ans Herz legen. Das WWW. Für mich als Schauspielerin und Sängerin war dieser Klang bereits ein gutes Werkzeug für die Artikulation, zur Öffnung des Stimmraums. Mit der Hör-Kunst fand ich eine weitere Tiefe darin: Im immer feiner vibrierenden wwww, das an derselben Stelle wie FFF gebildet wird, aber nicht so fest intoniert, sondern eben richtig schön wwww-vibrierend. Das wwww-Vibrieren wirkt bis in die Schädelbasis, es löst Blockaden im Lippen-, Wangen- und Kieferbereich: Es schenkt auf nonverbale Weise liebevolle Antworten auf verborgene, festgehaltene Fragen. Im Sanskrit gibt es das Wort: Vishwa. Sanskrit ist eine Energiesprache, die mit jedem Vokal und Konsonant etwas im Körper-Seele-Geist-System bewirkt. Vishwa heißt: Alles. Das Ganze. Mit diesem Wort beginnt ein POEM meines Meisters Sri Kaleshwar, eines der POEMs, die er beim Jesus-Programm 2010 in unserem Ashram rezitierte. Mit meinem Trio „Klangkunst ovEst Ein3Klang“ ist aus ihnen eine wunderbare Musik entstanden: „Swami's POEMs“. Das erste beginnt Vishwa Swarupunik! Es sagt: Alles ist in dieser Form und beschreibt wie der ganze Kosmos nichts anderes ist als die kosmisch All'Eine unendliche Zuneigung. Auf meiner Webseite kannst du das erste Stück des Musikalbums anhören: [www.fluegelder-stimme.de](http://www.fluegelder-stimme.de) – Im GrundTON-Yoga spielt der wwww-Klang für den Herzraum eine besondere Rolle: Wenn du nämlich das wwww obendrein ein bisschen uuu-tönig färbst, auf einem TON intoniert, wirkt es entspannend auf dein mithörendes und mitfühlendes Herz. Im GrundTON-Yoga spielt nach dem Tönen des GrundTONs so der HerzTON die nächste wichtige Rolle: Hier schwingt das, was du der Welt gibst, hier schwingt deine Verbundenheit mit der Welt und deine Berufung für die Welt. Lebensfreude und Liebe.

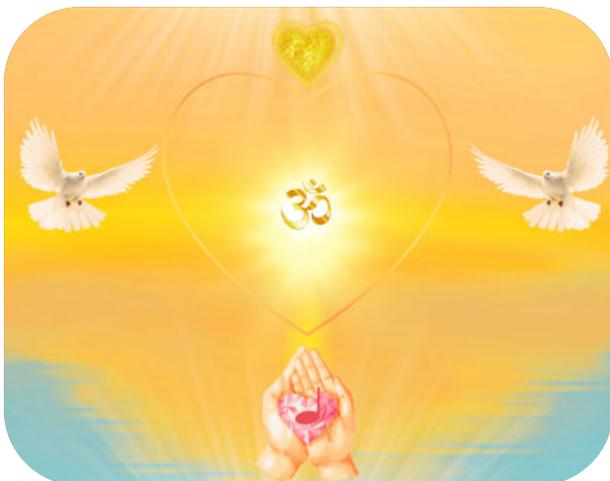


Bei einer GrundTONbestimmung und Stimmanalyse kann es vorkommen, dass sich der HerzTON von jemand versteckt. Dann ist da etwas blockiert und darf sich mit den verschiedenen Schritten der GrundTON-Übung nach und nach erlösen. So dass das Herz frei wird, durch das Tönen, für dein Leben, für deine Stimme. Damit jedes Wort, jede Stimmung zum liebenden Geschenk an das Leben wird. Stell dir vor, wir würden uns alle für eine solche Verantwortung im TON und Klang öffnen. Wir könnten eine Welt erschaffen, für unsere Kinder und Kindeskinde, von der Jean-Marie Le Clezio in seinem Text spricht: „... ein Land ohne Krieg, ohne Hass, voller Stille, voll mit blendendem Sonnenlicht.“



Wir könnten mit jedem TON, mit jedem Wort, mit jedem Geräusch erschaffen, was er dann weiter sagt: „Dort würde ich nur Musik machen mit meinen Worten, um meine Sprache zu verschönern und ihr zu erlauben, den anderen Sprachen zu begegnen: der des Windes, der Insekten, der Vögel, des fließenden Meeres, des knisternden Feuers, der Felsen und der Steine des Meeres.“ Seine Worte lassen miterleben, wie Horchen die Grundlage ist, als Wahrnehmung, die dem antwortenden Tun vorausgeht: „Im Anfang war das Wort, ist der Klang.“

Auch dem Baby im Bauch kann seine Mama schon zuhören. Sie kann merken, wie ihr Baby auf sie hört. Und der Vater kann sich an diesem innigen Duo erfreuen, denn auch er wird von seinem Kind schon früh erhört. Das Baby hört, wie er mit der Mutter spricht, und das Baby hört, wie sie mit ihm spricht.



In meinem Webinar kannst du mich kennenlernen. Ich zeige dir, wie du, zum Beispiel als werdende Mutter, deine Stimme so benutzt, dass sie eine starke Verbindung zu dir selbst und deinem Baby erschafft. Außerdem erfährst du, wie sie dir selbst als lebenslange Ressource für deine innere Balance zur Verfügung steht. Vielleicht fragst du dich: Wie kann meine Stimme das leisten? Schau dazu auf meine Webseite und melde dich zum Webinar an: „Sprich mit deinem ungeborenen Kind – wie du allein mit deiner Stimme eine starke Verbindung zu dir und deinem Baby bekommst.“ Nächstes kostenfreies Webinar: Mittwoch, 12. Juli 2023, 19 Uhr. Anmeldung: claudiha@fluegel-der-stimme.de und www.fluegel-der-stimme.de – dann kommt der Zoom-Link

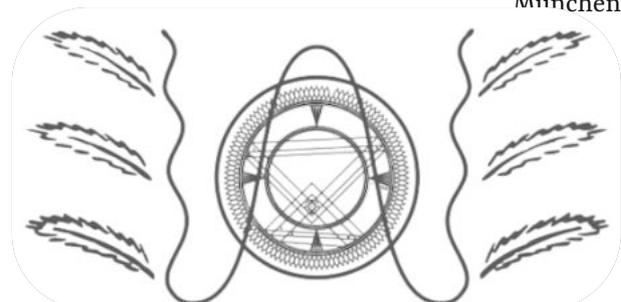
Du wirst erfahren:

- Wie du die Stimme nutzt, um seelisches Gleichgewicht zu erlangen
- Interessantes zum Ursprung der Sprechstimme
- Wie sich der GrundTON der Erde in dir anhört
- Klangwelt-Mutterleib: du erfährst etwas über die Kultur des Hörens, wie wir bereits vorgeburtlich auf Empfang sind.
- Du wirst vom intrauterinen Hör'Fühlen hören, das den Forschungen von Alfred Tomatis zu ‚Klangwelt Mutterleib‘ folgt.
- Du wirst erfahren, was der Persönliche GrundTON ist: Wie er im Bauchnabel schwingt und dir dein Leben lang neue Energie schenkt.

Nachdem du nun gelesen hast, wie Liebe und TON in Verbindung stehen, probiere es aus: Wie deine Stimme, wie all deine Töne und Worte dir und der Welt Frieden, Freude und Liebe geben können. Amen. AUM



**Claudiha-Gayatri Matussek**  
SAMA-Sonologin, Stimm'Künstlerin,  
Autorin , Stimmanalysen  
München



[www.fluegel-der-stimme.de](http://www.fluegel-der-stimme.de)  
Illustration, Bidgestaltung © Claudiha-Gayatri Matussek