



von Claudiha-Gayatri Matussek

## Vom Fühlen zum Tun. Gut gestimmte Hände sind ein Segen

Die kleinen Hände fühlen, was sie anfassen. Die Bilder und Videos mit meinen Großneffen, die mir der Mann meiner Nichte zuschickt, gehen direkt in mein Herz. In mir breiten sich Glücksgefühle aus. Ich fühle die neugierig schnuppernde Nase der Ziege, die der Einjährige aus dem Kinderwagen berührt. Sein sechsjähriger Bruder strahlt ein verschmitztes Lächeln in die Kamera. Zwei Ziegen stehen vor ihm. Die eine stupst nach seiner Hand. Er hält seine Hände wie schützend neben ihren Kopf. Beide Kinder lieben es, ihren Hund und die Tiere zu füttern. Ich sehe ihnen an, dass sie verstehen, was schmecken und schmatzen ist. Denn beide schmecken und schmatzen selber gerne gute Schmäuse. Ihre Mutter, meine Nichte, hat mir vor vielen Jahren, als sie erst zwei Jahre alt war, bei einem Besuch immer wieder einen Keks hingehalten. Auch ihre Kinder lieben Geben und Nehmen. In Indien gibt es das heilige Yoga des Essengebens: Annadanam. Selbst das hingebungsvolle Kochen davor ist geheiligt durch die Intention während der Zubereitung. Die Energie geht vom Herz in die Hände, sie zieht ein in die Speisen.



In Korea gibt es ein Kloster, dessen leitende Köchin während der Ernte im Klostergarten, dann beim Schneiden der Gemüse, dann beim Kochen, mit segnender Absicht meditiert. Sie ist im Westen bekannt geworden. Sie wird inzwischen zur Bereitung von einzigartigen Festmählern für bestimmte wohlhabende Kreise in die USA und die Schweiz eingeladen. Drei Tage vor dem Mahl redet sie mit niemandem. Sie bereitet alles im Schweigen. Die kostbaren Zutaten bringt sie aus dem Klostergarten mit. Bei den feierlichen Essen schweigen und genießen die höchstens acht Gäste die Stille und ihr ungestörtes Schmecken. Erst nachdem alles gegessen, ab- und aufgeräumt ist, können Gespräche beginnen.

Bei uns hieß es früher: Euer Papi hat zehn linke Daumen, nicht einmal ein Spiegelei kann er sich selber machen. Er war ein hochintelligenter Mann, erst Theologe, dann Mediziner, bevor er ein bekannter Psychiater wurde. Er wuchs in Berlin auf, in den 20ern. Sein Vater war Schneidermeister: ein Pole aus Kostau bei Krakau, der mit 14 Jahren seine dreizehn Geschwister verließ, zu Fuß, humpelnd. Ein Bein hatte eine Verletzung nicht heilen können. Auf dem langen Weg nach Berlin ging er in verschiedenen Dörfern in die Lehre von Handwerksmeistern, so wie das damals eben war. Seine Ursprungsfamilie waren Leibeigene. Seine jüngere Schwester, meine Großtante Sophenka, wurde später in den 50ern und 60ern als Unverheiratete in den sechs nachkommen, teils kinderreichen Familien herumgereicht. Sie sorgte für das Stopfen von Socken, das Nachbessern und Nähen von Kleidungsstücken.

Zur Erfahrung ihrer Leibeigenschaft während der Kindheit Ende des 19. Jahrhunderts erzählte Sophenka gerne, mit ihrem rollenden rrr: „Aber die Grrräflchen, aber die Grrräflchen, das warren Gute!“ Sie hatte richtig runde O-Beine. Ihre Aufgabe, als Kind Getreidesäcke über Stock und Stein, über Leitern und Treppen zu schleppen, war wohl die Ursache dafür.

Nur einer meiner Onkel aus der siebenköpfigen Kinderrunde meines Großvaters, den ich als Zweijährige erst am Ende seines Lebens, nahe seinem Weggang im Krankenhaus erlebt hatte, wurde kein Intellektueller. Nach dem Krieg baute dieser ältere Bruder meines Vaters eine angesehene Herrenschniderei in Weinheim auf. Die edlen Anzüge und Mäntel, die mein Vater für seine Kongressauftritte und die Münchner Uni brauchte, verfertigte er. Es gibt sie noch, zwei große helle Holzbügel mit der Aufschrift: Matussek – der Herrenschniderei.

Abwechselnd mit Tante Sophenka lebte auch Großtante Gerda, die Schwester meiner Großmutter mütterlicherseits, bei uns. Ihre Lieblingstätigkeit war das Besticken von Deckchen, Kissen und überhaupt alle Musterstickereien. Ein Schrank in meinem Esszimmer ist nun die Aufhebestation für ihre kostbar handwerklichen Kunstwerke geworden – winzigste, fadenfeinste Strickgebilde. Inzwischen liegen sie zwischen Tellern und Schüsselchen. Sie schützen das von meiner Großmutter geerbte Familiengeschirr, das Meissner Porzellan. Damals, vor nun sechzig Jahren, waren in unserem Großantenzimmer jede Stuhllehne, jedes Kissen, die Fensterbretter mit runden, eckig und sternförmig geformten Mustertüchlein geschmückt. Noch heute sehe ich ihre äußerst sorgfältige Zimmergestaltung vor mir.



Meiner Mutter war wichtig, dass wir mit unseren Händen etwas Schönes und auch Brauchbares kreieren konnten. Sie wäre selber gerne Schneiderin oder Designerin für Kleider geworden. In der Nachkriegszeit versuchte sie sich mit einem kleinen Ladengeschäft in München. Mein Vater, der mit den zehn linken Daumen ..., machte gern Witze über sie. War nicht etwa sein Vater die natürlich so viel kompeten-

tere Koryphäe des Stoff- und Nähhandwerks in Berlin gewesen? Also! Sie gab auf. Aber nicht in der Familie und mit uns Kindern.

Ich erinnere eine meiner frühen Aufgaben für meine Fingerfertigkeit: Schleifen binden, den Bewegungsmodus dafür finden, es schaffen, die beiden Schlaufen, links und rechts, in Größe, Aufrichtung und Geschmeidigkeit möglichst gleich und passend zu gestalten, dazu für die möglichst gleiche Länge der daraus hervorgehenden Restbänder zu sorgen. Diese sollten schräg geschnitten enden. Um jeden Stab des Laufgitterbetts meiner kleinen Schwester sollte ich je eine andersfarbige Schleife binden. Ich war gerade vier Jahre alt, hatte mich also schon fähiger und geschickter als das Baby zu zeigen. Selbst nach nun über fünfundsechzig Jahren ist das Gefühl der einen einzig missglückten Bindung noch in mir, ebenso meine ratlose Verwunderung, dass nur diese eine Schleife misslungen, aber alle anderen super schön geworden waren. Immer wieder, immer am selben Stab misslang mir seltsamerweise das geschmeidige Binden. Warum nur? Ich fand keine Antwort. In mir tauchte ein neuer Wille auf: Ich will immer schöne Schleifen machen. Ich will, dass mir alle gelingen. Bis heute liebe ich es, zu Weihnachten und allen Zeiten, Geschenke schön einzupacken und geschickte farbfrohe Schleifenmuster zu binden.

Dasselbe seltsame Gefühl in der rechten Hand und im rechten Arm hatte ich dann auch, als ich etwas später begann Zahlen zu malen und zu zeichnen. In mir rumorte lange die Frage: Warum verengt sich bei mir der untere Bauch der Acht? Oben rum ist sie doch schön und rund geworden. So wurden mir das Zeichnen und Malen von Buchstaben sowie Zahlen ebenfalls zur Selbsterkenntnisaufgabe. Meine feinmotorischen Bewegungen, ihre Geschicklichkeit sind inzwischen gut geübt. Ich weiß nun: Es hat geklappt. Freudig reibe ich mir die Hände.



Als 1957 die uns noch unbekanntere alleinstehende ältere Dame in das Bogenhausener Häuschen mit Gar-

ten (München) einzog, war ich gerade drei Jahre. Im Erdgeschoss wohnten die Eigentümer, in den drei Zimmern des mittleren Stocks waren wir, Vater, Mutter, zwei Töchter. Während die Möbel in das kleine Dachgeschoss darüber getragen wurden, stand ich mit meiner Puppe im Arm bereits voller Erwartung an der Treppe: „Tante!“, sagte ich und stiefelte hinter den schrank-tragenden Helfern zu ihr nach oben. Später erzählte sie immer wieder, dass ich sie wie bedingungslos unkündbar adoptiert hätte. Ihre liebevolle Warmherzigkeit wurde mein tägliches Zuhause. Ihr Sofa war mit jadegrünem Samt bezogen. Ich kuschelte mich sofort zu ihr, bald kam meine kleine Schwester dazu. Die Tante saß in unserer Mitte, erzählte Geschichten, strickte und häkelte dabei. Wir durften Wollknäuel drehen und Fäden entwirren. Auch ihre Teetassen waren in sanftem Jadegrün gehalten. Wir mussten mit den schönen Tassen sehr sorgsam umgehen. Wir Kinder bekamen Kakao mit Honig. Wenn meine Mutter mit dabei war, gab es feinen Tee. Die Tante setzte uns beim Teigrühren für Kuchen und Brot auf den Küchentisch. Die Schüsseln und Töpfe sollten wir zwischen Beinen und Händen gut festhalten. Mitunter drehte sie den hölzernen Backlöffel wie aus Versehen zu stark nach oben, so dass ein Teigklecks an unsere Finger geriet. Aus triftig hygienischen Gründen sollten wir diesen sofort in den Mund stecken und so das Ganze vorschmecken. Dann rührte sie weiter.

In meinem Wohnzimmer ist mein hellgelbes Sofa inzwischen zum Häkelsofa geworden. Es entstehen Kissenbezüge, Weihnachtsschmuck, bunte Täschchen für mich, für Freundinnen und die Kinder. Ich liebe den Haufen Wollknäuel. Bestimmte Materialien lösen Lieblingsgefühle in meinen Händen aus. Beim Häkeln genieße ich den Rhythmus der Nadelbewegung. Den Häkelmustern folge ich wie tanzend im geschmeidigen Walzer. Strickmuster fühlen sich mir mit den beiden Nadeln, je eine in einer Hand, zu sehr nach einem Trommeltakt von zwei und vier an, ist mir irgendwie zu geradlinig. Ein fast fertiger Pull-over für meinen Neffen ist so, hmmm, noch nicht fertig geworden ... mal schauen.



Während der Wiener Studienzeit an der Schauspielschule Max-Reinhardt-Seminar verbrachte ich die meisten Ferien auf dem alten Hof meiner Eltern. Abends ging ich zu einem Schreiner ins nächste Dorf und lernte drechseln. Ich spürte eine Art Handgeschmack beim Unterscheiden zwischen Ahorn, Pappelholz und anderen Hölzern. Meine Hände freuten sich an einer neuen Fühlbarkeit, meine Nase liebte die Gerüche in der kleinen Holzwerkstatt. Plötzliches Festhängen an einer sich unerwartet ausspreizenden Faser mochte ich nicht so gern. Da schnellen Hand und Werkzeug doch allzu heftig in Gegenrichtung Bauch ...

Zum Fingerspitzengefühl: Es gibt einen blinden Forscher, der mit Muscheln arbeitet, auch mit unbekanntesten Formen aus den Tiefen der Meere. Seinem Spürsinn in den Händen gelingt es, weit über dreitausendfünfhundert auch kleinste und feinste Muschelmuster zu unterscheiden, sie spezifischen Muschelfamilien zuzuordnen. Ich liebe solche Wundergeschichten. Die meisten Menschen wenden sich ihrem Fingerspitzengefühl nicht zu. Es ist eine wunderbar körperliche Hochintelligenz. Aus der Hirnforschung: Bei uns als Babys sind in unserem Gehirn die Areale für Mund und Hände am größten. Das Zusammenspiel von Mund und Händen beginnt bereits im Mutterleib. In unserer Mutter nehmen wir Fruchtwasser in den Mund. Dieses Gefühl wird entscheidend für das Sprachbewusstseinsgefühl, unser Schmecken und Riechen. Die Babyhände finden im Schmecken und Tasten zur Gestik. Ich erlebe bei Menschen, dass ihr Stimmgeschmack, ihre Sprachmotorik, also ihre leibliche TONresonanz, nicht zum gestischen Einklang mit Hand und Bewegung findet. Meine geliebte französische Hör-Kunst-Meisterin Marie-Pierre, Pianistin, Chorleiterin für Alte Musik, wurde mir zum kostbarsten Vorbild für diese Zusammenhänge. Über Jahre übte sie mit unserer kleinen l'art de l'écouté-Gruppe das Nachvollziehen unserer Leibgeschichten bis in die vorgeburtliche Zeit zur Erlösung von Blockaden und Traumata. Bis in unsere tiefsten Empfindungen erlebten wir Heilung und Befreiung. Ihre französische Sprachklangfreude fand in ihren Händen herrlich gestische Ausdrucksduos.

Wir hatten über diese acht Jahre Weiterbildung einen Geigenbauer in der Gruppe. Er spielte sehr höflich Geige. Er arbeitete mit Akupunktur für die ihm anvertrauten Geigen und Bratschen. Er erzählte, dass diese besondere Akupunktur mit fein geschliffenen Holznadeln schon von Stradivari im 17. Jahrhundert und in der Barockzeit angewendet wurde. Denn es kann sein, dass eine kleine Faserichtung des Holzes etwas im Resonanzverlauf des Holzes abbremst. Er liebte es, auf diese Weise auch nicht so edlen Streichinstrumenten zu besserem Klingen zu verhelfen.



Diese Handwerkskunst ist eine Kombination aus Wissenschaft, Kunst und tiefer Kenntnis der Natur. Stradivari verwendete Resonanzfichten aus dem Wald von Paneveggio im Fleimstal in der italienischen Region Trentino-Südtirol. Dieser Wald wurde so berühmt für die Qualität seines Holzes, dass er in Geigenwald umbenannt wurde. Es heißt, dass das Holz der Paneveggio-Resonanzfichte dank seiner besonderen Elastizität unübertroffen sei. Zudem wirken die Lymphbahnen des Baumes, der in diesem Tal wächst, wie kleine Orgelpfeifen, die eine einzigartige Resonanz erzeugen. Das Holz, aus dem dann der Resonanzkörper hergestellt wird, muss jahrzehntelang gelagert werden, bevor es verarbeitet wird, damit es seine Eigenschaften für den Klang behält.

Von der Resonanz der Bäume erzählt Erwin Thoma, Holzhaus100, Salzburg: Er begleitete, zunächst etwas skeptisch, zwei Geigenbauer in den Wald, den er einst als Förster betreute. Die beiden hörten die Resonanz der Bäume, durch Draufklopfen. Erst als sich der reine Klang des Baumes offenbarte, entschieden sie, dass dieser gefällt werden sollte. Das aber bitte nur bei Vollmond, weil dieser kosmisch energetische Aspekt ebenfalls eine Tiefenwirkung auf das Holz hat. Für die drei war es eine intensive Waldwanderung von vielen Stunden. Erwin Thomas ursprüngliche Skepsis verwandelte sich in höchste Bewunderung.

Während des Barocks gab es in Italien auch noch andere Geigenbauer, deren Instrumente bis heute zu den Besten zählen. Neben Stradivari und Guarneri waren es Andrea Amati und seine Nachkommen.



An der Wiener Hochschule für Angewandte Kunst erlebte ich in den 80ern, ich nenne es mal so: die geradezu endlos kopfige Diskussionssucht um die Planung von Kunst und aufsehenerregenden Projekten ... Ich wunderte mich, wie gering die Lust am Händischen war. Ich selbst war wild auf alles Zeichnen. Mit Stilleben, Aktzeichnen, Aquarell und Schwarzweiß erweiterte ich mein Fingerspitzengefühl bis in den Stift, den Pinsel hinein. Für 10 Jahre lehrte ich später an der Volkshochschule München „Karikatur“, „Selbstbild“, „Gegenstände und Details“ zeichnen. Einige Teilnehmer wurden super geschickt im Zusammenspiel Sehen, Erkennen, Bild gestalten! Danke ihnen!

Mein Mann ist Maschinenbau- und Umweltingenieur. In seiner Freizeit liebt er es, an seinen Motorrädern herumzuschrauben, Schräublein für Schräublein, je tüfteliger, desto lieber.

Im Tüfteln sind wir uns also, halt jeweils auf anderem Handwerksgebiet, ziemlich verwandt.



Für mich gehörten Musik, Stimme, Wort, Form und Bildgestaltung immer zusammen. Bei der Hör-Kunst lernte ich den spannenden Grund dafür kennen. Die

ihr zugrunde liegenden Forschungen von Alfred Tomatis Klangwelt Mutterleib ließen ihn noch unbekannte Naturgesetze im Ohr entdecken: In der embryonalen Entwicklung korreliert der dreiteilige Bereich Mittelohr – Hammer, Amboss, Steigbügel – mit dem Wachstum Oberarm, Unterarm, Hände, ebenso Oberschenkel, Unterschenkel, Füße. Bereits im Mutterleib üben sich Hören, Fühlen und Hände als Einheit. Der winzigste Muskel im menschlichen Körper ist die Verbindung von Amboss hin zum Steigbügel, dem Knöchelchen, das von innen her das Trommelfell berührt.

Wusstest du das? Du kannst etwas mit deiner Stimme für deine Hände tun. Du kannst mit bestimmten Handbewegungen etwas für dein Hören und auch für dein klingendes Sprechen tun! Ebenso können deine Füße und Zehen etwas für dein Innenleben bis ins Hören, Schlucken, für den Kehlkopf und deine Stimme bewirken. Natürlich brauchen solche Übungen Zeit, um ihre Tiefenwirkung zu entfalten. Es braucht Geduld, Hingabe, innere Aufmerksamkeit. Mit hypischem Supergetue geht da nichts ... Es benötigt deine liebende Hinwendung zu den verborgenen Schichten im Tempel Körper, damit er seinen Innenraum weiten und befreien kann. Ja, auch im Innen, im Leib existiert eine verborgene Feinmotorik! TON und Resonanz, die eigene Stimme im Knochenklang erhören, diese im Einklang mit den Bewegungsbahnen bis in die Hände und Füße wahrzunehmen, sind die Schlüssel dazu.

Nach dem Autounfall mit Schädelbasistrauma trug ich jahrelang nur Zehensocken. Die so angeregte feine Öffnung im Bewegungsverlauf in den Füßen, zwischen den Zehen, wirkte peu à peu von unten her bis zu meinem Kehlkopf, den Schluckbewegungen, besonders heilsam in die linke Halsseite hinein, die durch meine Zangen- und Frühgeburt verkürzt war. Jedem Stimmklienten empfehle ich daher: Zehensocken! FÜR seine Stimme, FÜR seine Mundwerkzeuge, FÜR seine Finger und Hände, sowieso natürlich FÜR die Füße, damit sie und der ganze Körper sich der Energie von Mutter Erde immer besser öffnen können, FÜR dein freies Dasein zwischen Himmel und Erde. – Eine gute Craniosakraltherapeutin, vor allem eine, die Babys behandelt, muss mit ihren Händen Zugang zum Hör-Fühlen des zu behandelnden Körpers haben. Wie wäre es, wenn Mütter diese Mechanismen kennen würden, auch Väter – für sich und ihre Kinder, als spiegelneuronisch schöne Vorbilder?



Im Mutterleib haben die Bewegungs- und Wortmuster in der mütterlichen Stimme Einfluss auf das werdende Leben über das Kiefergelenk, das, wenn es sich entwickelt, sich mit dem Kiefergelenk der Kau-, Ess- und Stimmbewegung der Mutter synchronisiert. Nicht umsonst heißt es: Muttersprache. Sie ist in unsere Knochenstruktur und die Vagusnervbahnen wie einprogrammiert.

Als ich Obertonkurse in Basel, in der Schweiz gab, geschahen unerwartet berührende Reaktionen. Ich erinnere eine Situation: Die Teilnehmer des Kurses saßen im Kreis. In der Mitte lag ein mitteljunger Mann auf dem Boden. Die Runde spielte mehrere Monochorde und Tanpuras, indische Saiteninstrumente. Dazu tön-ten sie mit sanfter Stimme das AUM. Wie immer saß ich am Kopfende und sang, ebenfalls auf sanfte Weise Obertöne. In der Hör-Kunst hatten wir studiert, wie die Obertöne, mit der Stimme sanft intoniert, den Körper an seine Zeit im Mutterleib erinnern können.

Für jeden Teilnehmer nahmen wir uns bis zu dreißig Minuten Zeit. Es sollte alles nur entspannend wirken. Der Mann in der Mitte war, wie fast immer alle, eingeschlafen. Nach einer Weile krümmte er sich wie ein Baby, drehte sich um sich herum, hin und her. Dann erwachte er, sah mit erstaunten Augen um sich. Nach der nächsten Weile setzte er sich auf, rieb sich die Augen und sagte: „Ich habe die Stimme meiner Mutter gehört. Ich habe ihr Ungarisch gehört. Obwohl ich seit meiner frühen Kindheit in der Schweiz lebe, ich eigentlich nie mehr Ungarisch spreche oder höre.“ Eine Träne lief ihm über die Wange. Wir lauschten ihm still.

Nicht nur bei ihm zeigten sich durch die sanfte TON- und Stimmbespielung Geburts- und vorgeburtliche Körpererinnerungen. Solche Stimm- und Klangerfahrungen haben mich zu immer mehr Fingerspitzengefühl auf dem Monochord, den Klangliegen, den Tanpuras und mit meinen Stimm- und Mundwerkzeugen gebracht.



Lange, lange hatte ich die Angewohnheit, wenn zu viele Stimmen um mich herum waren, zu Hause und auch in der Gaststätte, vor mich hin zu kritzeln oder immer winzigere Papierschiffchen zu falten. Mit den Einsichten aus der Hör-Kunst konnte ich diese, für mich unbedingt notwendige Sucht einordnen. Über die Ohren, in die der Lärm und das Stimmgewirr drang, wurde der Steigbügel im Mittelohr in Anspruch genommen. Von innen her berührt er das Trommelfell. Das Trommelfell steht nach Alfred Tomatis mit dem Zwerchfell seit der korrelierend embryonalen Entwicklung in direkter Verbindung. Hören, atmen, Hände bewegen sind eins. In unserem hoch emotionalen Familiendiskussionsfeld ließen mich meine Fingergefühle beim Kritzeln immer wieder zum Atmen und zur friedlicheren Balance finden.

Meine ihr Leben lang streitbare Mutter kam zur Ruhe, wenn sie Klavier spielte. Noch im hohen Alter, mit zuletzt schlimmen Alzheimer, saß sie, solange das noch ging, bis um drei, vier Uhr morgens am Klavier und spielte Tonfolge um Tonfolge. Meine auf dem Hof mit Schaufel und Rechen sehr tätige Schwester hat dies für sich übernommen. Mein ebenfalls wortwilder Vater kritzelte seine Einsichten und Lebensgeschichten in seiner unlesbaren Winzigschrift so lange es ging, bis seine Lähmung ihm auch dies untersagte.

Beiden Eltern, nachdem ihre Seelen aus dem Körper ausgezogen waren, gewährten wir ihre jeweils drei Lieblingsmusikstücke für je drei Tage rund um die Uhr. Sie hatten sich dies gewünscht. Das Lauschen als leiblich-seelische Verbindungsbahn bleibt als Frequenzneugier nach dem Auszug der Seele erhalten. Es wandert noch eine ganze Weile um den bereits verlassenen Körper herum. Die Seele meiner Mutter gab mir in dieser Phase immer wieder feinst klingende Botschaften. Bis hin zur endgültigen Stille.

Auch in Hollywood ist man sich der beruhigenden Wirkung von feinem Tun mit den Händen bewusst. Berühmte Schauspieler sind nicht nur körperlichen Herausforderungen ausgesetzt, auch ihre psychische und geistig-seelische Verfassung kann allzu sehr beansprucht sein.

Was ist dort eine inzwischen sehr beliebte Hilfe? Das feine Wirken mit Handbewegungen und Fühlen! Töpfern hat sich als das Beste für sie herausgestellt, um zurück in wahrnehmbare Balance und reine Selbstempfindung zu kommen.

Ich kann ihn nachfühlen: den schmierigen Ton, der in den Dialog mit den Handbewegungen geht, mit dem die Hände nach und nach g'schmackig fühlend, liebevoll geduldig, schöne Formen, bis hin zu handwerklicher Kunst erschaffen können. Regieförderter Psycho-Selbst-Rausdruck erlöst sich ins reine Fühlen.



Nicht umsonst ist es eine wichtige Kunstform des ZEN: das Formen von kostbaren Schalen. Die Schale wird zum Gefäß der inneren Empfänglichkeit, frei von Wolle-wolle-wolle-Druck.

Eine befreundete Musikerin, Rhythmikerin, erzählte mir von ihrem Besuch in Libyen Ende der 80er. Eine Zeitlang lebte sie dort mit einer Großfamilie. Die Frauen waren andauernd zusammen: Mütter, Tanten, Großmütter, Schwestern, Kinder. Sie kochten, deckten die Tische, wuschen alles Geschirr mit der Hand. Eines Tages bemerkte sie, dass sie beim Geschirrspülen von der Frauenrunde wie befremdet beobachtet wurde. Plötzlich realisierte sie, dass sie mit den Tellern und Töpfen klirrenden Lärm verursachte. Im Gegensatz dazu war, wenn diese älteren und jüngeren Frauen das Geschirr wuschen, wie nichts zu hören. Mit jedem Handgriff sorgten sie für das geschmeidige Gleiten der Gegenstände ins Wasser. Ebenso sanft durften diese wieder aus dem Wasser auftauchen, bevor sie sorgsam zum Abtrocknen an die nächst stehende Verwandte weitergegeben wurden. Meine Freundin sagte: „Das hat mich aufgeweckt. Sie hatten nichts gesagt. Aber sie merkten, als ich es bemerkte und selbst dazu fähig wurde. Sie strahlten mich an.“

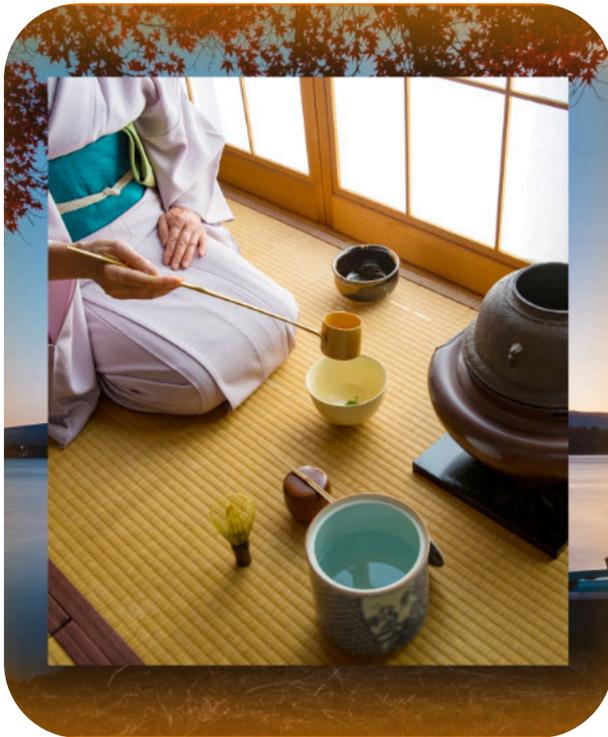
Zuletzt komme ich noch zum Klingen und Schwingen deines Körperinstruments zwischen Himmel und Erde: zwischen Brahma, deinem leiblichen Beginn im Bauchnabel und der dir innewohnenden kosmischen Energie: Shiva, im geistig-seelischen Auge. In diesem Bereich schwingt die sogenannte GrundTONoktave, je nach GrundTON eine andere.

Im Sanskrit, woher die Worte Brahma und Shiva kommen, existiert schon über Jahrtausende eine sprachlich yogische Differenziertheit zu kosmischen Energien und Frequenzen in Bezug auf den Körper. Sanskrit enthält, was uns heute von der Quantenphysik bestätigt wird.

Für dich gibt's nun noch eine Ahnung zu den Charakteren der Grundtöne. Dafür beschreibe ich die Eigenschaften von zwei Grundtönen: dem CIS und dem HalbTON höheren D.

Ich bin GrundTON CIS. Dieser TON steht für das Gesamtkunstwerk des Lebens. Da es oft hieß: „Warum musst du eigentlich immer dieses und jenes?“, war es eine erlösende Bestätigung: klar, ich bin ja dieser TON! Für mich ist ein Zusammenhangsfinden und -empfinden wesentlich.

D ist der TON für händisches Tun, für tatkräftiges Wirken. Das kann der Schreiner sein, der Gärtner, der Bauarbeiter, einer, der ein Radgeschäft hat. Der TON D steht für Kleinunternehmer, für Familienbetriebe. Mit seiner großen Sept in der D-Oktave, einen HalbTON unterhalb des geistig-seelischen Auges, ist sein Sehen und Wollen durchaus auch auf schöne Gestaltung ausgerichtet: weil diese Sept der TON CIS ist, der zwischen den Augenbrauen für Zielsetzung steht. Hauptsache für den GrundTON D ist aber: Es MUSS praktisch und praktikabel sein! Also erfolgreiche Designer sind gerne ein D. Auch CIS ist für Design geeignet, aber eher im inspirierenden ZEN-Sinne.



CIS würde den Garten liebend gerne in einen heiligen Garten mit Tempel oder Kapellchen verwandeln. Mit seiner großen Sept, dem weichen C zwischen den Augenbrauen, wäre das Ziel für CIS: Möge bei diesem Anblick den Menschen das Herz aufgehen, mögen sie eine innere Weite erleben, wenn sie vorbei spazierend über Hecke oder Zaun schauen. Natürlich findet D mit seiner CIS-Sept Inspiration nicht schlecht, aber zuallererst: Was bitte brauchen die Erde und die Pflanzen?

Und vor allem: Stehen die Pfosten stabil?

Das ist ein Teil des sogenannten ersten TONpaares: der obere Teil OktavTON und große Sept.

Die charakterliche Struktur zeigt sich im Zusammenspiel aller Töne einer GrundTONoktave. Bei einer Stimmanalyse ist für mich das Entscheidende: Schwingt die Person vor mir wirklich in ihrem GrundTON oder hat dieser sich überlagert, damit sie sich der Umgebung, dem familiären oder dem beruflichen Feld besser anpassen konnte?

Was für Traumata haben eventuell zu einer inneren Verschiebung, zum Unwohlsein in der eigenen Haut geführt?

Meine Eltern waren Psychiater und Psychologin. Ich bin interpretativ gut durchwirtschaftet worden ...

Im steten Suchen nach allem, was hinter den Worten wirkt, fand ich die klingend nonverbalen Wirkweisen. Die Methode Persönlicher GrundTON des Nada Brahma Musiksystems nach Vemu Mukunda ist mir zur befreienden Ergänzung geworden: weil sie das Selbstsein bis ins Vorgeburtliche, das kosmisch Seelische in den Frequenzen der Stimme offenbart.

Ein Such- und Findespiel: Welche Verben, also Tätigkeitsworte sprechen dich am meisten an?

Merkst du, dass diese Worte eventuell auf charakterliche Eigenheiten hinweisen?

Hier sind sie: streicheln, streichen, zwicken, baggern, biegen, drücken, brechen, reiben, formen, reichen, schmeißen, boxen, schieben, zwingen, klemmen, Fäuste ballen, heben, werfen, waschen, watschen, kratzen, reinigen, schmirgeln, füttern, heben, stemmen, empfangen, tippen, schnippen, drehen, Linien ziehen, Kurven zeichnen, malen, schmieren, stricken, häkeln, umgarnen, ordnen, auseinanderfieseln, rühren, schütten, schwappen lassen, ineinanderfügen, drehen, wenden, pieksen, nähen ...

Erfasse und begreife: die Begriffe!

Ohne unser händisches Tun gäbe es all diese Tätigkeitsworte nicht. Toll, oder?

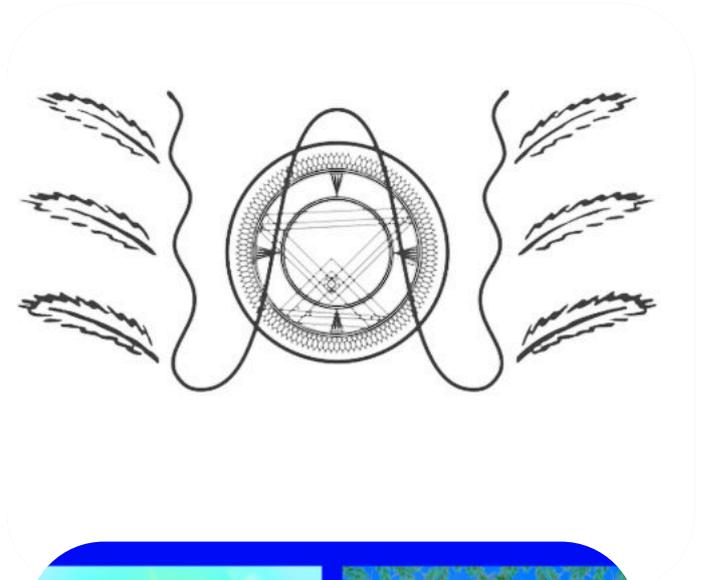
In diesem Sinne wünsche ich dir ein freudig tätiges, gut gestimmtes Neues Jahr 2025!

**TONlichte Grüße aus dem Schwabinger Stimmstüberl in München  
Claudiha-Gayatri**

In deinem kostenfreien Erstgespräch mit mir können wir herausfinden, welcher Weg für deine Stimme und deine Heilung am besten ist. Suche und buche dir deine Zeit:

[https://calendly.com/voicewings/30 Min](https://calendly.com/voicewings/30%20Min)

Auf meiner Webseite [www.fluegel-der-stimme.de](http://www.fluegel-der-stimme.de) findest du weitere Inspirationen.



Dein TON  
bringt dich zur Welt  
Wie das Brahma-Bewusstsein  
in Erscheinung tritt

Claudia Gayatri  
Matussek  
www.flugel-der-stimme.de

SWAMIS  
POEMS

Jesus Maria Ishwara  
Claudia Gayatri Matussek Flügel der Stimme

The image shows two book covers side-by-side. The left cover is blue with a glowing sunburst and a musical note. The right cover is blue with a photograph of the author, Jesus Maria Ishwara, and a large orange flower.