

# Vogelstimmen

Es war auf einer Wanderung, ich hatte einen schönen Platz gefunden und beschloß, dort meine Meditation zu halten. Ich zog die Schuhe aus, setzte mich bequem in den Meditationssitz an einer passenden Stelle und schaute in die Landschaft. Ich stellte mir keinen Wecker, es sollte eine halbe Stunde „nach Gefühl“ sein. Schweiften die Gedanken ab, holte ich sie immer wieder zurück im Blick auf die Natur. Es war eine ganz normale Meditation ohne große Besonderheiten. Schließlich dachte ich, eine halbe Stunde könnte nun wohl vorbei sein (meistens täuscht man sich und es ist weniger Zeit vergangen), und ich beschloß, mich langsam aus der Meditation zu lösen und weiter meines Wegs zu gehen. Nochmal ein kurzes Durchatmen und Wahrnehmen.

Da fielen mir die Vogelstimmen auf. Und ich merkte plötzlich, daß ich sie die ganze Zeit noch gar nicht wahrgenommen, gar nicht gehört hatte. Das erstaunte mich und erschreckte mich auch ein wenig. Und ich beschloß, nun noch einmal neu anzufangen mit diesen Vogelstimmen und blieb noch eine ganze Weile.

Wieviel Lärm muß da in mir noch gewesen sein, daß ich die Vögel nicht hören konnte! Wir haben die Fähigkeit, uns zu Konzentrieren und Geräusche weitgehend auszublenden: das Ticken einer Uhr, Straßengeräusche, Stimmen, das Rauschen eines Gerätes ...

Als ich zwei Jahre in Ramersdorf in der Einflugschneise des damaligen Riemer Flughafens lebte, hörte ich auf, die Flugzeuge wahrzunehmen. Erst wenn ich nicht mehr verstehen konnte, was im Fernseher gesprochen wurde, merkte ich wieder, daß da noch etwas anderes, Ausgeblendetes war.

Im Modus des Funktionierens, in der Aktivität, in der Fokussierung auf eine bestimmte Tätigkeit, bin ich gezwungen, anderes fern und draußen zu halten. Es kann manchmal lange dauern, bis die Wahrnehmung zurückkehrt. Je mehr ich mich auf etwas bezogen, ja vielleicht versteift habe, je mehr ich gekämpft und mich engagiert habe, desto länger dauert es vielleicht, bis wieder etwas anderes Platz haben kann.

Die Vogelstimmen sind zumindest dort, wo ich war, tagsüber eigentlich immer da. Am besten vielleicht am frühen Morgen zu hören, weil da die Welt noch still ist und das Ohr noch offen.

Die Vögel singen eigentlich nicht für mich, sondern für sich und füreinander. Sie haben nicht die Absicht, mir etwas mitzuteilen. Eigentlich gehe ich sie nichts an und sie mich auch nicht. Sie zu hören, wahrzunehmen, ist etwas Überflüssiges. Sie sprechen eine fremde Sprache, sie produzieren Schallwellen, die mehr oder weniger zufällig so sind, daß sie ebenso auf mein Trommelfell treffen wie Worte fremder Völker.

Was die Geräusche der Vögel in mir auslösen, hat letztlich rein gar nichts mit den Vögeln zu tun, sondern allein mit mir selbst, mit meinem Bewußtsein, mit meinen

Gefühlen, mit meiner Wahrnehmung. Genau diesen Vogelgesang nehme nur ich in diesem Moment genau so und nicht anders wahr, oder eben auch nicht.

War ich am Ziel der Meditation angekommen, als ich am Ende die Vögel singen hörte?

Einerseits ja, denn offensichtlich war nach der verbrachten Zeit mein zuvor „verstopftes“ Ohr wieder offen.

Andererseits nein, denn die Meditation besteht nicht darin, Vögel singen zu hören, etwa wie ein Konzertbesucher, ein Ästhet oder Romantiker. Schon gar nicht besteht sie darin, deren Gezwitscher zu unterscheiden wie ein Vogelkundler, der den unterschiedlichen Gesängen Namen gibt, womöglich sogar lateinische.

Nein, am Ende ging es darum, die nun plötzlich hörbar gewordenen Stimmen, auch wieder loszulassen, auch wieder aufzuhören mit dem Zuhören.

Aber vielleicht klangen sie irgendwie in mir weiter, immer noch, als ich schon aufgestanden und weitergegangen war, sie akustisch schon nicht mehr hörbar waren und ich längst nicht mehr an sie dachte. Ein Teil von mir oder ich von ihnen.

Vielleicht klingen sie irgendwie noch heute weiter, jetzt, wo es mir wieder einfällt und außer dem Rauschen der Kühlung meines Laptops und meinen Fingern auf der Tastatur gerade nichts zu hören ist.

Rainer Hepler