

## Manuel Aicher **Ausdruck**

Eng mit dem Ausgleich hängt das Thema des Ausdrucks zusammen: Je mehr ich Zugang zu meiner Liebe habe, umso mehr kann ich in mir wahrnehmen, dass ein grosses Bedürfnis da ist, meine Liebe auch auszudrücken. Dabei kann ich nicht mehr unterscheiden, ob es die persönliche oder die unpersönliche Liebe ist. Das ist bei beiden gleich. Ich kann damit experimentieren: wenn ich sie einfach in mir behalte, steigert sich diese Energie und nimmt eine Intensität an, dass ich das Gefühl habe, ich würde gleich explodieren. Wenn ich dann das Zurückhalten aufgebe und ins fließen gehe, dann komme ich mehr in Bewegung, in Aktion (weshalb ich die persönliche Liebe auch mehr dynamisch erlebe, weil sich in der persönlichen Liebe der Ausdruck auf eine Person richtet). Das kann dann körperliche Bewegung sein, Sprache, Gesang, Tanz, was auch immer, und natürlich Berührung; körperliche Berührung ist wesentlicher Ausdruck der Liebe. Aktion meint hier also nicht hektisches Tun.

Manchmal weiss ich nicht, was stärker ist: mein Bedürfnis, Liebe und Zuwendung zu bekommen oder mein Bedürfnis, (meine?) Liebe auszudrücken. Ich habe mich jedenfalls schon dabei ertappt, dass ich meinte, ich sei liebesbedürftig, und dann feststellte, dass ich eigentlich nur meine Liebe ausdrücken wollte. Manchmal kann ich das fast nicht unterscheiden. Vielleicht sind dies die Momente, in denen Liebe ganz ein Zustand ist, sie den Raum füllt, und keine Quelle und kein Ziel mehr hat.

Ein Freund, den ich seit Kindertagen kenne, mein jüngster Sohn und eine Frau, für die ich eine intensive Liebe empfand, sass einmal mit mir vor dem Kaminfeuer. Ich spielte eine zarte Melodie, sonst war eine lange Zeit Stille. Ich spürte, wie meine Liebe zu dieser Frau mich ganz anfüllte, wuchs und wuchs, als würde ich sie nähren; vielleicht trug dazu bei, dass auch sonst nur Menschen anwesend waren, mit denen ich sehr liebevoll umgehe. Ich dachte zu jener Zeit immer daran, wie ich die Liebe dieser Frau gewinnen könnte. In diesem Moment blieb ich ganz bei mir und bei meinem Musikspiel. Ich nahm wahr, was in mir geschah, gab dem keinen weiteren Ausdruck als in den Tönen, die aus meinem Instrument hervor kamen. Plötzlich erkannte ich, dass es mir gar nicht darum ging, die Liebe dieser Frau zu gewinnen – dieser Moment fühlte sich so an, als wollte ich nur meine Liebe spüren und fließen lassen und als sei diese Frau gar nicht Objekt meiner Liebe und meines Werbens, sondern allein eine besondere Inspiration für meine ureigene Fähigkeit zu lieben. Meine Wahrnehmung hatte sich plötzlich umgedreht. Der Fokus war weg von ihr, ganz bei mir. Das Ganze hatte plötzlich vielmehr mit mir als mit jemandem sonst zu tun. Und es war wunderbar, weil ich auf einmal ganz Akteur war, und doch nichts zu tun war – es war ein Moment von Ermächtigung: ein Zugang zu einer grossen inneren Quelle und die Frau für einen Moment nur das Bachbett, in das sie sich ergoss, und doch war es der Quelle gleich, wohin sie floss. Dies war ein sehr kostbarer Moment, ganz in mir ruhend, ohne irgendeine Absicht, und ganz aufgehoben in dieser wundersamen Energie, die in diesem Moment strahlte wie das Feuer im Kamin.