



AYNI - Die enorme Kraft der Wechselwirkung und Gegenseitigkeit

Die tiefhängenden Wolken hüllen die Gipfel der Anden in dicke Nebelschwaden ein. Es ist früh am Morgen. Ich habe tausende von Meilen zurückgelegt, bin ein Mal um die halbe Welt gereist, um hier anzukommen: In dieser großen Höhenlage, wo die Luft nur sehr dünn ist. Fünf lange Jahre musste ich auf diesen Augenblick warten, seit ich das erste Mal von



der bewundernswerten und zeitlosen Weisheit des hier lebenden indigenen Volkes erfahren habe. Nun stehe ich hier, spüre die Kälte wie viele kleine Nadelstiche im

Gesicht, und schaue durch die immer wieder aufbrechende Nebelwand auf eine der schönsten und rätselhaftesten Stätten der Welt: Machu Picchu, die geheimnisvolle Stadt der Inka.

Ich bin hier, um meine Reise in die Welt der andinen Tradition zu beginnen, um das „Sehen“ mit all meinen Sinnen zu erlernen. Ich steigere meine Aufmerksamkeit und höre meinem Lehrer zu. „Wir leben in der Kausay Pacha, der Welt der lebendigen Energien. Alles im Universum ist lebendig und durch das Prinzip der Wechselwirkung miteinander verbunden, angefangen vom kleinsten auf der Erde lebenden Geschöpf bis hoch hinauf zu den Sternen.

Das Wort „Kausay“ bedeutet Reichtum bzw. Fülle, „Pacha“ heißt übersetzt „leben“. Das hier lebende indigene Volk bezeichnet die Erde und das Universum als die Welt der lebendigen Fülle“. Er erklärt weiter, dass sich dieser Glaube bzw. diese Weltanschauung wesentlich von der westlichen Lebenseinstellung unterscheidet, die tief in ihrem Unterbewusstsein die Welt als einen Ort des Mangels und der Knappheit erfährt. Mit anderen Worten, als eine Welt voller Fehler und Mängel.

Es scheint, dass mit unserer Geburt ein Lebensweg beginnt, der Menschen in egozentrische und selbstsüchtige Wesen verwandelt. Wir werden ängstlich, wenn unsere Bedürfnisse scheinbar nicht befriedigt werden und wir sind bereit um das zu kämpfen, was uns unserer Meinung nach zusteht. Mit anderen Worten: Wenn Du glaubst, Du lebst in einer Welt, in

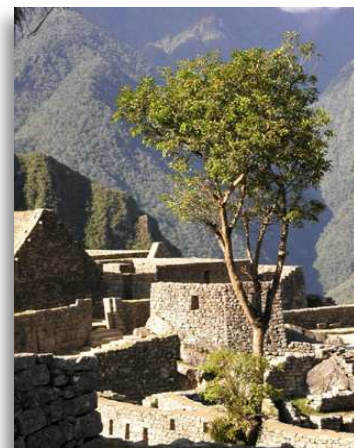
der es an allem mangelt, wirst Du (unbewusst) immer um die Befriedigung Deiner Bedürfnisse kämpfen. Du wirst Deine Kraft und Fähigkeiten dazu nutzen, die Welt der Energien um Dich herum so zu kontrollieren, dass Du das bekommst, was Du glaubst zu brauchen.

Diese Sichtweise ist der Schlüssel dafür, welche Haltung wir in der Welt vertreten, wie wir uns verhalten und mitteilen: Erfahren wir uns als Einheit oder sind wir von der Einheit getrennt? Wir sind ganzheitliche göttliche Wesen.

Mein Lehrer erklärt weiter: „Wie alle anderen Geschöpfe auch wurde der Mensch als Abbild des großen Ganzen erschaffen. Jedes Geschöpf ist vollständig und perfekt und kann nur über die Anbindung an die göttliche Quelle existieren, der es entsprungen ist. Das bedeutet, dass wir mit einem göttlichen Kern, einem göttlichen Inneren, geboren wurden. Jeder Mensch ist in sich vollständig und besitzt das Potential, sein Wesen und seine Göttlichkeit in seiner einzigartigen Schönheit und Kraft zu entfalten, als göttlicher Funken in der großen Einheit.

In dieser Überzeugung verbirgt sich ein weiterer mächtiger Schlüssel: In unserer westlichen Welt ist die kulturelle und religiöse Weltanschauung geprägt durch ein Glaubensmuster, dass wir sündig sind, weil Gott uns vor langer Zeit aus dem Paradies verbannt hat. Als Konsequenz daraus wird bei der Geburt jeder Mensch unbewusst als Sünder angesehen, der sich anstrengen muss, um sich seinen Platz zu verdienen. Wie können wir uns jemals auf unsere innere Kraft besinnen und diese nutzen, wenn wir unbewusst davon überzeugt sind, dass wir fehlbare, sündige, von der Einheit getrennte und absolut nicht-göttliche Wesen sind“? Die Luft an diesem Morgen wird plötzlich dünner und kälter.

Ich erachte mich als eine freie, demokratische und ganzheitlich ausgerichtete Frau, die sich schon seit vielen Jahren um mehr Balance in den Gebieten der Welt bemüht, in denen ich lebe und liebe. Vom Verstand her weiß ich, dass das, was er beschreibt, große, einfach zu verstehende Wahrheiten sind. Wie schwer kann das sein? Bin ich für eine einfache Weisheit wie diese so weit gereist? Und was soll ich die restliche Zeit machen? Kann es tatsächlich so einfach sein? Wenn ich es mit meiner Art und meinen Fähigkeiten verstehe – warum nicht? Ich bin ein Kopfmensch aus Europa. Mein Gehirn und meine westliche Art, zu denken und zu reagieren, laufen gerade zur Hochform auf. Was da gerade geschieht, ist, dass ich aufgrund meiner dualistischen Beziehung zu meiner



INKA HEALING

Traditionelle Energiemedizin der Anden

Umwelt bereits nach Lösungen, Antworten, Erklärungen und Gegenargumenten suche, um zu vermeiden, dass ich die Signale fühle und wahrnehme, die von jedem Aspekt meiner Existenz ausgestrahlt werden. Ich weiß, dass die Welt und das Leben voller Fülle sind. Ich habe darüber in wissenschaftlichen Büchern gelesen und meine Werte spiegeln das wider. Ich liebe es, zu teilen und bin davon überzeugt, dass wir nur weiser werden können, wenn wir teilen.

Dennoch, auch ich habe Grenzen. Nicht immer fühle ich mich stark und energiegeladen genug, um zu teilen, besonders dann, wenn ich gestresst bin oder unter großem Druck stehe. Und ich muss mir ebenfalls eingestehen, dass – auch wenn ich glaube, ganz gut darin zu sein – mein Verhalten nicht immer dem entspricht, was ich gerne tun würde. Hinter meinen Ideen und Vorstellungen, die sich von alleine „einschalten“, verstecken sich Traurigkeit und Ohnmacht darüber, nicht richtig fühlen zu können. Das Gefühl, nicht in der Lage zu sein, mich genügend zu verändern, die Balance für mich und meine Umgebung zu schaffen und die Welt ein kleines Stückchen zu verbessern. Wenn das so einfach ist und so nachvollziehbar aussieht, warum ist dann die Welt so, wie sie ist?

Mir dämmert, dass es in dieser Tradition keine Trennung oder Dualität gibt. Alles ist Eins. Als würde mein Lehrer meine Gedanken lesen, sagt er: „Deshalb wissen wir, dass der beste Weg, unser Leben in Harmonie zu leben, der ist, dem natürlichen (Energie)-Fluss zu folgen. Und da jeder von uns in sich eine perfekte und göttliche Kraft trägt, können wir das Einssein, die Harmonie und Balance, wiederherstellen, wenn wir es wollen und uns dafür entscheiden. Wir tun das, indem wir uns mit der Welt der lebendigen Energien, in der wir existieren, verbinden. Hier sind wir nicht von der Welt der lebendigen Energien getrennt – wir sind eins mit ihr. Es geht um Wahrnehmung; dass heißt, das sensitive Wahrnehmen der Energie, die in allen und zwischen allen lebendigen Geschöpfen existiert. Es ist für uns genauso natürlich wie für Euch in der westlichen Welt, eine für den Verstand nachvollziehbare Idee oder Erklärung für die Existenz der Dinge zu haben. Unsere Tradition ist sehr praxisorientiert, was bedeutet, dass wir mit unserer Energie sichtbare Ergebnisse erzeugen, die sowohl die Natur, als auch die Menschen erfreuen. Alles ist Energie und miteinander verbunden. Für uns existiert Dualität, so wie Ihr sie erfahrt, nicht. Wir kennen keine gute oder

schlechte Energie. Es gibt nur verschiedene Energie-Arten, von denen wir jede als besonderen Beitrag zur Ganzheit sehen. Wir nehmen wahr, ob die Energie leicht, frei fließend und lebendig oder ob sie schwer, zäh fließend bzw. gestaut ist. Wir sprechen von leichter Energie, aus der das gesamte Universum besteht und von schwerer Energie, welche nur wir Menschen erschaffen, wenn wir den natürlichen (Energie)-Fluss blockieren und dadurch einen Energiestau erzeugen“.



Er zeigt auf den Bach, der stromlinienförmig neben uns fließt und fährt fort: „Es wird verständlicher, wenn wir uns auf das Fließen der Energie in diesem Bach konzentrieren. Solange das Wasser ungehindert fließen kann, ist der natürliche (Energie)-Fluss ebenmäßig. Sobald einige Äste oder Laub das fließende Gewässer blockieren und aufstauen, wird das Wasser aufhören zu fließen und hinter dem Staudamm ins Stocken geraten. Der natürliche (Energie)-Fluss ist stillgelegt. Es ist leicht verständlich, dass ich mit meinen Händen das Hindernis beseitigen und damit den natürlichen (Energie)-Fluss wiederherstellen kann. Die Menschen haben in jeder Sekunde ihres Lebens die gleiche Möglichkeit und die gleiche Wahl. Wir können Harmonie im Energiefluss erzeugen, indem wir Einswerden mit den Naturkräften und der Welt der lebendigen Energien“.

Die andine Tradition bzw. Lehre ist extrem dehnbar und lässt darüber hinaus viel Spielraum. Sie hat eine Struktur, aber keine festen Regeln oder Dogmen. Daher gibt es nur ein einziges Gebot oder moralische Grundhaltung: AYNI - das universelle und heilige Gesetz der wechselseitigen lebendigen Beziehung,

Die Energie hinter AYNI - die Energie von wechselseitigem Geben und Nehmen - führt mir deutlich vor Augen, dass ich wichtig bin, dass ich ein wertvolles und wesentliches Element des Universums bin, dass ich viel zu geben habe und viel empfangen darf. Dass das Wichtigste im Leben das Teilen und Einssein mit allen Geschöpfen und der Natur ist.

Ayni ist lediglich ein Spiegel der Realität, die in der Welt der lebendigen Energien existiert, wo alles miteinander verbunden ist und interagiert. Ayni beschreibt daher lediglich eine Realität, die danach strebt, uns an unsere einzigartigen Fähigkeiten als Mitschöpfer unserer Welt zu erinnern. Das Gesetz von Ayni ist ein Konzept mit vielen Facetten. Aber, einfach ausgedrückt: „Wenn man etwas gibt, so hat

man im Gegenzug das Recht, etwas zu erhalten. Und wenn man etwas empfängt, so hat man die Verpflichtung, eine Gegenleistung zu erbringen und etwas zu geben. Dass die Q'ero dies als den heiligen Akt der Wechselseitigkeit bezeichnen, erklärt sich damit, dass sie die Energie in ihren göttlichen Zustand zurückführen möchten, in die Einheit. Ayni ist jedoch sehr viel mehr als das. Es geht darum, in Gegenseitigkeit das Energieniveau des Einzelnen anzuheben, so dass sich jeder

INKA HEALING

Traditionelle Energiemedizin der Anden

entwickeln kann. Es geht um das Teilen, damit jeder mit dem versorgt ist, was er braucht. Es geht um das Teilen von Wissen und Weisheit, so dass Menschlichkeit entstehen und die Harmonie gestärkt werden kann. Ayni ist eine Form der Ebenbürtigkeit.



Aber es ist eine Ebenbürtigkeit, die zeitgleich das Energieniveau aller auf eine höhere Ebene anhebt und in der natürlichen Mitte verankert, statt nur einige zu

stärken, während die anderen geschwächt werden“. Es mutet weise und warmherzig an, was und wie die Q'ero wissen, sind und handeln. Oder ist es das Sonnenlicht, das diese Kraft ebenfalls hervorbringt, die Wolken über uns vertreibt, mein Gesicht wärmt und uns die prächtige Magie dieses Ortes offenbart?

Sich vorzustellen, dass man sein Leben und seine Geschäfte ganz einfach durch die Kraft von AYNi lenken kann. Dieser Traum ist sowohl wunderschön, als auch begehrenswert, jedoch schaltet sich sofort mein realistischer Verstand wieder ein und ich stelle die Frage: „Wie stellt man es an, wenn man Menschen, die es gewohnt sind, ihre Kraft durch Machtkämpfe zu erlangen, bitten möchte, sich zu ändern und stattdessen zu teilen?“. Als ich meine Frage stelle, erhellt sich das Gesicht meines Lehrers und er lächelt: „Deine eigene Kraft und Begabungen zu kennen, ist eine der wichtigsten Fähigkeiten in unserer Welt. Es geht um das Meistern der Energien und darum, sichtbar brauchbare Ergebnisse zu erzielen, die dann im Alltag als größte gemeinnützige Errungenschaft übernommen werden können. Darum nutzen wir so oft wie möglich die Gelegenheit, unsere Kräfte zu messen, um herauszufinden, wer am Stärksten ist und die Herausforderung am meistert.

Das Prinzip von AYNi zeigt sich nun darin, dass man vom Sieger erwartet, dass er den „Verlierer“ darin schult, wie er gewonnen hat. Vorausgesetzt natürlich, der „Verlierer“ ist an diesem Wissen interessiert. Der Kampf um Energie existiert also auch in unserer Kultur, aber für uns ist es eher ein Spiel, mit dem wir unsere inneren Kräfte erproben, während wir gleichzeitig zur kollektiven Entwicklung beitragen“. AYNi beschreibt ebenfalls den Austausch von Energien, den wir permanent miteinander teilen, mit der Natur, mit den Elementen und dem Kosmos. Wenn die Q'ero mit den Bäumen Energien austauschen, sagen sie nicht: „Tausche Energien mit den Bäumen aus“, sondern „Teile Dein AYNi mit den Bäumen“. Weil sie diesen Austausch immer als gleichwertig ansehen. Der

Baum hat etwas, das er uns geben kann und wir haben etwas, das wir dem Baum geben können. Dieser Austausch kann wissenschaftlich anhand eines für uns allen bekannten Beispiels erklärt werden. Menschen benötigen Sauerstoff, um zu überleben, welches der Baum tagtäglich produziert. Bäume und Pflanzen benötigen für ihr Wachstum Kohlenstoffdioxid, welches wir beim Ausatmen freisetzen. Mit anderen Worten: Wir atmen das ein, was die Bäume ausatmen und umgekehrt. Das ist ein Musterbeispiel für AYNi und dafür, wie alle Vorgänge in der Natur danach ausgerichtet sind.

Die Sonne scheint und meine Zweifel haben sich aufgelöst. Ist vielleicht dieser Ort selbst Ausdruck von AYNi? Jedenfalls hat etwas meinen Verteidigungsmechanismus durchdrungen und mich empfänglicher gemacht, mich innehalten lassen und mit einer inneren Ruhe und Ausgeglichenheit erfüllt. Die Energie hinter AYNi – das Prinzip der Gegenseitigkeit – macht mir bewusst, dass ich wichtig bin, dass ich wertvoll bin, dass ich ein wichtiges Element im Universum bin, das viel zu geben hat und viel erhalten darf. Dass tatsächlich das Wichtigste im Leben ist, zu teilen und eins zu sein mit allen Geschöpfen.

Für einen Moment schweifen meine Gedanken in meine eigene Welt ab. Mir wird bewusst, wie wertvoll diese Art und Weise, die Welt zu sehen, für die Menschen zuhause sein wird. Indem AYNi immer auf einem gleichwertigen Austausch basiert, ist die Voraussetzung gegeben, dass jeder von uns etwas zu geben hat, das genauso wertvoll ist wie das, was die Natur, die Elemente und Mutter Erde uns zu geben haben. In unserer westlichen Kultur leiden viele von uns – mehr oder weniger unbewusst – immer wieder unter Minderwertigkeitsgefühlen sowie unter Mangel an Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen. Manche Menschen glauben, sie haben nichts oder nichts Wertvolles, was sie anderen anbieten können. Andere taumeln in die andere Richtung und kompensieren ihren Mangel an innerer Stärke, indem sie krampfhaft an Wissen festhalten, das nur sie besitzen. Sie fühlen sich als Einzelkämpfer, von der Einheit getrennt, ohne Bedürfnis zu geben und zu empfangen.



Diese Gedanken und Missverständnisse verdeutlichen mit großer Klarheit und Kraft die Wirkungsweise von AYNi – dem einzigen Gebot der andinen Lehre. Wenn wir uns dem natürlichen Energiefluss widersetzen und dadurch den Energieaustausch und die naturgegebene Ebenbürtigkeit blockieren, erzeugen wir schwere Energie und dadurch Stagnation. Der Fluss kommt zum Stillstand. In seiner extremsten Form gleicht AYNi

INKA HEALING

Traditionelle Energiemedizin der Anden

einem schöpferischen Prozess, der den ursprünglichen natürlichen Zustand der Harmonie und des Friedens auf der Erde erzeugt bzw. wiederherstellt. Ich habe mich darauf eingelassen – und die feste Absicht, die Weisheit von AYNÍ bewusst in mein Leben zu integrieren.



Die Q'ero

Die Q'ero sind ein indigenes Volk, das in den peruanischen Anden zuhause ist. Sie sind direkte Nachfahren der Inka und Bewahrer einer über 16.000 Jahre alten Weisheitslehre. Ihr Wissen ist darauf ausgerichtet, die Harmonie in der Natur zu respektieren und zu

bewahren und im Einklang und gegenseitigem Austausch mit allen Geschöpfen und der Natur zu leben, so dass alle davon profitieren: Die Menschen, die Tiere, die Pflanze, die Erde und das Universum.

Es ist eine überaus pragmatische und auf Frieden und Harmonie ausgerichtete Lehre. Dieses Wissen schult die Wahrnehmung feinstofflicher Energien und Verbindungen, weshalb es den Inka möglich war, das größte friedfertige Reich auf Erden zu gründen. Die Q'ero gehen davon aus, dass alles mit allem



verbunden ist. Wir sind alle ein Teil im großen Ganzen und auch ein Teil unseres Gegenübers. Wir alle sind Brüder und Schwestern, vereint in einer Welt. Wir sind Eins. Und die Erde mit all ihren Geschöpfen leben und existieren

in Gegenseitigkeit und Gemeinsamkeit. Die Q'ero – wir nennen sie andine Priester - eine Gemeinschaft aus ca. 400 peruanischen Indianern, sind durch extreme Klimaverhältnisse und einem täglichen Überlebenskampf in den Anden auf über 4.500m Höhe bedroht. Ende des 20. Jahrhunderts haben sie sich dazu entschlossen, ihre selbstgewählte, mehr als 500 Jahre anhaltende Isolation in den Anden, zu verlassen, um mit uns ihr Wissen und ihre Weisheit zu teilen. Die Prophezeiung der Q'ero sagt, dass wir uns in einem Zeitalter bewegen, in dem wir uns selbst wieder begegnen. Es ist die Zeit gekommen, in der wir uns wieder daran erinnern, die Kraft des Teilens und der Fülle zu erfahren.

Die Autorin

Dorthe Steenberg, B.A., ist die Geschäftsführerin und Inhaberin von Power Spirit. Sie arbeitet als Lehrerin und Heilerin in Dänemark und hat ihr Wissen und ihre Weisheit über 15 Jahre lang in nationale, wie auch internationale, Unternehmungen eingebracht; Weisheit, die das Miteinander und die Verbundenheit untereinander stärkt und ein stabiles Lebensgefühl erzeugt.



Dieser Artikel ist ein Auszug aus dem Buch COMMON GROUND, das erstmals im August 2009 veröffentlicht wurde. Geschrieben wurde dieses Buch von Dorthe Steenberg (Power Spirit), Sascha Amarasinha (Respond), Tina Monberg (Mediation Center) und Gitte Larsen (Editions and House of Futures).

Inka Healing

Nach MBA und 15 Jahren Berufserfahrung in der IT-Branche kam Hans-Martin Beck 2005 erstmals mit Energiearbeit und alternativer Medizin in Berührung. Es veränderte sein Leben nachhaltig. 2006 folgten Selbstständigkeit und Gründung einer eigenen Praxis für Energiearbeit, in der er Menschen mit Hilfe der Heiltechniken der Inka behandelt.



Er besucht regelmäßig Workshops, unter anderem bei Elizabeth Jenkins, Juan und Ivan Nunez del Prado, Don Humberto und Donna Bernadina Sonqo. 2010 organisierte er mit Juan und Ivan seinen ersten Workshop in Deutschland und nahm im selben Jahr an der Hatun Karpay teil, einer 10-tägigen „Pilgerreise“ zu den alten Kraftplätzen der Inka, während der Menschen seit Generationen ihre persönliche Kraft und Stärke erwecken. Seit 2011 veranstaltet er Workshops irund um die Inka- Tradition n Deutschland mit Lehrern aus Peru und anderen Teilen der Welt sowie Gruppenreisen nach Peru.

Alle Landschaftsbilder wurden während der Hatun Karpay 2010 in Peru aufgenommen und zeigen in der Reihenfolge ihrer Nutzung folgende Motive: (1) Blick auf die Ruinen von Machu Picchu (2) Machu Picchu, Blick aus dem Tempel von Mama Weira (3) Ein Tempel der Nustas (4) Die botanischen Gärten von Mooray (5) Ein Baum am Urubamba (auch als „Wilkanusta“ bekannt)

Auf dieser Seite gegen den Uhrzeigersinn (1) Juan Nunez del Prado (2) Don Humberto und Donna Bernadina Sonqo (aufgenommen von Suzy Ross) (3) Hans-Martin Beck (4) Dorthe Steenberg