

Me Ain Olam Haba

Me ain o - lam ha - ba

Me ain o - lam ha - ba i - om

Sha - bat Me - nu - cha - cha Sha - lom

Musik and Text: traditionell hebräisch
Tanz: W & A van der Zwan

Me ain olam haba (2x)
Me ain olam haba iom
Shabat Menucha
Shalom

die Welt, die wir ersehnen, wird kommen
diese Welt wird heute kommen
Sabbat, Raum der Ruhe und Zuflucht
Frieden

Diese traditionelle Melodie hat uns lange begleitet, zunächst als ein Lied, das wir von der niederländischen Sängerin Jette Armaiti Scholten gelernt haben, später auch als Tanz. Wir haben es während des Begräbnisses von Ariënnés Mutter gesungen, die am 6. Dezember 1996 gestorben ist.

Ain bedeutet „Zeichen“, „Auge“, „Essenz“ oder „Quelle“. *Olam haba* ist ein bekannter jüdischer Ausdruck, der sich auf die „Welt, die wir ersehnen“ bezieht, die Zeit, wenn alle Zeit endet und der Löwe friedlich neben dem Schaf schläft, wenn es keinen Kampf mehr gibt, sondern nur noch Frieden.

Die hebräischen Worte zu diesem Tanz wie auch die Melodie sind die traditionell jüdischen während der Sabbatfeier.

Poetisch übersetzt kann man diesen Wörter lesen wie:

Durch den Sabbat machen wir eine Pause beim Arbeiten um uns an den Schöpfer zu erinnern und um einen Blick zu erhaschen auf die Welt, die wir ersehnen, wo dauerhafter Friede eine Realität ist.

Durch dieses Verständnis stellen wir diesen Tanz in die jüdische Tradition des *Bereshith Mystizismus*, der seinen Namen von dem ersten Wort der hebräischen Bibel her ableitet: *Bereshit / Am Anfang*. Diese Form des Mystizismus bezieht sich zurück



auf den allerersten Anfang der Schöpfung und versucht, von da aus das Leben zu erfassen und sich mit ihrer Quelle zu verbinden.

Sabbat ist der Ruhetag und findet seinen Ursprung in der Schöpfungsgeschichte der Genesis, in der erzählt wird, dass Gott am siebten Tag ruhte, zurückschaute und befand, dass alles gut war (*tov* in Hebräisch). Die Wochentage haben in der jüdischen Tradition keine Namen, sondern Zahlen, die ihren Höhepunkt am Sabbat finden, der siebte und wichtigste Tag der Woche.

Der Friede zu Beginn der Schöpfung war absolut und kannte kein Gegenteil im Gegensatz zu unserem Konzept des „Friedens“ als Gegenteil von Krieg. Gläubige Juden vertrauen darauf, dass diese Art von Frieden am Ende der Zeiten wiederkehren wird. Dann wird der Sabbat nicht enden, sondern für immer bestehen, da die Zeit aufhören wird zu existieren.

Die hebräische Tradition orientiert sich wie die islamische am Mond, so dass der Tag am Abend beginnt, wenn der erste Stern zu sehen ist und am nächsten Tag endet, wenn die Sonne untergeht und wiederum der erste Stern zu sehen ist. Wenn dies passiert ist, ist es klar, dass das Wunder dieses Mal nicht stattgefunden hat und der Sabbat nun zu Ende ist.

Nächste Woche gibt es eine neue Chance!

Der Sabbat ist wie ein Spalt in Zeit und Raum und erlaubt uns, über die Begrenzung von Zeit und Raum hinweg, vorzudringen zum allerersten Anfang und gleichzeitig zum Ende der Schöpfung, indem wir uns mit dem Göttlichen verbinden.

Am Sabbat ist der Schleier, der uns vom Göttlichen trennt, dünner. In der kabbalistischen Tradition wird dies so ausgedrückt, dass Gott in Form von Schechinah (hebräisch: שכינה) zur Erde herabsteigt. Schechinah ist die „Braut“ Gottes, vergleichbar der Shakti in der hinduistischen Tradition. Durch Schechinah können wir ein wenig des himmlischen und absoluten Friedens erfahren.

Im Tanz wird dieses Spiel mit Zeit und Raum durch die Bewegung des Hin- und Herwiegens zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft (links, Mitte und rechts) ausgedrückt.

Wie so oft in den Tänzen arbeiten wir vom Herzen aus, unserer spirituellen Werkstatt, wo wir Erfahrungen und Gefühle prozesshaft durchleben und so Frieden erlangen. Das Bedecken der Hand des Partners mit der eigenen ist traditionell jüdisch. Es ist ein Gruß aus vollem Herzen: Man bietet beide Hände zum Gruß, hält also nichts zurück. Der Moment, in dem man still steht, ist ein offensichtliches Symbol für den Sabbat, dem Tag der Ruhe. Wir drehen uns im Uhrzeigersinn (Evolution, die aktive Kraft, die uns hilft, voran zu schreiten in Richtung Frieden): Während wir uns nach innen wenden um uns mit der Schöpfung zu verbinden, sind wir gleichzeitig ganz anwesend auf diesem Planeten und tun, was wir tun können für die spirituelle Entwicklung dieses Planeten und all seiner Lebewesen.

Die praktische und erdverbundene Seite der jüdischen Tradition wird in der letzten Bewegung des Tanzes ausgedrückt, wo wir unsere Erfahrungen über die Erde ausbreiten und uns wieder zu einem Kreis verbinden.

Bewegungen

1. Me ain olam haba (2x)



2. Me ain olam haba iom
3. Shabbat menucha
4. Shabbat menucha
5. Shalom

Partnertanz: Wählt zu Beginn einen Partner.
Bildet einen Kreis und fasst euch an den Händen.

1. Links kreuzt vor rechts auf AIN, nach rechts wiegen auf -LAM, nach links und wieder nach rechts wiegen auf HABA. Wiederholung.
2. Macht eine Drehung im Uhrzeigersinn, die vor dem Partner endet, während ihr mit den Händen den Frieden zum Herzen bringt.
3. Bleibt stehen und gebt euch die rechte Hand, dann mit der linken Hand den Handrücken des Partners bedecken.
4. Macht in dieser Position eine halbe Drehung im Uhrzeigersinn und steht dann still bis zum Ende Wortes MENUCHA.
5. Während SHALOM gesungen wird, eine langsame Drehung zur Mitte machen, breitet die Hände dabei, die Erde segnend, nach unten hin aus. Dann wieder die Hände im Kreis fassen und der Tanz kann erneut beginnen.

