

Lucia's Licht

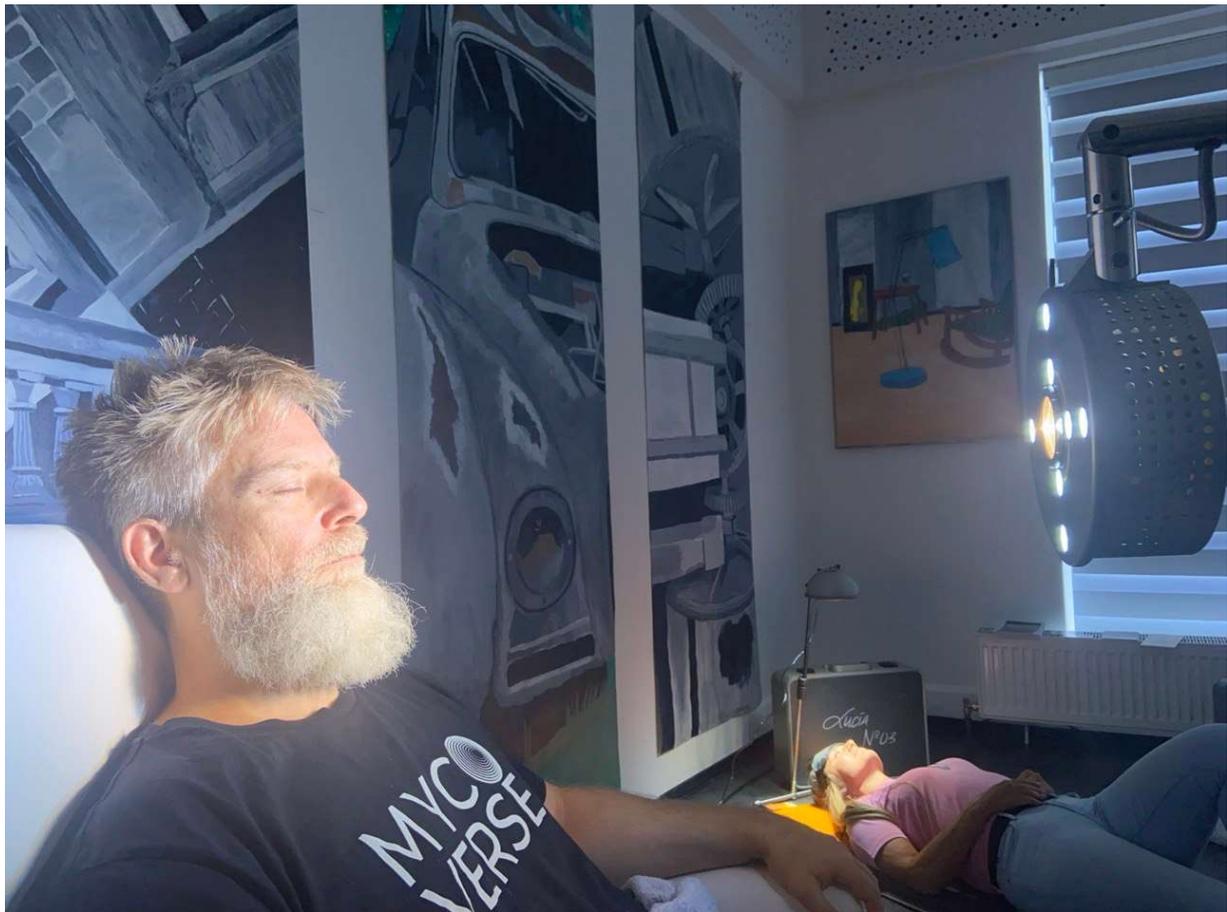


Foto: Mark Stüttler

Regenbögen im Kopf

Neugierig und ein wenig aufgeregt saß ich mit geschlossenen Augen da, beide Arme ruhend auf dem polsterweichen Relaxssessel. Mein Kopf schmiegte sich in seine weite Lehne hinein, als läge er auf einem kleinen Kissen gebettet.

Die ersten Sekunden unter der Lucia-Lampe waren wie das Betreten eines dunklen Theaters: Stille, Erwartung, geschlossene Augen. Dann begann das Licht weiß und golden vor meinem inneren Auge zu flackern, und im nächsten Augenblick explodierte hinter meinen Lidern ein Universum.

Zuerst waren es nur sanfte Wellen von Sonnenfarben im weißen Licht: gelb, orange und rot, wie Regenbögen nach einem Sommerschauer. Aber dann, als hätte jemand an einem kosmischen Regler gedreht, begannen die Regenbögen zu tanzen. Violette Spiralen wirbelten durch goldene Fäden, smaragdgrüne Blitze zuckten durch rubinrote Nebel.

Regenbögen tanzen in meinem Kopf, dachte ich, und genau das war es. Keine gewöhnlichen Bögen, die nach einem Sommerregen am Himmel still stehen, sondern wilde, lebendige Farbstürme, die in fraktalen Mustern tanzten und meinen Geist in ein Kaleidoskop verwandelten. Kurz verschlug es mir den Atem, und ich dachte daran, mir die Augenmaske über den Kopf zu ziehen, die man mir sicherheitshalber gegeben hatte.

Würde der rasche Wechsel von Formen und Farben mich überfordern?

Wenige Augenblicke später hatte ich diesen Gedanken und alle anderen Sorgen des Alltags vergessen.

Ohne dass ich es bemerkt hätte, hatten sich meine Arme weit geöffnet in die Luft gestreckt, um die bunten Farbstürme meines Kopfes tief in meinem Herzen zur Ruhe kommen zu lassen. Meine Finger pulsierten fast schwerelos im Raum, als würden sie von einer unsichtbaren Hand getragen, und jede kleinste Bewegung, jeder Atemzug, war ein farbiger Genuss, der sich ins Unendliche ausdehnte.

Die Zeit verlor ihre Bedeutung. Waren es Minuten oder Sekunden?

Das Licht pulsierte im Rhythmus meines Herzschlags, und mit jedem Schlag entstanden neue Muster: Mandalas aus purem Licht, blau-schimmernde Kathedralen aus kristallinen Farben. Gärten des Lichts voller phosphoreszierender Blüten entstanden und verschwanden in den Farbstürmen der tanzenden Regenbögen, die meinen ganzen Körper bis in die Fingerspitzen durchfluteten.

Schließlich vergaß ich auch dieses Schauspiel, als unbemerkt und plötzlich diese Stille da war, in der alle Regenbögen zu einem einzigen, strahlenden Weiß verschmolzen. Ruhe, Klarheit und Frieden erfüllten mich, und ich hätte noch Ewigkeiten in diesem Zustand weiter sitzen können, als ich bemerkte, dass das Licht der Lampe bereits verschwunden war und meine Regenbogenreise im Lichte der Lucia-Lampe ein Ende genommen hatte.

Ich öffnete meine Augen. Der Raum um mich war derselbe, aber ich war anders: ruhiger und klarer. Mein Körper fühlte sich an, als wäre ich gerade von einem mehrwöchigen Meditations-Retreat zurückgekommen. Mit jedem Schritt fühlte ich mich geerdet und schwebend. Jede meiner Bewegungen war gleitend und fließend, und so schritt ich vergnüglich durch den Raum. Die Welt um mich war dieselbe und doch völlig anders.

Die Farben um mich schienen lebendiger geworden zu sein, oder vielleicht hatte ich gerade gelernt, dass es Dimensionen von Farbe gibt, die in uns selbst existieren und nur darauf warten, zum Leben erweckt zu werden.

Ich trinke einen Schluck Wasser, da kommt mir der Gedanke: Lucia's Licht lässt Regenbögen den Kopf leer tanzen, bis der Weg zum Herzen frei wird. Auch wenn das Leuchten der Lampe, wie die Sandmandalas der Mönche, verschwunden ist, kann man noch fühlen, wie die Farben des Lebens in einem leuchten.

Lucia leuchtet, das ist Realität und Metapher und eine Erinnerung an das, was möglich wird, wenn Regenbögen in unserem Herzen malen und Licht und Bewusstsein sich begegnen.

Mag. Dr. Lucas Pawlik

25.08.2025