

November – die Zeit der Dunkelheit kann wandeln und heilen



Es ist November. Die Pflanzen haben uns ihre Kraft und Früchte geschenkt und ziehen ihre Säfte zurück. Die Natur beginnt sich auszuruhen. Es ist die Zeit, in der uns der Kreislauf des Lebens, das Werden und Vergehen besonders bewusst wird.

Die dunkle Zeit des Jahres beginnt. Und viele Menschen, und vielleicht gehörst du auch dazu, haben mit Ängsten, Depressionen und Energiemangel zu kämpfen. Als Kinder träumten wir vielleicht von dem dunklen Mann unter dem Bett oder hatten Angst vor dunklen Gestalten, die uns holen wollten.

Doch Dunkelheit ist nicht dass, was wir glauben, dass sie ist. Sie ist nicht böse, angstmachend, unheimlich. Es wurde uns nur so erzählt – und wir glauben es.

Die Angst vor der Dunkelheit kommt in verschiedenen Gestalten zu uns: als Hexe oder Teufel, als böse Geister, vor denen wir uns schützen müssen oder auch als furchterregender, finsterner Wald, in Form von Bildern von Vertreibung, Hexenverfolgung, Inquisition; Gräueltaten, die uns schmerzvoll gezeigt haben, zu was Menschen in der Lage sind. Diese Bilder haben sich tief in unseren Zellen eingegraben. Damit einher geht eine tiefe Abwertung des Weiblichen, der Erde, der Urmutter allen Seins. Deshalb übertragen wir unsere Angst auf Tiere, die mit dem Weiblichen in Verbindung gebracht werden, wie den Wolf, die Spinne, die schwarze Katze und den (Unglücks)Raben.

Doch die Dunkelheit an sich ist nicht böse. Sie ist nicht der angstbesetzte Raum, den wir als Kinder kennen gelernt haben. Und wenn wir in der Geschichte weiter zurückschauen, so können wir lernen, sie kann heimelig, liebevoll umhüllend sein. Dunkelheit ist die sanfte, nährenden Mutter, die viele Wunder in sich trägt und uns an den Ort tragen kann, an dem unser inneres Licht leuchtet. Wenn unsere äußeren Augen nicht mehr sehen können, öffnet sich unser Seelenaugen, welches hinter den Schleier schauen kann und öffnet damit einen erweiterten Bewusstseinsraum, der uns in das Land der Seele führt, zu unseren Träumen und zu unseren Ahnen und Ahnungen.

Unsere steinzeitlichen Vorfahren haben von der Natur abgeschaut und gelernt. Ihre Wahrnehmung entsprach dabei dem zyklischen Weltbild: alles, was stirbt, geht ein in die Erde und wird im Frühling aus ihr heraus neu geboren. Um diese Vorgänge zu beschreiben wurden sie personifiziert. So entstanden die Mythen und Märchen.

Es ist also die Urmutter, die Erde selbst, die in den Geschichten u.a. als Frau Holle erscheint, die alles Leben nimmt und aus ihrem Schoß neu gebiert. Im Frühling kommt sie als weiße, im Sommer als rote und im Winter als schwarze Frau daher. Der Ursprung ihres Namens ist das Wort hel – bergend – und so wurde sie lange als Göttin verehrt. Ihr Schoß erscheint in den Mythen als Kessel und steht für Fruchtbarkeit und wiederkehrendes Leben. Die Mythen erzählen, dass Frau Holle als schwarze Urmutter im November die verstorbenen Seelen mit ihrem Totenzug in die Unterwelt führt, um in ihrem Kessel das Vergangene zu neuem Leben zu wandeln. Sie braut, sie rührt, sie kocht und hütet die Seelen – einen Winter lang. Dabei darf das Feuer unter ihrem Kessel nie verlöschen, denn sonst würde das Rad des Lebens unterbrochen. So zieht sie mit ihren Seelen über die Lande und bringt Segen und neues Leben in die Häuser und über brachliegende Felder. Deshalb sind es auch heute noch die Kinder, die bei den Laternenumzügen der Martinszeit oder zu Halloween umherziehen. Es sind die Seelenkinder, die wohlwollend ins Haus und ins Herz eingeladen werden wollen. Nur ist der Bezug dazu im Laufe der Zeit verloren gegangen.

Im Zuge von Herrschaftsbildung hat dieser Aspekt der Urmutter und Kinderbringerin später eine Verdrehung und Dämonisierung erfahren, die Frau Holle zur gefürchteten, unheilbringenden, Kinder fressenden Hexe, die gejagt werden musste, machte.

Mythologisch übernahm Wotan (der Wütende, der Besessene) Frau Holles Platz als Totenführer an. Der Totenzug der Holle wurde zur wilden Jagd des Totenheeres. So wurden nicht mehr die Toten eingesammelt, sondern die Lebenden gejagt. Ursprung dieser Bilder war nicht etwa ein Herbststurm. Konflikte um Nahrung und Ressourcen führten in der Bronze- und Eisenzeit durch unterschiedliche Faktoren erstmals zu Machtausübung und Krieg in einer bis dahin friedlichen Welt. Wotan widerspiegelte die germanischen Kriegsheere, die zu der Zeit Mitteleuropa einnahmen. Damit war der Beginn der Herrschaftsbildung und Machtausübung von Menschen über Menschen getan.

Da eine hierarchische Gesellschaft nicht mit der Vorstellung einer Muttergöttin zusammenpasst, die alle Wesen gleichermaßen liebt, ging Herrschaftsbildung unabdingbar mit einer Abwertung der Erde und des irdischen Lebens einher. Damit starb auch das auf den Zyklus der Natur ausgerichtete Weltbild. Dies wurde in vielen Mythen und Sagen z.B. in Form der Tötung des Drachens, der Schlange und des Lindwurms verarbeitet. Diese Kämpfe wurden immer mehr zum Kampf zwischen dem weiblichen und dem männlichen Prinzip. Das Weibliche wurde verbunden mit dem „Unten“, mit Erde, Dunkelheit und Chaos. Das Männliche verkörperte das „Oben“, den Himmel, die Sonne, das Licht und das Leben. Dies führte zu einer rein willkürlichen und keineswegs zwingenden Trennung zwischen den beiden Polen. Das bis dahin polare Weltbild wandelte sich zunehmend in ein duales, welches verbunden ist mit der Trennung in gut und böse. Daraus abgeleitet wird bis heute in einigen Regionen dieser Erde das Recht, das Weibliche zu bekämpfen und zu unterdrücken.

Das Jenseits, früher der bergende und wandelnde Schoß der Urmutter, wurde durch das frühe Christentum zweigeteilt in Himmel und Hölle. Der Erdschoß, der Kessel der Göttin auf dem Feuer, bis dahin Sinnbild für Fruchtbarkeit und wiederkehrendes Leben wurde zur Hölle, zum Ort ewiger Verdammnis, erklärt. Anhängerinnen der Göttin Holle wurden als Hexen bezeichnet. Aus der ursprünglich bergenden Höhle wurde eine niederträchtige Hölle.

Menschen hatten fortan Angst vor diesen Dämonen des Winters, den Gestalten der Unterwelt. Die Ahnen wurden dämonisiert und als böse Geister benannt. Die Grundqualität der Begegnung mit den Toten ist seitdem die Angst. Diese Angst vor bösen Geistern steckt bis heute tief in uns und Schutzmagie wird heute nach wie vor propagiert.

Mit Hilfe einer solchen Ideologie lässt sich, wie es die Geschichte zeigt, leicht Macht ausüben. Doch am Anfang dieser Entwicklung stand Not, nicht Schuld. Es waren sowohl Männer als auch Frauen, die diese Entwicklung vorangetrieben haben. Wir werden daher weder den Männern noch den Frauen gerecht, wenn wir einem der Geschlechter die Schuld geben. Auch leiden heute sowohl Männer als auch Frauen gleichermaßen an den Folgen der patriarchalen Machtausübung.

Unsere Weltsicht hat sich im Laufe der letzten paar hundert Jahre reduziert auf ein materialistisches Weltbild. Lineares Denken hat das zyklische abgelöst. Wir glauben, dass alles einen Anfang und ein Ende hat und verdrängen somit den Tod, weil er für uns das Ende unseres Lebens darstellt, dem nichts anderes folgt. Es zählt nur, was wir sehen und anfassen können. Wir sind in einer „Macher- und Machtkultur“, in der der eigene Wille das höchste Gut ist. Hingabe hat keinen Wert und wird gleichgesetzt mit Unterwerfung. Der Preis, den wir dafür zahlen ist hoch. Kein Wunder, dass Angst- und andere psychische Störungen heute so rasant zunehmen.

Und gleichermaßen leben wir heute in einer Zeit, in der wir das Glück haben, dass das alte Wissen wieder gehoben und uns damit zugänglich wird. Wir sind es, die unser Weltbild heute erweitern und wandeln können. Und damit meine ich kein retroromantisches Zurückgleiten in die Steinzeit. Die Entwicklung, die wir als Menschheit durchlaufen haben, lässt sich nicht einfach zurückdrehen. Aber wir können aus der Geschichte lernen.

Das Wissen um unsere Geschichte hilft uns, die Bilder der Angst zu entlarven. Wir dürfen entscheiden, ob wir an den alten Bildern von bösen Geistern festhalten oder ob wir anerkennen wollen, dass wir selbst es waren, die die Geistwesen aus unserem Leben verbannt haben und die dort so begonnen haben, ihr Eigenleben zu führen. Wenn wir dies tun, können wir uns ihnen wieder zuwenden und sie aus ihrem Schattenreich entlassen.

Ich erlebe hier besonders die Jahreskreis-Rituale der dunklen Zeit als sehr heilsam, stärkend und nährend. Es hilft mir, mich wieder anzubinden an den Rhythmus und die Gesetzmäßigkeiten der Natur. Dies gemeinsam im geschützten Raum einer Gruppe gleichgesinnter Menschen zu feiern, stärkt mein Vertrauen und lässt mich meine Fähigkeit zur Hingabe üben. Und es ist so heilsam, darin auch zu spüren, dass wir alle Kinder unserer Zeit sind und somit alle mit denselben schwierigen Gefühlen wie beispielsweise Ängsten zu tun haben. Sie deshalb gleich mit einzuladen hilft mir neben den Widerständen zunehmend mehr Freude am Sinken und mich hingeben zu empfinden.

Es ist dieser Raum, den wir nicht machen können, der sich dann öffnet. Der Raum in dem das Ego sich für einen Moment auflöst, der eigene Wille zurücktritt und der größere Wille spürbar wird. Es ist der Moment, in dem wir eintauchen in das größere Ganze, in dem das Göttliche, wie auch immer wir es nennen, spürbar wird, die Grenzen verschwimmen und Verbundenheit ist. Für mich ist es der Raum, in dem ich spüre, dass das Leben mich atmet, das Leben mich singt.

Wer mehr über die Geschichte lesen möchte, dem/der empfehle ich das Buch "Macht - Geschichte - Sinn" von Ursula Seghezzi, aus dem ich die wesentlichen Hintergrundinformationen bezogen habe. Zu beziehen ist es bei ihr selbst unter www.umainstitut.net