

ANNA GAMMA

SCHÖN,
WILD
UND
WEISE

Frauen auf dem Weg
zu sich selbst und
in die Welt



Theseus Verlag

*Meinen leiblichen und
meinen seelenverwandten
Schwestern
gewidmet*

GÖTTINNEN IN UNS –
auf Spurensuche nach
der verlorenen Weiblichkeit 13

Feminismus oder Partnerschaft 14

Unterdrückte Weiblichkeit 16

Kampf unter Frauen 19

Kundalini erwacht 20

Göttinnen rufen 22

Das „Draußen-Vor“ oder „Drin-Sein“ 24

Gelächter in heiligen Hallen 27

Tödlicher Gehorsam 28

Übungen 30

LILITH UND EVA –
ein Wiedersehen 33

Im Anfang war ... 34

Kosmischer Schöpfungstanz 37

Adam und Lilith, seine erste Frau 39

Adam und Eva, seine Herzfrau 43

Verhängnisvolle Begegnung 45

Die langen Schatten des Schöpfungsmythos 47

Wiedersehen nach Jahrtausenden 49

Übungen 52

DIE WOLFSFRAU –
wenn Totes wieder lebendig wird 55

Es war einmal ... 56

La Lobas Namen 59

Knochengeschichten 62

Gesang der Wolfsfrau 66

Weisheit der Wolfsfrau 68

Übungen 71

NUT –
weibliche Sexualität und Spiritualität 75
 Erste Überraschung 76
 Nuts Gaben 77
 Rot, Orange, Gold und Diamant 80
 Sternenmantel 83
 Goldene Gebärmutterkraft 85
 Nut und Pele 86
 Nut – kosmisches Mutterschwein 88
 Nut und Geb – Lilith und Adam 90
 Geben und Nehmen – Geburt und Tod 92

Übungen 93

WENN PELE ERWACHT –
die Stimme der Erde 103

 Nut begrüßt Pele 104
 Polynesische Genesis 107
 Peles Namen 110
 Pele und ihre Geschwister 115
 Peles Liebesleben 117
 Götter und Göttinnen 119
 Peles Geschenk 120

Übungen 122

DER WEG DER HELDIN –
die Mauern der Angst überwinden 129

 Rückkehr zur Liebe 130
 Zur eigenen Größe finden 132
 Von der Kernverletzung zur Kernkompetenz 135
 Evas Mauern der Angst 138
 Liliths Gang durch kollektive Schattenwelten 141
 Der Weg der Heldin 144

Übungen 147

WENN KANZEON VOM HIMMEL STEIGT –
die heilende Kraft des Mitgefühls 149

Kanzeon am Morgen, Kanzeon am Abend 150

Avalokiteshvara 151

Avalokiteshvara wird Kanzeon 152

Ein Auge in jeder Hand 154

Kanzeon steigt vom Himmel 156

Die Drachentänzerin 159

Kanzeon und Zen 161

Teilnehmendes Dasein 163

Kanzeon – eine weibliche Ahnfrau 165

Kanzeon und Maria 165

Übungen 166

EIN NAME, ZWEI FRAUEN –
die Wiederkehr von Lilith und Eva 171

Maria, Mutter Jesu 172

Maria, die zweite Eva 173

Maria, Prototyp des Menschen 175

Maria, die Hure 178

Liliths Wiederkehr 180

Maria und Josef – Jesus und Maria Magdalena 181

„Le Christ au Ciel bleu“ 182

Die Zeit ist reif ... 186

Übungen 189

Die Auflösung des Rätsels – schön, wild und weise 191

Zu guter Letzt –
ein paar Worte an männliche Leser 193

Danksagung 196

Literatur 200

Quellennachweis 204

Über die Autorin 205

Vorwort

Das vorliegende Buch entstand in der Auseinandersetzung mit dem Patriarchat. Dieses hat sich vor Jahrtausenden wie eine machtvolle Geisthülle um den ganzen Planeten gelegt und bestimmt nahezu alle Lebensbereiche in allen Kulturen und Völkern, vor allem auch unsere Sprache, die Beziehungen zwischen den Geschlechtern und die sozialen, politischen, gesellschaftlichen Strukturen. Seit einigen Jahren jedoch kommt unaufhaltsam Bewegung in dieses Thema, und dies nicht erst, seit die Vereinten Nationen in New York Resolutionen und Beschlüsse für die Gleichstellung der Frau fassten.¹ In vielen Menschen wird die Sehnsucht nach einer gleichberechtigten und gleichwertigen Partnerschaft von Mann und Frau im privaten und öffentlichen Leben lebendig.

Der anstehende Transformationsprozess kann nicht umfassend genug gesehen werden. Neben den strukturellen Veränderungen auf nationaler und globaler Ebene, in der Familie und am Arbeitsplatz stehen auch persönliche Wandlungsprozesse an. In diesem Buch stelle ich die Frauen in den Mittelpunkt und dies aus gutem Grund: Ich tue dies nicht nur, weil ich selber Frau bin, sondern auch, weil ich in den letzten Jahren verstanden habe, dass die Anklage an die Männer und das Kämpfen gegen patriarchale Strukturen nicht zielführend ist. Ich habe erkennen müssen, dass auch wir Frauen uns gegenseitig das Leben schwer machen und dass wir mit bestimmten Verhaltensweisen patriarchale Strukturen stützen und stärken. Wenn wir ehrlich sind, dann müssen wir uns sogar schmerzlich eingestehen, dass wir es nicht selten selbst sind, die uns Hindernisse in den Weg legen. Um diese Blockaden wegräumen zu helfen, habe ich dieses Buch geschrieben. So richte ich mich insbesondere an Frauen, die nicht aufhören, ihre

¹ Siehe dazu: Resolutionen und Beschlüsse des Wirtschafts- und Sozialrates, offizielles Protokoll der Vereinten Nationen, New York 2005, Beschluss 2005/232 (www.un.org/depts/german/wiso/ws_res.html).

weibliche Identität und Gestaltungskraft zu erforschen und weiterzuentwickeln. Bestimmt können auch Männer von der Lektüre profitieren. Ungeduldigen empfehle ich, mit dem letzten Kapitel zu beginnen, eine Unart, die meines Wissens vorwiegend Frauen pflegen.

In der Darstellung der Transformationsprozesse orientiere ich mich an Mythen, Märchen und Archetypen. Wir begeben uns damit auf eine Reise durch verschiedene Kulturen und Traditionen. Mythische Frauengestalten und in der Geschichte bedeutungsvoll gewordene Frauen begleiten uns als Wegweiserinnen zu den weiblichen schöpferischen Tiefen. In ihrer Einzigartigkeit sind sie auch Schlüssel, um einige Teilaspekte des Emanzipationsprozesses deutlicher in den Blick nehmen zu können. In der Verbundenheit mit ihnen werden wir im Bewusstsein und in der Entschlossenheit gestärkt, mutig – und wenn nötig auch allein – aufzubrechen. Doch können wir uns immer sicher sein, dass wir mit vielen anderen Frauen unterwegs sind, um unsere gemeinsame Zukunft zu erforschen und weiblich-kreativ mit zu gestalten.

Anna Gamma, Luzern im Herbst 2014

GÖTTINNEN
IN UNS –
auf Spurensuche
nach der verlorenen
Weiblichkeit





Feminismus oder Partnerschaft

Bist nun auch du zur Feministin geworden? Das werde ich immer häufiger gefragt. Nein, antworte ich, wenn damit Frauen gemeint sind, die für die Sache der Frauen unerbittlich und mit großer Entschlossenheit kämpfen, die gelegentlich auch in Verbissenheit umschlägt. Diese Strategie war einmal sehr notwendig. Wo wären wir Frauen heute im öffentlichen Leben anzutreffen, wenn nicht in den letzten Jahrhunderten streitbare Schwestern und ein paar Männer aufgestanden wären? Auch in meiner eigenen Biografie gab es Zeiten, in denen ich im Modus dieses Kampfgeistes unterwegs war. Ich bin dankbar dafür, denn ohne diese aufbäumende, rebellische Kraft hätte ich den Weg aus einem Arbeiterdorf im St. Galler Rheintal an die Universität in Zürich nie geschafft. Heute meldet sich diese Stimme immer dann bestimmt, herausfordernd und klar, wenn ich mit Ungerechtigkeit und Machtmissbrauch konfrontiert bin.

Ein zweites Mal antworte ich auf die Frage mit Nein, wenn mit dem Begriff Feministin Frauen im Blick sind, die für die Sache der Frauen engagiert eintreten und mit Forderungen verbinden wie beispielsweise der Quotenregelung. Vor dreißig Jahren war ich selbst einmal Quotenfrau. Ohne die dringende Bitte einiger Kollegen und Kolleginnen, die Wahl in ein kantonales Gremium anzunehmen, hätte ich wohl die narzisstische Kränkung nicht überwunden. Ich war aufgebracht, weil ich nicht aufgrund meiner fachlichen Qualifikationen berufen wurde, sondern weil in erster Linie eine Frau in leitender Position gesucht wurde. Ausschlaggebend für meine Wahl war weniger die berufliche Qualifikation, vielmehr fiel das Geschlecht ins Gewicht. Doch auch für die Erfahrungen in jenem Männergremium bin ich dankbar. Ich konnte nicht selten beobachten, wie geschickt Männer ihre

Rivalitäten mit endlosen, scheinbar logisch-rationalen Debatten mehr oder weniger erfolgreich kaschierten. Und ich bekam einen ersten Geschmack davon, was inzwischen viele Untersuchungen bestätigen, nämlich dass gendergemischte Teams am erfolgreichsten sind. Obwohl ich mehrheitlich nur positive Erfahrungen als Quotenfrau gemacht habe, geht mein Blick in diesem Buch in eine andere Richtung.

Mein Ja zur Frage nach meiner Stellung zum Feminismus kommt von Herzen, wenn jene Frauen gemeint sind, die ganz nüchtern nach dem Beitrag der Frau zum Patriarchat fragen, in der Analyse jedoch nicht stehen bleiben, sondern nach dem Neuen suchen und bereits Elemente einer neuen Beziehung zu sich selbst und zwischen den Geschlechtern entdeckt haben. Es ist eine Binsenwahrheit, dass wir einzig und allein nur uns selbst ändern können – nie die anderen, nur uns selbst. Es ist aber ebenso wahr, dass mit unserer Transformation auch das Gegenüber in einen Wandlungsprozess hineingenommen wird. Und je liebevoller wir in der Beziehung und Verbundenheit bleiben, auch wenn diese Haltung noch so schwer zu praktizieren sein mag, desto mehr eröffnen wir ein Bewusstseinsfeld, in dem Veränderungen möglich werden.

So geht es mir in diesem Buch in erster Linie darum, ein brachliegendes Potenzial in uns Frauen zu erforschen, welches Männer und Frauen gleichermaßen dabei unterstützt, sich aus den für beide Geschlechter schwierigen und schmerzhaften Fesseln des Patriarchats zu befreien. Die einseitige Vorherrschaft von Frauen in der Zeit des Matriarchats – sollte es dieses tatsächlich gegeben haben – genauso wie die Dominanz der Männer in den letzten Jahrtausenden kommen zu einem Ende. In vielen Menschen ist die Sehnsucht nach einer gleichberechtigten und gleichwertigen Partnerschaft von Frau und Mann im privaten und öffentlichen Leben erwacht. Sie suchen und forschen nach entsprechenden Formen des Denkens, Fühlens und Handelns.

Bis vor wenigen Jahren noch war ich davon überzeugt, dass wir die nächsten Entwicklungsschritte zu diesem Ziel nur

gemeinsam – also als Mann und Frau – gehen können. Mein eigenes Leben lehrte mich jedoch überraschenderweise etwas anderes. Vor einigen Jahren durchlebte ich Tage, an denen ich am Morgen kaum aus dem Bett kam; nicht etwa, weil ich zu wenig geschlafen hatte, sondern wegen heftiger Schmerzen in der linken Hüfte, die mich in eben jener Bewegung lähmten, um vom Bett sitzend ins Stehen und Gehen zu kommen. Mal waren die Schmerzen da, dann verschwanden sie wieder, um später umso heftiger wieder aufzutauchen. Zu dieser Zeit war ich Leiterin des Lassalle-Instituts, einer Institution, in der Trainingsprogramme für Führungskräfte auf der Grundlage eines holistischen Ansatzes entwickelt und angeboten, angehende Führungskräfte besonders gefördert und Forschungsarbeiten zu Fragen der Ethik in Wirtschaft und Politik durchgeführt und publiziert wurden. Die Gründer des Instituts, Pia Gyger und Niklaus Brantschen, initiierten in jener Zeit ein neues Projekt, das spirituell-politische Jerusalem-Friedensprojekt. Mir selbst machte die Arbeit viel Freude, ich war voller Elan, hatte viele Ideen, war nur eben etwas abgebremst durch dieses lästige Körpersymptom. Noch waren meine Fragen nach den Ursachen des Schmerzes nicht wirklich belastend und bedrängend.

Unterdrückte Weiblichkeit

Erst als der stechende Schmerz sich auch beim Gehen meldete, und zwar dann, wenn ich mit dem rechten Fuß einen Schritt nach vorn setzen wollte, wurde ich zunehmend unruhiger. Angst vor einer möglichen schweren Krankheit schlich sich in mein Tagesbewusstsein ein. Anti-Schmerz-Salben halfen nichts, der Schmerz saß tiefer und war auch durch Massage nicht erreichbar. Endlich war ich so weit. Ich wollte Klarheit. Als Erstes ließ ich mir einen Termin bei der Frauenärztin geben. Mit Erleichterung nahm ich die positiven Untersuchungsergebnisse auf.

Doch die stechenden Schmerzen blieben, kamen und gingen. Und noch immer konnte ich keinen Zusammenhang zu meinem Alltag herstellen.

Mein zweiter Arztbesuch führte mich zu einer besonderen Frau. Sie bietet neben der klassischen Medizin auch alternative Behandlungsformen an. Sie hat zudem ein vollständiges Psychologiestudium abgeschlossen und geht wie ich den Weg des Zen. Von ihr wollte ich mich an einen Facharzt überweisen lassen. Doch zunächst schilderte ich ihr meine Leidensgeschichte. Sie hörte mir wie immer geduldig zu und verstand sofort meinen Wunsch nach fachkundiger Abklärung. Trotzdem machte sie mir das Angebot, mich zunächst selbst zu untersuchen. Sie begann damit, mir Fragen zu stellen. Fragen, die mich nachdenklich machten: „Was beschäftigt dich am meisten? In welchen Situationen fühlst du dich angespannt? Wann fühlst du dich unwohl in deiner Haut?“ So erzählte ich ihr, dass ich mich in meinem Berufsalltag häufig in patriarchalen Strukturen bewege und oft die einzige Frau unter Männern sei. Mit einer liebevollen, klaren Stimme stellte sie schon nach kurzer Zeit eine Diagnose, die mir unter die Haut ging. Mit großer Wahrscheinlichkeit sei keine weitere medizinische Untersuchung notwendig, vielmehr müsse ich versuchen, meine Haltung zu ändern. Ich sei zu angepasst, zu sehr verhaftet im männlichen Erfolgsmodell. Schlimmer noch: Wenn ich männliches Verhalten kopiere, könne ich den Männern kein wirkliches Gegenüber sein. Indem ich mich mit den männlichen Verhaltensweisen identifiziere, untermauere ich sogar mit diesem Verlust der Weiblichkeit die Höherstellung des männlichen Prinzips über das weibliche. Ich war schockiert, und in meinem Kopf sprach es von alleine weiter. Ich dachte an all die Bewertungen, die ich selbst so gut kannte: Lieb-Frau, Amazone, Mann-Frau, Macher-Frau, Eva-Weibchen ... Etwas hilflos bat ich um Rat. Sie schlug mir vor, nach der Energie zu suchen, die mir in den Männerkreisen fehle, und diese dann in mir selbst zu aktivieren. Wenn diese „Medizin“ keinen Erfolg haben sollte, könne sie mich immer noch an einen

qualifizierten Kollegen überweisen. Diesen Ratschlag nahm ich an und verabschiedete mich. Schon an der Tür wusste ich, wonach ich suchen musste: nach der Liebe zum Leben. Bereits die kleinen Buben werden darin geschult, zu gewinnen und zu siegen. Wenn sie größer werden, finden sie sich nicht selten im Haifischbecken wieder, wo der gewinnt, der andere verletzen kann und Rivalen auf dem Weg zu Ruhm, Status und Geld auszuschalten vermag. Im Kampfmodus gefangen bleibt die Liebe zum Leben auf der Strecke.

So begann ich die Poren meines Körpers für die Liebe zum Leben zu öffnen, atmete Liebe zum Leben ein und aus. Ferientage lagen vor mir. Ich war gewillt zu üben, zu üben, zu üben ... Doch in den ersten Tagen flutete ein Meer an Schmerzen in mein Becken. War es so etwas wie eine homöopathische Erstreaktion oder mehr? Ich blieb unbeirrt bei meiner Atemübung: Liebe zum Leben im Ein- und Ausatmen. Zu meiner Überraschung war plötzlich alles vorbei: So heftig wie der Schmerz gekommen war, ging er wieder weg. Nur selten meldeten sich die Schmerzen in den folgenden Monaten zurück. Damit hatte ich die Bestätigung, was mir gefehlt hatte: Liebe zum Leben.

Später habe ich mit anderen Frauen über diese Erfahrung gesprochen. Ich staunte, dass ich mit diesem Symptom nicht allein war. Ohne Liebe zum Leben kann sich in uns Frauen (vielleicht auch in den Männern) die Sehne entzünden, die für den Schritt nach vorn ins Leben zuständig ist. Meine bewusste Suche nach genuin weiblichen Werten und entsprechenden Haltungen hatte ihren Anfang genommen.

Der zweite Impuls, diese Forschungsreise fortzusetzen, kam von außen.

Kampf unter Frauen

Beim Durchblättern des neuen, gerade frisch gedruckten Jahresprogramms des Lassalle-Hauses entdeckte ich einmal mehr, dass da mein Name ohne Titel stand. Das „Dr.“ fehlte, während rundherum Männer mit ihren Titeln aufgeführt waren. In den Jahren zuvor hatte ich mich regelmäßig geärgert und nachgefragt, was der Grund des Versäumnisses sei. Erfolglos ... Den leitenden Männern konnte ich die Schuld nicht zuschieben. Es lag an denjenigen, die eher im Hintergrund arbeiteten, und dies waren fast ausnahmslos Frauen, denen ich tagtäglich begegnete. Sollte ich noch einmal hingehen und nach dem Grund fragen, obwohl ich die Antwort bereits wusste? Es einfach bleiben lassen? Irgendwann kippte mein Ärger in Trauer über die fehlende Wertschätzung zwischen uns Frauen. Mit Beschämung musste ich mir eingestehen, dass ich insgeheim das Verhalten von Frauen verachtete, die den „Herren in der Chefetage“ lächelnd und im Gehorsam dienten, bis, ja bis das Maß mit einer gewissen Regelmäßigkeit übertoll wurde. Dann vereiste ihr Lächeln, das Gesicht wutverzerrt, degradierten sie die Herren verbal zu inkompetenten, narzisstischen Jungs. Mit diesem Schwall an Gehässigkeit und Geringschätzung schienen die Frauen ihr inneres Gleichgewicht wieder herzustellen. Von diesem Teufelskreis hatte ich mich distanziert, die Frauen in ihrem Verhalten abgewertet und sie damit von mir ferngehalten. Das wollte ich ändern.

So begann ich, die Frauen in mein Herz zu schließen und mich zu fragen, was mit uns Frauen nur los ist. Warum machen wir uns gegenseitig klein? Werden wir möglicherweise von archetypischen Grundmustern schattenhaft und unbewusst gesteuert? Und wie können wir einen Weg finden und uns gegenseitig helfen, die einseitige Haltung der unbewussten Anpassung an die Männerwelt und das devote Verhalten gegenüber männlichen Chefs zu überwinden, das, um Ausgleich zu schaffen, regelmäßig in

verächtliche Respektlosigkeit ausartet? Wieder einmal durfte ich erfahren, wie fruchtbar die Berührung und Verbindung von Wut und Trauer werden kann. Dadurch werden neue Erfahrungsräume erschlossen und tauchen Fragen auf, die tiefere Selbsterkenntnis ermöglichen. Mich führte diese Auseinandersetzung zu den Urfrauen in der jüdisch-christlichen Schöpfungsgeschichte. Um meine Schattenseiten in diesem Frauenkonflikt zu lösen, wandte ich mich einmal mehr einer guten „Bekanntten“, der Wolfsfrau, zu und entdeckte dabei neue Züge dieser archetypischen Frauengestalt.

Noch etwas geschah in jenem Herbst im Jahr 2011 ...

Kundalini erwacht

Während einiger intensiver Zen-Übungstage erwachte die Kundalinienergie² oder vielmehr brach sie in mir mit vehementer Kraft und mit all den dazugehörigen Symptomen auf. Es folgten massive Energieschübe im Körper, die mich kaum noch schlafen ließen. Meine Körperzellen schienen auseinanderzudriften wie die Galaxien im sich ausdehnenden Universum. Ein kosmischer Tanz innen wie außen. Ich folgte diesem Tiefenimpuls, und so wurde das Tanzen zum Schlüssel, der mir half, meinen Körper zu beruhigen. Ich stand regelmäßig auf, wenn der Schlaf sich nicht einstellen wollte. Ausnehmend gerne tanzte ich zur Musik von Johann Sebastian Bach. Die Brandenburgischen Konzerte, ganz besonders aber das Magnificat, hatten eine starke und beruhigende Wirkung auf mich. Ich ließ diese himmlische Musik in meinen Körper einströmen, wartete auf einen inneren Bewegungsimpuls und folgte diesem mit Achtsamkeit und Neugier. Meistens tauchte mit der Zeit eine archetypische Figur auf, das

2 Die Kundalinienergie ist eine Lebenskraft im Menschen, die am Ende der Wirbelsäule eingerollt wie eine Schlange ruht. Wird sie erweckt, so steigt sie durch den inneren Kanal der Wirbelsäule hoch und transformiert Körper und Bewusstsein. Siehe dazu auch das Buch *Kundalini – Erweckung der geistigen Kraft im Menschen* von Gopi Krishna.

Unendlichkeitssymbol der Lemniskate, die liegende Acht. Ich entdeckte dieses Symbol überall im Körper. In ihm fanden die energetischen Wirbelstürme immer wieder ihre innere Ordnung. Doch bis sich diese dynamische Ordnungsbewegung einstellte und ihre besänftigende Wirkung im Körper auszulösen begann, hatte ich verschiedene Barrieren zu überwinden. Mich in Freiheit tanzend meinem Körper zu überlassen, ohne im inneren Kino verschiedene Blicke auf mich gerichtet zu wissen, war eine erste große Hürde. Mein innerpsychischer Konflikt fand Ausdruck in mannigfaltigen Projektionen: im Blick der sinnesfeindlichen Moralapostel, im begehrend und besitzergreifenden Blick der Männer, im neidischen und feindlichen Blick der Frauen, aber auch in bewundernden und befremdeten Blicken. All diese Impulse wollten von mir gesehen und angenommen werden. Erst dann waren sie bereit, in den Hintergrund zu treten und mich freizugeben. Eine zweite Hürde waren die kritischen, arglistigen inneren Stimmen, die mich fragten: Was machst du hier eigentlich? Sie waren sozusagen die Türsteher des nächtlichen Tanzraumes.

Wenn es mir in beglückenden Momenten gelang, mich in diesen von goldenem Licht durchfluteten Raum hineinzutanzten, beruhigte sich nicht nur mein Körper. Ich bekam auch eine Ahnung von einer ursprünglichen Gebetsform: der Hingabe an das große Schöpfungsgeheimnis im tanzenden Körper. In diesen Stunden erinnerte ich mich an einen sakralen Tanz, den Hula der indigenen Hawaiianer, den vor Jahren eine junge Frau auf einem Peace Camp im Bildungshaus Fernblick in Teufen aufgeführt hatte. Ihre Bewegungen waren sinnlich und heilig zugleich, umwerfend, faszinierend und energetisierend. Ihr jugendlicher, strahlend schöner Körper schien in einem Meer von Sinnlichkeit zu schwimmen. Gleichzeitig wirkte sie auch geheimnisvoll geschützt, als ob sie von einem sakralen Raum umgeben wäre, undurchdringlich für jeden missbräuchlichen Zugriff durch die Zuschauenden. An diesen Tanz erinnerte ich mich nun und hegte

die Hoffnung, dass ich durch das Erlernen dieser Tanzweise von meinen energetischen Körperproblemen erlöst würde.

Während meiner früheren Aufenthalte auf Hawaii zum interreligiösen Dialog hatte ich öfter von Pele, der hawaiianischen Göttin des Feuers und des Tanzes, gehört und auch, dass sie von den Ureinwohnern und Ureinwohnerinnen noch immer verehrt wird. Jetzt schien sie in mein eigenes Leben treten zu wollen. Sie lockte mich und gab keine Ruhe, bis ich mich entschloss, sie an ihrem irdischen Wohnsitz auf Big Island zu besuchen.

Göttinnen rufen

Neben den energetischen Wirbelstürmen, die ich über das Tanzen zu harmonisieren versuchte, hatte ich eine weitere Herausforderung zu meistern. Mein Geist war hellwach, mehr noch – überwach. Gleichzeitig erlebte ich eine permanente seelische Aktivität, die aus einer Fülle sprudelte, die vom bewussten Ich weder gesteuert noch begrenzt werden konnte. Die Welt wurde „durchsichtig“, jede räumliche und zeitliche Orientierung wurde zur Illusion, zu einer von Menschen gesetzten Begrenzung der Wirklichkeit. Mein Ich-Bewusstsein veränderte sich, das Ich entgrenzte sich. Ich wusste oft nicht mehr, wer ich bin, weil ich irgendwie alles war, was mir begegnete. Es blieb nur die nackte Gewissheit, dass ich existiere und im großen Gewebe des Lebens eingebunden und aufgehoben bin. Trotz der Durchsichtigkeit der Phänomene, ja vielleicht gerade deshalb, bekam die Wahrnehmung der Natur neue Konturen. Sie sprach zu mir in machtvollen Bildern, die gelegentlich und meist unerwartet wie ein wilder Bergbach auf mich einstürzten. Dann wurde alles bedeutungsvoll, enthielt eine tiefe Botschaft, schien mich auf geheimnisvolle Weise direkt anzusprechen.

Ich begann zu ahnen, was kollektive Weisheit bedeutet. Menschen, die bei mir Rat suchten, wurden zu meinen Lehrern und Lehrerinnen. In ihren Fragen lagen für mich verborgene Antworten. Auf diese Weise „führte“ mich zum Beispiel ein Mann zu der ägyptischen Himmelskönigin Nut. Jener Mann war im Beruf äußerst erfolgreich, doch in seinem Privatleben litt er an manchen Tagen und Nächten unter dunklen Stimmungen und war dann für die Familie kaum mehr ansprechbar. Es war eine jahrzehntelange Leidensgeschichte. Auf der Suche nach Unterstützung und Weisung tauchte Nut auf und die Botschaft, dass ihre ordnende Kraft ihn schützen würde. So war es denn auch; dem Mann ging es zunehmend besser. Zurück ließ er Nut, eine ägyptische himmlische Ahnfrau, die mich seither begleitet und in verborgene, verschüttete Frauenweisheiten einführt.

Da ich vor fünfzehn Jahren bereits einmal einen massiven Bewusstseinsseinbruch erlebt hatte und damals zunächst nicht wusste, wie damit umzugehen ist, sollte es dieses Mal anders werden. Mir war klar, dass ich, wollte ich nicht wieder in Panikzustände abrutschen, die Themen, die in den schlaflosen Nächten von irgendwoher auftauchten, möglichst ohne große Widerstände liebevoll aufzunehmen und zu gestalten hatte. In dieser Zeit versuchte ich mehrmals, einen Lehrer oder eine Lehrerin zu finden, der oder die sich mit solchen Prozessen gut auskannte und mich begleiten könnte. Mein Körper gab mir jedoch deutliche Signale, dass dies für mich zu diesem Zeitpunkt kein gangbarer Weg sei. Jedes Mal, wenn ich mich jemandem anschließen und eine formelle Ausbildung beginnen wollte, erkrankte ich. Während der verordneten Betruhe meldete sich die innere Stimme fordernd und klar: Ich solle in Zukunft ganz auf die innere Führung vertrauen und darauf verzichten, mich einem anderen Lehrsystem anzuschließen. Dem Leben vertrauend wurde ich geführt, lernend sollte ich Schritt für Schritt eingeweiht werden. Zu meinen etwas ungewöhnlichen Lehrmeistern wurden der eigene Körper, der Nachthimmel, Menschen in Not, Tiefenimpulse, energetische

Felder, Bäume, Archetypen³, Göttinnen⁴, Freundinnen und Freunde wie auch Fragen, auf die es keine Antworten gibt, und vieles mehr.

Das „Draußen-Vor“ oder „Drin-Sein“

Ich hatte gehofft, dass ich, wenn ich älter werde, meine innere Entdeckungsreise und persönlichen Wachstumsprozesse einmal ohne sofortige Umsetzung in Kursarbeit und in Veröffentlichungen begehen dürfe. Doch so sollte es offenbar auch dieses Mal nicht sein. Wenn ich anfang, in Gesprächen mit Frauen von meiner inneren Suche zu erzählen, kam als Rückmeldung mehrfach die Aussage, dass ich ausspreche, was sie selbst ahnend, meist noch sprachlos, in sich trügen. Mehr noch, sie hätten mich schon länger als eine spirituelle Lehrerin angenommen, nicht nur im Zen, nein, in der weiblichen Spiritualität, denn sie hätten in den letzten Jahren wahrgenommen, dass sich in mir ein tiefes „Frauen-Wissen“ erinnere; an diesem Geburtsprozess würden sie gerne teilhaben. Manchmal wurden sie regelrecht fordernd. Ich solle mich nicht anstellen, es sei meine Aufgabe, und dabei gehe es weniger um mich persönlich als um die Sache der Frau. Dieser Prozess liegt offenbar nicht in meiner Hand. Wenn ich mich gegen das Auftauchen von neuen Informationen sträube und einfach ein gewöhnliches, normales Leben führen will, werde ich krank. Es gibt Tage und Nächte, da melden sich die archetypischen Frauen wie Lilith, Eva, Wolfsfrau, Nut, Pele, Kanzeon, Maria und Maria von Magdala in Visionen und Träumen, nehmen

3 Ein Archetyp ist ein Urbild der Seele, das Denken, Gefühle und Verhalten des Menschen formt und bestimmt. Es gibt zahlreiche Archetypen. Sie sind wirkmächtig, unabhängig von Zeit, Kultur und Geschlecht. Für uns ist wichtig zu wissen, dass jede mythologische Gestalt einen Archetyp repräsentiert. Siehe dazu auch: C. G. Jung, *Grundwerk*, S. 77 ff.

4 Göttinnen haben hier zwei Bedeutungen: Sie beschreiben einerseits Archetypen unserer Seele; sie verkörpern jedoch auch machtvolle, feinstoffliche Wesenheiten, die, den Engeln verwandt, nicht an Raum und Zeit gebunden sind. Siehe dazu auch: Alfons Rosenberg, *Engel und Dämonen*, S. 7 ff. und 47 ff.

Besitz von mir und werden so zu meinen Lehrerinnen. Sie führten und führen mich durch schwindelerregende Höhen und erschreckende Tiefen. Ihr Weisheitswissen und ihre Gaben, die mir in den Begegnungen mit ihnen geschenkt werden, gehören nicht mir allein. Ihre Geschenke unterstützen uns Frauen in der Gegenwart. Sie begleiten uns auf der Reise zu uns selbst, zu unseren Tiefen und unerforschten Potenzialen. So werde ich jeder dieser Frauen gestalten ein Kapitel widmen. Und jedes Kapitel wird abgeschlossen mit Anregungen in Form von Übungen, Reflexionen und Meditationen zur persönlichen Vertiefung des jeweiligen Themas und zur Weiterarbeit.

Bestätigung und Unterstützung in meinem Vorgehen fand ich bei der Theologin Jutta Voss. Sie schreibt in der Einführung zu ihrem aufsehenerregenden Buch „Das Schwarzmond-Tabu“:

„Das Nachvollziehen matriarchaler Mythen [aus meiner Sicht gilt dies nicht nur für matriarchale Mythen; Anm. d. Autorin] erlaubt kein anderes als ein mythisches Denken. Dies ist geprägt von der subjektiven Teilnahme am Geschehen und von der existenziellen Betroffenheit. Es ist eine andere Art zu reflektieren, ein >Drin-Sein< im Geschehen. Der heutige rational denkende Mensch meint, er könne ein Geschehen objektiv betrachten, sozusagen >draußen-vor< bleiben. Er desintegriert sich aus der Ganzheit, vertritt und entfaltet Ideen *über* sie, aber lebt nicht *in* ihr. (...) Was die Quantenphysik beschreibt, dass Beobachter und Beobachtetes sich in den Reaktionen bedingen und eine Einheit darstellen, der objektive Wissenschaftler in Wirklichkeit als subjektiver Teilnehmer handelt [und die Ergebnisse der Forschung mitbestimmt; Anm. d. Autorin] ist dem mythischen Denken völlig vertraut. Über die Quantenphysik kommen wir zurück zur mythischen Ganzheitserfahrung allen Lebens, zur sichtbaren Materie und deren unsichtbarer Wesenheit, die hinter allem aufleuchtet.“⁵

5 Jutta Voss, *Das Schwarzmond-Tabu*, S. 24.

Das vorliegende Buch schrieb ich in der Logik des „Drin-Seins“, aus der Perspektive der existenziellen Berührung und des Angesprochenenseins. Doch in mir lebt auch das „Draußen-vor“-Denken. Beide Denkmuster haben sich im Laufe des Schreibens immer wieder gerieben, auch gegeneinander gekämpft und sich gegenseitig gelähmt. Doch schlussendlich entschied ich mich für das mythische Denken und lade Leserinnen und Leser ein, sich mit mir auf dieses Wagnis einzulassen.

In der Beschäftigung mit der Wolfsfrau stieß ich bei Clarissa Pinkola Estés nochmals auf einen ganz besonderen Hinweis, wie wir von alten Geschichten am meisten lernen können. Sie schreibt:

„Wir erleben eine Geschichte, indem wir die Türen des inneren Gehörs öffnen, das gesprochene Wort in uns eindringen und es in den untergründigen Korridoren unserer Psyche widerhallen lassen.

Im Altertum ging man davon aus, dass der Gehörnerv des Menschen sich in den Tiefen des Gehirns auf drei oder mehr Kanälen verteilt, woraus die damaligen Mediziner schlossen, dass das menschliche Ohr auf drei verschiedenen Ebenen hört. Ein Gehörgang wurde den normalen Alltagsgeräuschen und Gesprächen zugeordnet, während der zweite für alle wissens- und lernenswerten Klanglaute zuständig war. Der dritte Gehörgang wurde als eine Art Seelenkanal interpretiert, über den spontane Eingebungen direkt an die Seele weiter geleitet werden, auf dass sie hören könne, was als nächstes zu tun sei.“⁶

Genauso wünsche ich mir, dass Leserinnen und Leser mit ihrem befreiten Seelenkanal diesem Buch Gehör schenken, sodass sie anschließend in der Treue zu sich selbst wissen, was zu tun ist.

6 Pinkola Estés Clarissa, *Die Wolfsfrau*, S. 29 f.