

IN ERWARTUNG DER ZÄRTLICHKEIT



„Installationen der Menschenwürde“
Performances von Dorothea Walter
2002-2012

IN ERWARTUNG DER ZÄRTLICHKEIT

Eine Reise zu den verschlossenen Kammern des Fühlens und des Herzens und der Integrativen Kraft des Weiblichen

Teil 1

Ankunft in der Zärtlichkeit

Zärtlichkeit ist kein Ort. Sie ist ein Weben. Überall dazwischen. Zwischen mir und dir und mir und einem Gegenstand und mir und einer Blume und...

Zärtlichkeit ist das Weben von Beziehung im Wahrnehmen.

Dies zärtliche Weben ist ebenso kraftvoll wie subtil. Auf eine ganz und gar unsentimentale, ja fast nüchterne Art und Weise sind wir dann zutiefst zärtlich und leidenschaftlich zugleich mit dem Leben verbunden.

Wenn Sie sich auf diese Reise begeben, kann es sein, dass Sie durch einige Täler der Tränen wandern müssen, bevor Sie dann die Höhen des Glückes erklimmen. Ich meine damit, dass sich auf dieser Reise die verschlossenen Kammern des Fühlens und des Herzens öffnen werden. Und hinter diesen verschlossenen Türen hat sich viel Ungelebtes und Ungefühltes angesammelt.

Das Glück erwartet Sie. Und es reicht von körperlicher Liebe und Erfüllung bis zu Erfahrungen der Leere, der Einheit, des Göttlichen und Ungetrennten.

„Ein Tag wird kommen, an dem die Frauen goldene Augen haben.

Sie werden goldene Haare haben.

Und es wird der Tag kommen, wo alle Frauen und Männer
die Poesie ihres Geschlechts wieder entdecken.

Dieser Tag wird kommen, an dem wir frei sein werden.

Und wir werden frei sein, freier als jede Freiheit, an die wir je gedacht haben.

Und alles wird fallen, was uns heute zerstört.

Wir werden frei sein.

Wir werden miteinander frei sein, die Frauen und die Männer.

Und unsere Hände werden begabt sein für die Güte.

Unsere Hände werden begabt sein für die Liebe.

Und das wird unsere Freiheit sein.“

Ingeborg Bachmann, Dichterin

Und ausgerechnet unsere Hände führen uns in die Freiheit?

Unterwegs

Wir überwinden – zumindest zeitweilig – jegliches getrennt Sein, wenn wir in ein neues Verhältnis zu unseren Händen und unserem Berühren gelangen.

Im Getrenntsein von unserem höheren Selbst ist unser Leiden begründet. Entspringt die Berührung eines Menschen meiner aufmerksamen Wahrnehmung, entsteht eine Verbindung hin zum Anderen, ich werde ein wenig die/der „Andere“.

Ist meine Berührung von „Absichtslosigkeit“ getragen – dann beinhaltet sie eigentlich nichts als das göttliche Ungeteilte – und ich bin weder dort noch hier, sondern ich bin, und alle Trennung hebt sich in diesem einen Moment auf. Zur absichtslosen Berührung, der Berührung, die nichts will und fordert, kommt man nicht unbedingt leicht. Dafür müssen wir unsere Strukturen der Bedürftigkeit und des Haben-Wollens kennen gelernt und bis zu einem gewissen Grad überwunden haben.

Selbst in der Haltung des Gebens ist Wollen und Absicht enthalten. Und im Geben können wir manchmal sehr aufdringlich sein, was auf eine tiefer liegende Schicht von Bedürfnis bzw. Bedürftigkeit hinweist.

Bedürftigkeit und Haben wollen verhindert wirkliche Begegnung

Es mag nach Utopie klingen, aber die Haltung der Absichtslosigkeit im Berühren, welche auf dem Wahrnehmen beruht, erschafft erst den Raum für eine gegenseitige tatsächliche Wahrnehmung. Erst in diesem Zwischenraum „sehe“ ich etwas von meinem Gegenüber.

Das führt uns in ein ganz neues Verhältnis zum Körper. Gewissermaßen eine Neu- und Zurückgewinnung unseres Körpers findet statt. Im mehrere tausend Jahre langen Prozess der Körper-Geist-Spaltung, ist der Leib zum Ort und Träger finsterner Überzeugungen geworden. Trotz aller Bewusstwerdung haben wir den Körper in den meisten Fällen nicht so ergriffen und mitgenommen, dass wir uns als Ganzheit erleben würden. Heute sind wir einseitig, kopflastig und haben einen übergroßen, dominanten Intellekt entwickelt. Um zur Zärtlichkeit zu gelangen brauchen wir aber den Körper. Das Weben, von dem die Rede ist, braucht den ganzen Körper, das kann der Kopf alleine nicht. Der Körper ist eine Ganzheit, zu welcher der Kopf gehört. Eine wunderbare Schaffung der Evolution. Der Körper trägt den Weltentstehungsprozess in sich. Mit dem Körper atmen wir, lachen, lieben und fühlen wir. Mit ihm nehmen wir wahr. Wie sollten wir sonst zur Zärtlichkeit gelangen, die das Weben von Beziehung im Wahrnehmen ist, wie ich es eingangs formuliert habe.

Poesie der Begegnung

Was ist mit „Poesie unseres Geschlechts“ gemeint?

Poesie (aus dem griechischen poiesis) bedeutet Erschaffung!

Mit Poesie bezeichnen wir entweder Dichtung oder wir verwenden das Wort im übertragenen Sinne, wenn wir damit eine bestimmte Qualität ausdrücken wollen. Etwas, das sich der Alltagssprache oder der Sprache überhaupt entzieht. Etwas Stilles. Etwas dazwischen, eine Bedeutung, die einen Zwischenraum meint. Wieder sind es die Zwischenräume, die uns beschäftigen müssen. Zwischenräume im Wahrnehmen und Hören, im Tasten und Fühlen.

Wenn wir uns also einem Menschen gewissermaßen „poetisch“ annähern, dann entsteht diese Sphäre der Zärtlichkeit, des Raums, der Weite. In diesem entstehenden „Raum dazwischen“ ist nichts. Nur lebendige Leere. Und nun kann darin etwas entstehen und „erschaffen“ werden. Liebe aus dem Nichts, aus dem Augenblick, absichtslos entstanden. Wir haben den Raum entstehen lassen, in welchem sich die Liebe selbst erschafft! Was für ein unglaublicher Vorgang! Leere und Fülle zugleich.

Nun wird es vielleicht deutlicher, was es bedeutet, wenn wir außerhalb von Poesie, Zärtlichkeit und Wahrnehmung aufeinander treffen. Uns sozusagen in Alltagsprosa begegnen.

Haut - Hände - Tastsinn

„Und unsere Hände werden begabt sein für die Güte. Unsere Hände werden begabt sein für die Liebe. Und das wird unsere Freiheit sein.“

Ich möchte der Haut, den Händen, dem Tastsinn und der Berührung ein Denkmal setzen. Diese Aspekte des Menschen gehören zum Wunderbarsten. Aber manchmal kann es schrecklich sein. Wir berühren mit den Händen. Was geschieht, wenn ein Mensch einen anderen Menschen berührt und ein Mensch berührt wird? Was „sagt“ unsere Haut zu einer Berührung, zu einem Tatscheln, zu einer mechanischen Berührung?

Das, was sie sagt, erzählt uns unser Tastsinn, mit dem wir die Berührung wahrnehmen. Fühlen wir uns wohl und fühlen wir uns „gemeint?“ Fühlen wir uns bedrängt oder „will“ die Berührung etwas von mir? Schmerzt sie gar?

Welch tiefer Schmerz, wenn jemand geschlagen wird! Ist die Berührung selbstlos und gebend oder fordernd und erwartungsvoll? Was geschieht mit einem Kind, das nicht berührt wird? Seine Haut schreit irgendwann. Es entsteht Berührungshunger, Berührungsangst, vermutlich beides. Wird ein Kind hingegen liebevoll angefasst, gestreichelt, in den Arm genommen, geküsst, liebkost, ohne „sich am Kind zu bedienen,“ dann wird es selbstsicher und selbstbewusst. Es fühlt sich wert und richtig. Und es lebt im Körper.

Die wesentlichste Sinnesempfindung ist von Anfang an die Berührung. Wir fühlen, wir lieben und hassen, sind empfindlich und empfinden durch die Haut. Die Haut umhüllt uns ganz und gar. Sie ist das früheste und sensitivste Organ und erstes Medium des Austausches.

Sich also über die Hände und das Berühren Aufschluss zu geben, sich dahinein zu vertiefen, ist von allergrößter Bedeutung. Durch die Hände kommen wir heraus aus dem allzu Persönlichen. Und im absichtslosen Berühren manifestieren wir das Göttliche.

Unsere Hände werden begabt sein für die Güte und die Liebe... Tatsächlich führen uns die Hände bzw. der Tastsinn in die Welt des Geistes und damit in die Freiheit. Das geschieht dann, wenn wir von selbstloser Liebe erfüllt sind. Die Haut ist wie ein einziger großer Tastsinn, und über diesen Tastsinn spüren wir genau, ob wir geliebt werden. Und der Tastsinn ist es, der die Trennung von Körper und Geist aufhebt und uns zur Liebe zurückführt, aus der wir heraus gefallen scheinen.

Hände und Meditation

Es kam eine Frau zum Buddha und fragte, wie sie meditieren solle.

Er wies sie an, sich jeder Bewegung ihrer Hände bewusst zu sein,
wenn sie Wasser aus dem Brunnen schöpfte.

Wenn sie darauf achten würde, wäre sie bald in jenem Zustand
wacher und weit offener Ruhe, der Meditation ist.

Sogyal Rinpoche

Hände umfassen die Leere

Lalita Devi erzählt:

„Mein Vater war Töpfer, und schon als Kind faszinierten mich seine Hände, wenn sie den Ton rund um die Leere aufbauten und, von der Leere ausgehend, die schönsten Dinge formten.

Der Krug ist voller Leere. Die Leere ist der Knochen und das Mark aller Lebewesen und aller Dinge.“

Daniel Odier, Tantra - Erwachen der absoluten Liebe

Der Mensch würde ohne Tastsinn nie zu einem Gottesbewusstsein kommen

„Im Tasten drückt sich die Ursehnsucht des Menschen aus, weil er tief innen weiß, dass der Tastsinn ihn von irgendetwas abschließt, von irgendetwas ausschließt, mit dem er doch verwandt ist.

Berührung ist Trennung und Verbindung zugleich sagt Novalis.

Und Rudolf Steiner macht über das Rätsel des Tastsinnes die Aussage:
der Mensch würde ohne Tastsinn nie zu einem Gottesbewusstsein kommen.“

Albert Soesmann, Die zwölf Sinne

Fragmentiert oder ganz?

Die absichtslose Berührung ist eine Kunst. Sie geschieht im Zustand des Gewahrseins und der offenen Weite, der reinen Präsenz, in welcher nichts mehr „gewollt“ wird und der Kontakt keine sexuelle Strategie mehr ist. Durch den Tastsinn gelangt der Mensch also wieder ganz natürlich zu seiner Einheit, wenn er zutiefst absichtslos berührt wird. Werden wir in dieser Weise berührt – im buchstäblichen wie im übertragenen Sinn – geschieht etwas Wunderbares und Außerordentliches: der zerbrochene und fragmentierte Mensch setzt sich wie von innen her zusammen, oder man könnte auch sagen, die Fragmente schmelzen wie Butter in der Sonne. Und der Mensch wird zu einem Ganzen. Die Ganzheit manifestiert sich im Körper.

Eine Kultur der Zärtlichkeit liegt buchstäblich in unseren Händen

Erkenntnisse aus Philosophie, Wissenschaft und Religion haben uns vieles über Liebe und Frieden versucht zu lehren, und ein unüberschaubares Meer von Weisheiten der östlichen und westlichen mystischen Traditionen steht uns zur Verfügung. Wir sind in vieler Hinsicht so gut ausgestattet, dass wir in Liebe und Harmonie dahinschweben müssten.

Aber es funktioniert – noch nicht. Warum?

Weil es uns an Bewusstsein fehlt. Einem Bewusstsein, das die Fähigkeit der Integration entwickelt hat. Ein solches Bewusstsein durchdringt mit seinem Licht auch den eigenen Körper und es kann einer solchen entwickelten Wahrnehmung deutlich werden, wie viel Bedürftigkeit oder gar Gier in meinen Händen anwesend ist.

Wir haben noch keine Kultur der - absichtslosen, also freien oder unmittelbaren - Wahrnehmung, welche die Basis einer Kultur der Zärtlichkeit ist. Es fehlt noch die scheinbar winzige Bewegung im Bewusstsein, welche die angeführte Qualität der Wahrnehmung entstehen lässt. Es ist noch nicht genügend Bewusstsein für diese winzige Bewegung da.

Eine solche Art der Wahrnehmung entsteht durch Bewusstsein und erschafft Bewusstsein. Es weitet sich urplötzlich, erweitert sich förmlich explosionsartig, wenn wir in die absichtslose – oder reine Wahrnehmung eintauchen. In der Meditation gelingt dies vielen Menschen gar nicht selten.

Eine gesamte Kultur jedoch, die darauf aufgebaut wäre, begänne schon in Kindergarten und Schule und nach einigen Generationen des Übens auch im Elternhaus.

Was uns im Wege steht, sind tief sitzende Überzeugungen von Leben und Liebe und Partnerschaft. Ein Denken über die beiden Geschlechter, das unhinterfragt ist. Unhinterfragt bedeutet, nicht reflektiert, heißt, nicht ins wahrnehmende Bewusstsein herauf gehoben.

Aber könnte uns das nicht egal sein, und wir machen uns ganz einfach auf zur Reise in die Zärtlichkeit?

Das ist deshalb nicht so einfach, weil wir unseren Körper nicht „bereitet“ haben. Dieser ist wie ein Dunkelfeld unseres Bewusstseins. Selbst wenn wir Sport, Körperarbeit, Tai Chi und vieles andere tun, heißt das nicht, dass der Körper zur Ganzheit geführt wird und auch nicht zwangsläufig als Ganzheit erfahren wird und dadurch beseelt wäre. Eine Ganzheit schließt den Kopf mit ein, der üblicherweise ein Eigenleben führt, unser Handeln dirigiert und das Leben kontrollieren will. Der Intellekt flüstert uns unermüdlich überkommene Botschaften über die Verschiedenheit der Geschlechter zu, und wie toll oder wie miserabel wir doch sind.

Solange der Kopf nicht im Körper integriert ist, zum Körper gehört, solange kehrt nicht Ruhe noch Frieden ein. Wir sind wie mit vielen feinen Adern und Verästelungen von übernommenen Werten durchzogen. Diese Werte und Bewertungen haben Denkmuster und Verhaltensweisen heraus gebildet und Gefühlsgewohnheiten sind die Folge. In diesen Denkmustern und Denkgewohnheiten spiegeln sich unsere derzeitigen kulturellen Inhalte und Werte. Diese sind jedoch unter Umständen genau so wenig bewusst oder reflektiert, wie es unsere Denkgewohnheiten sind. Was aber nicht mit Bewusstsein betrachtet und hinterfragt wird, ist eben nicht zwangsläufig individualisiert oder originär.

Reflektion über das Unreflektierte

Erst wenn ich als Individuum diese Werte bewusst befrage und hinterfrage, kann ich Aufschluss darüber erlangen, was ich den lieben langen Tag, das ganze Leben eigentlich so denke.

Und bei ehrlicher Betrachtung wird erkennbar, dass ich in erstaunlichem Maße, Meinungen bzw. Gedankenmustern unterliege, die so unreflektiert übernommen wurden, dass sie in dieser Hinsicht eigentlich noch immer unpersönlich sind. Jedoch beinhalten sie jede Menge Bewertungen bezüglich dessen, was gut oder schlecht, erlaubt oder verboten ist. Solche gesellschaftlichen Werte und Bewertungen fallen dann auch noch je nach Geschlecht verschieden aus.

Diese Werte und Beurteilungen bestimmen stark unser Verhalten und Handeln.

Wie man sieht, steht hier noch ein gewaltiger Individualisierungsprozess – der ein Denk- bzw. Bewusstseinsprozess ist – aus. Es geht um die bewusste Aneignung oder auch Nichtübernahme von Werten, Überzeugungen, Glaubensmuster, in denen jemand aufgewachsen ist.

Und im besten Falle, entschließen wir uns, uns an der Erschaffung einer neuen Kultur und kulturellen Werten zu beteiligen, die eine unnötige Trennung der Geschlechter und Diskriminierung des einen oder anderen Geschlechts nicht mehr beinhaltet.

Teil 2

Welche Rolle spielt nun das Weibliche?

Die integrative Kraft des Weiblichen

Nochmals zurück zu den Händen. Mit den Händen berühren wir. Sie sind Teil unseres Körpers. Sie sind sogar eine Art erweitertes Herz. Deshalb ist es entscheidend, wie sehr der Körper von unserer Seele erfüllt ist, wie tief die Seele im Körper wohnt, wie weit wir die Körper-Geist-Spaltung und die damit verbundenen Werte und Bewertungen überwunden haben.

Hier möchte ich auf eine Spaltung hinweisen, die von essentieller Bedeutung für diese Reise zur Zärtlichkeit ist. Sie hat mit der Integration beziehungsweise der integrativen Kraft des Weiblichen zu tun.

Wenn ich jemanden berühre, berühre ich eine ungeteilte Ganzheit, ich berühre das Göttliche. So berühren kann ich nur, weil ich ebenfalls diese ungeteilte göttliche Ganzheit bin. Sie ist die offene Weite der Absichtslosigkeit, in die ich eintauche. Die Berührung ist das verbindende Glied. Dazu brauchen wir unseren Körper. Außerhalb des Körpers kann nichts stattfinden. Nichts, gar nichts, kein Bewusstsein, keine Liebe, keine Zärtlichkeit. In einem sich mir fremd fühlenden Körper ist das nicht möglich. Wir können Berührung nicht denken. Wir können Erleben nicht denken. Der Verstand kann das nicht. Wir können es nur erfahren. Nur mit dem Körper. Sonst wäre nichts, worauf erfahren werden könnte.

Was aber, wenn die Frau eines großen Weisen sein Zimmer nicht betreten darf, weil ihr Anblick ihn verunreinigen und in seinem Weisheitserwachensprozess stören würde? Dann hat der Weise vielleicht seine tiefste Spaltung und Dualität noch nicht bemerkt? Offensichtlich hat er trotz großer Weisheit, seine tiefste Konditionierung, in der er gefangen ist, noch nicht erfasst, durchschaut, geschweige denn überwunden. Seine Weisheit endet dort, wo er „Unreinheit“ auf die Frau projiziert. Seine Weisheit endet aber auch dort, wo er nicht versteht, dass das Weibliche nicht auf die Frau ‚begrenzt‘ ist, sondern zu beiden Geschlechtern gehört. Seine Weisheit ist gefangen im Kontext seines kulturell geprägten und nicht hinterfragten Denkens und verstellt ihm den Blick auf die unleugbare Tatsache, dass er ohne das göttliche Prinzip des Weiblichen und seiner manifestierenden Kraft - und nicht zuletzt der manifestierten Frau gar nicht vorhanden wäre.

Unsere Ur-Natur ist Kreativität und diese ist weiblich und männlich zugleich

Das Werden selbst ist der schöpferische, kreative Prozess. Und dieses Werden, dieser schöpferisch-kreative Prozess der Evolution hat das Weibliche und Männliche Prinzip hervorgebracht. Nichts wäre ohne das manifestierende, verkörpernde Weibliche.

Wir sind zugleich der leere Urgrund des Geistes, die ruhende Leere, aus der sich der schöpferische Impuls des Werdens erhoben hat.

Folgen wir einmal dem beobachtbaren Phänomen, dass das Leben einem Weiblichen und einem Männlichen Aspekt des Göttlichen folgt, sich daraus gestaltet und nehmen uns beispielsweise die hinduistische Weltansicht zu Hilfe.

Dort wird das Männliche Prinzip Shiva genannt. Es bezeichnet das nicht manifestierte Allsein, den Weltengrund, die Leere, den Großen Geist, das Bewusstsein an sich.

Das Weibliche Prinzip hingegen – Shakti genannt – ist das manifestierende, verkörpernde Prinzip. Das Prinzip, das alles erst ins Dasein, zum Leben bringt. Es handelt sich um die Verkörperung allen Lebens.

Es ist alles Sinnliche und Bewegende. Alle Formen des Universums sind Manifestationen der göttlichen kreativen Energie, der Shakti, des dynamischen weiblichen Prinzips. Shakti ist das subtil pulsierende kreative Potenzial, das alle Erfahrung durchdringt.

Shiva ist klug und fragt seine Frau Shakti:

„Was ist das Beste was einem Mann vom Gesichtspunkt der Energie passieren kann?“

Shakti antwortet: „Eine Frau werden.“

Ist das nicht eine überraschende, ja vielleicht sogar erheiternde Empfehlung? Was bedeutet sie?

Nun, sie spricht aus dem Wissen, dass ohne das Weibliche nichts wäre und dass es demnach anstrebenswert ist, eine Frau zu sein. Keine Idee wäre verkörpert, nichts hätte sich manifestiert, Evolution wäre nicht geschehen.

Es bedeutet aber auch - und das ist von alters her bekannt - dass es für eine Frau wesentlich leichter ist, zum spirituellen Erwachen zu gelangen, als für den Mann. Ich habe bereits in vorangegangene Abschnitten Beispiele für die andere Beschaffenheit des weiblichen Körpers gegeben.

Jedoch - die Geschichte erzählt etwas Gegenteiliges. Aber es ist zu ahnen, dass sie etwas erzählt, das nicht der Wahrheit entspricht.

Über den weiblichen Körper heißt es zum Beispiel im Buddhismus - und sicher nicht nur dort - dass er nicht geeignet sei, zum Spirituellen Erwachen zu gelangen.

Mit anderen Worten: Der zentrale Missstand, von dem sich Frauen befreien müssen, ist die eigene, die weibliche Natur.

An dieser Stelle geschieht etwas, was meiner Auffassung nach außerordentlich bedeutsam für die Frage ist, warum sich viele Frauen so wertlos fühlen.

Wenn man sehr, sehr tief in die eigenen Seelentiefen taucht, kann man entdecken, dass uns Frauen die selbstverständliche Überzeugung für unsere Begabung zur Spiritualität abhanden gekommen ist. Wir sind sozusagen von unserer spirituellen Wurzel getrennt.

Eigentlich ist das ja absurd. Wenn wir aus der Dualität heraustreten bzw. „herausdenken“, ist selbstverständlich jeder Mensch potentiell „begabt“ zur Spiritualität. Wie sollte es auch anders sein? Wir sind ja niemals von unserer göttlichen Natur getrennt gewesen. Wir haben nur keinen bewussten Zugang. Aber „erwacht“ sind wir im tiefsten Grunde unseres Wesens schon immer. Umso paradoxer ist es dann eben, wenn der weibliche Körper als ungeeignet angesehen wird, Trägerin eines erwachten Bewusstseins zu werden. Wie wir bereits gesehen haben, ist das Gegenteil wahr und soll in den nachfolgenden Zitaten noch deutlicher werden.

In diesem Beispiel handelt es sich um eine buddhistische Vergänglichkeitspraxis mit dem Körper:

Agnes Pollner: „Körperlichkeit spielt in der Umsetzung der spirituellen Lehren bei weiblichen Üben eine ganz andere Rolle als bei männlichen Üben. Die Vergänglichkeit des Körpers zum Beispiel spielt eine zentrale Rolle. Im frühen Buddhismus gehört es zu den Hauptübungen, die Veränderungen des Körpers durch Alter, Krankheit und Verfall zu betrachten. Es gehört dazu, sich einen Leichnam in seinen Verfallsstadien zu betrachten.

Die Körper, über welche die Mönche sprechen und deren Widerlichkeit und Unappetitlichkeit sie dabei in großer Ausführlichkeit beschreiben, sind ohne Ausnahme weibliche Körper.

Nicht ein einziges Mal hören wir einen Mönch schildern, was er erlebt, wenn er einen männlichen Körper als Meditationsobjekt nimmt.

Die Bedeutung dieser Tatsache drängt sich auf: Die Gefahr, vom Körper verführt zu werden, lauert draußen, ist auf das Andere, Abgespaltene, die Frau projiziert.

Es geht für den Mönch darum, die Begierde nach einem anderen Körper, dem Körper der Frau, und damit nach der gesamten sinnlichen Welt auszulöschen. Und diese Begierde scheint vor allem im anderen, weiblichen Körper dort draußen zu sitzen.

Für die weiblichen Praktizierenden stellt sich diese Übung ganz anders dar. Keines ihrer Lieder beschreibt, wie eine Nonne den Zerfall eines männlichen Körpers betrachtet, um sich Vergänglichkeit zu verdeutlichen und Begierde abzutöten. Es sind durchweg die eigenen (!) und zwar lebenden Körper, die sie in dieser Art betrachten.

Und sie verfügen über Humor und Selbstironie, wie es in diesem Lied deutlich wird:

„Ich hatte den Körper einer Königin, jetzt ist er kümmerlich, hinfällig, eine klapprige Hütte, wo der Putz abfällt. Traurig, aber wahr.“

Deutlich tritt hier eine Struktur hervor, die alle patriarchalen Kulturen prägt. *Für den Mann ist als Auseinandersetzung ins Außen verlagert, was für die Frau ein verinnerlichter Feind wird, ein Kampf mit sich selbst.* * Dieser verinnerlichte Feind kann in zwei unterschiedliche Richtungen wirken, als Fluch und als Chance. Es kann in Frauen Minderwertigkeitsgefühle hervorrufen, Misstrauen und Abscheu gegenüber dem eigenen Körper. Er kann aber auch das Erleben der Vergänglichkeit zu einer befreienden Erfahrung am eigenen Leibe machen. So verwandelt er sich zu einem Mittel der Selbsterkenntnis, das sich direkt auf die eigene Existenz bezieht und unmittelbar wirkt.“

(*Anmerkung: hierin, in der so genannten „inneren Arbeit“ tun sich Frauen bis heute noch immer leichter, als Männer.)

Frau und Natur

Adelheid Hermann-Pfand weist auf einen weiteren Aspekt hin, der für alle „Geistesreligionen“ gelten kann. Sie führt aus: Die buddhistische Negativbewertung der Frau ist von der Identifikation der Frau mit der Natur her zu verstehen, die hier, wie in allen geistesorientierten Religionen als minderwertig gilt und *beherrscht oder besiegt* werden muss. Natur, Frau und Körper werden gleich gesetzt und als niedrig angesehen. Die Unreinheit des Leibes (auch des männlichen) wird auf die Frau projiziert und diese für die menschliche Natur- und Triebhaftigkeit (auch die des Mannes) allein oder überwiegend verantwortlich gemacht wird.“

Das bedeutet, dass wir mit der Abwertung und Abspaltung des Körpers eine Abspaltung des Weiblichen, ja der weiblichen Seite des Göttlichen kreiert haben. Denn das Weibliche allgemein und der weibliche Körper im Besonderen trägt eine gewaltige, schier unermesslich große Projektion des Bösen, Schlechten, Verderbten, vor dem es sich auf vielerlei Art und Weise zu hüten gilt.

Die verdrängte Wahrheit wird durch die folgenden Zitate von Agnes Pollner deutlich. In dieser kleinen Geschichte ignorieren die weisen Männer, dass eine Frau im Frauenkörper zur Erleuchtung gelangt ist:

„Die weisen Männer beglückwünschen Yeshe Dawa, die eine hohe Verwirklichungsstufe erreicht hatte, dazu, dass sie sich jetzt endlich eine männliche Inkarnation wählen könne.

Sie aber lehnt das freundlich lächelnd ab und sagt:

„Es gibt viele, die in männlichen Körpern Erwachen gefunden haben, aber nur wenige, die dies in einem Frauenkörper tun. Deswegen gelobe ich heute an dieser Stelle, mich in allen meinen Leben bis zur Erleuchtung und darüber hinaus und bis alle Wesen befreit sind, einzig in Frauenkörpern zu inkarnieren und als Frau zu erwachen.“ Und so geschah es.

Ihr Erwachen verwandelte Yeshe Dawa zur Buddha Arya Tara, der Befreierin und freien Frau.“

Und Padmasambhava spricht zu seiner Partnerin Yeshe Tsogyal:

„O Yogini, die du das Tantra gemeistert hast.

Der menschliche Körper ist die Grundlage für das Erlangen der Weisheit.

Und die Körper der Frauen und Männer sind in gleicher Weise geeignet.

Wenn aber eine Frau über starke Motivation verfügt, ist ihr Potenzial höher.“

Die indische Meisterin Dipa Ma sagt:

„Der Geist von Frauen ist viel feiner und beweglicher, Frauen sind gegenüber Männern im Vorteil.“

Die Yogini Sahayoginichinta lehrt:

„Das Geschlecht ist ein integraler Teil des Erleuchtungsweges.

Denn die Erfahrung der Ekstase braucht Verkörperung als Grundlage,

und Verkörperung wiederum ist untrennbar von einem Geschlecht.

Damit man sein inneres Selbst erkennen kann, das spontan, natürlich rein und nichtdual ist, manifestiert es sich hier als Mann und Frau.

Das eigene Selbst, schöpferisch, wie es von Natur aus ist, stellt die Wirklichkeit durch körperlichen Ausdruck dar.“

Zitate von Agnes Pollner, Die weibliche Seite des Buddha

Das Urweibliche ist immer Prozess

Wenn wir uns nochmals klar machen, dass das Weibliche Prinzip das ist, was den Geist sozusagen in die Manifestation, also ins Leben führt, dann ist das Ausgrenzen des Weiblichen aufgrund unseres abwertenden Denkinhaltes und Denkverhaltens, welches sich über Jahrtausende hinweg entwickelt und tief eingewurzelt hat, in der Zwischenzeit eine Tatsache mit fatalen Folgen geworden. Die Menschheit braucht dringend die Integration des abgespaltenen Weiblichen und seine integrative Kraft, um zu anderer Lebensqualität zu gelangen. Aber es braucht auch – und das ist wahrscheinlich die eigentliche Grundlage für ein neues Denken – die Überwindung des dualistischen Denkens, das zur Polarisierung führt. Polarität ist gegeben und hilfreich, Polarisierung nicht.

Wir müssen uns außerdem immer wieder vor Augen halten, dass weder die Weibliche noch die Männliche Qualität auf Frauen und Männer fixiert und einseitig verteilt ist. Beide Qualitäten sind selbstverständlich in beiden Geschlechtern angelegt und warten darauf, zur Schönheit zu erwachen.

Und es ist das Weibliche, was zur Schönheit führt. Durch die Sinne, durch das Verbundensein, durch wahrnehmen – des Weben von Beziehung. Viele Frauen und Männer haben vor dieser Art des in Beziehung Seins, in Kontakt Seins, große Angst. Und so vermeiden sie die Zärtlichkeit.

Ankunft ohne Ort

Nun will ich versuchen zusammenzufassen, was wahrlich komplex ist. Gleichzeitig ist es aus einer bestimmten Perspektive, wenn wir sie einnehmen können, so einfach. Befinden wir uns in der Perspektive einer umfassenden, komplexen und integralen Sicht, ist es simpel. Nur der Weg ist lang, schwierig, schmerzhaft.

Liebevoll, zärtlich, mal energisch schickt uns unsere Seele viele Signale, mithilfe derer wir Ängste, die uns in der Spaltung erfrieren lassen, auftauen können. Und wir gehen durch Bewusstseinsspiralen – angezogen von der zu ahnenden Zärtlichkeit und angeschoben von unserer Sehnsucht nach Verbindung, Liebe und Zärtlichkeit.

Der Weibliche Aspekt des Göttlichen – ist der integrative, der integrierende Aspekt im Kosmos des Wunders der Evolution. Er ist die verkörpernde Kraft und die Fähigkeit zu verkörpern, zu manifestieren.

„Manifestare“ im Lateinischen, heißt im Deutschen „handgreiflich machen.“ So wird **Manifestation** als das Sichtbarwerden oder sich offenbaren von Dingen aller Art bezeichnet, die vorher unsichtbar bzw. gestaltlos oder gar nicht existent waren.

Zur Erinnerung sei nochmals erwähnt, dass das Männliche Prinzip das des unmanifestierten Allseins, der Kosmos der Ideen und des Wissens ist. Das Männliche Prinzip äußert sich in zielstrebigem Gerichtetsein.

Das Weibliche Antlitz des Göttlichen ist das pulsierende kreative Potential, das alle Erfahrung durchdringt. Es ist das Verkörpern und zur Erscheinung bringen von Wissen ins Leben. Verkörpertes Bewusstsein. Es ist alles Sinnliche, Bewegende, Lebendige, Geschaffene. Alle Formen des Universums sind Manifestationen der göttlichen Energie, des dynamischen weiblichen Prinzips.

Das Weibliche Prinzip ist aber auch die Seele selbst. Hier möchte ich betonen, dass mir bewusst ist, dass der Umfang einer Definition von Seele groß ist. Ich werde die Seele im von mir beschriebenen und aufgebauten Kontext verwenden: Sie – die Seele – ist die Führerin des Menschen zu seiner immer tieferen Verkörperung und sie ist das Bindeglied, welches den Urgrund des Seins, den ungeschaffenen Weltengeist, zu ständiger Verkörperung führt. Die Seele hilft verkörpern und sie lässt Liebe im immer weiter sich entwickelnden Bewusstsein erwachen. Sie ist das Weibliche im Menschen.

Das Weibliche stiftet Verbindung, verhält sich kommunikativ, führt zur Kommunion, hilft uns zu fühlen, umschließt, umarmt alles ohne Ausgrenzung. Insofern ist es integrierend bis zu den höchsten Stufen der Entwicklung und des Bewusstseins. Das Weibliche besitzt integrative Kraft, es verwebt die losen Enden eines Individuums zu einem Ganzen. Aus Angst vor dieser Mächtigkeit des Weiblichen, hat sich vieles von dem entwickelt, was zur Einseitigkeit und pathologischen Dominanz des Männlichen geführt hat.

Aber es kommt eine Zeit heran, in der es keine Abwertung mehr geben wird, weder in die eine noch in die andere Richtung. Jede Art von Abwertung – ob des Weiblichen oder des Männlichen – führt zu Gewalt. Zu Gewalt in vielen Formen, subtil oder tödlich, wie ich es in meinen Performances vielfach gezeigt habe.

Schauen wir nochmals auf das Gedicht von Ingeborg Bachmann – siehe weiter unten. Wo nimmt die Dichterin das her? Nicht umsonst wurden den Dichterinnen und Dichtern die Kraft des „Sehens und der Weissagung“ zugesprochen. Sie „zupfen“ ja ihre weit blickenden und tief fühlenden Worte direkt aus dem Himmel, man nennt es Inspiration.

„Inspiratio“ aus dem Lateinischen „Beseelung“, Einhauchen von spiritus „Leben, Seele, Geist“, auch künstlerische Kreativität wird mit Inspiration bezeichnet. Die Beseelung und die Verbindung zum Geist wird – im Falle der Dichtung ist es das Wort - zur Erde gebracht. Ein Verkörpern eines Stücks vom Himmel also.
Und – verkörpern ist immerweiblich.

Der Duft von Rosen und Veilchen

Gewöhnen wir uns daran, dass beide Prinzipien in beiden Geschlechtern die unverzichtbaren Gestaltungsprinzipien für das Leben, für die Entwicklung von Kultur, für die bewusste Teilhabe am Prozess der Evolution sind, dann nähern wir uns immer mehr der Zärtlichkeit, die betörend wie der Duft von Rosen und Veilchen ist.

„... und die Dunkelheit in einer Veilchenträne duftet –“ (Nelly Sachs, Dichterin).

Durchdringen wir unseren Körper mit Bewusstsein und beseelen wir ihn, indem wir auf seine Sprache lauschen und ihn von Überzeugungen befreien, welche die Poren verschlossen halten. Öffnen wir unsere Hände in der zärtlich entspannten Wahrnehmung unseres Gegenübers, berühren wir in der Haltung der Absichtslosigkeit, dann werden unsere Hände begabt sein für die Güte - und wir finden uns augenblicklich im Zentrum von Liebe und Zärtlichkeit wieder.

„...Und es wird der Tag kommen, wo alle Frauen und Männer die Poesie ihres Geschlechts wieder entdecken.

**Dieser Tag wird kommen, an dem wir frei sein werden.
Und wir werden frei sein, freier als jede Freiheit, an die wir je gedacht haben.**

**Und alles wird fallen, was uns heute zerstört.
Wir werden frei sein.
Wir werden miteinander frei sein, die Frauen und die Männer.**

**Und unsere Hände werden begabt sein für die Güte.
Unsere Hände werden begabt sein für die Liebe.
Und das wird unsere Freiheit sein.“**

Ingeborg Bachmann, Dichterin



Anhang (für Lesebegeisterte)

Eine Sammlung von Geschichten und Betrachtungen

Isidasi, eine Frau aus der frühen buddhistischen Bewegung erzählt:

Agnes Pollner:

„Morgens und Abends verbeuge ich mich tief
vor meinem Schwiegervater und meiner Schwiegermutter.
Wenn ich meinen Mann, seine Schwestern, seine Brüder
oder sogar nur seine Bediensteten sah, zitterte ich und stand auf.
Ich versuchte, es ihnen allen recht zu machen,
mit ihren Lieblingsspeisen- und Getränken
und gab allen, die ihnen zustehende Portion.
Ich stand früh auf und ging in das Zimmer meines Gatten,
ich hatte mich selbst bereits gewaschen, und
schon an der Türschwelle zeigte ich ihm meine Verehrung.
Kamm, Spiegel, Seife und Schmuck brachte ich ihm,
als wäre ich eine Dienerin.
Ich kleidete ihn an, kämmte und wusch ihn.
Ich kochte seinen Reis, ich wusch die Töpfe aus,
ich sorgte mich um ihn wie eine Mutter
um ihren einzigen Sohn.
Und obwohl ich alles für ihn tat,
eine demütige und liebevolle Sklavin für ihn war,
tugendhaft und immer früh auf,
war mein Ehemann ohne Gefühl für mich.
Er ging zu seinen Eltern und sagte:
Ich ziehe aus. Ich kann nicht mit Isidasi
im gleichen Haus leben!“
Für Isidasi wird die fortgesetzte Demütigung und die Vertreibung aus dem Haus der Schwiegereltern der rettende
Wendepunkt in ihrem Leben.
Diese Krise katapultiert sie direkt hinein in das spirituelle Leben!

Und Matta singt:

„Frei, frei, endlich, frei,
ich bin außer mir vor Freude,
frei von den stinkenden Töpfen,
frei von der Küchensklaverei
und frei von meinem Mann,
der mich so anwidert,
dass ich nicht mal ertragen kann,
seinen Sonnenschirm zu sehen!
SsssssT – mit einem Zischen
Sind Gier und Hass verflogen.
Und dieselbe Frau, ich,
sitze jetzt unter einem Baum:
Ah, Glückseligkeit –
Meditiere darüber als Glückseligkeit.“

Viele Lieder sprühen vor unbändiger Freude darüber, den Weg in das Dharma (Lehre) gefunden zu haben und damit eine Perspektive der Freiheit.

Für die indischen Frauen zur Zeit des Buddha war es kein leichter Schritt, sich aus der Vernetzung mit der Familie zu befreien und in die „Hauslosigkeit“ zu gehen. Diese Lebensform war für Frauen keine gesellschaftlich anerkannte Alternative zum Leben in der Familie. Insofern war für Frauen dieser Schritt ungleich radikaler und erforderte sehr viel mehr innere Stärke und Mut.

Dakinis – Himmelstänzerinnen

Eine zutiefst weibliche Art der Welterfahrung

Eine, die im Raum der Leerheit fliegt,
weil keine Zweifel über die wahre Natur der Wirklichkeit
sie mehr einschränken

*Die Yogini Melong
hing ihre weißen Gewänder an die Strahlen der Sonne
und tanzte nackt in den Bergen.
Nur noch Regenbogenlicht war von da an ihr Kleid*

Dakinis oder Yoginis sind erwachte Frauen. Dakini bedeutet wörtlich „Himmelstänzerin- oder wanderin.“ Es steht für ihr tiefes Verständnis der Leerheit. Eine, die im Raum der Leerheit fliegt, weil keine Zweifel über die wahre Natur der Wirklichkeit sie mehr einschränken. Hat die Dakini ihre wahre Natur erkannt, wird sie selbst zur Verkörperung dieser Erkenntnis, ein Körper des Erwachens. *Die Dakini als Frau bestimmt ihr Bild selbst und verändert es, wie es ihr gefällt.* Sie erscheint jedoch immer in einem weiblichen Körper, sie bringt Bewegung und Körperlichkeit ins Spiel. Sie kontrolliert ihr Bild selbst und lässt sich, ebenso wie die Wirklichkeit, nicht instrumentalisieren. Im Tanzen der Dakini drückt sich eine zutiefst weibliche Art der Welterfahrung aus.

Im Allgemeinen repräsentiert die Dakini den in ständiger Veränderung begriffenen Fluss der Energie, das Spiel der Energie in der Erscheinungswelt.

Wenn wir die Dakini als den subtilen Fluss der Energie betrachten, so ist verständlich, dass bei einer Handlungsweise, durch welche die Energie der Erde gestört wird, zugleich auch das Dakini-Prinzip in Mitleidenschaft gerät, wodurch Krankheiten, Hungersnöte und Kriege entstehen können.

*

Weibliche Fürsorge, nähren und tanzen

Oder wie der junge Buddha die Freude wieder fand

Die Geschichte von Sujata und dem Milchreis

In dieser herrlich einfachen, erfrischenden und so einleuchtend klaren Geschichte geht es um einfache Dorfmädchen und den Gautama Buddha.

Agnes Pollner: „Als Siddharta Gautama nach Jahren asketischer Übung so abgemagert war, dass er einem lebenden Leichnam gleichsah, erschrakten die Götter, die über ihn wachten. Jahrelang hatte seine tägliche Ration aus einem einzigen Reiskorn, einer Wacholderbeere und einem Sesamkorn bestanden. Er und fünf Schüler hatten sich Askese auferlegt.

Sechs Männer im tiefen Wald, verbissen auf der Suche nach der Wahrheit, die sie durch die Überwindung ihrer Körperlichkeit finden wollten. Sechs grimmige Gesichter, sechs ausgemergelte Körper.

Maya, die leibliche Mutter von Siddharta, die sieben Tage nach seiner Geburt gestorben war, erschien ihm und hielt eine mütterliche Standpauke: „Du bist nicht irgendwer. Du kannst nicht einfach dein Leben wegwerfen! Hast du deinen Körper nicht genug geknechtet? Und was hat es dir gebracht?

Du bist fast tot, aber immer noch nicht erwacht!

... aufgerüttelt durch die Ermahnungen seiner Mutter, spürte er plötzlich, wie sein Körper, sein ganzes Wesen nach Nahrung schrie. Er verabschiedete sich von seinen Schülern und trat aus dem Wald. Vor ihm auf der sonnenbeschiedenen Wiese graste eine Kuhherde. Zwischen ihnen leuchteten die bunten Tücher von Frauen auf, die gerade beim Melken waren.

Die warme Luft wehte ihr Lachen und Singen herüber.

Siddharta war es, als käme ihm etwas Halbvergessenes wieder in den Sinn, etwas von Leichtigkeit und Freude, von Tanz. Sujata, die Tochter des Dorfältesten sah den ausgemergelten Mann zuerst. Sie lief, ohne zu zögern zu ihm. Sie und ihre Freundinnen stützten ihn. Er blickte in ihre glänzenden Gesichter und spürte, wie sein Herz erwachte. Sie gaben ihm vom warmen, süßen Milchreis – und er aß. War es die Freude, die ihm gefehlt hatte?“

Und er aß

Mit diesem Essen, das er bei den Frauen erhielt, machte der Buddha wirklich Frieden mit der Welt. Er hatte seine Frauen am Fürstenhof und seine Stiefmutter bei Nacht und Nebel verlassen, als er zu seiner Suche aufgebrochen war. Die Welt der Frauen und der Sinnlichkeit war für ihn damals das Symbol für das unerwachte Leben gewesen. Jetzt, nach Jahren in der Welt der männlichen Askese, konnte er die offenen Arme der nährenden und gebenden Seite des Daseins wieder annehmen.

Sujatas Geschichte zeigt, dass erst die Versöhnung mit der weiblichen Seite es Siddharta ermöglicht, seine Kraft vollständig zu entfalten.

Die Silbe HUM

Sie isst ihn auf und gebiert ihn durch ihren Lotos

Hier geht es um die Legende von der Lehrerin Suryachandrasiddhi, in der der große Lehrer Padmasambhava bei ihr Unterweisung sucht. Sie antwortet ihm:

Agnes Pollner: „Du weißt, wie man Einweihung erbittet. Alle Gottheiten sind in meinem Herzen versammelt. Dann verwandelt sie Padmasambhava in die Silbe HUM und isst ihn auf. Als Klangsilbe lässt sie ihn durch den Kosmos ihres Körpers reisen. In ihrem Mund erhält er den Segen, ein Weisheitshalter zu werden, in ihrem Bauch wird er befähigt, Mahamudra zu verstehen, durch ihren geheimen Lotos – die Vagina – gebiert sie ihn. Dieser Segen reinigt Körper, Rede und Geist des Schülers vollständig, und er hat jetzt die Fähigkeit, Götter und Dämonen zu bändigen.“

Noch ein weiteres herrliches Beispiel für den „Einsatz des Körpers“ ganz nach „Frauenart“:

Die Yogini Machig Labdrön sitzt in einem Baum und wird von einer riesigen Schar gefährlichster Dämonen und Geister bedroht. Umgehend verwandelt sie ihren Körper in köstlichen Nektar und füttert damit die Dämonen. Nach dieser nährenden Speise ziehen diese sich friedlich zurück.

Diese Geschichte wird „Dämonenfütterung“ genannt und ist bis heute als Übungspraxis erhalten. Sie wird noch immer traditionell angewendet und hat Eingang in psychotherapeutische Praxen im Westen gefunden.

Wir Frauen dürfen und müssen die Bereiche des Lebens, die uns geschlechtsspezifisch als Rollenklischee erscheinen und uns in der Vergangenheit auch gehörig eingeengt haben und teilweise noch immer einengen, neu bewerten und ergreifen: das Nähren, die Nahrung, Fürsorge, Heiterkeit und Leichtigkeit, Lachen und Tanz!

Das bedeutet nicht ein Zurück an den Herd und in das Heim und zur Unterhalterin des Mannes werden. Sondern es bedeutet, dass wir als Frau auch mit uns selbst, unserem Körper und der Nahrung konstruktiv umgehen würden.

Die rasant ansteigenden Essstörungen sind ein trauriger Ausdruck für die Ablehnung des Weiblichen

Die Geschichte von „Sujata und der Milchreis“ macht auch deutlich, dass männliche Werte dergestalt, wie man sie symbolisch in dem asketisch ausgemergelten Siddharta sehen kann, uns in die Zerstörung und Freudlosigkeit führen. Die Ablehnung des Sinnlichen, der Leichtigkeit, des Körperlichen bedeutet Tod. Siddharta kann seine Kraft erst voll zur Entfaltung bringen und zum Buddha werden, als er die weibliche Seite in sich integriert.

Nun kann man einwenden, dass heute von einer Ablehnung des Sinnlichen und des Körpers nicht mehr die Rede sein kann. Mindestens nicht, was die so genannte westliche Welt betrifft. Aber ist die permanente Nacktheit, die uns von Magazinen, Litfasssäulen, aus der Werbung entgegen schreit, eine Befreiung? Ist die immergegenwärtige Sexualisierung unseres Alltags wirklich sinnlich? Ist diese Pornografisierung des Lebens auch nur irgendwie zärtlich? Und ist die überbordende Prostitution mit ihren Auswüchsen des Frauenhandels und Zwangsprostitution nicht gerade der Ausdruck dafür, dass wir einer tieferen Verbindung zum Körper entbehren? Und damit einer wirklichen Verbindung zur weiblichen Seite in Männern wie auch Frauen?

Einige Jahrtausende währende Abwertung des Weiblichen, die Verneinung des Sinnlichen, das Ablehnen des Körpers ist die Ursache für die gegenwärtige Zerstörung von Frauen- und Männerseelen, sowie unserer Welt. Die Quellen für diese Misogynie (Frauenhass) finden sich in den großen so genannten Weltreligionen. Dies ist tief verankert in den Köpfen, Seelen und Zellen und wird von Generation zu Generation weitergegeben.

Abgeschnitten – die Frauen wie die Männer

Erinnern wir uns an die Abschnitte über die spirituelle Bedeutung des weiblichen Körpers für das geistige Erwachen. Hier sehe ich ganz ursächliche Gründe für die Entstehung der tiefen Verunsicherung in weiblichen Seelen. Denn das heißt ja von unserem Seelengrund oder Seinsgrund abgeschnitten zu werden. Gleiches gilt gewissermaßen auch für den Mann. Denn der Preis für die Aufwertung des Mannes besteht unter anderem darin, dass ihm Rollen verordnet wurden, die ihn von seinem „ganz Menschsein“ ebenfalls abgetrennt haben. So wird seine Seele fortgesetzt vergewaltigt und ihm die Entwicklung versagt. Eine Entwicklung zum Ganzsein, das ohne die Integration des Weiblichen nicht möglich ist. Weil die Integration aber innerlich geschehen muss und nicht geschehen kann, weil es kulturell keine Vorlage für das WIE gibt, wird es im Außen gesucht. Wo sonst. Hier sehe ich einen Grund für die unerträgliche Zahl der Vergewaltigungen von Mädchen und Frauen weltweit, nicht zu vergessen die Knaben, aber auch für das beschämende „Bordell Deutschland“.

Männlichkeit ohne Weiblichkeit ist arm

Die Geschlechtertrennung – in ihrem bewertenden Aspekt – ist ein Grund, weshalb psychologische und spirituelle Reifung und Entwicklung aufgehalten ist, sich schwer tut, auf der Stelle zu treten scheint, individuelle Konflikte in Beziehungen produziert, wie auch Konflikte, die wir Krieg nennen.

Männlichkeit ohne Weiblichkeit ist arm, beziehungsunfähig, ist eine geschundene Männlichkeit. Waffen, Krieg führen, Mädchen und Frauen vergewaltigen kann nur aus einer Einseitigkeit, einer Pathologisierung des Männlichen entstehen.

Freilich kann man sagen, das gab es schon immer. Das gab es tatsächlich immer schon, dass die Frauen der im Konflikt Unterlegenen als Beute mitgenommen und missbraucht wurden. Aber die Feststellung dieser Tatsache genügt natürlich nicht. Es braucht ein Verstehen, was die kulturell veranlagten Werte bezüglich der Geschlechter sind. Dann beginnt die mühevolle Arbeit, diese tief verankerten „Werte“ bei sich selbst aufzulösen. Das ist viel innere Arbeit!

In meiner Praxis erlebe ich so viele junge Frauen, die klug und gebildet sind. Was haben die meisten gemeinsam? Sie haben keine Ahnung von ihrem Körper. Sie trennen ihn ab und sind überwiegend Kopf. Sie sind ehrgeizig, kennen naturgemäß nichts anderes als die Werte des Patriarchats, in das sie hineingeboren sind, und versuchen sich darin zu behaupten. Eigene, individualisierte Werte, gar weiblicher Qualität, kennen sie nicht. Wie auch? Woher auch? Hier ginge es darum, Werte zu implementieren, die darauf verzichten, Bewertungen der Geschlechter vorzunehmen.

*

Eine ganz außergewöhnliche Tatsache

Wenn sich spirituelle Erfahrungen, die meist während der Meditation stattfinden, wirklich inkarnieren beziehungsweise manifestieren, ist Shakti – die weibliche Energie – am Werk und ist außerdem daran zu erkennen, dass sich der Alltag verändert. Im Gegensatz dazu stehen viele Praktiken, die nach Transzendierung und der Überwindung des Körpers streben oder ihn als eine zu vernachlässigende Größe sehen und der Alltag unter Umständen unverändert bleibt.

Im Tantra *Yoga des kaschmirischen Shivaismus* bin ich auf eine ganz außergewöhnliche Tatsache gestoßen. Hier kommt der Frau eine so besondere Vormachtstellung zu, wie ich es noch nie vorher irgendwo angetroffen habe. Dabei handelt es sich nicht um irgendein verstaubtes Dokument, sondern wird praktiziert und kann so aktuell und modern sein, wie ich sonst keine spirituelle Praxis bisher gefunden habe. Durch Daniel Odier ist mir diese Praxis bekannt geworden.

Daniel Odier, der von der Yogini, Lalita Devi eingeweiht wurde, vermittelt heute eine ganz lebendige und wunderbare Form des kaschmirischen Tantra Yoga. In diesem findet die Meditation des Gewahrseins – Dzogchen – in Bewegung statt. Dieses Gewahrsein in Bewegung heißt „Tandava“ und ist ein äußerst langsamer Tanz ohne festgelegte Bewegungen und führt zu tiefster Entspannung.

Entspannung wiederum bildet die Basis für das Fließen von Lebensenergie, für Kreativität, Spontaneität und Freude! Wie könnte sich ein solches Bewusstsein in einer erstarrten Form, einem Körperpanzer entfalten? Sich des Körpers gewahr zu werden, heißt, sich der Ganzheit gewahr zu werden. So ist unser Körper unendliche Weite. Er ist unbegrenzte Weisheit, tiefer Frieden und unerschöpfliche Freude. Das Mentale beruhigt sich und wir sind unmittelbar in der offenen Weite.

Der unbegrenzte Raum – die Leere – ist wesentlicher Bestandteil unseres Körpers. Erfahren wir die Räumlichkeit unseres Körpers, berühren wir unmittelbar den unendlichen kosmischen Raum.

Normalerweise befinden wir uns jedoch mehr oder weniger im Zustand der Kontraktion – physisch und mental. Tandava ist ein unmittelbarer – körperlicher – Weg in die offene Weite, den unendlichen Raum.

Alles ist äußerst weiblich

Meister ehren die Frau, um Raum in ihre Lehre zu bringen

Im kaschmirischen Shivaismus huldigt man der Shakti, also dem weiblichen Prinzip in sich selbst, in der Erde und in allem, was existiert, substanziell oder nichtsubstanziell.

Daniel Odier: „Es ist nicht so, dass man der Frau ihre königliche Rolle zurückgibt, denn sie hat sie nie verloren! Es ist viel besser! Da es sich um Frauenlinien handelt, die sieben oder acht tausend Jahre alt sind, gab es keine Phase, in der plötzlich die Männer die Macht übernommen haben. Auch wenn es viele Männer gab, die in der tantrischen Tradition große Meister waren, haben sie nie die Frauen eliminiert. Im Gegenteil, sie haben sie immer geehrt, um Raum in ihre Lehre zu bringen, das heißt, die Vorstellung, dass sich alles in Zyklen bewegt, dass sich alles wieder verbindet, dass alles rund ist. Daher die Sanftheit unseres Yogas, es gibt nie gewalttätige Übungen. Auch was den Atem betrifft, spannt man nie die Muskeln an. Bei uns gibt es nicht den Willen, etwas zu erzeugen, sondern etwas wahrzunehmen. Alles ist äußerst weiblich. Für die Yoginis gibt es keine Philosophie, die nicht allen Menschen klar verständlich und vermittelbar wäre, ebenso wenig wie Rituale und Dogmen, religiöse Überzeugungen oder Parteilichkeit, die ihre Anhänger vom Rest der Welt isolieren.“

Hier drückt sich ein spezifisch Weibliches aus, nämlich eine Philosophie muss für alle verständlich und zugänglich sein, und ist nicht einigen wenigen vorbehalten. Auch hier spielt wieder das Manifestieren, ein zur Erde bringen, herein.

Eine weibliche Vision des Lebens

Daniel Odier: „Wir betrachten die Frauen immer als diejenigen, die tiefere und direktere Fähigkeiten haben als die Männer. Übrigens sagen die Tantriker, dass es für die Männer ideal wäre, energetisch eine Frau zu werden. Also auch was die Praxis betrifft, versucht man, die Männer zum Beispiel die Sinnlichkeit spüren zu lassen, wie sie im gesamten Körper zu finden ist, und nicht nur auf den Sex fokussiert. Durch den *Tandava*-Tanz, durch die Massagen können Männer endlich verstehen, wie eine Frau funktioniert, weil sie ein bisschen weniger auf ihre Sexualorgane zentriert sind und anfangen, *in ihrem ganzen Körper lebendig zu werden*. Man sagt auch, dass die Fokussierung des Tantrismus, die eher auf der Realität als auf illusorischen Konzepten basiert, zum Teil aus einer weiblichen Vision des Lebens resultiert. In den meisten Religionen gibt es diese unglaubliche Vorstellung, was die Frauen betrifft, wenn sie ihre Menses haben! Reinheit, Unreinheit, das sind Wörter, die in den Tantras nicht existieren. Das Leben ist rein und unrein, es ist eine Mischung. Es gibt nie die Vorstellung, sich zu reinigen, nie die Vorstellung von Schmutz, sondern im Gegenteil: die Vorstellung eines unendlichen, leuchtenden Raums, der angeboren ist. In diesen Tantras wird gesagt, dass eine Frau, die ihre Tage hat, sich auf der Höhe ihrer energetischen Kraft befindet. Damals, wenn ein Meister lehrte und seine Schülerin ihre Tage hatte, bat er sie darum, sich an seine rechte Seite zu setzen, um sie vor allen anderen Schülern zu ehren, weil sie die Kraft der *Shakti* darstellte. * Sie nahm sogar ein bisschen von ihrem Blut, um einen roten Punkt auf die Stirn der anderen Schüler zu malen – etwas, das bei den Hindus absolut undenkbar wäre. Die Yoginis haben auch die Gewohnheit, während der Menses Sex zu haben. Sie haben keinen Sex in der übrigen Zeit. Das alles ist auf dem Gebiet der Spiritualität sehr erstaunlich, auf dem es so viele Tabus gibt. Es besteht also wirklich eine Anerkennung des Weiblichen, der weiblichen Energie.“

* „Es gibt kein Gift, das schädlicher ist, als das menstruum“ sagte Paracelsus. Und im Jahre 1991 pflegte ein Professor für Jurisprudenz in Mainz seine Studentinnen aufzufordern, sich doch im Hörsaal in die letzte Reihe zu setzen, wenn sie gerade menstruierten – er könne sonst bei dem Gestank nicht arbeiten.“

Marlene Faro „An heymlichen Orten“.

Weiter *Daniel Odier:* „Abgesehen davon gibt es die Vorstellung, dass Yoga uns in die Richtung von etwas Androgynem führt. Man erreicht einen Zustand, in dem das Weibliche und das Männliche sich in perfekter Harmonie befinden. Dann definiert man sich nicht mehr als Mann oder Frau, sondern man ist ganz. Übrigens gab es früher tantrische Männer, die Kleider von Frauen trugen, und Frauen, die Kleider von Männern trugen, um nach außen zu zeigen, dass sie die Ganzheit erreicht haben.“

Die Frau stellt die Macht dar, was definiert nun den Mann?

„Auf die Frage ‚Was ist die Männlichkeit?‘ antwortet Shakti: ‚Die Männlichkeit ist die Fähigkeit, sich zu wundern (zu staunen)‘, was eine ungewöhnliche Definition für das Männliche ist. Denn wenn man eine Untersuchung machen und tausend Menschen fragen würde, was Männlichkeit sei, würde niemand antworten, dass es die Fähigkeit des Sich-Wunderns beziehungsweise Staunens ist. Man erkennt also beim Mann eine kindliche Fähigkeit, sich zu wundern, zu staunen.“

Soweit Daniel Odier. Auch hier wird deutlich zum Ausdruck gebracht, dass die Frau prinzipiell sehr wohl die Fähigkeit hat, im Spirituellen zum Erwachen zu gelangen. Ja, dass es ihr sogar müheloser gelingt, weil ihre körperliche und energetische Beschaffenheit feiner und beweglicher ist, als die des männlichen Körpers.

Einem Mann wird empfohlen, sich neben eine Frau zu setzen, damit er leichter meditieren kann!

*

Die Welt ist geboren und nicht ins Sein befohlen Der Prozess der Schöpfung muss sich vollziehen

Tsültrim Allione: „Im tibetischen Buddhismus beginnt jede Ausführung über das Weibliche mit der ‚Großen Mutter‘ oder ‚Gefährtin.‘ In der Erfahrung der Phänomene, sei es Freude oder Schmerz, Geburt oder Tod benötigt man eine fundamentale Basis, einen Urgrund. In der buddhistischen Literatur wird dieser Urgrund als Mutter-Prinzip bezeichnet. Prajnaparamita (die Buddha der vollkommenen Weisheit) wird die ‚Mutter-Gefährtin aller Buddhas‘ genannt. Als Prinzip von kosmischer Struktur ist der allumfassende Urgrund weder männlich noch weiblich. Man könnte ihn als hermaphroditisch bezeichnen, aber angesichts der Qualität von Fruchtbarkeit oder Potentialität wird dieser *Urgrund als weiblich* betrachtet.“

Starhawk in ihrem Buch über weibliche Magie schreibt: „Am Anfang der Göttin steht das All, sie ist in sich vollständig. Sie könnte ebenso Gott genannt werden, denn noch ist das Sein ohne Geschlecht ... Doch ist die weibliche Natur des Urgrundes allen Seins herausgefordert, **der Prozess der Schöpfung muss sich vollziehen, der sich als ein Geburtsprozess darstellt.**“

Die Welt ist geboren, nicht geschaffen und nicht ins Sein befohlen.

Die Große Mutter unterscheidet sich insofern vom christlichen Gott, als sie keine Welt erschafft oder Gesetze niederlegt. Das Ganze geschieht eher spontan als planvoll. Gott trennt sich ab, um die Welt zu erschaffen, während das Weibliche auf spontane Weise gebiert.

Im tantrischen Buddhismus wird die Große Mutter symbolhaft durch ein nach unten weisendes Dreieck dargestellt und als ‚kosmischer Muttermund‘ oder ‚Tor aller Geburt‘ bezeichnet.

Die Pythagoräer betrachteten das Dreieck als heilig ... weil es den Archetypus der universalen Fruchtbarkeit darstellt.
Was wäre das für ein Schulunterricht in Geometrie!

Die essentielle Leerheit ist die Ur-Matrix der Existenz und wird ‚Mutter aller Schöpfung‘ genannt. Es ist der grundlegende Raum, der alles durchdringt. Die Leere ist ein Ausdruck des Raumes. Das Prinzip der Großen Mutter ist der Raum, der die Welt der Erscheinungen gebiert. Dieser Prozess des Gebärens der Erscheinungen durch die Leere oder den Raum findet immerzu statt.

Es ist nicht die Frage von ‚irgendwann einmal, sondern es handelt sich um einen grundlegenden Prozess, der sich unentwegt fortsetzt.“

Die Göttin

Am Anfang, bevor die Welt erschaffen war, streifte Gott durchs Nichts, um irgendwo etwas zu finden. Er hatte die Hoffnung schon fast aufgegeben und war todmüde, als er plötzlich vor einer großen Baracke stand. Er klopfte an, und eine Göttin öffnete und bat ihn, hereinzukommen.

Sie sei, sagte sie, gerade mit der Schöpfung beschäftigt, aber er solle sich ruhig ein bisschen hinsetzen und ihr bei der Arbeit zuschauen.

Zurzeit war sie daran, in einem Aquarium verschiedene Wasserpflanzen einzusetzen. Gott war in höchstem Masse erstaunt über das, was er sah, er wäre nie auf die Idee gekommen, so etwas wie Wasser zu erschaffen. Gerade dies aber, sagte die Göttin lächelnd, sei sozusagen die Grundlage des Lebens überhaupt.

Nach einer Weile fragte Gott, ob er vielleicht ein bisschen helfen könnte, und die Göttin sagte, sie wäre sehr froh darüber, wenn er das Wasser und ihre bisherigen Schöpfungen auf einen der Planeten bringen könnte, die sie etwas weiter hinten eingerichtet habe. Sie würde gerne auf dem unbedeutendsten anfangen, probeweise.

Also begann Gott damit, die Schöpfungen der Göttin eine nach der andern aus ihrer Baracke auf die Erde zu bringen, und es ist nicht verwunderlich, dass später die Menschen auf diesem Planeten nur den Gott kannten, der das alles gebracht hatte, und ihn für den eigentlichen Schöpfer hielten.

Von der Göttin aber, die sich das ausgedacht hatte, wussten sie nichts, und deshalb ist es höchste Zeit, dass sie einmal erwähnt wurde.

Franz Hohler, Schweizer Dichter

Ken Wilbers Integrale Sichtweise

In einem Interview sagte Ken Wilber sinngemäß zu den Aspekten männlich und weiblich orientierter spiritueller Praxis:

... Männer seien bereits evolutionär gut ausgestattet für bewegungsloses Sitzen und Starren (ideal für Zen u.ä.) während Frauen eher das in Beziehung sein und die Bewegung entspricht, was auch Teil ihres spirituellen Ausdrucks wird.

Das verdeutlicht Wilber durch empirische Befunde des Verhaltens männlicher bzw. weiblicher Besucher von Strip-Bars: während die Männer die Stripperinnen anlotzen, johlen und tanzen die Frauen beim Anblick der männlichen Stripper...

Aus: Integraler Newsletter September 2011

Die typische pathologische Form männlicher Agenz ist brutale Dominanz und starre Autonomie. Der Mann möchte nicht Teil von etwas sein (Kommunion) sondern nur selbst das Ganze, entfremdete Agenz: Er fürchtet Beziehungen und schätzt nur Autonomie.

Umgekehrt ist die typische pathologische Form weiblicher Kommunion die Verschmelzung: Die Frau fürchtet Autonomie und verschwindet so sehr in Beziehungen, dass sie dabei ihre eigene Identität aufgibt. Sie möchte kein Ganzes - mit eigener Agenz - sein, sondern nur ein Teil von etwas Anderem - übersteigerte Kommunion.

Mehr über Integralen Feminismus in „Eros, Kosmos, Logos“ und „Das Wahre, Schöne, Gute“.

Veränderung im Selbst- und Realitätsgefühl durch die Aufhebung der Trennung von Körper und Geist

Viele Jahre der Erfahrung in meiner therapeutischen Praxis haben mir gezeigt, welch tief greifende und bedeutsame Wandlung stattfindet, wenn sich „ein Zustand reifer Integration von Körper und Geist einstellt,“ sich die Spaltung von Körper und Geist zu schließen beginnt.

Ken Wilber: „Diese Heilung der Spaltung zwischen Seele und Leib, dem Willkürlichen und Unwillkürlichen, dem Gewollten und dem Spontanen, bewirkt eine bedeutsame Veränderung im Selbst- und Realitätsgefühl.

Alles in Allem ist die ‚Kentauren-Ebene‘ (in der griechischen Mythologie die Mensch-Tier-Gestalt) der Ort der Selbstverwirklichung, des Sinns und die Ebene existentieller oder Leben und Tod betreffender Probleme...zum ersten Mal können Sie Ihre Seele verkörpern und Ihren Körper beseelen.

Die Grundstruktur der zentauren Integration von Körper und Geist ist die Schau-Logik oder das integrierende Bewusstsein. Wenn der Schwerpunkt des Selbst sich mit diesem Bewusstsein, dieser Sichtweise identifiziert, wenn der Mensch auf dieser Ebene lebt, dann kann sich eine in sehr hohem Maße integrierte Persönlichkeit entwickeln. Ein Selbst, das sich wirklich eine globale Perspektive zu eigen machen kann, statt sie bloß im Munde zu führen. Hohe Integrationskraft der Schau-Logik deshalb: weil das zentauren Selbst für die Integration von Körper und Geist, Noosphäre und Biosphäre steht.

Auf dieser Stufe sind Körper und Geist Erfahrungen eines integrierten Ichs. Das Selbst ist sich des Geistes als auch des Körpers als Erfahrung bewusst. Der Geist sieht nicht mehr nur auf die Welt, sondern das beobachtende Selbst blickt jetzt auf den Geist und die Welt. Der Kentaure ist das beobachtende Selbst – der ‚Zeuge‘ – das sich des Körpers ebenso wie des Geistes bewusst wird und damit beginnen kann, beides zu transzendieren.“

Ken Wilber spricht außerdem in „Eros, Kosmos, Logos“ von der Auferstehung des Leibes, der Entstehung echter Weltbürgerschaft und einer Kultur, die ernsthaft Raum schafft für weibliche Agenz, das heißt, die Integration des Männlichen und Weiblichen in der Noosphäre und der Biosphäre.

„Ob es jedoch dazu (zur Integration) kommt, hängt von mir und dir ab, von unserem konkreten Handeln. Wir müssen die Zukunft, die uns gegeben ist, erst herstellen.“

Matriarchate sind nicht die Lösung – aber schön

In dem wunderbaren Buch des Journalisten *Ricardo Coler* „*Das Paradies ist weiblich*“ finden sich Beschreibungen der Lebensgewohnheiten der **Mosuo in Südchina**, die zum Nachdenken anregen.

Frauen und Männer leben dort nicht als Paare zusammen, sondern sie führen eine „Besuchsehe“ und sie erwirtschaften auch keinen gemeinsamen Besitz! Eifersucht und Besitzanspruch sind unbekannt. Es gibt keine verzweifelte und verlassen Frauen. Zwar ist es einer Frau nicht gleichgültig, wenn ihr Geliebter sie verlässt, aber der Geliebte ist nicht ihr einziger Lebensinhalt!

Jede und jeder lebt immer im Hause der Mutter. Sie ist die Matriarchin, die über Regeln und Recht bestimmt, das Geld verwaltet und bei Ungehorsam mit der Ehe droht!

Eine anderes Beispiel sind die Frauen von **Juchitan im Bundesstaat Oaxaca von Mexiko**. Das Stadtbild ist geprägt von schönen, geschmückten und bunt gekleideten Frauen. Sie schreiten wie Königinnen – und sie sind es auch. Dort heißt es bei der Geburt eines Mädchens „Hurra, es ist ein Mädchen!“! Es lernt von klein auf, dass es wertvoll und von Bedeutung ist. Jedem Mädchen steht ein Beruf bereit und viele sind selbständige Unternehmerinnen.

Man trifft dort auf keine bettelnden oder verwahrlosten Kinder wie es sonst in Mexiko üblich ist.

Es herrschen weiche Grenzen bezüglich der Geschlechteridentität. Dort leben die bekannten „Muxes“, das sind Männer, die sich als Frau fühlen, also solche kleiden und teilweise auch typischen Frauenberufen nachgehen. Sie leben mit Männern oder Frauen. Den Männern, die mit ihren Ehefrauen in heterosexuellen Beziehungen leben, geht es ebenfalls nicht schlecht. Sie fühlen sich nicht unterdrückt.

Juchitan ist eine große Stadt und kein abgelegenes Dorf. Und es waren die Frauen, die entweder unliebsamen Neuerungen Widerstand geleistet haben, oder diese so integriert haben, dass es dem Eigenen angepasst wurde. Interessant und spannend nachzulesen in: „*Juchitan – Stadt der Frauen*“ von *Veronika Bennholdt-Thomsen*.

Ich möchte hier nun einige wenige Merkmale herausstellen: Wo es eine grundsätzliche Achtung und Wertschätzung, auch Vormachtstellung der Frau gibt, leben die Frauen und Männer überwiegend sehr harmonisch miteinander und es ist wenig Aggression zu bemerken. Die Kinder sind genährt und gepflegt. Es gibt keine irgendwie geartete Verstümmelung der Genitalien. Die Frauen bestimmen über ihren Körper wie über das Geld, und es obliegt ihnen die Ökonomie. Die Freizügigkeit sexueller Orientierung ist bemerkenswert. Das Leben wird zyklisch erlebt und gelebt. Das ist sehr bekannt von Juchitan mit seinen vielen Festen, die zum Teil dem Jahreslauf zugeordnet sind, aber vor allem den sozialen Kontakten dienen! Und dort gilt nicht, wer viel hat, sondern wer viel gibt.

Und noch ein Ausspruch einer Frau des Volkes der **Khasi im Nordosten Indiens**:
Das Vorrecht der Frau ist die Voraussetzung für die Gleichheit der Geschlechter.

Dort wird die Bevölkerungszahl durch Geburtenkontrolle bewusst gleich gehalten. Auch das als ein Hinweis darauf, was es bedeutet, wenn Frauen über ihren Körper das Verfügungsrecht besitzen.

Ich bin mir bewusst, dass diese Lebensformen, die noch matriarchal oder matrilinear ausgerichtet sind, ebenso wenig von Bewusstsein und Reflektion durchdrungen sind, wie es in unserer „aufgeklärten“ westlichen Welt in der bereits beschriebenen Weise der Fall sein kann. Das heißt, diese Qualitäten müssten bewusst ergriffen werden, um sie fort-dauernd als Kultur zu erhalten.

Am Beispiel Dänemark lässt sich etwas Interessantes feststellen. Hier hat ein hoher Grad an Bewusstsein und Entschlusskraft zu einer Gesellschaft geführt, die von enormer Geschlechtergleichheit geprägt ist.

Allerdings stellt sich mittlerweile die Frage, ob auch Geschlechtergerechtigkeit entstanden ist? Für die Frauen hat sich zwar enorm viel verbessert, aber wie kann es dennoch zu erheblicher Gewalt gegenüber Frauen kommen?

Die neueste Studie (März 2014) über Gewalt an Frauen in Europa zeigt eine erstaunlich hohe Gewaltrate in Dänemark, gefolgt von Finnland und Schweden. Zwar muss man davon ausgehen, dass die meisten skandinavischen Frauen sich ohne Zurückhaltung über erfahrene Gewalt äußern. Aber es bleibt trotzdem die Frage, warum in diesen so stark „genderisierten“ Ländern überhaupt soviel Gewalt stattzufinden scheint?

Dänemark und die anderen skandinavischen Länder geben zweifelsohne ein vorbildliches Beispiel für Geschlechtergerechtigkeit. Bei näherer Betrachtung gibt es jedoch zwei Auffälligkeiten:

Erstens ist die soziale Regulierung von Staatsseite derart ausgeprägt, dass es am Ausmaß genau dieser Regulierung liegen könnte, welche Unterdrückung erzeugt.

Zweitens wurde alles Männliche über geraume Zeit so negativ bewertet, dass wir von einer Abwertung des Männlichen und von Diskriminierung sprechen müssen.

Das kann man so zusammenfassen: jede Art von Abwertung erzeugt Gewalt. Vielen Männern dort geht es gar nicht gut. Und zu viel und strikte Regulierung könnte ebenfalls zu Unterdrückung führen. Man könnte auch sagen, dass nicht alle Persönlichkeitsanteile und Schichten des Bewusstseins bereits so weit entwickelt sind, diese Gleichheit lebendig zu gestalten.

Durch den "Zusammenbruch" der Polarität der Geschlechter, ist auch die sexuelle Anziehungskraft zusammengeklappt. Männer sind teilweise so "feminisiert", dass die Unterschiede zu Frauen kaum mehr erkennbar sind. Damit ist aber auch die Identität der Männer komplett unklar geworden. Das wiederum langweilt die Frauen, sie lassen sich in unglaublichem Ausmaß scheiden und suchen sich muslimische Männer! Warum, das liegt jetzt auf der Hand. Wir brauchen also (noch) Polarität, um aufeinander anziehend zu wirken. Freilich ist es einfacher, in der Polarität zu leben. Und nicht viele Menschen sind reif für diese Form der "Entgrenzung", die das Beispiel Dänemark zeigt. Zu eben dieser Entwicklung hat *Elizabeth Debold* bereits 2008 einen hervorragenden Artikel in der Zeitschrift "EnlightenNext" Nr. 29 geschrieben, mit dem Titel „Was ist bloß mit den Wikingern passiert?“

Dennoch handelt es sich meines Erachtens bei dem skandinavischen Vorbild um ein sehr fortgeschrittenes Bewusstsein. **Aber die Diskriminierung des Männlichen, wirft nun einen gehörigen Schatten.** Jetzt bräuchte es auf der Führungsebene Dänemarks eine integrale Sichtweise. Es fehlt im Ganzen ein spiritueller Blick, beziehungsweise der Blick auf die innere Entwicklung des Menschen.

Aber was ganz klar wieder einmal fehlt, das ist eine wirkliche Integration des Weiblichen!

Wir kommen nicht darum herum. Die Regulierungen im Außen allein, führen noch lange nicht zu Geschlechtergerechtigkeit. Es braucht ebenfalls und vor allem die innere Umformung des Bewusstseins bezüglich der Werte, die aus unserem überkommenen Denken stammen.