

Frage 1: Die Tugenden

Fruchtbarkeit

- : die Fähigkeit, Nachkommen zu zeugen
- : die Fähigkeit, das Wachstum vieler Pflanzen zu fördern
- : die Fähigkeit, viele Ideen hervorzubringen

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

In der ADF wird Fruchtbarkeit nicht nur als die Fähigkeit zur Fortpflanzung gesehen, sondern auch als ein Akt der Produktivität und Kreativität. Die Definition auf der Merriam-Webster-Website stützt diese Vorstellung. Ich verstehe zwar, woher diese Idee stammt, stoße hier aber an eine sprachliche Grenze. Für mich ist Fruchtbarkeit eindeutig mit Fortpflanzung verbunden, und als ich deutsche Wörterbuch-Websites durchsuchte, konnte ich keine einzige Definition finden, die einen anderen Aspekt beinhalten würde. Es dreht sich alles um Fortpflanzung und Geburtenraten. Ich gehe also davon aus, dass das Wort „Fertility“ im Deutschen zwar mehr als eine mögliche Übersetzung haben könnte, die treffendste jedoch nur das Kinderkriegen umfasst, während die anderen Bedeutungen auf andere Wörter wie „Produktivität“, „Kreativität“ und „Ideenreichtum“ verweisen. Allerdings kann „Fertility“ im weitesten Sinne sicherlich auch die anderen Aspekte beschreiben. Es gibt eine Redewendung, die besagt, dass man, wenn man jemandem etwas vorschlägt und diese Person die Idee aufgreift und etwas daraus macht, „eine Idee in fruchtbaren Boden sät“. Das würde sich auf diese weiter gefasste Definition beziehen.

Weitere Quellen:

www.versicherungsmagazin.de/Definition/34493/fertilitaet.html

<http://wirtschaftslexikon.gabler.de/Definition/fertilitaet.html>

Mäßigung

- der Zustand oder ein Beispiel für Mäßigung; Milde; Ausgewogenheit
- der Vorgang des Mäßigens

(Definition von <http://www.collinsdictionary.com/dictionary>)

Bei der Mäßigung geht es um den Konflikt zwischen dem, was man will, und dem, was man braucht. Diese Tugend steht vielleicht im Vordergrund, wenn man einem klassischen heidnischen Motto folgt: „Füge niemandem Schaden zu!“ Wann immer man in irgendeiner Weise übertreibt, bringt man sich selbst aus dem Gleichgewicht und fügt sich selbst und möglicherweise sogar anderen Schaden zu. Während dies auf der einen Seite der Skala etwas Kleines sein mag, wie zu

viel Alkohol auf einer Geburtstagsparty, kann es auf der anderen Seite dazu führen, dass man tabak- oder drogenabhängig wird oder sich dem Bodybuilding verschreibt. Mäßigung beschränkt sich nicht auf Gesundheitsthemen, sondern erstreckt sich auf alle Aspekte des Lebens. Mäßigung in ihrer extremsten Form fand sich in der Zeit der Aufklärung: Immanuel Kant soll ein Leben geführt haben, das so maßvoll und geregelt war, dass man es kaum als Leben bezeichnen kann. Ein moderneres Beispiel wären die Vulkanier aus Star Trek, die, obwohl sie Gefühle haben, diese sehr streng regulieren, sodass sie selbst zu einem Klischee geworden sind. Mäßigung ist etwas, womit man sich tagtäglich auseinandersetzen muss: Während es nicht sehr maßvoll ist, jeden Abend eine große Tüte Chips zu essen, könnte es sogar als unfreundlich gelten, auf der Geburtstagsparty eines Freundes kein Stück Kuchen zu essen. Man muss es gegen die anderen Tugenden abwägen und den Mittelweg zwischen allen Extremen finden. Es ist interessant, dass es in meiner eigenen Sprache keine exakte Ein-Wort-Übersetzung des ursprünglichen griechischen Wortes von Platon gibt, sondern mehrere Wörter, die alle einen anderen Aspekt der Mäßigung betonen.

Weitere Quellen:

www.wikipedia.org/wiki/Maessigung

Frömmigkeit

• *die Eigenschaft oder der Zustand, fromm zu sein: z. B.*

a: Treue gegenüber natürlichen Pflichten (z. B. gegenüber den Eltern)

b: Pflichtbewusstsein in der Religion: Andacht

• *eine von Frömmigkeit inspirierte Handlung*

• *ein konventioneller Glaube oder Maßstab: Orthodoxie*

(Definition aus: <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Frömmigkeit ist für mich wahrscheinlich die schwierigste Tugend, daher muss ich dazu noch ein wenig mehr schreiben. Nur zur Klarstellung: Aus meiner Hintergrundlektüre weiß ich, dass für die alten Heiden der Glaube nicht unbedingt eine Rolle spielte, wenn es um die Durchführung von Ritualen ging. Es scheint eher so gewesen zu sein: „Alles ist in Ordnung, solange man die richtige Form des Rituals einhält.“ Auch in der offiziellen Definition der ADF spielt der Glaube keine Rolle, obwohl es mindestens einen Artikel gibt, der sich damit befasst. Für mich ist alles andere als das Befolgen der Rituale, ohne tatsächlich an das zu glauben, was man tut, heuchlerisch. Entweder man tut es, weil man glaubt, dass es das Richtige ist – was fromm wäre –, oder man lässt es bleiben. Dinge ohne den dahinterstehenden Glauben zu tun, mag offiziell in Ordnung sein, fühlt sich aber dennoch wie Betrug an. Da ich aus einer christlichen Familie mit starkem katholischem Hintergrund stamme, war ich es gewohnt, jeden Sonntag in die Kirche zu gehen und mich intensiv an allen möglichen religiösen Aktivitäten zu beteiligen. Ich habe mich intensiv damit beschäftigt,

herauszufinden, woran ich eigentlich glaube, was ein Grund dafür ist, warum ich mehrere Jahre gebraucht habe, um den Beitritt zu einer größeren Organisation wie der ADF zu wagen.

Nach zu vielen Diskussionen mit sehr frommen, aber rigiden Menschen habe ich immer Angst, dass die Form wieder wichtiger wird als der Sinn. Es gibt eine sehr schmale Grenze zwischen Frömmigkeit und Pietismus, die ich lieber nicht überschreiten möchte.

Dennoch akzeptiere ich, dass es einige Regeln gibt, die man beachten sollte, weil sie das Leben für alle einfacher machen: Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit und Höflichkeit sind drei davon. Aber ich würde sie mit anderen Tugenden verbinden, z. B. Zuverlässigkeit mit Integrität.

Weisheit

- : *Wissen, das durch viele Lebenserfahrungen erworben wird*
- : *die natürliche Fähigkeit, Dinge zu verstehen, die die meisten anderen Menschen nicht verstehen können*
- : *Wissen darüber, was angemessen oder vernünftig ist: gesunder Menschenverstand oder Urteilsvermögen*

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Um weise zu sein, braucht man Zeit, um Wissen und Erfahrungen zu sammeln. Beides ist notwendig, um Menschen und Situationen richtig einschätzen zu können und zu lernen, angemessen zu reagieren. Ein Teil dieses Wissens ist Bildung. Es ist möglich, weise zu handeln, ohne gebildet zu sein, denn das Lesen vieler Bücher lehrt einen nicht, das Gelernte anzuwenden, und vermittelt keinen tieferen Einblick in die Beziehungen zwischen Menschen und Situationen. Das sehe ich in meiner Arbeit recht oft: Eltern reagieren mit Unwissenheit auf die Tatsache, dass ihr Kind möglicherweise Hilfe braucht. Zu wissen, welche Phasen Eltern durchlaufen, bis sie den Punkt erreichen, an dem sie dies als wahr akzeptieren, hilft mir, sie zu verstehen. Aber weise so zu reagieren, dass es ihnen hilft, diesen Punkt zu erreichen – das musste ich lernen, indem ich die Situation oft erlebt und beobachtet habe, wie andere reagieren. Man könnte also sagen, dass Weisheit auch darin besteht, anderen den Weg des Lebens zu lehren und ihnen verständlich zu machen, wie alles miteinander verbunden ist. Ich glaube, niemand, weder Menschen noch Götter, ist immer und absolut weise. Aber es ist jedem möglich, in einzelnen Situationen weise zu handeln. Geschieht dies öfter, weißt du, dass du auf dem richtigen Weg bist.

Integrität

- : *die Eigenschaft, ehrlich und gerecht zu sein*
- : *der Zustand, vollständig oder ganz zu sein*

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Integrität entsteht, wenn Menschen ihr Leben im Einklang mit

bestimmten ethischen Grundsätzen führen, die religiöser, politischer oder humanistischer Natur sein können. Was man tut, steht stets im Einklang mit dem, woran man glaubt. Das macht einen zuverlässig für diejenigen, die sich auf einen verlassen oder einem vertrauen. Man braucht viel Selbstsicherheit, denn sonst gerät man immer wieder ins Wanken, was dazu führt, dass man nicht mehr im Einklang mit sich selbst ist. Von Menschen, die in Berufen arbeiten, die entweder eng mit dem Wohlergehen der Menschen verbunden sind, wie Ärzte und Banker, oder die anderweitig für Behörden tätig sind (Polizei, Richter, Finanz- und Steuerbehörden) oder durch Wahlen gewählt werden (Politiker), wird erwartet, dass sie ein hohes Maß an Rechtschaffenheit besitzen.

Dies ist auch eine gute Möglichkeit, Ehre zu definieren. Ehre wird sehr oft als etwas Männliches verstanden, wobei die persönliche Ehre von vielen Regeln abhängt, die von der Gesellschaft aufgestellt wurden. Ich ziehe es vor, Ehre als Übereinstimmung mit den eigenen Tugenden zu interpretieren. Auf diese Weise muss deine Ehre nicht von den Handlungen anderer abhängen.

Ein wichtiger Punkt könnte sein, dass jene ethischen Grundsätze, die zur Integrität gehören, immer als positiv, als Tugenden definiert werden. Menschen, die an ihren Überzeugungen festhalten, können in ihnen erstarren und ihre Flexibilität sowie die Fähigkeit verlieren, Dinge aus der Perspektive anderer zu betrachten. Dies ist in der Definition von Integrität ausgeschlossen.

Vision

- : *die Fähigkeit zu sehen: Sehvermögen oder Augenlicht*
- : *etwas, das man sich vorstellt: ein Bild, das man im Kopf hat*
- : *etwas, das man sieht oder träumt, insbesondere als Teil einer religiösen oder übernatürlichen Erfahrung*

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Vision ist die Fähigkeit, über das Vorhandene hinaus auf das zu blicken, was sein könnte oder sein wird. Dies kann ein klar definiertes Bild sein. Diese Art von Vision ist oft kurzfristig und betrifft die nahe Zukunft. Eine zweite Form der Vision ist eher langfristig. Wenn Menschen heiraten, haben sie eine gewisse Vorstellung davon, wie ihr gemeinsames Leben aussehen wird: ein Haus, Kinder, ... Beide Arten von Visionen haben eine hohe Wahrscheinlichkeit, sich zumindest teilweise zu erfüllen. Eine dritte Art von Vision ist eine Art Tagträumen. Man stellt sich vor, was auch immer man sich wünscht, auch wenn es im Moment vielleicht nicht realistisch ist. Kinder sind darin sehr gut. Die letzte Art von Vision ist die prophetische. Ihr Ergebnis soll das Resultat eines Kontakts mit einem Gott sein.

All diese Arten von Visionen ermöglichen es dir, ein Ziel zu sehen, das du erreichen möchtest. Sie stärken deine Ausdauer und geben dir die nötige Kraft, dein Ziel zu erreichen.

Mut

- *die Fähigkeit, etwas zu tun, von dem man weiß, dass es schwierig oder gefährlich ist*

Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Mut ist die Fähigkeit, sich dem zu stellen, was auf einen zukommt, und das Richtige zu tun – wann immer es notwendig ist. Meine Schwester erkrankte an einer Form von Krebs, als sie 23 Jahre alt war. Ihr ganzes Leben lang war sie von einer liebevollen Familie behütet worden; und nun traf diese Nachricht sie – und uns alle – wie eine Bombe, die uns direkt auf den Kopf fiel. Dennoch überwand sie ihre Angst und fand die Kraft, nicht nur meine Eltern mit ihrer Stärke zu stützen, sondern auch andere Patienten mit derselben Diagnose auf derselben Station. Ihr Optimismus und ihre Fähigkeit, stets das Beste in jeder Situation zu sehen, machten sie für alle anderen zu einer Art Leuchtturm des Krankenhauses. Das macht sie zu einem der mutigsten Menschen, die ich kenne.

Mut ist nicht immer leicht; doch wer versucht, sich vor allen möglichen Schwierigkeiten auf seinem Weg zu verstecken, für den gibt es weder einen Weg noch überhaupt ein Leben. Mut eröffnet einem die Möglichkeit, über sich selbst hinauszuwachsen. Er darf nicht mit Leichtsinn verwechselt werden. Mut bedarf der Unterstützung durch andere Tugenden: der Weisheit – denn man sollte in der Lage sein, die Situation, in der man sich befindet, richtig einzuschätzen; und der Integrität – denn diese Tugend bedeutet, im Einklang mit den eigenen ethischen Grundsätzen zu handeln. Möglicherweise bedarf es des Mutes, einzuschreiten, wenn andere nicht so handeln, wie man es selbst für richtig hält.

Beharrlichkeit

- *: die Eigenschaft, die es jemandem ermöglicht, etwas weiter zu versuchen, auch wenn es schwierig ist*

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Wenn man dem DP mit Hilfe von Michael J. Dangers „DP durch das Rad des Jahres“ folgt, kommt diese Tugend fast am Ende, und tatsächlich: Man muss Beharrlichkeit besitzen, um so weit zu kommen. Zu diesem Zeitpunkt hat man also vielleicht schon ein gutes Verständnis für die Aspekte der Beharrlichkeit. Beharrlichkeit geht mit Selbstdisziplin einher: Die Fähigkeit, deine Handlungen zu kontrollieren und vorgegebene Abläufe einzuhalten, hilft einem, Hindernisse zu überwinden oder inneren Versuchungen zu widerstehen. Ohne sie läuft man Gefahr, sein Ziel aus den Augen zu verlieren. Selbstdisziplin ist auch ein Aspekt der Tugend der Mäßigung, es gibt also eine Überschneidung.

Ein zweiter Aspekt ist Fleiß, der eng mit Selbstdisziplin verbunden ist. Heutzutage wird er im Deutschen oft mit bravem und angepasstem Verhalten assoziiert, aber er ist eine notwendige Eigenschaft, wenn man etwas Neues lernen will.

Und nicht zuletzt braucht man Weitblick, um ein Ziel zu finden, das man erreichen will, und Weisheit, um zu erkennen, ob es möglich und erstrebenswert ist, diesem Ziel zu folgen. Die Kehrseite der Beharrlichkeit wäre Sturheit, manchmal begleitet von Stolz.

Gastfreundschaft

- : *großzügige und freundliche Behandlung von Besuchern und Gästen : gastfreundliche Behandlung*
- : *die Tätigkeit, Menschen, die Gäste oder Kunden einer Organisation sind, mit Speisen, Getränken usw. zu versorgen*

(Definition von <http://www.merriam-webster.com/dictionary>)

Ich habe das Wort „*ghosti“ noch nie zuvor gehört, aber es ist ein gut gewähltes Konzept. Es geht über die oben angegebene Definition hinaus: In Bezug auf seine etymologischen Wurzeln wird Gastfreundschaft als doppelte Tugend gesehen, als eine Frage des Gebens und Nehmens: Wenn ich Gäste habe, ob erwartet oder nicht, heiße ich sie in meinem Haus willkommen und Sorge für ihr Wohlergehen. Wenn ich irgendwohin gehe, bringe ich ein kleines Geschenk mit, wie Blumen oder Süßigkeiten, um meine Dankbarkeit für die Einladung zu zeigen.

Ein Problem kann entstehen, wenn man Gäste hat, die man nicht wirklich mag oder nicht willkommen heißen möchte. Gastfreundschaft verlangt, dass man höflich ist. Sie verlangt nicht, dass man herzlich ist. So kann man den Anforderungen der Gastfreundschaft gerecht werden, ohne sich selbst untreu zu werden.

Ein weiteres Problem stellt sich, wenn Gäste mehr von ihrem Gastgeber verlangen, als akzeptabel ist, oder unzumutbare Forderungen stellen. Da die Gegenseitigkeit seitens der Gäste überschritten wird, müssen andere Tugenden zum Tragen kommen: Integrität und Mut. Integrität ist notwendig, weil sie Selbstsicherheit beinhaltet: Man muss sein inneres Selbst kennen, seine Grenzen. Mut ist notwendig, um diese zu schützen. Mut bedeutet, für diejenigen zu sprechen, die nicht für sich selbst sprechen können. Manchmal muss man auch für sich selbst eintreten.

Frage 2: Die Hochfeste (Auszug)

Yule/Mittwinter/Wintersonnenwende

Die meisten großen Religionen feiern um diese Zeit ein Fest, wenn auch aus unterschiedlichen Gründen, sodass zu dieser Zeit ein großes Kraftpotenzial vorhanden ist. Yule ist wahrscheinlich das wichtigste Fest in der nordischen Religion. Ein zentrales Thema dabei ist die Gegenwart der Götter unter den Menschen. Thors Besuch im Haus des armen Bauern und das Mitbringen von Geschenken in Form einer guten Mahlzeit machen diese Zeit zu einer Gelegenheit, an der besonderen Beziehung zwischen Göttern und Menschen zu arbeiten. Es ist auch eine gute Zeit, die Familie zu sehen und sich wie die Natur eine Auszeit zwischen den Jahren zu gönnen. Dies ist der

Zeitpunkt, an dem die Abkühlungsphase der Natur ihren Höhepunkt erreicht hat: Nach dem heutigen Tag weißt du, dass die Tage wieder länger werden: Licht, Wärme und Leben kehren zurück. Man sieht es vielleicht erst zu Imbolc, aber das Wissen ist da, und so heißt man die Sonne wieder in seinem Leben willkommen und beginnt, nach den ersten Anzeichen von Grün Ausschau zu halten. Selbst heute, in unserer hochtechnologischen Zeit, sind wir auf die Sonne als Spenderin von Wärme und Licht angewiesen, sodass ihre Rückkehr oder Wiedergeburt für uns nach wie vor von großer Bedeutung ist. Es gibt viele Rituale und Traditionen rund um diesen Feiertag: Einige stammen aus anderen Religionen, andere gelten als ursprünglich heidnische Traditionen, die vom Christentum übernommen wurden, andere wurden möglicherweise erfunden, als das Neopaganismus wieder aufkam, viele hängen vom Land ab, in dem man lebt: der immergrüne Baum als Zeichen des Lebens selbst in der längsten Nacht, der Weihnachtsklotz oder der Weihnachtskranz mit seinen Kerzen, die zeigen, wie das Licht schwächer wird und dann wieder zu voller Kraft zurückkehrt, das Verschenken von Geschenken, das Wassailen, um die Bäume zu segnen und auf Fruchtbarkeit zu hoffen, sind die bekanntesten.

Ostara

Ostara oder die Frühlings-Tagundnachtgleiche ist die Zeit, in der die Natur plötzlich in Farben zu explodieren scheint. Jede Blume erwacht plötzlich und strebt danach, zu wachsen und zu blühen. Lämmer werden geboren, ebenso wie Kaninchenbabys. Die bekanntesten Symbole für diese Zeit sind der Hase (der angeblich die Eier bringt), das bunte Ei als Zeichen neuen Lebens, das Lamm (obwohl dies eine christliche Konnotation hat) und das junge Küken. Die Diskussion, ob es wirklich eine Göttin namens Eostre/Ostara gab oder ob sie nur eine Erfindung von Jakob Grimm ist, kommt jedes Frühjahr wieder auf, doch Tatsache ist, dass es für die meisten modernen Heiden diesen Feiertag gibt und dass er nach ihr benannt ist und mit dieser Göttin in Verbindung gebracht wird, die durch die Felder wandert, die Natur erweckt und sie mit Fruchtbarkeit segnet. In landwirtschaftlichen Gesellschaften gibt es vielleicht den „Pflugsegnen“: Die Menschen bringen ihre Gartengeräte oder die Maschinen, mit denen sie auf ihren Feldern arbeiten, vor und lassen sie für die neue Gartensaison segnen. Es ist auch eine Zeit der Reinigung: Während es zu Imbolc oft zu kalt war, um das Haus mehr als nur rituell zu reinigen, ist nun die Zeit gekommen, dies ordentlich und physisch zu tun. Jetzt beendet man, was man im Februar begonnen hat.

Lughnassadh/Lammas

Lammas, die „Brotmesse“, ist eine Bezeichnung für dieses erste Erntefest. Es findet um den Anfang August statt. Dieser angelsächsische Name bezieht sich auf die Getreidesorten, die nun geerntet werden: Weizen, Roggen und Gerste, während der Mais auf den Feldern noch reift. Zu diesem Anlass wird Brot gebacken und es finden Erntefeste statt. Ein weiterer Name, der aus der irischen Tradition stammt, ist Lughnassadh: Hier ist das Fest dem Gott Lugh gewidmet, dem Vielbegabten. Die Menschen feiern es, indem sie Wettbewerbe zu seinen Ehren veranstalten. Poesie, Kunst, Sport – all dies dient dazu, diesem äußerst geschickten Gott Respekt zu erweisen. Es heißt, Lugh selbst habe dieses Fest ins Leben gerufen, um seine Pflegemutter Tailtiu zu ehren. An diesem Tag wurden Ehen für ein Jahr und einen Tag geschlossen, die sogenannten Tailteann-Ehen. Bis heute ist Lughnassadh eine Zeit der Hochzeiten. Eine Verbindung zwischen beiden Namen besteht darin, dass es sich ebenfalls um ein Fest der Krieger handelt: In früheren Zeiten kehrten die Krieger zu

dieser Zeit von den Schlachtfeldern zurück, um zur Ernte zu Hause zu sein. Anstatt auf dem Feld zu kämpfen, trugen sie andere, friedlichere Wettkämpfe aus.

Frage 3: Buchrezensionen

„Gods and Myths of Northern Europe“ von H.R. Ellis Davidson (Herkultur)

Davidson, eine versierte Wissenschaftlerin auf dem Gebiet der nordischen Religion, veröffentlichte ihr Buch erstmals im Jahr 1964. Ich gehe davon aus, dass sich in der Heidenforschung seitdem nicht allzu viel geändert hat, sodass das Buch nach wie vor aktuell ist. Sie beginnt mit einer Erläuterung der Quellen dieser Mythen und spricht sich sehr deutlich dafür aus, dass Kindern nicht nur die griechischen und römischen Mythen, sondern auch die Mythologie ihrer eigenen nordischen Länder vermittelt werden sollte. Sie gibt Auskunft darüber, wer die Menschen waren, die an diese Götter glaubten, über die zeitliche Parallele zum Christentum und darüber, wie die Archäologie neues Licht auf diese Thematik werfen könnte. Ellison liefert Zusammenfassungen der in der Prosa-Edda niedergeschriebenen Mythen sowie einiger Mythen außerhalb der Prosa-Edda. Sie erklärt, wie die Welt aufgebaut war, vom Weltenbaum bis zu den verschiedenen Welten und ihren Bewohnern. Danach gliedert sie ihr Buch in mehrere Kapitel, die den berühmtesten nordischen Göttern gewidmet sind: Odin, Thor und Freyr/den Vanen. Darauf folgen Informationen über die Götter des Meeres, der Toten und kürzere Abschnitte über andere Götter des nordischen Pantheons. Sie vergleicht die drei Götter und ihre Kulte, zeigt sowohl ihre guten als auch ihre dunklen Seiten auf und versucht, die Gründe für ihr Verhalten zu erklären. Was mich verwirrte, war, dass ihrer Aussage nach viele Menschen genau EINEN dieser Götter verehrten und dass es sie offenbar in einen tiefen Konflikt stürzte, wenn sie ihren Fokus verlagerten und mit dem alten Gott brachen. Diese Art von Monotheismus erscheint in einer Kultur mit einem breiten Pantheon seltsam.

Ich war etwas enttäuscht, dass sie sich auf nur wenige Götter dieses Pantheons beschränkte, wie Heimdall, Loki, Balder, Bragi und Idunna, und zwar hauptsächlich auf die männlichen. Das ließ mich mit der Frage zurück, ob alle Informationen, die ich bis zu diesem Zeitpunkt im Internet über die nordischen Götter gefunden hatte, erfunden waren, da sie diese entweder gar nicht erwähnte oder lediglich sagte, dass es genau eine Inschrift auf einer Säule gegeben habe. Das Gefühl, dass vieles, was man über die nordischen Götter findet, mehr oder weniger Wunschdenken ist, war einer der Gründe, warum ich mich entschied, eine andere Kultur zu wählen.

Interessant sind ihre Vergleiche zwischen nordischen und irischen Mythen und wie diese sich gegenseitig beeinflusst haben könnten.

Frau Davidson schließt mit einer Begründung, warum das Christentum letztendlich die heidnische Religion besiegen konnte, und sagt, dass der neue Gott zuverlässiger war und den Menschen eine Gewissheit und Geradlinigkeit geben konnte, die die alten Götter nicht bieten konnten – was in jenen unsicheren Zeiten für viele eine Erleichterung gewesen sein muss. In dem Wissen, dass ein Großteil der sehr komplexen Strukturen der christlichen Religionen ein Produkt späterer Zeiten ist, neige ich dazu, ihr zuzustimmen, dass dies sicherlich ein Aspekt ist, der nicht vernachlässigt werden darf.

„A History of Pagan Europe“ von Prudence Jones und Nigel Pennick (Indoeuropäische Studien)

Jones und Pennick beginnen ihr Buch mit einer Definition der Begriffe „pagan“ und „Pagan“, wobei sie bei den sprachlichen Wurzeln und der Bedeutung ansetzen. Anschließend versuchen sie, eine Reihe von Ideen darzulegen, die – ihrer Ansicht nach – von allen heidnischen Religionen geteilt werden.

Das moderne Heidentum sei größtenteils auf den Dualismus ausgerichtet, wobei alle Göttinnen eine Göttin und alle Götter im Wesentlichen ein Gott seien, sodass es eher eine Art Polarität gebe als echten Polytheismus wie in alten Zeiten. Während dies für Wicca zutreffen mag, gilt es nicht unbedingt für Schamanismus oder Druidentum, sodass hier bereits der erste Kritikpunkt liegt.

In den folgenden Kapiteln wollen sie das Heidentum in verschiedenen Teilen Europas vorstellen, wie die verschiedenen Religionen sich gegenseitig beeinflussten, wie sie sich im Laufe der Jahrhunderte entwickelten und was schließlich in der heutigen Zeit von ihnen übrig geblieben ist. Ihr Überblick umfasst die Griechen/das östliche Mittelmeer (einschließlich Kreta), Rom/das westliche Mittelmeer (einschließlich der Etrusker), das Römische Reich (einschließlich des Christentums), die Kelten (einschließlich der gallischen und der britischen Kelten), die germanischen Völker, die baltischen Länder, Russland und den Balkan (wobei auch der Islam erwähnt wird). Für die Römer, Kelten und Germanen gibt es zudem ein Folgekapitel, das über die späteren Entwicklungsstadien der jeweiligen Kultur informiert.

Sie schließen ihr Buch mit einem Überblick über die Entwicklung des Neopaganismus seit der Zeit der romantischen Literatur bis heute.

Ihre These lautet, dass das Heidentum die Jahrhunderte überdauert hat, indem alte Rituale und Bräuche als einfache nicht-religiöse Traditionen (wie der Maibaum) getarnt oder umbenannt und mit einem christlichen Anstrich versehen wurden, indem man sie mit christlichen Festen, Ritualen oder Heiligen verband (wie Yule, die Jungfrau Maria, die Heilige Brigid, das Anzünden von Kerzen, wenn man für etwas Bestimmtes beten möchte). Ihrer Meinung nach hielten die einfachen Menschen an den Ritualen fest, an die sie gewöhnt waren, und beteten weiterhin zu den Göttern und Göttinnen, die sie ihr ganzes Leben lang gekannt hatten. In ihren Herzen waren sie also immer noch Heiden.

Ich stimme dieser Annahme nicht zu. Meiner Meinung nach wäre diese Schlussfolgerung zutreffend, wenn die Menschen diese ehemaligen heidnischen Rituale mit der Absicht befolgen würden, selbst weiterhin heidnisch zu sein, und in dem Wissen, dass das, was sie taten, ein heidnisches Ritual war. Während dies für die ersten Jahrzehnte zutreffen mag, lässt sich dieselbe Schlussfolgerung nicht auf die letzten Jahrhunderte ziehen, auch wenn es hier und da vielleicht einige wenige Menschen gibt, die Hüter alter Rituale und Glaubensvorstellungen waren. Die große Masse ist definitiv nicht heidnisch. Es ist also unangemessen, Maibäume usw. als Zeichen eines noch aktiven Heidentums zu bezeichnen. Bestenfalls sind sie Relikte dessen, was einst Heidentum

war. Meine Nachbarn haben einen Maibaum aufgestellt, und keiner von ihnen ist heidnisch oder tut dies mit der Vorstellung, dass dies mehr als nur ein Spaß für die Nachbarschaft ist. Mir gefällt jedoch die im Kapitel über Russland und den Balkan erwähnte Idee, dass heidnische Traditionen und Rituale wiederbelebt wurden, um eine Grenze zwischen dem Christentum in diesen Ländern und dem näher rückenden Islam zu ziehen.

In den meisten Kapiteln finden sich nicht sehr viele Informationen über das verehrte Pantheon als solches. Meistens werden nur Namen genannt. Das ist schade, denn ich hätte gerne mehr über dieses Detail erfahren. Andererseits werden die Verbindungen und Einflüsse der verschiedenen Religionen untereinander sowie die historische Entwicklung sehr gut beschrieben. Besonders gerne habe ich die Kapitel über die baltischen Länder sowie Russland und den Balkan gelesen, da mein Wissensstand darüber zuvor fast gleich null war. Ich hätte meine Heimatkultur aufgrund der Informationen, die in diesem Buch darüber gegeben werden, jedoch nicht gewählt.

„The Complete Idiot's Guide to Paganism“ von Carl McColman (Modernes Heidentum)

Leider muss ich eine große Warnung voranstellen, bevor ich mit dieser Rezension beginne. Ich habe den Fehler gemacht, mir die Kindle-Version dieses Buches zuzulegen. Da dies mein allererstes E-Book war, wusste ich nicht genau, was mich erwarten würde; doch während der Text an sich sehr lesenswert ist – und in der gedruckten Ausgabe wohl kaum mehr als eine Woche Lesezeit in Anspruch genommen hätte –, ist die digitale Version äußerst mühsam zu lesen. Der Textfluss wird durch zahlreiche Formatierungsfehler und Absätze unterbrochen, was das Weiterlesen wirklich erschwert. Wenn Sie dieses Buch also lesen möchten, tun Sie sich selbst einen Gefallen und besorgen Sie sich die gedruckte Ausgabe. Zumindest verfügen die Seiten dort über Nummern, auf die man sich beziehen kann. Und falls Ihnen das Buch wider Erwarten nicht gefallen sollte, können Sie es hinterher immer noch nutzen, um ein schönes Feuer in Ihrem Kamin zu entfachen ;-)

McColmans Buch ist in mehrere Teile gegliedert, die verschiedene Themen des Heidentums abdecken – von den Grundlagen über die heidnische Weltanschauung bis hin zu Ritualen, Magie und dem heidnischen Alltag. Diese Teile wiederum unterteilen sich in Kapitel, die unterschiedliche Sichtweisen oder Aspekte des jeweiligen Themas beleuchten.

Der erste Teil beginnt beispielsweise mit einem Überblick darüber, welche Gemeinsamkeiten die meisten Heiden teilen, und widmet anschließend mehrere Kapitel verschiedenen heidnischen Gruppen wie den Wicca, den Druiden und den Schamanen.

Obwohl die darauffolgenden Kapitel (2, 3 und 4) – zumindest aus meiner Sicht – überwiegend aus einer Wicca-Perspektive verfasst sind, finden sich darin stets Verweise auf abweichende Sichtweisen (so schreibt der Autor beispielsweise in einem Kapitel, dass viele Heiden zwar die vier Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser anerkennen, die Druiden hingegen mit Erde, Himmel und Meer arbeiten – nachzulesen in Kapitel 11 unter dem Stichwort „Tabu“!). Zudem betont der Autor immer wieder, dass es keine absolute Wahrheit gibt; vielmehr müsse jeder seinen eigenen Weg finden, wobei er lediglich verschiedene Möglichkeiten aufzeige (Kapitel 24: „Denken Sie daran: Es gibt nicht *den einen* richtigen Weg, ein Heide zu sein.“).

Jedes Kapitel trägt einen Titel, der humorvoll sein und die Aufmerksamkeit des Lesers wecken soll. Während dies zu Beginn tatsächlich recht amüsant war, ließ die Wirkung nach einigen Kapiteln

tendenziell nach. Gut gefallen hat mir die Idee, zu Beginn jedes Kapitels eine kurze Übersicht über dessen Inhalte zu geben. Dies erleichterte das Wiederfinden bestimmter Stellen erheblich – selbst in der E-Book-Version. Über das gesamte Buch verteilt finden sich kleine Zusammenfassungen der wichtigsten Kernpunkte sowie Erklärungen und Definitionen, die jeweils mit eigenen Untertiteln versehen sind. Herr McColman verweist regelmäßig auf andere Kapitel und verknüpft so alle Teile des Buches miteinander. Dies vermittelt das Gefühl, dass das Buch auf einem soliden Fundament steht und „in sich stimmig“ ist (Entschuldigung, mir fällt gerade keine bessere Formulierung ein).

Als ich mit der Lektüre begann, dachte ich, dass der vierte Teil – „Magie“ – weitgehend nutzlos sein würde. Die Kapitel bestanden lediglich aus kurzen Überblicken – mit Ausnahme des Kapitels über Meditation, das wirklich gelungen war. Im Laufe der Jahre hatte ich in diversen „Einführungen in die weiße Magie“ bereits weitaus informativere Texte zu diesen Themen gelesen; daher fragte ich mich, warum man überhaupt etwas darüber schreiben sollte, wenn man – anders als in den übrigen Kapiteln – nicht die Absicht hat, konkret und praxisnah zu werden. Doch tatsächlich wurde ich positiv überrascht: Zwar liefert das Buch nur wenige konkrete Anleitungen zur magischen Praxis, doch Herr McColman stellt unmissverständlich klar, dass Magie kaum Wirkung entfalten wird, wenn man nicht auch auf einer physischen, ganz praktischen Ebene selbst aktiv wird. Und dies ist ein Satz, der gar nicht oft genug wiederholt werden kann – insbesondere dann, wenn sich die Leserschaft vorwiegend aus jungen Mädchen zusammensetzt, die gerade erst in die Szene hineinflinden.

Der fünfte Teil bildet den Abschluss des Buches und liefert einige Anregungen dazu, wie man sein heidnisches Leben gestalten und bereichern kann. Der Autor widmet sich nun verschiedenen Medien, die heidnische Themen aufgreifen oder sich schlichtweg mit dem Thema Hexentum befassen; dabei bietet er einen Überblick über die Entwicklungen der letzten Jahrzehnte – eine Zusammenstellung, die naturgemäß unvollständig bleiben muss und mit jeder Neuauflage einer Aktualisierung bedarf. Für Neulinge in der Szene bietet dieser Abschnitt einen wunderbaren Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten, Gleichgesinnte zu treffen, sich über heidnische Themen auszutauschen oder weiterführende Informationen einzuholen. Sogar die Website des ADF wird hier als Referenzquelle aufgeführt. Auch wenn dieses Buch viele Elemente enthält, die vielleicht nicht exakt dem druidischen Standpunkt entsprechen, hält es die Grundlagen doch so allgemein, dass man sich darin heimisch fühlen kann; die übrigen Kapitel sind zudem offen und tolerant genug gestaltet, um für jeden alle Optionen offenzuhalten. Es ist ein Buch, das ich jemandem schenken würde, der gerne mehr über heidnische Glaubensvorstellungen erfahren möchte.

Frage 4: Der Hausschrein

(Foto)

Mein Hausaltar befindet sich momentan in einer Tasche und wird das aus verschiedenen Gründen wohl auch die nächsten Monate bleiben müssen. Alles im Detail zu erklären, würde den Rahmen

dieses kurzen Textes sprengen, aber im Moment gibt es keinen Ort, an dem ich mich für einen permanenten Hausaltar wohlfühlen und gut vorbereitet sein könnte. Die Dinge, die ich für Rituale brauche, bewahre ich in einer Tasche auf, die übrigen Utensilien in einem Schrank, wo ich bei Bedarf weitere Dinge finden kann. Für meine morgendliche Andacht und/oder Meditation brauche ich keinen Schrein, sondern hauptsächlich ein Fenster mit Blick nach Osten.

Stattdessen habe ich gerade erst angefangen, mir einen kleinen Gartenaltar anzulegen. Es ist kein großer Nemeton, sondern nur ein Platz mit einem Tisch, von dem aus ich über die Felder, die Sonne und den Fluss blicken kann. Ich habe eine Gruppe Matronenfiguren für den Schrein angefertigt, da diese in unserer Region weit verbreitet verehrt werden, und ihnen ein kleines Haus gebaut. Man kann es im Hintergrund des Fotos sehen. Wenn mein Garten und mein Haus es mir erlauben, werde ich sicherlich weitere Elemente hinzufügen und den Schrein dort erweitern. Da ist eine große Muschel, die den Brunnen symbolisiert, ein kleiner Zweig aus Polyurethan-Blumensteckschaum für den Baum und eine Kerze in einem Glashalter für das Feuer. Es gibt eine Vase für Blumenopfer, einen Räuchergefäß und eine zweifach gefaltete Opferschale für trockene und flüssige Opfergaben. Dinge, die ich regelmäßig für meine Rituale benötige, bewahre ich in einer Kiste unter dem Tisch auf, sofern sie wetterfest sind. Links im Bild sieht man ein Bild von Mutter Erde, die auf dem Boden steht. Der Platz ist mit großen Kieselsteinen umgeben. Ansonsten verändert sich mein Altar im Laufe des Jahreskreises hinsichtlich Farben und dekorativen oder symbolischen Elementen. Im Moment überlege ich, den dort stehenden Kirschbaum als DEN Baum und einen mit Kieselsteinen gefüllten Blumentopf als Brunnen zu verwenden, aber ich kann an dieser Stelle kein echtes Feuer machen. Es wäre zu gefährlich, und so hätte ich zwei große und eine kleine Darstellung des heiligen Ortes, was nicht harmonisch wirkt.

Unbeeinträchtigt von unseren Umbauarbeiten sind bisher mein kleiner Wächter auf dem Fensterbrett neben der Haustür, der über Ein- und Ausgang wacht, und mein Segensabzeichen für den Herd in der Küche.

Wenn unser Hausumbau abgeschlossen ist, werden uns etliche weitere Räume zur Verfügung stehen – und ich werde endlich meinen Schrein wieder aus der Tasche holen können.

Frage 5: Die 2 Kräfte

Als ich damit begann, fiel mir die Meditation der zwei Kräfte ganz natürlich zu. Sie ähnelte Meditationen, die ich bereits praktiziert hatte, insbesondere der sogenannten Baummeditation, die meines Wissens ihren Ursprung in Wicca oder Reclaiming hat.

Ich praktizierte die Meditation einige Male und las die Artikel dazu auf der Website von ADF. Mir gefiel der Artikel über die Verwendung von Gesten als Unterstützung der Meditationen, da ich nachvollziehen konnte, wie diese Gesten die Visualisierung physisch unterstützen können.

Nach einer Weile jedoch irritierte mich das. Der gesamte Pfad ist in Triaden aufgebaut: drei Reiche, drei Heiligtümer, drei Tugenden ... außer dieser prominentesten Meditation. Warum also gibt es in dieser Meditation nur zwei Kräfte?

Während der Meditation hatte ich das Gefühl, dass der Wasserstrom viel länger war als der Feuerstrom. Zuerst dachte ich, der Grund dafür sei, dass ich eine bessere Verbindung zu diesem Strom aufbaute. Dann wurde mir klar, dass der Wasseranteil in zwei Teile gespalten war: Zuerst das Verwurzeln, das Herstellen einer Verbindung zur Erde, und dann das aufsteigende Wasser, das durch meinen Körper strömte. Der Himmelsstrom war warmes Licht, das wie ein Schauer oder ein Lichtfleck auf mich herabströmte und in meinen Körper schien, sodass das Wasser darin glitzerte.

Es dauerte eine Weile und die Lektüre des Essays eines anderen Anhängers, bis ich herausfand, was mir fehlte:

Da war das Meer, das kühle Wasser, das Inspiration und Kreativität schenkte. Der zugehörige Körperteil war das Blut. Wie das Blut, das durch deine Adern fließt, steigt das Wasser auf und pulsiert durch dich.

Da war der Himmel mit seinen warmen, reinigenden Kräften von Feuer und Luft, die Ordnung und Licht ins Chaos brachten. Die zugehörige Körperfunktion war die Atmung. Mit jedem Atemzug atmest du Licht und Wärme ein, nährst deinen Körper mit Luft und nimmst mit, was dich ablenkte oder blockierte.

Nun gibt es eine dritte Kraft, nämlich die Erde: Sie ist der Boden, der dir Halt und Stabilität gibt. Du verwurzelst dich tief in ihr und findest durch sie dein Gleichgewicht. Diese Kraft ist mit den Knochen verbunden.

Für mich ist Wasser der kühle, erfrischende Teil, der vor neuen Ideen nur so sprudelt, bis ich buchstäblich überfließe. Um den Himmel jedoch als Bringer von Wärme und Licht zu visualisieren, kann ich nicht mit dem Bild des Polarsterns arbeiten. Einen sternenerfüllten Himmel verbinde ich vielmehr mit der Kälte des Weltraums und jenen klaren Nächten, die wir meist im Winter erleben. Es funktioniert schlichtweg nicht, wenn ich mich dazu entscheide, mit den soeben genannten Definitionen zu arbeiten. Anstelle des Polarsterns visualisiere ich daher den eigentlichen Bringer von Wärme und Licht – und den Initiator der Fruchtbarkeit auf unserem Planeten: die Sonne. Auf diese Weise bereitet die Visualisierung keinerlei Schwierigkeiten.

Und durch die Einbeziehung der dritten Kraft, die mir Halt verleiht, fällt es mir leichter, das Bild über einen längeren Zeitraum hinweg aufrechtzuerhalten.

Selbstverständlich lassen sich Meer und Himmel auch in wechselnden Rollen betrachten: das Wasser, das chaotische Elemente fortspült, und der Himmel als Bringer von Licht und Inspiration (ganz im Sinne des deutschen Sprichworts: „Mir geht ein Licht auf“). Tatsächlich bergen beide Elemente sowohl Aspekte des Chaos als auch der Ordnung in sich: Ein Gewitter ist durchaus gefährlich genug, um Chaos zu stiften; andererseits nutzen wir alle das Wasser, um uns zu reinigen – sei es, wenn wir verschmutzt sind, oder um unser Zuhause zu säubern.

Quellen:

Frage 6: Mentale Disziplin

Zunächst einmal möchte ich anmerken, dass dies für mich höchstwahrscheinlich der schwierigste Teil des gesamten DP war. Mir war völlig bewusst, dass mein Alltag nach der Geburt meines zweiten Sohnes noch chaotischer geworden war und ich im Januar wieder in den Beruf zurückkehren würde, aber es war eine „Jetzt-oder-nie“-Situation. Also plante ich ein zweigleisiges Projekt zur mentalen Disziplin:

Schritt 1

Zunächst wollte ich etwas, das ich ganz einfach in meinen Alltag integrieren konnte. Es sollte nicht viel Zeit und Vorbereitung erfordern und überall und jederzeit machbar sein. Also wählte ich ein Morgengebet aus, das mir gefiel, und machte es zum Mittelpunkt: Die Originalversion stammt von Abby Willowroot und lautet wie folgt:

Segne diesen Tag

*Segne den heutigen Tag mit Chancen zu wachsen,
mit Freundschaft und Gemeinschaftsgefühl,
mit Arbeit, die es zu tun gilt, und Muße, die es zu genießen gilt,
lass mich einen positiven Einfluss auf diejenigen ausüben, denen ich begegne,
möge ich in allen Dingen integer und wahrhaftig handeln,
das Beste von mir geben, bei allem, was ich tue,
und in Dankbarkeit für das Geschenk leben, das der heutige Tag ist.
Segne diesen Tag.*

Ich wollte das am Morgen nach dem Aufstehen sagen, tat es aber schon bald, während die Kinder ein paar Minuten nach dem Frühstück spielten. Es half, dass mein Mann im Januar und Februar zu Hause war und seine „Elternzeit“ in Anspruch nahm. Zur Vorbereitung atmete ich ein paar Mal ein und aus, ließ meinen Atem langsamer werden und mich zentrieren. Ich schloss die Augen, weil ich finde, dass ich mich auf diese Weise leichter mit dem Netz des Lebens verbinden kann.

Wenn ich spürte, dass ich mit mir selbst und meiner Umgebung im Einklang war, sprach ich meinen vorbereiteten Text, richtete ihn an die „lieben Verwandten“ und zündete für die Dauer der Andacht/des Gebets eine Votivkerze an (zumindest wenn ich dies zu Hause tat). Danach dachte ich meinen Tag durch: Für welchen Teil meines Tages könnten diese Worte eine Bedeutung haben? In den ersten zwei Wochen (1. – 16. Januar) musste ich den Text lesen, danach kannte ich die Worte auswendig und konnte es ohne ihn tun. Das machte es viel einfacher, in den „Trance-Modus“ zu kommen und darin zu bleiben. Ich schloss mit ein paar Augenblicken, in denen ich alles sacken ließ und die Verbindung zur Außenwelt spürte. Ich stellte mir Lichtstränge oder -fasern vor, die alles miteinander und mit mir verbanden. Nach ein paar Sekunden, einer Minute oder sogar länger unterbrach ich die Verbindung, indem ich bewusst tief einatmete und meine Augen öffnete. Obwohl ich es nicht mehr sehen konnte, spürte ich dennoch, dass es da war.

Das war etwas, das ich vom 1. Januar bis Ende Juni 2014 täglich tat und auch jetzt noch mindestens ein- oder zweimal pro Woche mache. Während es mir manchmal nicht mehr möglich war, es so zu tun wie in den ersten beiden Monaten – morgens, an meinem Fenster oder auf dem Balkon, mit Blick nach Osten und auf die aufgehende Sonne –, fand ich zu Hause manchmal nicht die ruhige Zeit und den ungestörten Moment, die ich dafür für notwendig hielt, also tat ich es, nachdem ich meine Kinder in den Kindergarten und zur Tagesmutter gebracht hatte, bevor ich mit der Arbeit begann oder sogar in einer Pause zwischen meinen Kunden.

Die Kürze gab mir die Flexibilität und die Möglichkeit dazu.

Es gab Tage, an denen es sehr gut funktionierte, und Tage, an denen ich keinen Einstieg fand und

alles oberflächlich blieb. Vor allem am Anfang hatte ich das Problem, loszulassen: Obwohl ich tief in der Meditation war, war ein Teil von mir immer wachsam gegenüber meiner Umgebung, und es dauerte nur einen Moment, bis ich wieder zurückkehrte. Vielleicht liegt es daran, dass ich Mutter bin, aber vielleicht war ich auch einfach noch nicht bereit, tiefer einzutauchen. In Schritt 2 wurde es besser.

Schritt 2

Mein zweiter Schritt bestand darin, mehr über die Zwei-Kräfte-Meditation und andere Meditationsformen herauszufinden.

Die Zwei Kräfte

Ich hatte alle Artikel auf der ADF-Website gelesen, die ich dazu finden konnte, und mir die MP3-Datei von Ian Corrigan angehört. Da ich in jenem Aufsatz bereits ziemlich ausführlich über meine Erfahrungen mit der TPM geschrieben habe, werde ich mich hier kurz fassen.

Während ich die Meditation etwa die Hälfte der Zeit (27. Januar – 4. Mai) zwei- bis dreimal pro Woche einfach so praktizierte, begann ich, Teile davon auch in meiner Andacht zu nutzen: Nach dem Ein- und Ausatmen verband ich mich mithilfe der Meditation mit Erde und Himmel und sprach mein Gebet, während ich versuchte, dieses Gefühl, eine Achse zwischen diesen beiden zu sein, nicht zu verlieren. Da ich mich seit meiner Kindheit viel mit autogenem Training beschäftigt habe, war es kein Problem, mich selbst anzuleiten. Nachdem ich die beiden Kräfte in meinem Geist (in Woche 8) in drei Kräfte umgewandelt hatte, fiel es mir leichter und ich konnte sogar für kurze Zeit meinen Geist leeren. Ich habe dafür zwar mehr Zeit gebraucht, aber ich habe mir diese Zeit genommen, wann immer es möglich war.

Im März fiel es mir schon recht leicht, in den Trancezustand zu kommen. Nach der Meditation brauchte ich immer ein paar Sekunden, um wieder ganz ins Hier und Jetzt zurückzukehren. Es war, als wäre ich auf eine andere Ebene gewechselt. Das Gefühl, wie das Wasser hochstieg, verursachte ein starkes Kribbeln und meistens Gänsehaut. Der Himmel-Teil war noch nicht so intensiv, ich konnte ihn nicht lange aufrechterhalten.

Doch Ende März änderte sich die Situation: Es fiel mir plötzlich schwer, in den Rhythmus zu kommen. Zu viele Gedanken schossen mir durch den Kopf und kehrten immer wieder zurück, selbst wenn ich sie wegschickte. Bewusstes Atmen half nicht viel. An manchen Tagen beendete ich die Meditation mit dem Gefühl, nicht wirklich da gewesen zu sein.

Zwei Wochen später (um den 8. April herum) funktionierte es wieder, und zu meiner Überraschung war der Himmelsteil stärker als je zuvor. Ich hatte das deutliche Gefühl, in Sonnenlicht zu baden (selbst wenn der Himmel grau und bewölkt war), und das Licht drang direkt in meinen Körper ein, und die Wärme reichte bis in meine Fingerspitzen und Zehenspitzen. In den folgenden Wochen verstärkte sich meine Verbindung zum Himmelsstrom. Es gab Momente, in denen ich sogar ohne zu meditieren meine Augen für ein paar Sekunden schließen und eine Veränderung spüren konnte. Das bewusste Atmen in den Bauch schien diesen Effekt zu unterstützen.

Leider wurden die Probleme bei der Arbeit Anfang Juni so intensiv, dass sie meine Fähigkeit zu meditieren beeinträchtigten. Ich war einfach nicht mehr in der Lage, den inneren Frieden zu finden und meine Gedanken auszublenden. Ich drehte mich ständig im Kreis, und es gab mehrere schlaflose Nächte und Tage, an denen ich nichts essen konnte oder einfach den ganzen Abend nur weinte.

Ich hielt an meinem Morgengebet bzw. meiner Andacht fest, aber wie bei der Meditation drangen meine Gedanken ständig dazwischen, und ich schaffte es den Rest des Juni über oft nicht, sie auszublenden. Es gab zwar auch bessere Tage, aber es war ein ständiges Auf und Ab. Nach dem 6. Juni habe ich diese Form der Meditation auf einmal pro Woche reduziert. Ich wollte sie nicht ganz aufgeben, hatte aber das Gefühl, dass sie mir mehr schadete als half. Seit Anfang Juli ist es besser

geworden und meine Meditationen sind wieder erfolgreicher.

Andere Formen der Meditation

Ich habe im Februar (17. – 28. Februar) auch versucht, Power-Yoga zu machen, stellte aber bald fest, dass es mir unmöglich war, tief zu atmen und zu meditieren, wenn ich mich auf die Haltung und die korrekte Bewegung konzentrieren musste. Es mag anders sein, wenn man mehrere Jahre Yoga-Erfahrung hat, aber im Moment habe ich damit aufgehört, da es sich nicht wie der richtige Weg anfühlte.

An einigen Tagen im Februar, März und Juni habe ich wieder mit autogenem Training gearbeitet: So wie ich es gelernt habe, geht man mehrmals durch den Körper und konzentriert sich dabei auf verschiedene Aspekte wie Schwere, Wärme, Kälte, Leichtigkeit, Herzschlag usw. Danach versucht man, sich zu zentrieren und den Geist auf eine „Fantasie-Reise“ zu schicken (Entschuldigung, ich kenne den entsprechenden englischen Begriff nicht: Es handelt sich um eine imaginäre Situation, in die man sich versetzt, etwa einen Spaziergang durch einen Wald oder am Strand, und dabei die imaginäre Umgebung wahrnimmt – ähnlich wie beim bewussten und geführten Träumen. Meistens habe ich das gemacht, wenn ich abends meditieren wollte, da ich mich dafür auf mein Bett legen konnte. Wie bei den anderen Meditationsformen gelang es mir im Juni nicht, den Fokus aufrechtzuerhalten. Da dies zu Momenten führte, die von negativen Gedanken und Gefühlen geprägt waren, habe ich vorerst damit aufgehört.

Quellen:

www.adf.org

www.spiralgoddess.com

CD: Power Yoga, produziert 2013 von arvato Entertainment Europe GmbH, Art.-Nr. 300625, exklusiv für die Tchibo GmbH hergestellt

Skript aus dem Kurs „Autogenes Training“ von Karl Vehreschild, erhalten 1996

Frage 7: Verbundenheit mit der Natur

Meine Beziehung zur Natur entwickelt sich immer noch weiter. Man könnte mich als eher kopflastigen, belesenen und nicht immer besonders praktischen Menschen beschreiben. Als ich begann, einen persönlichen heidnischen Glauben zu entwickeln, war die größte Hürde, tatsächlich hinauszugehen und etwas zu tun, draußen zu sein und der Natur nahe zu kommen. Im Laufe der Jahre hat sich das geändert, und mittlerweile führe ich meine Rituale sogar meist im Freien durch. Vor drei Jahren haben wir ein Haus mit einem großen Garten gekauft, und diese 1200 Quadratmeter wollen gepflegt werden. Also habe ich keine andere Wahl, als hinauszugehen und etwas zu tun. Ich versuche, etwas Gemüse und Obst anzubauen. Es ist nicht viel, da der Boden noch nicht optimal ist, aber wir arbeiten mit Kompost daran.

Wir haben unseren eigenen Komposthaufen und geben dort alle rohen Gemüsereste hin, die die Kaninchen und Hühner nicht fressen. Was sie fressen, geben wir meinen Eltern, die sie halten, sodass auch für gekochte Lebensmittel gesorgt ist. Immer wenn ich Reste zum Kompost bringe, stelle ich mir vor, ich würde die Erde füttern, denn die Reste werden wieder zu Erde und dienen schließlich in unserem Garten dazu, den Boden zu nähren. Was den Rest unseres Abfalls angeht: Das Recyclingsystem ist in Deutschland ziemlich ausgefeilt. Papier, Kunststoffe und Glas werden getrennt gesammelt und recycelt, Batterien und Glühbirnen kommen in eine Sammelbox im Laden zurück usw.

Unser Abwasser, das aus dem Grundwasser eines Brunnens in unserer Nachbarstadt stammt, fließt in eine kleine Kläranlage, die wir uns mit unserem nächsten Nachbarn teilen. Da diese biologisch arbeitet, darf ich nur sehr geringe Mengen an Waschpulver und Seife verwenden und absolut keine

aggressiven chemischen Reinigungsmittel, die die Bakterien abtöten würden.

Unsere neue Heizung ist ein energieoptimiertes Modell, das mit Flüssiggas betrieben wird. Wir haben Sonnenkollektoren auf dem Dach zur Warmwasserbereitung; Photovoltaik hätte in unserem Fall keinen Sinn gemacht. Unser Strom kommt mit einer Öko-Option: Er wird hauptsächlich mit Wasserkraft aus Norwegen erzeugt. Ich wollte so viel Ökostrom wie möglich haben, um aus der Atomkraft auszusteigen. Bislang tun wir, was möglich ist.

Natürlich gibt es einige Probleme: Ich würde zwar gerne mehr mit dem Fahrrad und weniger mit dem Auto fahren, aber es gibt kaum Möglichkeiten dazu, da mein Arbeitsweg zu weit ist und keine Züge oder Busse in diese Richtung fahren.

Im Moment versuchen die Politiker hier, die Sichtweise auf das Fracking (von Gas) etwas zu ändern. Sie möchten es an einigen Stellen zulassen und hoffen auf ein gutes Ergebnis, weil sie befürchten, dass Russland unsere Gaslieferungen wegen des Ukraine-Konflikts drosseln wird. Ich habe große Angst, dass dies passieren wird, denn ich glaube nicht, dass ihre Versprechen bezüglich der Sicherheit unseres Trinkwassers auch nur einen Cent wert sein werden, wenn sie tatsächlich mit dem Fracking beginnen. Dokumentationen aus den USA haben gezeigt, was passieren kann und dass es einfach nicht möglich ist, Sicherheit zu garantieren.

Außerdem zeugt das von sehr wenig Respekt gegenüber der Erde, und sie plündern und zerstören sie einfach wieder. Sollte sich dieser Trend also noch verstärken, werde ich mir wohl eine Aktivistengruppe suchen und gegen dieses gefährliche und unverantwortliche Vorhaben vorgehen. Aber zurück zu meinem Garten: Am Anfang ging ich an einige Stellen in den Wäldern hier in der Umgebung, wo ich Blumen zurückließ und versuchte, Kontakt zur Natur aufzunehmen. Es war nie so wie jetzt, wenn ich durch meinen Garten gehe, einen Moment bei einem Baum oder einem Blumenbeet innehalte, den Duft von Gras und Wasser und einigen Sträuchern einatme, die mir ihren Duft entgegenbringen. Ich spüre, wie die Sonne auf mich herabstrahlt. Ich sehe den Nebel über die Wiese hinter dem Garten und über den kleinen Fluss ziehen. Ich höre den Specht im Wald auf der anderen Seite des Flusses arbeiten und die kleinen Meisen und Spatzen, die unsere Büsche und die Stellen unter dem Dach bewohnen. Ich spüre, wie sich der Rasen leicht unter meinen Füßen bewegt und die Brise auf meinem Gesicht. Ich höre das Rascheln der Blätter und sehe, wie sich der große Bambus im Wind biegt. Ich habe noch nie einen Naturgeist gesehen, wie andere ihn zu sehen scheinen, keine Fee, Nymphe oder keinen Gnom, aber ich kann ihr Wirken um mich herum sehen und spüren. Es ist der Moment, in dem ich wirklich spüre, dass ich Teil des großen Ganzen bin, durch das Netz des Lebens mit allem um mich herum verbunden. Die regelmäßige Praxis der Zweikräfte-Meditation in den letzten Wochen hat geholfen, dieses Gefühl zu vertiefen, aber es war schon lange zuvor da. Ich habe mich vom katholischen Christen zum Panentheisten gewandelt und vertiefe nun mein Verständnis des Druidentums, aber ich glaube nach wie vor an den einen großen Geist, der in allem ist und der in seiner Gesamtheit mehr ist als die Summe seiner Teile. Das ist einer der Hauptgründe, warum ich meinen Altar im Freien haben wollte – oder zumindest EINEN Altar, an dem ich Rituale durchführen kann. Es gibt einige Rituale, die ich am liebsten im Haus durchführe, und ich gebe zu, dass ich kein großer Fan davon bin, wenn mir der Regen über die Haut rinnt, während ich versuche, mich auf meine Arbeit zu konzentrieren, aber ich habe festgestellt, dass ich die besten Ergebnisse erziele, wenn ich das Ritual draußen durchführe: einen tieferen Eindruck von den Kindred oder den Toren, eine effektivere Meditation, ... Wenn ich in meinem Garten arbeite, habe ich manchmal das Gefühl, dass Mutter Erde selbst sich um ihre Kinder kümmert.

Frage 8: High Day Rituale (Auszug)

Mabon

Datum: 22. September 2014, nachmittags

Ort: im Garten

Teilnehmer: Es war als Einzelritual geplant und wurde auch so abgehalten.

Ich hatte dies als erstes vollständiges Ritual nach dem Coor geplant. Da es keine Herdkultur gibt, zu der ich mich besonders hingezogen fühle, habe ich kein festes Pantheon, mit dem ich arbeite, und habe diese Position offen gehalten für alle Götter, die sich von meinem Ritual und dessen Anlass angezogen fühlen.

Für dieses Ritual wählte ich den „Grünen Mann“ als Torwächter. Ich habe bereits zuvor mit diesem Psychopomp gearbeitet und dachte, es wäre gut, mit einer mir vertrauten Gottheit an meiner Seite zu beginnen.

Als Einleitung verwendete ich das Mabon-Balance-Gebet von Patti Wigington. Wenn möglich, habe ich anstelle eines gesprochenen Textes ein Lied verwendet. Für das Omen nutzte ich das Haindl-Tarot. Im ersten Schritt erhielt ich die Karte „Der Mond“: Die Karte zeigt Himmel und Wasser – ich werte das als Zeichen dafür, dass meine Opfernaben angenommen wurden. Als Nächstes erhielt ich „Gerechtigkeit“ umgekehrt, „Hierophant“ und „Stern“ umgekehrt. Das Thema ist die Perspektive unserer Praxis. Wir sehen, dass unsere Konkurrenten erfolgreicher zu sein scheinen, aber wir schauen nicht genau genug hin, um die Gründe dafür zu erkennen. Es könnte sein, dass wir uns zu sehr an Routinen gehalten und die Situation nicht analysiert haben. Im Moment sind wir sehr stark von anderen Institutionen abhängig: Kindergärten, Ärzten, Krankenhäusern, Schulen, der Gesundheitspolitik. Andererseits könnte der Hierophant für die Praxis selbst stehen. Der umgekehrte Stern deutet darauf hin, dass wir mit Sorgen in die Zukunft blicken und ratlos sind. Wenn wir nichts unternehmen, könnte Stagnation die Folge sein, nicht unbedingt ein völliger Misserfolg. Im dritten Schritt erhielt ich die umgekehrte Karte „Der Tod“: Es gab einige Veränderungen in meinem Leben und eine Stagnation, die ich offenbar ignoriere. Ich sollte herausfinden, worum es sich dabei handelt, und versuchen, sie zu akzeptieren, damit ich die Möglichkeiten nutzen kann, die sich mir bieten.

Nach der Bekräftigung der Segnungen führte ich ein „Erntedankritual“ durch. Obwohl es gründlich geplant war, fühlte sich das Ritual irgendwie künstlich und seltsam an. Normalerweise bin ich in meinen Ritualen nicht sehr formell, daher machte das Festhalten an einer ungewohnten Struktur es viel formeller, als ich es normalerweise gemacht hätte. Einige Elemente liefen besser, weil sie mir vertraut waren: die Erdmutter, der Grüne Mann als Torwächter, das Erden und Zentrieren, das Ernte-Ritual. Andere waren mir sehr ungewohnt: so viele Opfernaben darzubringen, Omen zu ziehen! Da ich darauf bedacht war, mich an die Ritualordnung und das Skript zu halten, blieb die Verbindung recht oberflächlich. Nächstes Mal werde ich meine eigenen Ansprachen schreiben und die vorbereiteten Vorschläge nicht verwenden. Ich denke, ich werde auch einige Teile des Rituals kürzen.

Quellen:

<http://paganwiccan.about.com/od/mabonprayers/qt/BalancePrayer.htm>

Samhain

Datum und Ort: 31. Oktober, abends bei mir zu Hause

Ich war die ganze Woche krank gewesen und noch nicht wieder ganz fit, daher fühlte ich mich nicht gut genug, um ein vollständiges Ritual nach dem Coor zu planen. Stattdessen habe ich in unserem Wohnzimmer ein spontanes Beisammensein mit meinen Ahnen veranstaltet. Um mögliche

„Fremde“ fernzuhalten (etwas, das ich zuvor noch nie getan hatte), stellte ich einen geschnitzten Kürbis mit einem Apfel an die Haustür, um sie zu besänftigen. Der Tisch war mit Fotos meiner Großeltern, einer Schale mit Äpfeln und einer Tischdecke geschmückt, die meine Großmutter für mich genäht hatte. Ich nutzte eine Meditation mit einer bunten Treppe, um mich zu erden und zu zentrieren, und lud meine Vorfahren an den Tisch ein. Ich hatte für diesen Anlass einen Apfelkuchen gebacken und einen zusätzlichen Teller für meine verstorbenen Gäste auf den Tisch gestellt. Ich rezitierte meine Ahnenreihe bis zurück zu meinen Großeltern, so wie ich es vor einigen Jahren in einem Ritual von Starhawk gelesen hatte. Für jeden zündete ich ein Teelicht an. Ich zündete auch eines für diejenigen an, die gestorben sind, ohne dass jemand an sie denkt. Dann spielte ich Gitarre und sang Lieder, um die Verstorbenen zu begrüßen und willkommen zu heißen: „Touching“ von Karen Beth, „Keep you in my heart“ von Wendy Rowe, „Come to the labyrinth“ von S.J. Tucker und einige andere, darunter ein Lied, das ich selbst geschrieben habe, als meine erste Großmutter starb. Ich zog eine einzelne Tarotkarte, um zu sehen, wie das nächste Jahr werden würde, und bekam den Tod. Ich glaube, das hat eher mit dem Anlass des Rituals zu tun als mit meiner unmittelbaren Zukunft.

Wir beendeten den Tag, als mein Sohn von seiner „Süßes oder Saures“-Tour nach Hause kam und seine Cousins mitbrachte. Wir feierten eine kleine Halloween-Party mit lustigen Leckereien, Apfeltauchen, dem Bemalen kleiner Kürbisse, die wir auf die Gräber unserer Lieben stellten, und dem Basteln eines Stammbaums als Fensterdekoration mit den Namen aller Vorfahren, an die wir uns erinnerten. Am nächsten Tag gingen wir mit der ganzen Großfamilie (auch meine Schwestern und Eltern) auf den Friedhof, um die Gräber meiner Großeltern zu besuchen und dort Weihrauch sowie unseren Kürbis niederzulegen.

Insgesamt war dies ein ganz anderes Ritual und weitaus privater als die letzten, die ich durchgeführt habe (einschließlich Mabon). Da ich die einzige Heidin in der Familie bin, dies aber ein sehr familiärer Festtag ist, war es eine gute Möglichkeit, beide Seiten zu verbinden. Dennoch werde ich die nächsten Festtagsrituale wieder im ADF-Stil durchführen, da ich mich mit dieser Ritualordnung besser vertraut machen möchte.

Frage 9: Die 3 Kindred

Die Kindred leben über uns, neben uns und unter uns. Die Götter sind im Himmel zu finden (vereinfacht ausgedrückt), die Naturgeister umgeben uns, und die Ahnen wohnen in der Unterwelt. Wo genau sich diese Reiche befinden, kann sich von Hauskultur zu Hauskultur unterscheiden. So lässt sich die keltische Unterwelt beispielsweise treffender als „Inseln im Westen“ – jenseits des Meeres – beschreiben, während die nordische Mythologie nicht nur drei, sondern neun Welten kennt. Dennoch findet sich die grundlegende Vorstellung in all diesen Kulturen wieder.

Man kann diese Welten über die Anderswelt erreichen, indem man den Kosmos nachbildet und die Tore öffnet. Ich habe dabei stets das innere Bild eines Baumes vor Augen, der eine große Öffnung im Stamm aufweist, in der das Gesicht meines Torwächters schimmert. Ich kann hindurchtreten und in das Innere des Baumes gelangen. Dort führt eine Treppe hinab – mit Stufen in den unterschiedlichsten Farben, von leuchtendem Gelb bis hin zu Violett; folge ich dieser Treppe nach unten, gelange ich zu einer Tür, durch die ich die Anderswelt betreten kann. Dort können die Verwandten für uns wahrhaft sichtbar werden; in unserer eigenen Welt hingegen nehmen wir meist lediglich die Auswirkungen ihres Wirkens wahr.

Und wenn man sie in ihren Reichen besucht, gebietet es die Höflichkeit, ein Geschenk mitzubringen. So verhält sich ein guter Gast. Ob man es nun als Opfer, Gabe, Geschenk oder Präsent bezeichnet: Sein Sinn und Zweck besteht darin, Dankbarkeit dafür auszudrücken, dass man in ihren Räumen willkommen geheißen wird – und dass man ihnen mit Respekt und Liebe begegnet. Das Konzept des „*Ghosti“ unterstreicht dabei die Gegenseitigkeit dieser Beziehung. Alle Verwandten haben ihre jeweilige „Aufgabe“: Die Götter wachen über die kosmische Ordnung, das Gleichgewicht und die Liebe; die Naturgeister kümmern sich um das Leben als solches sowie

dessen physische Bedürfnisse; und die Ahnen spenden Inspiration, guten Rat und Kraft. Selbstverständlich sind diese Zuständigkeiten jedoch nicht starr festgelegt: Auch die Götter können Inspiration verleihen – ebenso wie die Naturgeister für Ausgleich sorgen können und so fort.

Die Ahnen

Unter Ahnen versteht man gemeinhin Blutsverwandte – jene Menschen, die den eigenen Stammbaum bilden. Es gibt jedoch auch andere Formen von Ahnen: geistige Ahnen oder „Mentorenverwandte“, die den eigenen spirituellen Weg teilen oder einen inspiriert haben; sowie Helden oder Persönlichkeiten, die auf irgendeine Weise Herausragendes geleistet und damit ein Vorbild geschaffen haben, dem man nacheifern möchte. Dies können Wissenschaftler, Politiker oder Aktivisten unterschiedlichster Art sein – oder schlicht Menschen, die im entscheidenden Moment das Richtige getan haben; was womöglich die schwierigste aller Taten ist.

Die meisten alten Kulturen pflegten eine tiefe Verbundenheit zu ihren Verstorbenen. Die Menschen blickten zu ihnen und den von ihnen gesetzten Maßstäben auf und versuchten, ihrem Beispiel zu folgen. Samhain ist jenes Fest, an dem sie in besonderem Maße geehrt und in unseren Häusern willkommen geheißen werden; doch sind sie im Grunde allgegenwärtig – stets bereit, uns Rat zu spenden. Selbstverständlich sollte man sich diese Ratschläge nicht so vorstellen, als liefe ein Geist umher, der einem – wie in manchen Filmen – mit düsterer Stimme vorschreibt, was zu tun ist. Wer jedoch das Leben dieser Ahnen kennt, weiß, wie sie bestimmte Situationen bewältigten und welches Ergebnis sich daraus ergab; und indem man sich mit diesen Lebenswegen auseinandersetzt, kann man die eigene Situation aus einer neuen Perspektive betrachten.

Ich bin stolz darauf, dass meine Söhne die Hälfte ihrer Urgroßeltern noch gekannt – oder zumindest getroffen – haben. Ich selbst kannte meine Großeltern den Großteil meines Lebens und pflegte eine enge Bindung zu ihnen. In meiner Jugend sah ich sie beinahe täglich. Sie lebten in einer anderen als einfachen Zeit: Sie wurden während des oder kurz nach dem Ersten Weltkrieg geboren, und als sie jenes Alter erreichten, in dem man beginnt, über Heirat und Familiengründung nachzudenken, brach der Zweite Weltkrieg aus. Meine Großväter erzählten oft Geschichten aus ihrer Zeit an der Front – in Russland und Frankreich. Sie waren keine Nazis – dafür waren sie zu stark in der Kirche engagiert –, doch erhoben sie auch nicht ihre Stimme gegen das Regime, noch leisteten sie ihm aktiven Widerstand. Ich maße mir kein Urteil über ihr Verhalten in jener Zeit an; denn im Rückblick erscheinen die Dinge stets in einem anderen Licht, und es fällt mir leicht zu behaupten, ich hätte anders gehandelt – obwohl meine eigene Lebenssituation in Wahrheit eine gänzlich andere ist als die ihre. Es waren wahrlich keine leichten Zeiten, um darin aufzuwachsen; doch sie machten – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – das Beste daraus. So schimmern bis heute gewisse Tugenden durch ihre Geschichten hindurch – Geschichten, die mich dazu anregen, darüber nachzudenken, wie ich mir die Welt wünsche. Als sie im Alter erkrankten und nicht mehr ohne Hilfe leben konnten, kümmerten sich meine Eltern jeden Tag um sie. Sie nahmen sie in ihr eigenes Haus auf, und insbesondere meine Mutter widmete ihnen den Großteil ihrer Zeit und gestaltete ihre letzten Jahre zu einer würdevollen Zeit. Sie betrachtet dies als ihre Pflicht gegenüber der Familie und ihren Vorfahren.

Wenn ich mir das Bild einer Herdgottheit vorstelle, trägt diese zweifellos viele Züge meiner eigenen Mutter. Ich kann sie gar nicht genug für ihre Stärke und ihre Hingabe an die Familie preisen. In gewisser Hinsicht versuche ich heute, ihr – meiner noch lebenden Ahnin – so viel wie möglich zurückzugeben.

Was jene betrifft, die bereits verstorben sind: Sie haben einen festen Platz in meinem Herzen, und wir besuchen ihre Gräber regelmäßig. Es versetzte mir einen Stich, als ich in meinem Mobiltelefon nach einer Rufnummer suchte und feststellte, dass ich – selbst ein Jahr nach seinem Tod – die Nummer meines Großvaters immer noch im Adressbuch gespeichert hatte. Ich habe sie dort belassen.

Es gibt einige verwandte Mentorinnen, die mein Denken und meine religiöse Praxis bis heute tiefgreifend beeinflusst haben: Die eine ist eine protestantische feministische Theologin, deren Texte ich schon zu Schulzeiten las und die mir halfen, meine Gedanken zu bestimmten Aspekten

der Religion zu ordnen. Eine andere ist eine deutsche Buchautorin, deren Werke mich auf meinem Weg des Heidentums ein langes Stück weit begleiteten. Auch wenn ich ihrem Weg nicht direkt folge und wir nicht immer einer Meinung sind, gibt es doch viele Gemeinsamkeiten; durch ihre Bücher lehrte sie mich, manche Dinge aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Die letzte schließlich ist eine Frau, die selbst Mitglied des ADF ist und eine Website mit einem Forum betreibt. Ihre Ausführungen über den ADF inspirierten mich dazu, diesen Weg selbst einzuschlagen.

Die Naturgeister

Die Naturgeister sind unsere Nachbarn in dieser Welt. Es sind Wesen, die für einen bestimmten Ort verantwortlich sind – sei es ein kleines Fleckchen Erde oder ein halbes Land. Oft heißt es, dass jene Orte, die von einem Naturgeist behütet werden, schöner oder besonderer wirken als ihre Umgebung; doch dies liegt natürlich stets im Auge des Betrachters. Ein anderer Begriff für sie lautet „Landgeister“. Dieser Name betont die Tatsache, dass an manchen Orten Geister existieren, die dort bereits weilten, lange bevor Menschen begannen, diese Stätten zu besiedeln. Ebenso gibt es Geister des Himmels und des Meeres. Jede Kultur kennt ihre eigenen Arten von Geistern: Manche Kulturen kennen nur ein oder zwei spezifische Geisterarten, andere wiederum eine große Vielfalt an Geistern für unterschiedlichste Aufgabenbereiche. Man könnte sie gewissermaßen als „Mikromanager“ bezeichnen:

Einige Geister sind wahrhaftige Wesen der freien Natur – wie etwa Pflanzen- oder Tiergeister sowie die griechischen Nymphen und Satyre. Um ihnen zu huldigen, kann man ihnen Blumen, Samen oder schöne Steine darbringen.

Andere wiederum sind an das Hauswesen gebunden und kümmern sich um alles, was damit in Verbindung steht – wie beispielsweise die Lares und Penates der römischen Kultur oder ihre gallischen Pendanten, die Cucullati. Ihnen erweist man Ehre am besten mit Milch, Brot oder einer kleinen Speisegabe vom eigenen Teller.

Auch Elfen, Zwerge und Trolle zählen zu den Landgeistern. Frisches Obst, Blumen, klares Wasser oder Alkohol sind die Gaben ihrer Wahl.

Sie alle haben eine Vorliebe für glänzende Dinge; daher stellen solche Gegenstände generell ebenfalls ein passendes Opfer dar.

Naturgeister sind den Menschen gegenüber nicht zwangsläufig freundlich gesinnt; begegnet man ihnen jedoch mit Respekt, so können sie diesen erwidern – oder zumindest einen friedlichen Umgang pflegen. Manche von ihnen haben eine Vorliebe dafür, den Menschen Streiche zu spielen. Diese können – je nach Art – mehr oder weniger gefährlich ausfallen: Das Spektrum reicht vom bloßen Verstecken von Gegenständen bis hin zu Versuchen, Menschen in ihre unterirdischen Wohnstätten oder an gefährliche Orte zu locken. Die Naturgeister schätzen es sehr, in regelmäßigen Abständen geehrt zu werden. Da sie jene Wesen sind, mit denen wir uns unsere Welt teilen, ist es ein weiser Entschluss, ihnen diese Ehre zu erweisen. So, wie Samhain als der hohe Feiertag gilt, an dem insbesondere den Ahnen gehuldigt wird, so werden die Naturgeister vor allem zu Beltane und Mittsommer geehrt. Einige dieser Naturgeister sind selbst in der heutigen Zeit noch sehr präsent: Die Cucullati haben möglicherweise als kleine Gartenzwerge überdauert; der germanisch-nordische Kobold fand einen berühmten Vertreter in „Pumuckl“ – einer Figur der deutschen Kinderliteratur –, und Elfen sowie Feen tummeln sich in allen erdenklichen Spielarten quer durch die gesamte Fantasy-Literatur, von „Peter Pan“ bis zum „Herrn der Ringe“. Manche Naturgeister wurden womöglich durch christliche Heilige ersetzt – wie etwa durch den heiligen Antonius, den meine Mutter anruft, wenn sie etwas verlegt hat –, doch bleibt dies reine Spekulation.

Jene Geister hingegen, die eine engere Verbindung zum Land pflegen, treten in unserer heutigen Zeit weit weniger in Erscheinung. Der Grund könnte darin liegen, dass wir die enge Verbundenheit zu dem Ort, an dem wir leben, und zur Natur selbst verloren haben. Wenn man die Natur nicht ringsum spürt – warum oder wie sollte man dann eine Verbindung zu jenen aufbauen, die sie hüten? Es bedarf Zeit und behutsamer Arbeit, um diese Verbindung wiederherzustellen. Wenn ich in einem stillen Augenblick unseren Garten betrete, ist es einfach wunderbar: Ich höre überall die Vögel, ich

rieche das süße Potpourri der Blumen, ich höre das Rauschen der Blätter, wenn der Wind durch die Ahornbäume weht, und ich spüre, wie die Natur gedeiht und die Geister am Werk sind.

Die Gottheiten

Als ich mit der DP begann, war dies der erste und größte Stolperstein – und das blieb er auch für lange Zeit. Mein Weltbild ist ein pantheistisches, ganz wie es von Karl Ch. F. Krause beschrieben wurde. Ich betrachte alles im Universum als einen Teil Gottes, Gott selbst jedoch als etwas, das über das Universum hinausgeht. In allem, was lebt – in der Erde und den Sternen selbst –, wohnt ein göttlicher Funke inne; doch das Göttliche ist mehr als bloß die Summe dieser Einzelteile: Es sprengt die Grenzen von Zeit, Raum und Macht.

Ich begreife mich selbst als einen Teil des Göttlichen und kann mich mittels Ritualen und Meditation mit ihm verbinden. Im Rahmen eines Rituals kann ich versuchen, eine Verbindung zu anderen Menschen herzustellen und auf diese Weise zusätzliche Kraft aufzubauen – eine Kraft, die sich anschließend für die eigentliche „Kernarbeit“ nutzen lässt, etwa für ein Heilungsritual. Ein eher wissenschaftlich geprägtes Bild hierfür wäre das einer Reihenschaltung von Batterien, die gemeinsam eine höhere Leistung erbringen, als es bei einer Parallelschaltung der Fall wäre.

Doch Gott ist mehr als das. Sie werden feststellen, dass ich vorerst bei der Singularform verbleibe. In meinen Ritualen rufe ich zwar verschiedene Götter an – je nachdem, mit welchem Aspekt des Göttlichen ich mich gerade verbinden möchte –, doch für mich bleiben sie stets bloße Aspekte des Einen. Ich vermag sie nicht als eigenständige, individuelle Gottheiten zu begreifen. Wann immer ich tiefer in ein bestimmtes Pantheon eintauche, beschleicht mich schließlich das Gefühl, einer göttlichen Seifenoper beizuwohnen – bevölkert von einer Schar mehr oder weniger sympathischer Figuren. Einige von ihnen wirken zwar äußerst liebenswert und verkörpern durchaus lobenswerte Eigenschaften; zugleich neigen sie jedoch zu Handlungen, die es mir verwehren, eine tiefere, engere Bindung zu ihnen aufzubauen. Ein treffendes Beispiel hierfür wäre Odin: Zwar arbeitet er unermüdlich und ist bereit, große Opfer zu bringen, um Wissen zu erlangen; doch gegenüber jenen Menschen, die ihr Vertrauen in ihn setzen, erweist er sich als zutiefst unzuverlässig. Es existieren unzählige Beispiele berühmter Könige und Krieger, die zunächst seine Unterstützung genossen, nur um schließlich von ihm verraten zu werden. Bei anderen wiederum scheint – abgesehen vom Namen und vielleicht noch einer groben Funktion – schlichtweg nichts mehr von ihnen übrig geblieben zu sein. Um im selben Pantheon zu verharren: Nehmen wir Eir (bzw. Eira), die Heilerin. Abgesehen von zwei oder drei Inschriften gibt es keinerlei überlieferte Zeugnisse mehr über sie. Anstatt nun ein komplexeres Bild dieser Gottheit zu konstruieren, ziehe ich es vor, sie als integralen Bestandteil eines bereits existierenden, umfassenderen Gesamtbildes zu betrachten.

Dennoch sind die Götter Teil meines Alltags. In meiner Küche hängt ein kleines Abzeichen mit einem Segensspruch für Brighid, der ich beim Kochen gedenke und danke. Unsere Familienkerze trägt das Symbol von Thors Hammer. Ich habe versucht herauszufinden, welche Götter in meiner Gegend verehrt wurden, und festgestellt: Fast alle, die man sich vorstellen kann. Die Menschen hier scheinen eine Mischung aus Kelten und Germanen gewesen zu sein, da wir ganz in der Nähe des linken Rheinufer leben. Die Römer hatten hier mehrere große Militärstützpunkte und einige Städte, Colonia Ulpia Traiana (Xanten) war die nächstgelegene, und sie brachten Götter und Kulte aus dem gesamten Römischen Reich mit. Daher finde ich diese Mischung von Göttern verschiedener Kulturen für diese Gegend durchaus akzeptabel.

Ein anderer Gläubiger erzählte mir von Ceisiwr Seriths Darstellung der Beziehungen zwischen Menschen und Gottheiten in seinem Buch „Deep Ancestors“. Ich habe es noch nicht gelesen, da die Postzustellung einige Wochen dauern wird, aber laut meiner Quelle beschrieb er uns als Teile eines großen Baumes: Die Götter wurden als die großen Äste gesehen, die die schwächeren menschlichen Zweige mit dem Stamm verbinden. Während die Zweige agiler und flexibler sind, besitzen die größeren Äste mehr Macht und bringen Ordnung und Struktur, sind aber weniger flexibel und veränderlich. Ich finde, das beschreibt unsere Beziehung zu den Gottheiten sehr gut.

Wenn ich die Gottheiten anrufe, tue ich dies mit Liebe, Respekt und Dankbarkeit. Ich vermeide das Wort „Anbetung“, obwohl Teile meiner rituellen Handlungen von anderen so bezeichnet würden. Es fühlt sich für mich persönlich einfach nicht richtig an. Dasselbe gilt für das Wort „Lobpreis“. Es klingt sehr altmodisch, und da ich mich mein halbes Leben lang mit der Reform der religiösen Sprache beschäftigt habe, würde ich dieses Wort nicht verwenden. Es würde mich von Gott entfernen. Stattdessen spreche ich aus dem Herzen, oft recht spontan, obwohl ich sehr gerne ausführliche Gebete lese und sie als Inspirationsquelle nutze. Aber wie die anderen Kindred verbindet mich mit den Göttern eine sehr persönliche Beziehung, eher wie mit sehr guten Freunden oder engen Verwandten, daher erscheint mir meine Herangehensweise angemessener.

Quellen:

www.uni-protokolle.de/lexikon/panentheismus

E-Mail-Liste der ADF-Dedikanten zu „Deep Ancestors“ von C. Serith

Frage 10: Persönliche Religion

Als ich den Weg des Dedikanten einschlug und mich mit ADF beschäftigte, war ich bereits seit etwa 20 Jahren eine eklektische, panentheistische, allein praktizierende Heidin. Schon als Jugendliche begann ich mich für die amerikanischen Ureinwohner und ihre Weltanschauung zu interessieren, wandte mich dann als großer Fan von „Die Nebel von Avalon“ den Kelten zu, versuchte aber letztendlich, meine eigene Religion zu entwickeln. Meine Erziehung als römisch-katholisch spielt immer eine gewisse Rolle, insbesondere die Aktivitäten rund um die eigentliche Messe, aber in letzter Zeit stelle ich fest, dass ich mich immer mehr davon entferne.

Ich hatte eine dualistische Phase, obwohl ich nie eine Wicca war, kehrte aber zu der Vorstellung eines einzigen göttlichen Funkens zurück, von dem alle Götter und Göttinnen verschiedene Aspekte sind. Und das ist immer noch meine Vorstellung davon, wie „Gott wirkt“. Wann immer ich in meinen Ritualen mit einem bestimmten Gott oder einer bestimmten Göttin arbeite, bin ich mir stets bewusst, dass ich mit bestimmten Aspekten wie „Schutz des Herdfeuers“ oder „Heiler“ arbeite, denen Form und Name gegeben wurden. Selbst jetzt, mit einer gewählten Herdkultur, gehe ich davon aus, dass ich sie so schnell nicht als Individuen sehen werde. Ich weiß, dass dies mit der Vorstellung der ADF von mehreren Individuen mit einzelnen Persönlichkeiten kollidiert, aber diese Freiheit nehme ich mir.

Das war tatsächlich einer der schwierigsten Punkte im gesamten Prozess: den Polytheismus überhaupt zu akzeptieren.

Als ich akzeptierte, dass ich enger mit einem bestimmten Pantheon zusammenarbeiten müsste, versuchte ich herauszufinden, welche Art von Göttern hier in der Gegend verehrt wurden, denn ich fand es am sinnvollsten, mit Göttern zu arbeiten, die die Region bereits kannten. Da der Niederrhein einst unter römischer Herrschaft stand und sowohl von gallischen Kelten als auch von germanischen Stämmen bewohnt war, habe ich – nachdem ich versucht hatte, mit dem nordisch-germanischen Pantheon zu arbeiten, und festgestellt hatte, dass wir uns nicht wirklich einigen konnten – zwei Göttinnen gefunden, zu denen ich mich nicht nur hingezogen fühlte, sondern deren Kultzentren sich tatsächlich hier in der Gegend befanden: die Matronen (okay, es sind drei, nicht eine) und Nehalennia. Da beide gallische Wurzeln haben, fühlte ich mich bereit, mir dieses Pantheon anzuschauen, an das ich zuvor nie gedacht hatte, und jetzt bin ich immer noch damit beschäftigt, so viel wie möglich darüber zu erfahren. Ich würde Nehalennia und die Matronen nicht als meine Schutzgöttinnen bezeichnen, zumindest noch nicht, aber sie haben mir auf meinem Weg sicherlich geholfen.

Und ich habe das Gefühl, dass sich meine Einstellung zum Druidentum geändert hat: Als ich anfang, war es eher so: „Okay, ich probier's mal aus. Aber ich fürchte, es passt nicht.“ Nach ein paar Monaten im DP war ich immer noch sehr skeptisch, aber ich wollte die Idee nicht aufgeben, nur weil manche Dinge nicht zu meinen Vorstellungen passten. Im Moment überlege ich, was ich in

meinen Dedikanten-Eid schreiben werde, und ich nehme die Idee an, statt sie abzulehnen. In den letzten Monaten hat sich still und leise ziemlich viel verändert. Das Druidentum ist Teil meines Weltbildes geworden.

Die Arbeit am DP hat mir sehr dabei geholfen, einige Punkte zu klären und zu verstehen, wie ich Dinge sehen und definieren könnte. Obwohl sie mir meist klar erschienen, fiel es mir immer schwer, anderen zu erklären, woran ich glaube. Da ich nun praktisch „gezwungen“ war, Dinge aufzuschreiben, musste ich meinen Gedanken und Überzeugungen eine konkrete Form geben. Das war absolut großartig. Es machte es so viel einfacher, mit meinem Mann, der (katholischer) Agnostiker ist, über Aspekte meines Glaubens zu sprechen, zu diskutieren und zu erklären. Allein schon deswegen hätte sich die Arbeit gelohnt. Meine Gedanken in Worte fassen zu können! Ein weiterer wichtiger Punkt: Die Sprache! Nein, nicht Englisch... Ich komme mit altertümlicher Sprache einfach nicht klar – Wörter wie „hath“ und „thou“ jagen mir einen Schauer über den Rücken, und „Lord/Sir“, „praise“ und „worship“ sind auch nicht viel besser. Ich glaube, das hat zumindest teilweise mit kulturellen Konnotationen zu tun. Ich bevorzuge meine Rituale sehr persönlich und eher so, als kämen sie frisch aus dem Herzen, anstatt aufwendige Texte vorzubereiten. Wenn ich im Ritual spreche, klingt es eher so, als würde ich mit meinem Nachbarn reden. Wir kennen uns sehr gut, wir vertrauen, respektieren und mögen uns, und so empfinde ich es auch gegenüber der Kindred. Deshalb lese ich gerne Ritualskripte, die von anderen geschrieben wurden, übersetze sie ins Deutsche und schreibe sie DANN für den persönlichen Gebrauch um. Letztendlich habe ich für den größten Teil des Rituals meist gar kein Skript, da ich frei spreche, wobei das Geschriebene in meinem Kopf sitzt.

Ich liebe es zu singen, und ein großer Teil der Religion in meinem Alltag geht Hand in Hand mit Musik: Ich habe mehrere Gesänge und Lieder selbst geschrieben oder übersetzt, weil mir das Vorhandene nicht gefiel, ich nichts auf Deutsch finden konnte oder einfach eine Eingebung hatte. Im Ritual habe ich viel gesungen. Im Moment mache ich das nicht mehr so oft wie früher, aber das liegt daran, dass andere Dinge gerade im Vordergrund stehen, und es wird sicher wieder mehr werden, sobald ich die richtigen Lieder gefunden habe. In der Zwischenzeit singe ich der Erde etwas vor, wenn ich spazieren gehe oder im Garten arbeite, summe etwas über Brigid, wenn ich koche, und singe fröhlich Lieder von C.R. Crossen, S.J. Tucker, Gaia Consort, Kellianna und anderen mit, wenn ich Auto fahre. Ich habe in unserer Nachbarstadt eine Gesangsgruppe gefunden, die sich etwa alle zwei Monate trifft, und ich versuche, regelmäßig dorthin zu gehen. Bei meiner persönlichen Religiosität geht es weniger um Rituale als vielmehr um tägliche Achtsamkeit: Es sind die kleinen Momente dazwischen, die mir bewusst machen, wer ich bin, wo ich bin und was ich tun kann. Einen Schmetterling zu beobachten, der in unserem Garten herumschwirrt, die Berührung der Sonne zu spüren, wenn sie durch die Wolken blitzt, die Arme meines kleinen Sohnes fest um meinen Hals zu spüren, ein paar Sekunden der Einsamkeit zu haben, in denen ich nichts zu tun habe... Das sind Momente, in denen ich einfach weiß, dass es mehr gibt, und ich voller Ehrfurcht bin.

Frage 11: Eidritual und Evaluation

Widmungseid

Ich bin ein Kind der Erde,

ich bin ein Kind des Himmels,

geborgen und frei zugleich.

Ganz einmalig und einzigartig und doch ein Teil des Ganzen,

ich bin ein Kind von Himmel und Erde.

Ganz einmalig und einzigartig und doch ein Teil des Ganzen,

ich bin ein Kind von Himmel und Erde. (Gila Antara)

Guten Abend zusammen,
heute Abend stehe ich, ein Kind der Erde, des Himmels und der See hier in eurer Mitte mit einem besonderen Anliegen:

Vor einem Jahr habe ich begonnen dem druidischen Weg zu folgen um festzustellen, ob diese Sichtweise die meine werden könnte.

Nun, an diesem Tag, trete ich erneut von euch um meinen früher abgelegten Eid zu bestätigen und zu erneuern.

Nehalennia,

du bist meine stete Gefährtin, wann immer ich mich physisch oder geistig auf einen neuen Weg begegne. Unter deinem Mantel und in deinem Boot ist immer Platz für mich und du warst während des ganzen Jahres an meiner Seite, auch wenn ich Zweifel hatte oder nicht weiterkam. Ich würde mich freuen, wenn du weiterhin meine Begleiterin sein möchtest, meine Hüterin und Lehrerin.

Nehalennia, diese Gaben sind für dich!

Matronen,

ihr wurdet mehr und mehr zu meinen steten Begleiterinnen im Alltag in allen Dingen, die mit meinem häuslichen Leben zu tun haben, Haus, Garten und Familie. Zu euch konnte ich kommen, wenn ich Rückhalt brauchte. Ich würde mich freuen, wenn ihr weiterhin in meinem Leben einen festen Platz einnehmen wollt, als Ratgeberinnen und Anker im Hier und Jetzt.

Matronen, diese Gaben sind für euch!

Leuchtende, göttliche Kräfte,

die dem Kosmos die Gesetze geben und so Leben erst ermöglichen!

Vorfahren des Blutes und des Geistes,

die vor mir über diese Erde schritten und mich hier verwurzeln!

Geister der Natur, Wesen von Land, Himmel und Meer,

die mit mir diese Welt teilen und pflegen!

Ich heiße euch noch einmal an meinem Feuer willkommen. Euch habe ich diese Gaben mitgebracht.

Euch alle rufe ich nun an und bitte euch, meine Zeugen zu sein:

So wie das Land mir einen festen Boden unter den Füßen bietet, einen Orientierungspunkt in Raum und Zeit, so möchte ich anderen eine Stütze sein:

Ich will sprechen für die, die verstummt sind,

handeln für die, denen die Kraft und Möglichkeit fehlt,

sehen, was nötig ist, um eine lebenswerte Gegenwart und eine bessere Zukunft in Sicherheit und Geborgenheit zu schaffen.

Möge ich dazu die nötige Ausdauer haben, den Mut und die Integrität.

Sollte ich diesen Schwur brechen, so möge die Erde sich unter mir öffnen.

So wie der Himmel in Liebe und Wärme auf mich herabsieht und mit eurem Strahlen erfüllt, so möchte ich den Funken weitergeben, den ihr in mir entzündet:

Er soll überspringen auf andere, durch ein liebes Wort, einen freundlichen Blick, eine helfende Hand, einen Anstoß, wenn es nötig ist,

um eine lebenswerte Gegenwart und eine bessere Zukunft in Liebe und Frieden zu schaffen.

Möge ich dazu die nötige Produktivität haben, die Gastlichkeit und Pietät.

Sollte ich diesen Schwur brechen, so möge der Himmel über mir einstürzen.

So wie das Meer mich umspült und sein Wasser mir Reinheit und einen klaren, wachen Geist verschafft, so möchte ich überfließen und für andere zur Quelle von Nahrung und Heilung werden. Ich will mein Wissen weitergeben, offen sein um Neues zu lernen, und Inspiration für andere,

um eine lebenswerte Gegenwart und eine bessere Zukunft zu schaffen, in der Entscheidungen mit Augenmaß und zum Wohle der ganzen Erde und ihrer Bewohner getroffen werden. Möge ich dazu den nötigen Weitblick haben, die Weisheit und die Fähigkeit zur Mäßigung. Sollte ich diesen Schwur brechen, so möge die See mich verschlingen.

Selbsteinschätzung

Fast ein Jahr ist vergangen, seit ich meine ersten Schritte auf den Wegen des ADF unternommen habe. Und als ich anfang, war ich mir ziemlich sicher, dass ich es nicht so weit bringen würde. Man stelle sich also meine Überraschung vor, als ich einen Punkt erreichte, an dem ich plötzlich darüber nachdenken konnte: „Was werde ich in meinen Eid schreiben?“ – und zwar ohne jenes Gefühl der Abstraktheit, das dem Thema zuvor noch anhaftete.

Tatsächlich andere ADF-Mitglieder zu treffen, mit ihnen sprechen zu können und das Gefühl zu gewinnen, Teil einer Gruppe zu sein – all dies festigte meine Entscheidung endgültig: Ja, dies war ein Weg, den ich für längere Zeit beschreiten wollte. Es fühlte sich einfach richtig an.

Ursprünglich hatte ich geplant, meinen Eid im Rahmen meiner „Core Work“ zu Lughnassadh abzulegen – dem letzten der Hohen Feiertage, über den ich für das DP (Dedicant Program) berichten musste. Doch Anfang Juli stellte ich fest, dass ich nicht mehr so lange warten wollte. Ich spürte einfach, dass der richtige Zeitpunkt gekommen war; so vollzog ich den Ritus an einem Sonntagmorgen in meinem Gartenschrein.

Zuvor nahm ich eine Dusche und sprach mein übliches Morgengebet, während das Wasser auf mich herabrieselte. Obwohl ich mich normalerweise morgens nicht dusche, erschien es mir diesmal als angemessen und verschaffte mir einige Minuten Zeit, um mich auf das Ritual einzustimmen. Ich hatte ein kleines Heftchen vorbereitet, das optionale Texte und Lieder für alle Schritte des CoOR (Core Order of Ritual) enthielt, ebenso wie den Wortlaut meines Eides, meine Opfertgaben und alle weiteren notwendigen Utensilien. Glücklicherweise war das Wetter moderat: Ein wolkenverhangener Himmel, durch den hin und wieder ein Sonnenstrahl brach, und eine Luft, die sich anfühlte, als schwämme man in warmem Wasser.

Es dauerte einige Minuten, den Altar zu reinigen, da es in der Nacht geregnet hatte und die Oberfläche voller kleiner Wasserpfützen war. Für diesen besonderen Anlass schmückte ich ihn mit einer Tischdecke, die meine Großmutter für mich angefertigt hatte, sowie mit frischen Rosen aus unserem Garten. Gewöhnlich verwende ich für das Element Feuer eine kleine Kerze in einem Windlicht; eine echte Feuerschale wäre an diesem Ort zu gefährlich, da er unter Bäumen liegt und der Wald ganz in der Nähe beginnt. Doch für diesen Anlass wählte ich eine andere Kerze – platziert in einer Schale und mit einer größeren Flamme, die nicht so leicht vom Wind ausgeblasen werden konnte. Es fühlte sich mehr wie ein echtes Feuer an, jedoch ohne die Gefahr für meine Umgebung. Ich füllte die Muschel, die ich derzeit für den Brunnen verwende, mit Grundwasser und gab ein paar Tropfen jener Wassermischung hinzu, die wir beim ersten Treffen von ADF-Germany hergestellt hatten. Die Vorbereitungen erdeten mich gewissermaßen: Ich war zuvor nicht nervös gewesen – lediglich fokussiert und voller Erwartung –, und die Vorbereitung auf das Ritual verstärkte diesen Fokus schlichtweg noch.

Ich durchlief die üblichen Schritte des Rituals, atmete dreimal tief durch, um mich zu zentrieren, und las meine vorbereitete Absichtserklärung. Ich hatte ein Lied für die Erdmutter, begrüßte meine Schutzgötter (und bot ihnen selbstgebackene Grissini und Weintrauben an) und bat um Inspiration. Ich war ganz im Fluss, hatte die Blutsverwandten gerufen und war gerade dabei, ihnen Opfertgaben darzubringen (Alkohol für die Gottheiten und Ahnen, Seifenblasen für die Naturgeister), als mir plötzlich auffiel, dass ich zwar den Torwächter willkommen geheißen, aber vergessen hatte, die Tore zu öffnen. Da ich schon so weit gekommen war und geplant hatte, die Blutsverwandten vor dem Eid noch einmal willkommen zu heißen, öffnete ich die Tore einfach und fuhr mit meinem Ritual fort. Obwohl die Tore formell von meiner Seite noch geschlossen waren, hatte ich nicht das Gefühl, allein dort gewesen zu sein. Vielleicht hatten die Blutsverwandten die Tore von ihrer Seite geöffnet? Oder vielleicht habe ich den Kosmos neu erschaffen und die Tore unabsichtlich mit einem

Schlag geöffnet: Ich hatte ein neues Lied zur Kosmoserschaffung verwendet, das ich selbst geschrieben hatte (siehe Textübersetzung unten), und hatte ein sehr intensives Gefühl, dort, im Zentrum, zu sein. Wie dem auch sei, das ist reine Spekulation, und ich muss nur aufpassen, dass ich die Seiten in meinem kleinen Buch nicht durcheinanderbringe, falls ich mich an ein Skript halten möchte.

Ich nahm das Omen und erhielt zuerst den Hierophanten. In meinem Tarot-Set ist er mit der Rune Raidho verbunden. Der Hierophant steht für Rituale und die Weitergabe von Traditionen, und Raidho ist für mich mit Nehalennia, meiner Schutzgöttin, verbunden. Daher interpretierte ich dies als Bestätigung, dass meine Opfertaten, obwohl sie etwas früh kamen, angenommen wurden.

Als Nächstes sandte mir die Sippe den Kaiser: Strukturen, Gesetze, Gemeinschaft, verbunden mit einem starken Selbstbewusstsein. Da ich keine konkrete Frage gestellt hatte, nahm ich an, dass sich dies wahrscheinlich auf meine Glaubensaktivitäten beziehen würde: Die Vampire teilten mir mit, dass eine Gemeinschaft hinter mir steht: Ich bin nicht allein. Da ich auch den Imperator erhielt, als ich fragte, was ich für sie tun könne, gehe ich davon aus, dass ich meinen Teil der Arbeit für die Gemeinschaft leisten und sie unterstützen muss, damit sie wachsen und sich stabilisieren kann. Schließlich, nach der Segnung der Gewässer und allem, was dazugehört, rief ich erneut meine Schutzpatrone und die Verwandten an, mir als Zeugen zu dienen, und legte meinen vorbereiteten Eid ab. Und während ich las, brach die Sonne noch einmal hervor und tauchte die Wiese hinter unserem Garten in ein goldenes Leuchten.

Nach dem Ritual fühlte ich mich leichtfüßig (nicht etwa benommen) – ganz so, als könnte ich in allem nur die positiven Seiten sehen. Es dauerte eine ganze Weile, bis diese Wirkung nachließ; tatsächlich spüre ich, wie sie gerade in diesem Moment zurückkehrt, während ich darüber schreibe.

Meditationsjournal (Auszug)

Ich hasse Disziplin... :(

Woche 1, Januar 2014

Ich begann gleich am ersten Tag des Jahres (ach, diese Neujahrsvorsätze :)). Ich hatte einen kurzen Text vorbereitet, den ich jeden Tag verwenden wollte. Morgens nehme ich mir ein paar Minuten Zeit – dann, wenn meine Kinder bereits gefrühstückt haben, ich sie aber noch nicht in den Kindergarten oder zum Babysitter bringen muss. Sie spielen derweil, während ich die Tür zu unserem Schlafzimmer schließe und das Fenster öffne. Ich atme einige Male ein und aus und erlaube meinem Atem dabei, ruhiger zu werden und sich zu zentrieren. Ich schließe die Augen, da ich feststelle, dass es mir auf diese Weise leichter fällt, mich mit dem „Netz des Lebens“ zu verbinden. Sobald ich spüre, dass ich im Einklang mit mir selbst bin, spreche ich meinen vorbereiteten Text – Schritt für Schritt. Während ich spreche, gehe ich meinen bevorstehenden Tag gedanklich durch: Für welchen Teil meines Tages könnten diese Worte wohl eine Bedeutung haben? In den ersten beiden Wochen musste ich den Text noch ablesen; danach kannte ich die Worte auswendig und konnte die Übung ohne Vorlage durchführen. Das machte es weitaus einfacher, in den „Trance-Modus“ zu gelangen und darin zu verweilen. Ich schließe die Übung mit einigen Augenblicken ab, in denen ich das Erlebte nachwirken lasse und die Verbindung zur Außenwelt spüre. Ich visualisiere Lichtfäden oder -fasern, die alles miteinander – und auch mich selbst – verbinden. Nach einigen Sekunden, einer Minute oder auch länger löse ich die Verbindung wieder, indem ich bewusst tief einatme und die Augen öffne. Auch wenn ich sie nun nicht mehr sehen kann, spüre ich doch weiterhin, dass sie da ist. Seit ich damit begonnen habe, führe ich diese meditative Übung jeden Morgen durch. Es gibt Tage, an denen es wunderbar funktioniert, und Tage, an denen ich scheinbar keinen Zugang finde und alles nur an der Oberfläche bleibt.

Woche 4

Ich beginne damit, Teile der „Zwei-Kräfte-Meditation“ in meine tägliche Übung einzubauen: Nach dem Ein- und Ausatmen verbinde ich mich – mithilfe der entsprechenden Meditationstechnik – mit Erde und Himmel; anschließend spreche ich mein Gebet, wobei ich versuche, das Gefühl nicht zu verlieren, eine Achse zwischen diesen beiden Polen zu bilden. Ich beginne nun, mit der vollständigen Meditation zu arbeiten, nachdem ich alle verfügbaren Texte im DP-Bereich gelesen und mir den Audio-Guide angehört habe. Da ich mich bereits seit meiner Kindheit intensiv mit Autogenem Training beschäftigt habe, stellt es für mich kein Problem dar, mich selbst durch die Übung zu leiten. Die Meditation gefällt mir sehr gut. Das kühle, wohltuende Wasser aus den Tiefen der Erde ist eine eindrucksvolle Erfahrung, und jedes Mal, wenn ich mich darauf einlasse, spüre ich ein Kribbeln auf meiner Haut; doch am Himmel brauche ich die Sonne. Der Polarstern – wie vorgeschlagen – spricht mich nicht an: Er ist mir viel zu kalt. Bei der Sonne hingegen spüre ich, wie ihr Licht wie ein Schauer auf mich herabströmt, mich wärmt und meinen ganzen Körper durchfließt.

Ein Problem könnte der Punkt des Loslassens sein: Obwohl ich tief in der Meditation versunken bin, bleibt ein Teil von mir stets wachsam für meine Umgebung, und es dauert nur einen Augenblick, bis ich wieder vollständig präsent bin. Vielleicht ist das eine typische „Mutter-Sache“ – vielleicht aber auch schlicht ein Zeichen dafür, dass ich noch nicht bereit bin, noch tiefer einzutauchen.

Ich führe die vollständige „Zwei-Kräfte“-Meditation nicht täglich durch, sondern etwa ein- bis zweimal pro Woche.

Woche 14–16 (31.03.–20.04.)

Zu Beginn dieses Zeitraums fiel es mir plötzlich schwer, in den richtigen Rhythmus zu finden. Zu viele Gedanken schwirrten mir durch den Kopf und kehrten immer wieder zurück – selbst dann, wenn ich sie eigentlich weggeschickt hatte. Bewusstes Atmen half dabei kaum. An manchen Tagen brach ich die Meditation mit dem Gefühl ab, eigentlich gar nicht wirklich „anwesend“ gewesen zu sein. Heute jedoch hat es wieder geklappt; und zu meiner Überraschung war der „Himmels-Teil“ intensiver als je zuvor. Ich hatte das deutliche Gefühl, geradezu im Sonnenlicht zu baden (obwohl der Himmel draußen grau und bewölkt war); das Licht drang direkt in meinen Körper ein, und die Wärme reichte bis in meine Fingerspitzen und Zehen. Juhu! Mittlerweile gelingt es mir – selbst außerhalb der eigentlichen Meditation –, manchmal für wenige Sekunden die Augen zu schließen und dabei eine Art inneres „Verschieben“ wahrzunehmen. Das bewusste Atmen in den Bauch scheint diesen Effekt noch zu verstärken.

Woche 17–20 (21.04.–22.05.)

Die Meditation liegt mir nach wie vor nicht so recht. Es liegt dabei nicht am Problem, eine Verbindung zu meiner Umgebung auf einer anderen Ebene herzustellen – das funktioniert nach wie vor einwandfrei. Seit meinem letzten Eintrag hat sich meine Verbindung zum „Himmelsstrom“ (Sky Current) weiter gefestigt und stabilisiert. Ich ziehe es lediglich vor, meinen Fokus eher auf Achtsamkeit und Bewusstheit im Alltag zu legen. Diese begleiten mich durch den gesamten Tag, und ich habe den Eindruck, dass ich daraus weitaus mehr Nutzen ziehen kann als aus meinen drei festen Meditationseinheiten pro Woche. Es fühlt sich ein wenig so an, als ginge man sonntags in die Kirche, verhielte sich aber den Rest der Woche über vollkommen unreligiös. Dennoch hat diese „Meditationspflicht“ durchaus ihren Sinn erfüllt:

Ich weiß nun, dass ich es kann. Es ist vielmehr die Frage, ob ich es auch wirklich brauche.