

SPIRITUELLES ERLEBEN

Religion ist für Menschen, die Angst haben, in die Hölle zu kommen.
Spiritualität ist für Menschen, die in der Hölle waren und herauskommen wollen.
Sobonfu Some´

Spiritualität ist unabhängig von Religion. Es ist die Auseinandersetzung mit dem Kommen und Gehen und den existentiellen Fragen des Lebens. Sie wird wichtig wenn wir ganz tief Lieben oder wenn Krankheit und Tod einen Abschied ankündigt. Es ist die Frage nach dem Sein und die Frage nach dem Sinn.

Sie finden ihre Antworten in ihrer ganz persönlichen Spiritualität. Es ist nicht wichtig ob wir über Gott oder Göttin, Allah oder Jaweh, Engel oder Lichtwesen, Nirwana oder Erleuchtung reden. Im Prinzip suchen und finden wir alle dasselbe. Nur der Weg dorthin ist ein ganz persönlicher.

Einen spannenden Weg zeigt uns Sobonfu Some´ in ihren Vorträgen und Büchern. Die Afrikanerin (Burkina Faso) wusste bis zu ihrem 6. Lebensjahr nicht, wer ihre Mutter ist, weil sie jede Frau im Dorf als ihre Mutter betrachtet hat. Die Ältesten des Volkes haben sie schon als junge Frau ausgesandt um die Weisheit ihres Volkes, der Dagara, in den Westen zu tragen. Ihr fällt in unserer Kultur das Fehlen von Gemeinschaft und die Achtung voreinander, besonders der Kinder und der Alten Menschen. Auf die Frage ob unsere Kinder im Westen glücklich aufwachsen meint sie „Kommt drauf an. Bevor die Schule beginnt, sind die Kinder voller Leben. Dann gehe Sie zur Schule und es wird ihnen gelehrt, wie wenig sie wert sind, weshalb man ihnen sagen muss, wie sie denken und sich benehmen sollen. Bei Schulkindern sehe ich oft das helle Licht in ihren Augen erlöschen“. Sie sieht keine Gewinner in unserer derzeitigen Lebenssituation „Das System kann nicht funktionieren. Viele Menschen sind deprimiert und wenn sie unglücklich sind und sich nicht wertgeschätzt fühlen, suchen sie das Glück vielleicht in der Wirtschaft. Dort werden sie es jedoch nicht finden. Es ist eine Illusion dass die Wirtschaft den Menschen einen Ansporn zum Glück vermittelt. Ein Teil des Glücks ist, dass wir eine liebevolle Gemeinschaft um uns haben. Glück hat seine Wurzel aber auch in der Spiritualität. Und Glück bedeutet auch, dass der Mensch seine Lebensaufgabe leben und sie der Welt geben kann. Es ist wichtig eine Raum zu schaffen, damit die Menschen mit ihrer Frustration, Trauer und ihrem Ärger umgehen können. Mehr Energie in den Geist und die Seele legen als auf das Materielle. Rituale sind in meiner Kultur sehr wichtig für diesen Weg. Den Menschen im Westen fällt es schwer, ihre eigenen Rituale durchzuführen. Sie brauchen immer eine Anleitung. Wenn sie in die Kirche gehen macht der Priester das Ritual. Will sich jemand selbst Rituale schaffen, steht er vor einer Barriere. Freie Rituale sind nur noch Geburt, Heirat, Schulabschluss und Fußballplatz. In meiner Tradition wird gelehrt, sich selbst Rituale zu machen. Erst wenn man sich um sich selbst kümmert, kann man mit anderen gut in Kommunikation treten. Wenn wir in Afrika aufwachen beginnen wir den Tag mit einem Ritual und wir beenden den Tag mit einem Ritual. Das gibt dem Individuum Kraft. Hier im Westen haben auch viele Menschen Angst sich Fehler einzugestehen, Angst vor Misserfolgen oder Schwierigkeiten. In unserer Tradition werden wir zu Misserfolgen ermutigt. Sie helfen uns zu wachsen. Meine Großmutter nahm Misserfolge als Grund zum Feiern. Das ermutigte uns wagemutiger und neugieriger zu sein. Misserfolge sind Freunde. Misserfolge zeigen, dass man am Leben teilnimmt. Gibt es Misserfolge, dann leben wir, gibt es keine, leben wir nicht. Wir müssen uns und andere zu Misserfolgen ermutigen“

Praktische Tips um die eigene Spiritualität bzw. eigene Rituale zu entwickeln. Lassen sie sich anregen und nehmen sie sich das davon heraus mit dem sie sich wohl fühlen.
Bücher: „Mut zum Misserfolg – Wie wir über Krisen und Verlust zu uns selbst finden“ oder „Die Gabe des Glücks“ von Sobonfu Some´ im Orlando Frauenverlag
„Die Spirituellen Rituale der Frauen“ von Barbara Walker
„Die Magie ist keine Hexerei“ und „Die Magie kehrt zurück“ von Eva Ulmer-Janes
(Schamaisches Wissen und Rituale – zwei wunderbare Bücher)

„Der Jahreskreis“ Den Rhythmus der Natur als unsere Kraftquelle nutzen von Martina Kaiser

„Das Buch der magischen Feste“ viele praktische Anregungen von Yan D´Albert

Alle Bücher von Luisa Francia zu finden unter www.salamandra.de

Seminare und Reisen mit Veronika Schenter www.veronikaschenter.com



Ein anderer Spannender Weg ist das I-Ging. Es die taoistische Form der Weisheits- und Sinnlehre. Das Studium des Buches der Wandlungen ist vergleichbar mit dem Studium der Bibel. Es ist Weisheitsbuch und Orakel. Auch hier erkennt man wieder das Yang und das Yin. Kopf und Bauch. Geist und Seele, die das große Ganze ergeben. Vielleicht kann ich sie neugierig machen um diesen spannenden Weg für sich zu entdecken.



DAS I-GING BIETET SICH NICHT SELBST MIT BEWEISEN UND RESULTATEN AN;
ES RÜHMT SICH NICHT EINFACH, SICH IHM ZU NÄHERN.
ES IST WIE EIN TEIL DER NATUR, WARTEND,
BIS MAN ES ENTDECKT.
C.G. JUNG

Das I-Ging gehört zu den größten Schätzen der Weltliteratur. „I“ bedeutet Wandlung und „Ging“ bedeutet klassisches Buch. Das System, welches im „Buch der Wandlungen“ präsentiert wird, geht auf Jahrtausende alte mystische Traditionen zurück. Mit seiner Hilfe lassen sich wohl alle Vorgänge im Universum deuten und erklären. Konfuzius und Laotse wurden durch dieses Buch angeregt zu einige ihrer tiefsten Aphorismen und auch C.G. Jung hat sich eingehend damit beschäftigt und es sogar zur Therapie verwendet.

Die chinesische Lehre kennt zwei Zustände nämlich Yin und Yang – das weibliche, dunkle, weiche, empfangende, schöpferische und das männliche, helle, aktive, entschlossene Grundprinzip.

Ein Zeichen im I-Ging besteht aus mehreren Linien. Eine Linie kann immer nur einen dieser beiden Zustände annehmen: entweder Yin (unterbrochene Linie -- --) oder Yang

(durchgezogene Linie ----). Durch Kombination von drei solchen Linien entsteht eines von acht möglichen Zeichen. Diesen acht Zeichen wurden verschiedene Bilder zugeordnet: Himmel, Erde, Donner, Wasser, Berg Wind, Feuer, See. Damit lassen sich schon sehr wesentliche Energiequalitäten beschreiben. Schließlich werden noch zwei dieser Zeichen, zu so genannten Hexagrammen verbunden, wodurch insgesamt 64 Symbole mit sehr genauem Charakter entstehen.

Chinesische Philosophen haben sich über Jahrhunderte damit beschäftigt, diese Zeichen zu deuten und ihre Beziehungen zueinander zu interpretieren. So enthält das Buch der Wandlungen eine Aufstellung kosmischer Gesetzmäßigkeiten, die sich auf alle Lebensvorgänge anwenden lassen. Wen auch auf den ersten Blick Manches verwirrend erscheint, erkennt man bei tieferem Eindringen die klaren Lebensweisheiten, die hier zusammengefasst sind.

Mit den 64 Zeichen des I Ging kann man nicht nur Geschehnisse erklären und verstehen, sondern auch Hilfestellung bei Entscheidungen erhalten.

Ein Grundgedanke ist der Gedanke der Wandlung „Wo fließt alles dahin wie dieser Fluss, ohne Aufhalten, Tag und Nacht“ Der Blick richtet sich für den, der die Wandlung erkannt hat, nicht mehr auf die vorüberfließenden Einzeldinge, sondern auf das unwandelbare ewige Ganze. Dies ist der SINN (Tao) des Laotse, der Lauf, das Eine in allem Vielen. Auf dem Wandel und Übergang der Kräfte baut sich das Dasein auf.

Ein zweiter Grundgedanke ist seine Ideenlehre. Damit verbindet sich die Auffassung, dass alles was in der Sichtbarkeit geschieht einer Idee im Unsichtbaren entspringt. Indem man nun durch seine Hilfe die Keime erkennt, lernt man die Zukunft vorauszusehen, ebenso wie man die Vergangenheit verstehen lernt.

Buchtip: I Ging – erkenne die Chancen die dir das Leben bietet – Das zeitlose Orakel und die kreative Dynamik von Yin und Yang von Christine Keidel-Joura Hans-Nietsch-Verlag (ist die beste Interpretation des I-Ging)

DAS BUCH DER WANDLUNGEN SCHENKT DEM LESER DEN REIFSTEN SCHATZ CHINESISCHER
LEBENSWEISHEITEN UND DAMIT EINE HILFSTELLUNG AUF DEM SICH EWIG WANDELN WEG
UND ZUR GESTALTUNG SEINES LEBENS
SO DASS ES IN EINKLANG KOMMT MIT DEM LETZTEN SINN,
DER ALLEM, WAS IST, ZUGRUNDE LIEGT.

