

Stationen des Lebens

Rituale - Bewusste Gestaltung von Lebensübergängen

Von Enrico Kosmus

Ein Ritual ist eine Handlung, die im Rahmen eines kulturellen Bezuges in ihrer Wirkung über den alltäglichen Lebensbereich hinausreicht. Mittels eines Rituals wird eine Wandlung eines Lebensbereichs in einen anderen vorgenommen. Über ein Ritual werden Grundfragen der Existenz im gemeinschaftlichen Kontext behandelt.

Rituale strukturieren das Erleben, machen es überschaubar und heben alltägliche Handlungen auf eine höhere Ebene. Grundlegend unterscheidet man zyklische Rituale, die sich am Kalender – tageszeitlich, wöchentlich, monatlich, jährlich oder noch länger – orientieren. Weiters gibt es bestimmte lebenszyklische Rituale wie Geburt, Namensgebung, Eheschließung oder Begräbnis. Rituale können sich aber auch auf Ereignisse – z.B. Tod, Krisen etc. – beziehen, und so einen bewussten Umgang mit diesen Extremsituationen ermöglichen. Aber auch kleinere, alltägliche Gewohnheiten wie z.B. Grußrituale o.ä. können zu rituellen Handlungen werden.

Lebenszyklische Rituale ermöglichen ein Wachstum des Individuums. Über ein Ritual kann ein vergangener Lebensabschnitt bewusst abgeschlossen werden. Dabei lernt man zwischen brauchbaren und überlebten Handlungen zu unterscheiden. Das Brauchbare kann als Wachstum förderndes Potential mitgenommen und weitergelebt werden. Im folgenden Artikel beschreibe ich Lebensübergänge und einige rituelle Bezüge.

Geburt – Namensgebung – Kindheit

Die Geburt eines Kindes ist ein freudiges Ereignis. Es ist die Initiation eines Lebewesens in eine neue Gemeinschaft. Gleichzeitig wird die Sippe auf die Ankunft neuen Lebens vorbereitet. Dies kann durch das Pflanzen eines Baumes ausgedrückt werden. Manche vergraben dabei die Plazenta oder ein Stück der Nabelschnur des Kindes in der Erde und pflanzen darüber eben den „Baum des Lebens“. Andere wiederum legen ein Stück Nabelschnur in Alkohol ein und machen so für das Kind die erste Schwingsessenz.

Nach der Geburt wird dem Kind ein Name

gegeben. Diese Namensgebung dient zunächst dazu, dass das Kind symbolisch in die Gemeinschaft aufgenommen wird und auch gerufen werden kann. Dabei können verschiedene Schutzrituale für das Kind ausgeführt oder Amulette angefertigt werden. Mit dem Akt der Namensgebung wird dem Kind die erste Möglichkeit der Rollenidentität gegeben.

Auch Reinigungs- und Segnungsrituale wie die christliche Taufe können nach der Geburt erfolgen. Die im Zusammenhang mit der Geburt angewendeten Reinigungsrituale sollen das Kind von Verfehlungen der Ahnenenergie säubern und die Unversehrtheit und Unschuldigkeit des Individuums bekräftigen.

Bei den Festen um Geburt und Namens-

gebung geht es prinzipiell um ein Fest des Lebens und um eine grundsätzliche Orientierung im Leben. Häufig wird daher dem Kind noch ein Orientierungshelfer – Pate, Patin, Gode etc. – beigestellt. Der Pate hat die Funktion, das Kind zu beschützen, falls den Eltern etwas zustoßen sollte. Auch für Fragen der Lebensorientierung, die im elterlichen Haus nicht behandelt werden wollen (oder können), kann der Gode zur Verfügung stehen. Symbolisch wird dafür häufig dem Kind bzw. den Eltern vom Gode ein Lebenslicht (z.B. Kerze) überreicht.

Jugend – Erwachsenenalter

Der Übergang vom Jugendlichen zum Er-

wachsenen markiert einen weiteren wichtigen Meilenstein im Leben. Während die Kindheit noch das ungestüme Wachsen des Lebens war, werden in der Jugend diese Wachstumskräfte mehr und mehr gebündelt. Die Aufgabe des Jugendlichen besteht in der Konzentrationsfähigkeit und Ausrichtung seiner Lebenskräfte – seines Wollens. In der Pubertät erfolgt die Suche nach Lebensorientierung. Diese Willensausrichtung kann von einer Visionssuche begleitet werden. Zunächst muss die alte Lebenszeit – die Kindheit – hinter sich gelassen werden. Das Hinausgehen aus den bekannten familiären Grenzen mündet heutzutage in einem Herumirren. Damit dies für Jugendliche auch eine fruchtbare Zeit sein kann, gibt es mittlerweile schon Angebote der Visionssuche. Manche gestalten sich diese Suche nach ihrer Lebensvision, indem sie für einige Zeit in ferne Länder gehen, andere Kulturen und Menschen kennen lernen und auf diese Weise die ihnen bekannten Lebensvorbilder relativieren lernen. Auch eine kurze Auszeit von der Alltäglichkeit, z.B. ein Rückzug in die Berge oder in die Wüste, mag für einige hilfreich sein.

Das rituelle Abschiednehmen aus der bekannten Umgebung wird in manchen Kulturen mit dem Schneiden der Haare symbolisch ausgedrückt. Nach der Rückkehr in die Gemeinschaft kann einem Jugendlichen, der nun zum jungen Erwachsenen gereift ist, ein neuer Name verliehen werden oder eine neue Funktion in der Gemeinschaft etc. zukommen. Die psychosoziale Hoffnung besteht darin, dass das Individuum nun alte Rollenmuster hinter sich gelassen und den individuellen Ausdruck seines Wesens erkannt hat.

Erwachsen werden hat mit Erwaschen zu tun. Wirtschaftlich gesehen bedeutet dies, dass der Mensch aus der Sicherheit der häuslichen Geborgenheit herausgetreten ist und für sich selbst sorgen kann. Das bedeutet ein Bewusstmachen von Rechten, Pflichten und Verantwortungen. Die gemeinschaftlichen Bezüge wollen nun kennengelernt werden. Ein weiteres



Abb.: Die Hochzeit ist das Heraustreten aus der familiären Versorgung und die Gestaltung einer neuen Familie.

Ergebnis davon ist die Ehefähigkeit des Menschen. Dadurch kann nun offiziell legalisiert neues Leben in die Gemeinschaft eingebracht und die Erziehungsaufgabe dafür übernommen werden.

In manchen Kulturen wird den jungen Erwachsenen häufig eine Waffe – z.B. ein Dolch, Pfeil und Bogen etc. – symbolisch überreicht. Dadurch wird die Fähigkeit des Jagens wie auch die Wehrfähigkeit dargestellt.

Reifung – Alter

Ist ein Mensch nach längeren Jahren und durch einige Herausforderungen des Lebens gereift, verfügt dieser normalerweise über Lebenserfahrung. Dieser Erfahrungsschatz soll nun wieder in die Gemeinschaft zurückfließen können. Die Nutzung des Wissens der Alten ist jedoch weniger eine Frage eines Lebensübergangs, sondern hat vielmehr eine wirtschaftliche Funktion.

Während in den modernen Industrie- und Dienstleistungsgesellschaften die Altersversorgung immer schwieriger wird und die älteren Arbeitnehmer aus den Betrieben verdrängt werden, kann durch eine Würdigung der Erfahrungen der Älteren dieser Wissensschatz in der Gemeinschaft gehalten werden. Auf diese Weise bildet sich ein Wissenspool, aus dem die nachfolgenden Generationen schöpfen können.

Die Begleitung (Coaching) eines Menschen vom Berufsaustritt in eine sinnvolle Gestaltung des reiferen Lebensabschnitts ist besonders schwierig, da die gegenwärtige Werthaltung der westlichen

Kultur sich auf Leistungsfähigkeit und Genuss bezieht. Sinnvoll in diesem Lebensabschnitt ist das Aufzeichnen von individuellen Lebenserinnerungen und von individuellen Einsichten in die Grundlagen des Lebens. Auf diese Weise kann das „Wissen der Alten“ bewahrt werden. Hier entsteht auch die Aufgabe des RitualCoaches,

den Menschen zu neuen Zielen – die nicht unbedingt finanzieller Natur sind – zu begleiten.

Sterben – Totengeleit

Im Rahmen der schamanischen Arbeit haben die Ahnen eine besondere Bedeutung. Sie sind die materiellen, sozialen und feinstofflichen Wurzeln unseres Lebens. Die Ahnen bilden den Fluss des Lebens. Den lebenden wie den verstorbenen Ahnen wurde in vielen alten Kulturen ein besonderer Platz zugewiesen. Die bereits verstorbenen Ahnen wurden geehrt und in Erinnerung behalten. Teils war dies aus Ehrfurcht vor ihnen, manchmal auch aus Angst vor ruhelosen Geistern. Begräbnisrituale und Totengedenken hatten auch als Erinnerung an die eigene Sterblichkeit einen hohen Stellenwert.

Manchmal konnte es allerdings schon vorkommen, dass die verstorbenen Ahnen ruhelos umherzogen und befriedet werden mussten. Diese Aufgabe kam dann dem Schamanen zu, der bei seiner Einweihung selbst in das Reich des Todes hinab gestiegen war. Im Ritual hatte er nun mit den Geistern in Kontakt zu treten und die Ordnung zwischen den Lebenden und Toten wieder herzustellen, die Totengeister zu befrieden und die Lebenden zu entsprechenden Opferhandlungen aufzufordern.

Bei den Kirati, einer Volksgruppe in Nepal, erfolgt das Totengeleit in drei Etappen. Zunächst wird der Verstorbene zu Hause aufgebahrt, sodass alle Angehörigen und Nachbarn Abschied



Fortsetzung von Seite 41

nehmen können. Der Schamane klärt zuerst den Todeszeitpunkt und ermittelt über ein Orakel, durch welche Türe der Tote mit den Füßen voraus hinausgetragen werden soll. Auf einer Bahre aus Bambusstäben wird der Tote dann nach draußen getragen.

Außerhalb des Hauses wird der Tote nochmals vom Sohn oder der Tochter symbolisch ein letztes Mal gefüttert. Die Familienwesen – Kuladeva – werden angerufen. Dann wird Mutter Erde gebeten, den Toten zu segnen, ihn aufzunehmen und zu führen.

Da die Kirati die Erdbestattung pflegen, wird der Tote zum Friedhof gebracht. Der älteste Sohn nimmt die Trage mit dem Verstorbenen auf, danach alle anderen in der Hierarchie, und sie gehen zum Friedhof. Der Schamane gibt dabei Anweisungen, welchen Weg sie zu gehen haben. Dabei orientiert sich der Schamane am Weg der Seele. Als Ritualgaben werden heiliges Wasser, Reis, Schnaps, Ingwer und Münzen verwendet. Diese Gaben benötigt man für den rituellen Kauf des Grabplatzes.

Am Friedhof nimmt der Schamane mit den Erdwesen Kontakt auf. Dabei legt er die Gaben in einem speziellen Muster auf und bittet um die Aufnahme des Toten in die Erde. Das Grab wird ausgehoben. Anschließend wird es rituell gereinigt, um allfällige Störenfriede zu vertreiben. Während der Tote dreimal um das Grab getragen wird, rezitiert der Schamane ein Gebet. Bevor der Tote ins Grab gelegt wird, entfernt man alle Ringe, Halsketten, Amulette und legt sie neben ihn hin. Auch alle zusammengebundenen Kleidungsstücke werden geöffnet.

Dann nimmt der Schamane zwei Holzstäbe und macht in den einen Stab sieben Kerben, in den anderen neun. Diese beiden Stäbe werden in das Grab gesteckt. Der Tote wird ins Grab gelegt. Während nun die Erde darüber geschaufelt wird, betet der Schamane für den Toten und alle Anwesenden. Dabei wird der Stab mit sieben Kerben ganz tief ins Grab

gesteckt. Dieser stellt die Unterwelt dar. Mit der Rezitation eines Mantras wird der 9er Stab langsam nach oben gezogen. Dieser Stab stellt die Oberwelt dar. Am Ende wird dieser Stab ganz heraus gezogen und in Stücke geschlagen. Auf diese Weise trennt der Schamane symbolisch die Welten und verhindert so, dass Seelenreste des Verstorbenen sich mit jenen der Hinterbliebenen vermischen. Das nun geschlossene Grab wird mit heiligem Wasser bespritzt, der Schamane spricht ein Gebet und anschließend gehen alle Anwesenden nach Hause zurück.

Einige Tage nach dem Begräbnis erfolgt ein rituelles Festmahl im Haus des Verstorbenen. Nach 45 Tagen treffen sich der Schamane und die engsten Angehörigen nochmals zur letzten Verabschiedung des Toten. Dabei wird der Wohnort bzw. Reisede weg für die Seele des Toten gefunden. Im Zuge dessen reist der Schamane durch alle drei Welten – Mittelwelt, Unterwelt und Oberwelt – und lädt alle Geister ein. Die Seele soll sich nun einen neuen Platz suchen. Zur Auswahl stehen drei Möglichkeiten. Die Seele des Verstorbenen kann als Familiengeist ihren Platz am Ahnenaltar einnehmen. Sie kann sich einen Platz in der Natur suchen oder auch



einen neuen Lebenszyklus beginnen. Am schwierigsten gestaltet sich die Aufgabe für den Schamanen, wenn die Seele als Bhuta – ruhelose Seele – durch die Lande ziehen will. In diesem Fall muss der Schamane vielfältige Reinigungs- und Unterwerfungsrituale vollziehen.

Bei all diesen Ritualen des Toten- und Seelengeleits besteht ein dreiteiliges System. Zunächst geht es um die Sicherheit der Familienangehörigen. Hier wird eine rituelle Trauerarbeit gemacht. Dann um die Sicherung der Umgebung. Die Wesen des Ortes sollen durch den Verstorbenen nicht gestört werden. Und schließlich geht es um das sichere Geleit der Seele in ein reines Land – ein Paradies.

Welchen Weg die Seele nach dem Tode nimmt, hängt im wesentlichen von

den Handlungen im Alltag ab. War der Verstorbene Zeit seines Lebens ein friedvoller Mensch, dann wird das Geleit einfach sein. Sind allerdings die Todesumstände unglücklich, die Handlungen im Leben leidvoll gewesen, dann gibt's auf dem weiteren Weg für den Schamanen schwierige Aufgaben bei der Seelenbegleitung.

RitualCoaching

Beim Coaching handelt es sich um eine strukturierte Form der Begleitung und um eine Förderung des vorhandenen Potentials. Es ist ein personenzentrierter Beratungs- und Betreuungsprozess, der die unterschiedlichen Bedarfslagen des Klienten (kann auch eine Gruppe sein) um-

fasst. Auch ist das Coaching zeitlich begrenzt. Der Coach ist ein neutraler „Reise“-Begleiter. Betrachtet man diese Beschreibung des Coaching, dann deckt sich dies mit der Aufgabe des Schamanen bei einem lebenszyklischen Ritual. Als Ritual-Coach begleitet der Schamane den Klienten – Individuum u/o Gruppe – und gestaltet

bewusst ein Ritual zum jeweiligen Lebensabschnitt.

Grundlagen wie auch Ablauf des Rituals werden vom Schamanen gemeinsam mit dem Klienten erarbeitet. Da der Schamane in einem Ritual die Rolle des Seelenführers im Diesseits wie auch für das Jenseits einnimmt, unterstützt er den Klienten auf dem Weg der Bewusstwerdung.

Der Wunsch nach sinnstiftenden Ritualen und Feiern von großen Ereignissen im Lebenslauf wie Geburt, Heirat und Tod besteht in jedem Menschen. Genauso können aber auch äußere Veränderungen, wie Wohnortwechsel, Schulabschluss, Arbeitswechsel, Trennung, Verlust etc., über Rituale bewusst gestaltet werden. In all diesen Fällen kann ein Schamane als

RitualCoach das Individuum oder die betroffene Gemeinschaft bei der bewussten Gestaltung eines Rituals führen.

