

Der Tanz der Großen Mutter

Clarissa Pinkola
Estés

Der Tanz der Großen Mutter

Von der Jugend des Alters
und der Reife der Jugend

Aus dem Amerikanischen
von Jochen Winter

HEYNE <

Amerikanischer Originaltitel:
The Dancing Grandmothers.
To Be Young While Old, Old While Young

Redaktion: Henning Thies

Copyright © 2007 by Clarissa Pinkola Estés, Ph. D.
Copyright © 2007 der deutschsprachigen Ausgabe
by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlaggestaltung: Eisele Grafik-Design, München
Satz: Leingärtner, Nabburg
Druck und Bindung: Bercker, Kevelaer
Printed in Germany 2007

ISBN 978-3-453-87295-0

www.heyne.de

Para mi La signora, Carla Tanzi

*»Nessun dorma!
nessun dorma!*

*Tu pure, o Principessa ...
Guardi le stelle
Che tremano d'amore
E di speranza ...«*

Puccini, *Turandot*

*Liebe wird die heilsamste Medizin sein.
Sie selbst werden deren Wunder sein.*

CPE

Die kleine Hütte im Wald

Du liebe tapfere Seele ...

Willkommen ...

Tritt ein, tritt ein ...

Ich habe auf dich gewartet ... ja, auf dich und deinen Geist! Ich bin froh, dass du den Weg hierher gefunden hast ...

Komm, setz dich eine Weile zu mir. Wir wollen uns abseits der »vielen unerledigten Dinge« etwas Zeit füreinander nehmen. Für alles andere wird später noch Zeit genug sein. Ich kann dir versichern, dass wir eines fernen Tages an der Himmelspforte nicht danach gefragt werden, wie gut wir den Bürgersteig gefegt oder mit wie vielen »sehr wichtigen Kleinigkeiten« wir uns überhäuft haben. Eher wird man uns dort fragen, ob und wie wir uns entschlossen haben, wirklich zu leben.

Wir wollen uns jetzt einfach eine Zeit lang wohlthuenden stillen Gedanken widmen, bevor wir wieder von

der Welt und ihren Tretmühlen sprechen ... Hier, probier diesen Stuhl. Er scheint mir für deinen kostbaren Leib gerade recht. Na bitte! Und jetzt ein tiefer Atemzug ... Lass die Schultern nach unten sinken, in ihre natürliche Lage. Ist es nicht wunderbar, diese klare Luft zu atmen? Und noch ein tiefer Atemzug. Komm jetzt ... Ich kann warten ... Siehst du? Jetzt bist du ruhiger geworden, bist ganz in der Gegenwart angekommen.

Ich habe für uns ein Kaminfeuer entzündet; es wird die ganze Nacht brennen – lange genug für all die hier zu erzählenden »Geschichten in den Geschichten«. Gib mir noch einen Augenblick Zeit, um den Tisch mit frischer Minze fertig abzuwischen. Hier, lass uns das gute Geschirr nehmen. Und lass uns trinken, was wir »für einen besonderen Anlass« aufgespart haben. Glaub mir, wann immer die Seele die Führung übernimmt, ist ein solcher »besonderer Anlass«. Hast du es je bemerkt? Immer wenn unser Ego zu viel »aufspart«, bringt es missmutig seinen Zweifel daran zum Ausdruck, ob die Seele ihre tägliche Freude wirklich verdient. Doch sie hat sie verdient, ganz bestimmt.

Sitzen wir also ein wenig beisammen, *comadre*,¹ nur wir zwei ... und jener Geist, der von selbst entsteht, wann immer zwei oder mehrere Seelen mit gegenseitigem Respekt zusammentreffen, wann immer zwei

oder mehr Frauen über »die wirklich wichtigen Dinge« sprechen.

Hier, an dieser abgelegenen Zufluchtsstätte, ist die Seele zugelassen ... und soll sich aussprechen. Hier wird deine Seele in guter Begleitung sein. Ich gebe dir mein Wort, dass sie hier, anders als in vielen Bereichen der Außenwelt, sicher ist. Bleib gelassen, *comadre*, hier ist deine Seele in Sicherheit.

Vielleicht bist du ja auch an meine Tür gekommen, weil du gern nach einer wohltuenden Maxime leben möchtest – nach dem Prinzip »Jung sein im Alter und reif sein in der Jugend«. Ja, man trägt viele Paradoxe in sich, die im Gleichgewicht gehalten werden müssen. Erinnerst du dich? *Paradox* heißt eine Vorstellung, die der allgemein akzeptierten Meinung widerspricht. Das gilt auch für die *gran mere*, die großartigste der Frauen, die *grand madre*, die Große Mutter ... Du trägst sie in dir, eine noch im Werden begriffene weise Frau, die das scheinbar Unlogische, aber äußerst Nützliche sowie die *großen* Fähigkeiten der tiefen Psyche miteinander verknüpft.

Die *großen* paradoxen Eigenschaften bestehen im Wesentlichen darin, weise und doch stets lernbegierig zu sein, spontan *und* zuverlässig, unbändig schöpferisch *und* aufrichtig, kühn *und* wachsam; die Tradition zu verteidigen *und* ein echtes Original zu sein.

Ich hoffe, Sie werden erkennen, dass all diese Eigenschaften mehr oder weniger auch auf Sie zutreffen – in potenzieller, halb verwirklichter oder voll ausgeprägter Form.

Wenn Sie an solchen göttlichen Widersprüchen Interesse haben, fühlen Sie sich auch zu dem geheimnisvollen und faszinierenden Archetyp der weisen Frau hingezogen, der in der Figur der Großmutter eine symbolträchtige Darstellung findet. Dieser Archetyp ist Frauen jeden Alters eigen und kommt im Leben einer jeden Frau auf vielfältige und einzigartige Weise zum Ausdruck.

Über die tiefgründige Imago der Großen Mutter als einen der wichtigsten Aspekte des Archetyps der weisen Frau zu sprechen, heißt nicht, dass man ein bestimmtes Alter oder Lebensstadium bei Frauen behandelt. *Großes* Verständnis, *großes* Vorherwissen, *große* Seelenruhe, Aufgeschlossenheit, Sinnlichkeit, *große* schöpferische Kraft, Scharfsicht und Beherrschung beim Lernen – also *Weisheit* – stellen sich nicht plötzlich voll entwickelt ein. Sie fallen nicht in einem bestimmten Alter wie ein Mantel über die Schultern einer Frau.

Große Klarheit und Wahrnehmungsfähigkeit, *große* Liebe, die weithin ausstrahlt, *große* Selbsterkenntnis, die in die Tiefe und in die Breite geht, die Herausbildung verfeinerter, angewandter Weisheit – all das ist

ein fortwährender Prozess, ungeachtet dessen wie viele Jahre eine Frau angesammelt hat. Die Grundlage des »Großen« im Gegensatz zum »bloß Gewöhnlichen« wird erarbeitet ... oft durch früh, mitten oder spät im Leben erlittene Verletzungen und Bruchlandungen, durch allzu hochfliegende Gedanken, falsche Kehrtwendungen und unbesonnene Neuanfänge. Was nach den Katastrophen oder Einbrüchen übrig bleibt, wird durch die Frau und ihren Geist, ihr Herz, ihr Bewusstsein, ihren Körper und ihre Seele umgestaltet und dann in die Praxis übertragen ... bis sie in ihrer paradoxen und zugleich weisen Art nicht nur kompetent, sondern oft auch vollkommen ist in ihrer Art zu leben, zu sehen und zu sein.

Im Mythos wie in der Wirklichkeit gibt es viele Typen ehrwürdiger und großer (Groß-)Mütter. Es stimmt: Großmutter eines kleinen Kindes zu sein ist wie sich verlieben, und die Geburt mehrerer Kinder kann die ältere Person in höchste Begeisterung versetzen. Außerdem verleiht der Stolz und die helle Freude, »Mutter einer Mutter zu sein«, eine ganz eigene Größe. Darüber hinaus aber bestehen noch zahlreiche weitere, nicht auf die Nachkommen beschränkte Möglichkeiten, in der Großmutter-Imago gesegnet zu sein.

Zum Beispiel leben im Hier und Jetzt Frauen, die Großmütter sind für Generationen von Ideen, Pro-

zessen, Entwicklungen, Schöpfungen, Phasen ihrer eigenen Kunst, die sich darin zum Ausdruck bringen und so immer weiser werden. Dazu gehören treue Ratgeberinnen, lehrende Grazien, die Schüler und Studenten anleiten, angehende Schriftstellerinnen und Künstlerinnen sowie reife Frauen, denn auch reife Frauen brauchen Wärme und Unterweisung, um in jedem Frühling neu aufzublühen ...

Doch im Mythos wird es wohl am deutlichsten, dass die Große Mutter als Symbol des umfassenderen Archetyps der weisen Frau vor allem *eine* zentrale Aufgabe hat, die beängstigend, wagemutig, anspruchsvoll und beglückend ist: das Leben bis zum Äußersten auszuleben. Nicht halb; nicht zu drei Vierteln. Nicht an manchen Tagen Huhn, dann wieder nur Federn. Vielmehr ganz und gar lebendig zu sein, jeden Tag. Nicht nach Maßgabe der Möglichkeiten von jemand anderem, sondern nach Maßgabe ihres eigenen schicksalhaften freien Willens, ihrer eigenen lebenspendenden – nicht abstumpfenden – Möglichkeiten. Und dieser unwiderstehliche Drang hat einen Grund ...

Viktoriá, eine meiner Großmütter, hatte einen kleinen Hund mit vorstehendem Unterkiefer, der wie ein schrecklicher Zerberus *en miniature* aussah, trotzdem aber so süß war, wie es eben ging. Sie hatte auch eine kleine schwarze Katze, die gern die überall im Haus an den Türknäufen aufgehängten Rosenkränze atta-

ckierte ... »Falls ich mal auf der Stelle für jemand beten muss.« Sie sprach zu ihrem Hund und zu ihrer Katze, als handle es sich um Menschen ... »Weißt du, die Tiere haben eine Seele«, pflegte sie zu sagen.

Wenn der Hund plötzlich kraftvoll aufsprang, um einem neuen Geruch in der Luft nachzujagen, fing auch die Katze an, im Zimmer herumzurennen. Und wenn die Katze vom alten Zelluloidradio auf Großmutter mit Deckchen verzierten Sessel sprang, von dort wieder zurück und immer so hin und her, dann wurde der Hund sofort aufmerksam und hüpfte ebenfalls durch die Gegend, mit heiterer Miene. Dann sagte meine Großmutter unweigerlich, wir müssten mitmachen. Sie nahm meine kleinen Hände, und wir sprangen und hüpfen im Takt und Rhythmus des Hunde-Katzen-Tanzes, der gerade stattfand. Sie sagte: »Wenn *einer* wirklich lebt, dann tun's die andren auch.« Einen kurzen Augenblick lang waren dann alle Tiere, auch wir, wieder wild.

Was sie meinte, war Folgendes: Wenn eine Seele sich entschieden dafür einsetzt, so lebendig wie möglich zu leben, dann werden viele andere in ihrer Nähe »Feuer fangen«. Wenn man trotz Hindernissen, Beschränkungen oder gar Verletzungen den Durchbruch schafft zum wahren Leben, werden auch die Lebewesen ringsum – Kinder, Freunde, Kollegen, Fremde, Tiere und Pflanzen – ein erfüllteres Leben führen. »Wenn *einer*

wirklich lebt, dann tun's die andren auch.« Das ist die wichtigste Pflicht der weisen Frau: so zu leben, dass andere dadurch beflügelt werden; auf seelenvolle Weise zu leben, damit die anderen sehen, wie das geht.

Bezeichnet man die ersten zehn Lebensjahre als Dekade, so bin ich heute in meiner siebten Dekade auf Erden ... Ich kann jetzt deutlich erkennen, dass sich die »Liebesarbeit« der Großen Mutter auch auf der irdischen Ebene offenbart ... also die Pflicht, große Freude zu empfinden, großen, wohltuenden Spaß zu haben. Einblick zu gewinnen ... was bedeuten kann, für bessere Ergebnisse einzutreten. Zu bestätigen ... was bedeuten kann, zu segnen. Zu lehren ... also den Weg aufzuzeigen. Schutz zu gewähren ... was auch bedeutet, von Geist und Seele zu sprechen, nie bloß von Körper und Verstand – und so über die Seelen sämtlicher Zeitalter zu wachen, die vielleicht, und sei es nur für einen Moment, greifbar nah an einem vorüberziehen.

Das bringt mich auf eine Frage, die Sie unbedingt in Erwägung ziehen sollten ... Hatten Sie je eine Ahnung davon, was *Ihr* größtes Selbst ausmacht? Ich denke, eine Frau kann viel über ihr tiefes Selbst erfahren, wenn sie ein ungewöhnliches Phänomen in den Leitmotiven der Mythen und Märchen betrachtet, in denen die Entwicklung zur weisen Frau klar zu ersehen ist.

Nehmen wir diese Motive in Augenschein, so entdecken wir eine einzigartige Konfiguration: Wann immer eine junge Frau Kummer hat, erscheint nur selten ein Prinz, viel häufiger dagegen eine weise alte Frau, die wie aus dem Nichts kommt, ihr Zauberpulver verstreut und mit ihrem Handstock in die Luft sticht.

Ob sie ein greises Weib, eine magische Juju-Frau oder eine sinnliche Zauberin ist; ob sie ein struppiges Gewand, den Mantel des leuchtenden Sonnenuntergangs oder der Mitternacht oder aber einen »Kampfanzug« trägt – sie ist die uralte »Wissende«, die plötzlich auftaucht, um der jüngeren Frau beizustehen.

Sie zeigt sich am Fenster der Gefängniszelle mit einer klugen Anleitung, wie die Flucht gelingt. Sie gibt der Heldin heimlich einen Zauberring, einen Spiegel oder ein Fläschchen mit Tränen, mit dem diese sich schützen kann. Sie flüstert rätselhafte Worte, welche die Heldin bedenken und deuten muss, um schließlich ihren Weg zu finden. Prinzen sind gut, manchmal sogar hervorragend, aber häufig ist es im Mythos oder im Märchen die alte Frau, die über die wahren Güter verfügt.

Die jüngere, oft arglose Heldin indes sollte man sich ungeachtet ihrer Zwangslagen und Herausforderungen nicht als völlig naiv vorstellen. Wie junge Frauen von heute weiß sie meistens erstaunlich viel über sich selbst. Doch manchmal ist sie auch zu sehr in Angst

gefangen, um dem Wissen ihrer Seele zu folgen. Oder/ und sie befindet sich mitten in einem äußerst wichtigen Lernprozess, der unversehens oder mit der Zeit in eine Sackgasse geraten ist. Eine Parallele dazu bietet der griechische Mythos von den Flüssen des Vergessens wie Lethe oder den vergifteten Flüssen wie Styx, darin eine Seele zunächst nicht erkennt, wie sie diese heil überqueren und das Land der Lebendigen erreichen kann.

In einem Märchen, das man in unserer Familie erzählt und einfach *Die Halskette* nennt, wird eine junge Frau von den Dorfbewohnern gemieden, weil sie »anders« ist. Doch aufgrund des großen Vermächtnisses, das sie im Innern trägt, gelingt es ihr, solche Verunglimpfungen abzuschütteln und ihr wahres Selbst zu schätzen – indem sie sich mit den Augen ihrer Großmutter sieht. Doch bevor sie einer ziemlich furchterregenden alten weisen Frau begegnet, hat sie Angst zu glauben, sie könnte mehr sein als ein ganz normales menschliches Wesen.

Im Mythos von Eros und Psyche erkennt Psyche nicht ihren schweren Irrtum, wenn sie versucht, wahre Liebe zu »sehen« anstatt ihr zu »vertrauen«. Infolgedessen wird ihr erlesener Liebhaber Eros verletzt und verschwindet. Sie muss eine dunkle Reise durch die Unterwelt antreten, trifft dort auf die drei alten spinnenden und webenden Schicksalsgöttinnen, die

sie über die Kürze des Lebens und die Notwendigkeit unterrichten, dem nachzustreben, worauf es am meisten ankommt. In Mythos und Märchen gibt es noch viele weitere Motive, bei denen die jüngere Frau im Gegensatz zur älteren die akute Gefahr für ihre Seele nicht erkennt.

Gott sei Dank taucht uns zuliebe die Quelle der Weisheit mit einiger Zuverlässigkeit auf, und nicht nur im Mythos. Wenn Sie sich in der Wirklichkeit umschaun, entdecken auch Sie in Ihrer Nähe wahrscheinlich eine wunderbar exzentrische, etwas griesgrämige, elegant und/oder ungezähmt auftretende, freche, starke, schöne ältere Frau. Denken Sie einmal darüber nach ... Kennen Sie nicht wenigstens eine ehrwürdige Seele, die der weisen Frau in solchen Sagen und Märchen ähnelt? Eine Frau, die meistens eine Expertin in Weitsicht, unfehlbarem Urteil, gleichsam magischen Kräften und gewiss klugen Strategien ist? Ja? Und wenn Sie die Frage verneinen, dann überlegen Sie noch einmal, denn vielleicht sind Sie selbst diese Frau, wenngleich noch nicht im fertigen Zustand. Ja, *Sie!* Genau Sie!

In Mythos und Märchen übernimmt das Duo der Jüngeren und der Älteren die Aufgabe, einander die notwendigen Segnungen zu spenden, weiter voranzuschreiten, Gutes zu tun, mutig und tapfer zu sein und

jene Art von Leben zu führen, in dem die Seelen begünstigt werden.

Aus welchen zusätzlichen Gründen können die Eigenschaften der weisen Frau sehr wichtig sein für die Jüngere, und warum ist deren Klugheit und Kraft von höchster Bedeutung für die Ältere? Gemeinsam symbolisieren sie die beiden wesentlichen Aspekte, die in der Psyche jeder Frau vorhanden sind: Ihre Seele ist alt, jenseits aller Zeit, und ihr Geist ist für immer jung ... Zusammen stehen sie für die Maxime »Jung sein im Alter und reif sein in der Jugend«.

Hatten Sie, ungeachtet der gelebten Jahre, nicht schon einmal das Gefühl, weiterhin sechzehn zu sein? Das ist Ihr Geist. Er bleibt stets jung und behält, wie wohl er an Erfahrung und Wissen dazugewinnt, den Überschwang, die Neugier und ungezügelte Schöpferkraft der Jugend.

Hatten Sie nicht schon einmal den Eindruck, etwas gesagt oder getan zu haben, das viel klüger und intelligenter war, als Sie es von Ihrem Alltag her gewohnt sind? Das ist einer der Beweise für die Existenz Ihrer Seele, jener uralten Kraft im Innern, die »weiß« und entsprechend handelt.

In einer ausgeglichenen Psyche sind diese beiden Kräfte, der junge Geist und die weise alte Seele, so miteinander verbunden, dass sie sich gegenseitig fördern und steigern. Die Psyche wurde geschaffen, um

in der bestmöglichen Weise zu funktionieren – also dem Drachen furchtlos gegenüberzutreten, aus Gefängnissen zu fliehen, den Zauberbann zu brechen, den strahlenden Glanz zu entdecken und sich auf die eigene Persönlichkeit zu besinnen – dank der Führung dieses dynamischen Duos.

Und was sollte eine Frau tun, die zu ihrer dual angelegten inneren Natur – zum immer jugendlichen Geist oder zur uralten Ratgeberin – den Kontakt verloren hat? Zu jenen Aspekten, die aus einer Frau eine »große« Tochter, eine »große« Mutter, eine »große« Seele machen?

Sie sollte den Segen empfangen, wirklich zu leben ... Manchmal verbringen wir unser ganzes Leben damit, auf diesen »Segen« zu warten, der die Tore weit öffnet: »Brich auf, ja, sei die Kraft, die du sein sollst ... Brich auf, ja, lebe auf all deinen Wegen als ganzes Wesen – und bis zum Äußersten.«

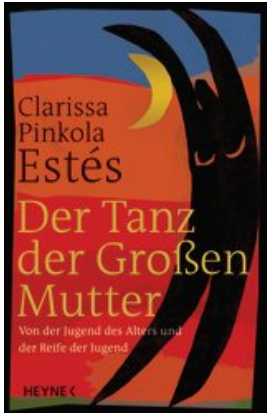
Der Segen besteht nicht darin, dass Sie etwas *gewinnen*, sondern darin, dass Sie etwas *nutzen* – etwas, das Sie schon besitzen: den Genius, der mit Ihnen geboren wurde an dem Tag, da Sie auf die Erde kamen. Der Segen ist so beschaffen, dass Sie sich, erinnernd, Ihrer Persönlichkeit voll bewusst werden und jene Größe, die Ihrem kostbaren und wilden Selbst bei der Geburt eingepägt wurde, vorteilhaft zur Geltung bringen.

Wenn Sie auf diesen Segen gewartet haben, dann bitte ich Sie, nicht länger zu warten, denn die Segnungen, die ich Ihrem Bewusstsein übermittle, gründen auf der sicheren Erfassung der angeborenen und ewigen Eigenschaften Ihrer Seele. Und wer würde es wagen zu behaupten, er kenne diese?

An dieser Stelle müssen wir erst einmal innehalten, um zusammen zu lachen, denn wenn Sie eine solche Frage stellen, wissen Sie auch schon die Antwort. Schreiben Sie also folgenden Satz an die Wand: »Unterschätze nie die geistige Kühnheit einer gefährlichen alten Frau.«²

Wissen Sie noch, dass wir eingangs sagten, hier könne die Seele sich frei entfalten? Nun, da Sie an meinem Herd sitzen, neigen Sie bitte, ganz gleich ob Sie Tochter oder Mutter, jünger oder älter sind, ob Ihr Geist und Ihre Seele sich schon verbunden haben oder noch aufeinander warten, ob Sie die Prüfung noch vor sich haben oder bereits erprobt sind oder beides – neigen Sie bitte Ihren Kopf, liebe Tochter, und gestatten Sie mir, Ihnen für den Rest dieser Nacht der »Geschichten in den Geschichten« und für Ihre Reise danach einen sanften und durchdringenden Segen zu spenden:

Seien Sie sich bewusst, dass Sie gesegnet sind, ungeachtet Ihrer Schwankungen, Verwirrungen, Abstiege, verlorenen Zeiten, Ihrer Gewissheiten und Ein-



Clarissa Pinkola Estés

Der Tanz der Großen Mutter

Von der Jugend des Alters und der Reife der Jugend

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 120 Seiten, 12,2x19,4
ISBN: 978-3-453-87295-0

Heyne

Erscheinungstermin: August 2007

Neues von der »Wolfsfrau«

Leidenschaft, Intuition, Kreativität und Einfühlungsvermögen – jede Frau trägt in sich unschätzbare, verborgene Kräfte. Sie sind in der Jugend bereits angelegt und kommen in reiferen Jahren zur vollen Entfaltung. Mit magischer und poetischer Sprache greift die große Geschichtenerzählerin das Thema der weiblichen Urinstinkte auf, das ihren außergewöhnlichen Erfolg »Die Wolfsfrau« begründete und ein neues Frauenbewusstsein prägte.

»In der Jugend Reife zeigen und im Alter jung sein«, so lautet die Botschaft von Clarissa Pinkola Estés. In ihrem neuen Buch lässt sie die unbändige Willenskraft und Stärke, die viele Frauen in reiferen Jahren entwickeln, auf wunderbare Weise in Mythen und Legenden lebendig werden. Verwegenheit, Feuer, Selbstbewusstsein und Enthusiasmus – die ganze Fülle des Alters offenbart sich im hemmungslosen Tanz der weisen Frauen, die, einem alten ungarischen Hochzeitsbrauch folgend, den Bräutigam voller Leidenschaft und Temperament herausfordern und seine Vitalität prüfen, bevor sie ihn der Braut überlassen. Eine fabelhafte Hymne an die Weiblichkeit und das Leben in seiner höchsten Reife!