

12 Durchtrennen der Lebensfäden

Absicht	
Quelle	Praxisbuch der Rituale, Diane von Weltzien, ISBN 3-442-13227-4
Stichworte	Trauer, Tod
Anzahl Personen	6 - 20
Ort	im Hause
Zeit	ca. 2 Stunden
Beschreibung	<p>Bei vielen Stämmen und Völkern wird der Tod eines Verwandten als Erlösung verstanden und deshalb nicht betrauert, sondern gefeiert. Diese Sichtweise gelingt allerdings nur in einem grösseren sozialen Zusammenhang. Der einzelne, der einen ihm nahestehenden Menschen verloren hat, trauert aus diesem "egoistischen" Motiv heraus sehr wohl. Diese sehr heilsame "Trauerarbeit", mit der jeder für sich den eigenen Übergang von Beziehungsreichtum zu -verlust in diesem einen speziellen Fall ritualisiert, kann die unterschiedlichsten Formen annehmen. So werden Haare und Bart abgenommen oder umgekehrt während einer bestimmten Frist nicht geschnitten. Das Gesicht oder der ganze Körper werden mit Russ und Asche geschwärzt, oder eine bestimmte Diät wird in der Trauerzeit eingehalten. Im allgemeinen wird zum Zeichen der Trauer auf den normalen Ablauf der Dinge verzichtet. Manchmal bricht sich der Verlustschmerz auch Bahn in mehr oder weniger grausamen Selbstverstümmelungen - körperlicher Schmerz hilft, wie wir wissen, emotionalen Schmerz zu überwinden. In vielen Kulturen wird der Trauernde als unrein betrachtet und unterliegt einem Tabu. Er muss sich also nach Abschluss der Trauerzeit einer rituellen Reinigung unterziehen, um sich wieder in die Gemeinschaft einzufügen. Trauerarbeit" ist wichtig, wenn man den Schmerz eines Verlustes überwinden und eine Trauerzeit zum Abschluss bringen möchte. Die wenigsten Menschen sind bereit, sich dem wirklich zu stellen. Eher neigen wir dazu, unseren Verlustschmerz zu verdrängen, denn wer leidet schon gerne. Aber solches Verhalten rächt sich und braucht viel kostbare Energie auf, die wir an anderer Stelle gewinnbringender einsetzen könnten.</p> <p>Der langjährige englische Theaterdirektor James Roose-Evans, der sich stark für Rituale interessiert und seit langem mit ihnen experimentiert, hat das folgende Gruppenritual zur Bewältigung von Verlustschmerz entwickelt.</p> <p>Das Ritual soll im Idealfall in einer Gruppe ablaufen, deren Mitglieder bereits miteinander gearbeitet haben. Ein offenes Ende ist unbedingt erforderlich, um dem einzelnen die Möglichkeit zu geben, wieder zu sich zu finden, bevor er den geschützten Ritualraum verlässt. Auf Hintergrundmusik sollte verzichtet werden. Ein grosser Korb mit vielen Wollknäueln unterschiedlicher Farben wird in die Mitte des Raumes</p>



Absicht	
	<p>gestellt, und die Gruppe bildet einen weiten Kreis darum.</p> <p>Ein Ritualleiter bittet die Anwesenden, an einen nahestehenden Menschen zu denken, der kürzlich oder vor längerem verstorben ist. Mit einer solchen Person im Kopf nimmt sich jeder eines der Wollknäuel aus dem Korb, das ihn an den Verstorbenen erinnern soll. Es kann auch einer Person gedacht werden, die noch lebt und deren Tod man sich nur vorstellt. Auch der eigene Tod kann thematisiert werden. Wenn man wieder an seinem Platz sitzt, wird das lose Ende des Knäuels ein paar mal um einen Finger der linken Hand gewickelt. Das Knäuel selbst hält man in der rechten Hand. Bis jeder sich ein Wollknäuel genommen hat, denken die übrigen über den verstorbenen Menschen nach, den sie für sich ausgewählt haben. Wenn alle bereit sind, dann wird irgendwann einer aus der Gruppe seinen Wollball einem gegenüberstehenden Teilnehmer zuwerfen, mit dem er zuvor in Augenkontakt getreten ist. Dieser fängt das Knäuel auf und wickelt den Faden ein paar mal um einen Finger seiner linken Hand, bevor er das Knäuel weiter wirft. Wenn man das Wollknäuel mit dem geliebten Verstorbenen assoziiert hat, dann steht das erste Werfen schon symbolisch für die schmerzliche Trennung. Es ist von grosser Wichtigkeit, dass der gesamte Prozess ohne Hast abläuft. Das Werfen und Fangen ist meditativer Natur.</p> <p>Durch das Hinundherwerfen wird aus den einzelnen Fäden nach und nach ein bunter Teppich. Jeder Teilnehmer hält bald viele Fäden in seiner linken Hand und wird dadurch mit den Leben der anderen Anwesenden verwoben. Wenn einmal ein Wollknäuel auf dem Boden landet und niemand aus der Gruppe es erreicht, um es wieder aufzuheben, dann muss der Ritualleiter helfen und es demjenigen geben, dem es zugeworfen worden war. Die Atmosphäre soll konzentriert, zugleich aber auch entspannt sein. Jeder Teilnehmer ist sich des Werfens, Fangens und Webens bewusst, ruft sich dabei Erinnerungen an den Verstorbenen, für den er sich zuvor entschieden hat, ins Gedächtnis und sieht dessen Leben und Sterben in Verbindung mit allem anderen Leben und Sterben. Möglicherweise wird jemand anfangen zu singen, und vielleicht schliessen sich andere an.</p> <p>Früher oder später wird allen Beteiligten die Wolle ausgehen. Dann geht der Ritualleiter mit einer Schere von Teilnehmer zu Teilnehmer und schneidet den Teppich an der linken Hand eines jeden ab. Allen bleiben dabei eine ganze Handvoll vielfarbiger Fäden in der linken Hand zurück. Der Ritualleiter muss dabei sehr behutsam vorgehen, denn er vollzieht mit seinem Schnitt eine weitere symbolische Trennung. Er muss jeden Augenkontakt vermeiden und doch jeden einzelnen ganz bewusst wahrnehmen. Kommt es doch einmal zu einem Augenkontakt, dann hat das in den meisten Fällen einen Weinkrampf des betreffenden Gruppenmitglieds zur Folge.</p>



Absicht	
	<p>Was weiter geschieht, nachdem der Teppich in der Mitte auf den Boden gesunken ist und jeder mit einer Handvoll Wollenden in der Hand dasteht, hängt weitgehend von der Gruppe und den einzelnen Beteiligten ab. Deshalb ist es von so grosser Bedeutung, dass das Ende offen bleibt und kein Druck ausgeübt wird, die Zeremonie abzuschliessen. Eine ganze Weile lang wird es so aussehen, als ob nichts geschieht. Manchmal scheint es so, dass ein jeder sich seiner Trauer vollkommen überlässt. Man muss warten und darauf vertrauen, dass der kreative Prozess Bilder oder Geräusche produziert, die das Ritual zu einem einzigartigen Schluss führen, einzigartig für die Gruppe in diesem Moment.</p>
Material	
Tipps	
Verfasser	R. Mähr
Datum	08.03.16