

Die not-wendende Heilung der urweiblichen und urmenschlichen Wunde





Warum ist die Beziehung mit unserer Mutter oft so angespannt und von Schuldgefühlen, Vorwürfen, Wut, Hilflosigkeit oder vielleicht sogar Kontaktabbruch geprägt? Was ist die Ursache der vielen Schuldgefühle, die wir als Mütter, Töchter und Frauen haben? Und vor allem: Wie können wir das heilen, verkörpern und verwirklichen, was allen Beteiligten dient, und das in die Welt bringen, was dem großen Ganzen und unserer Seelenmedizin entspricht? In diese Fragen tauchen wir dieses Jahr in den vier Ausgaben im Frühling, Sommer, Herbst und Winter ein.

HHE

Die Beziehung mit unserer Mutter

Im ersten Teil dieses Artikels in der Frühlingsausgabe habe ich darüber geschrieben, wie es zur Entstehung der urmenschlichen Wunde kam, warum sie uns in der Beziehung mit unserer Mutter so schmerzlich bewusst wird und warum es bedeutsam ist, das Thema des unbemutterten Kindes zu (er)kennen, warum Bewusstwerdung der erste Schritt in die Heilung ist und warum diese nur gelingt, wenn wir an die Wurzel zurückgehen, anstatt das Symptom zu kritisieren. Was ist die urmenschliche Wunde?

Die urmenschliche Wunde, die wir alle – gleich welchen Geschlechts – in uns tragen, ist die vererbte und weitergegebene Tiefenverletzung, die das Heilige Weibliche – das ebenfalls alle Geschlechter in sich tragen – durch Abwertung, Ausgrenzung und Ausrottung im patriarchalen System erfährt. Frauen als "Vertreterinnen" des Heiligen Weiblichen erfahren diese Verletzung deshalb seit Jahrtausenden. Unsere Mütter, Großmütter und Urgroßmütter, Tausende von Generationen zurück und natürlich auch unsere Töchter und Enkelinnen.

Kaum jemand weiß um diese Wunde, obgleich sie allgegenwärtig ist. Sie ist schwierig zu verstehen und zu fassen, weil sie in einen Teppich von Unzulänglichkeit, Schuld, Scham, Emotionalität, Ängsten, Mangel und "nicht genug" auf allen Ebenen eingewoben ist und weil wir als normal empfinden, was wir erleben. Zu all dem kommt hinzu, dass der Schmerz, den diese Wunde verursacht, tabuisiert ist. Es wird uns vermittelt, dass die Dinge so seien, wie sie sind, und dass wir falsch sind, wenn wir uns nicht entsprechend verhalten können oder wollen.

HHE

Es muss uns das Herz brechen

Die Erinnerung an die Wahrheit liegt noch zu tief vergraben in uns, als dass wir sie bereits als konkretes Wissen abrufen könnten. Eher ist es das diffuse Gefühl, es müsste noch etwas anderes geben als das, was ist. Wir spüren eine zunehmende Unzufriedenheit. Es ist bereits Teil der Gesundung, uns des Kranken bewusst zu sein. Doch wo und wie können wir etwas ändern?

Wir müssen das Verdrehte und aus der Ordnung Gebrachte erkennen, die Lügen und Doppelbotschaften entlarven, auf Manipulation und Schüren von Ängsten nicht mehr hereinfallen und stattdessen die ganze Misere des patriarchalen Systems betrauern, den tiefen und bis ins Mark erschütternden Schmerz zulassen, was und in welch immensem Ausmaß mit der ursprünglich atemberaubend schönen Erde, den Meeren, Böden, Pflanzen, Tieren und Menschen geschehen ist. Wir müssen uns das Herz brechen lassen von der Katastrophe, die geschehen konnte, weil wir taub und blind geworden sind.



effe

Alle sind davon betroffen

Wir sind von der urmenschlichen Wunde deshalb so intensiv betroffen, weil wir alle von einer Frau ausgetragen, geboren und ins Leben begleitet wurden, ihre Geschichte und Zellerinnerungen in uns tragen, und seit Tausenden von Generationen uns heute am Ende einer Schmerzkette von Verletzungen befinden, die den einstmals fruchtbaren, tragenden und nährenden Mutterboden ausgehöhlt, abgetragen und vergiftet haben.

Die urmenschliche Wunde ist der Verlust unserer Weisheit, wie wir in Einklang und Harmonie mit uns, anderen und dem großen Ganzen leben können. Sie ist die Unfähigkeit, echtes und umfassendes Mitgefühl für uns und alle Wesen zu empfinden und uns radikal für Heilung einzusetzen. Sie ist Gleichgültigkeit und Ignoranz, Unwissenheit und Arroganz. Sie ist Ego und ich, mich, mein. Sie ist gewinnen wollen auch um den Preis, dass andere dann eben verlieren, Rücksichtslosigkeit, Bequemlichkeit, Ichbezogenheit, Narzissmus, Ausschließen, Abgrenzen und Ausrotten. Sie ist "Hauptsache, ich bekomme Geld dafür" und Gier, "wie kann ich glänzen?" und "hoffentlich bemerkt niemand, wie unfähig ich eigentlich bin". Sie ist Manipulation und Machtmissbrauch, so tun als ob und Masken, Krieg, Gewalt und Unfriede. Sie ist Konflikt und Gegeneinander, Streit und Vergleichen mit anderen. Die urmenschliche Wunde ist Scham, und ständig im Untergrund zu meinen, etwas sei falsch mit uns. Sie ist das Gefühl, uns kleiner oder größer machen zu müssen, um geliebt zu werden. Sie ist das Schuldgefühl, etwas Ominöses und Großes falsch gemacht zu haben oder zu machen. Sie ist die Angst, zu kurz zu kommen, nicht genug zu haben und zu sein, mit Schmerz konfrontiert zu werden, die Wahrheit zu fühlen, zu sehen und uns in ihr zu zeigen, die Angst vor Ablehnung und Unterdrückung, vor Vernichtung und Zurückweisung. Die Urangst, nicht liebenswert und geliebt bis hin zu der Furcht und Annahme, böse oder falsch zu sein. Sie ist Todessehnsucht und fehlender Respekt vor Leben, Gebären und Sterben. Sie ist Lust an Qual, Gewalt, Töten und Leiden, an Pornographie, Vergewaltigung und Krieg.

4100

Die Urwunde ist alles, wovon wir durchdrungen und ständig umgeben sind

Die urmenschliche Wunde äußert sich darin, dass wir nicht mehr wissen, wer wir sind und was unser Platz ist, was die höchste Seelenvision unseres wahren Selbst ist, warum wir hier sind und wie wir uns einbringen wollen und können. Wir fühlen uns abgelehnt und ausgeschlossen, zurückgewiesen und kleingemacht. Wir haben keine Achtung vor uns und anderen, wir ehren nicht mehr die Ahninnen – ja, insbesondere diese – und Ahnen, von denen wir kommen, und die künftigen Generationen, die wir ins Leben begleiten. Wir ehren weder die Quelle, aus der alles Leben und Sein kommt, noch Großmutter Erde, Pflanzen, Tiere und Mitmenschen.

Wir haben keine nährende und heilsame Beziehung mit den Qualitäten des heilen und göttlichen Kindes und der reifen und erwachsenen Mutter in uns. Wir sind roh, grob, hart und gewalttätig mit uns selbst und zugleich verweichlicht, ausweichend, glattbügelnd und vermeidend. Wir wissen nicht mehr, Gelegenheiten, Einladungen und Botschaften des Lebens wahrzunehmen und ihnen zu folgen. Wir planen unser Leben am Reißbrett und in der Theorie, und sind nicht mehr lebendig, präsent und stimmig im Augenblick. Wir spielen Rollen und versäumen echte Lebendigkeit. Wir sind dort zurückhaltend, nachgiebig, sorgenvoll, ängstlich und schwach, wo wir Willenskraft, Disziplin, Durchhaltevermögen, Mut und Beharrlichkeit bräuchten.

HHE

Die urmenschliche Wunde verhindert das Wahre, Nährende und Verbindende

Wir verhindern Nähe und Verletzlichkeit und preisen unsere Unangreifbarkeit. Wir pflegen ein Image von uns und unseren Beziehungen, das wir aufrechterhalten, auch wenn hinter der Kulisse alles schon längst stinkend zerfällt. Wir leben unwahrhaftig, unehrlich und in einem Lügengebäude, erzählen uns unwahre Geschichten über uns, andere und die Welt. Wir manifestieren ein Leben weit unter unseren wahren Möglichkeiten, Talenten, Fähigkeiten, Begabungen, die zu zeigen, die wir wirklich sind.

Die urmenschliche Wunde hält uns von authentischem Leben, authentischen Beziehungen und Verwirklichung ab. Sie bringt Zweifel, Zaudern und Zögern, wenn es um unseren sechsten Sinn, um Intuition, Bauchgefühl und Herzensstimme geht. Mit ihr glauben wir nur, was wir sehen und anfassen können, was wissenschaftlich erwiesen und von Autoritäten bestätigt ist. Mit ihr misstrauen wir unserer inneren Führung und verlassen uns auf Wegweiser von außen und oben. Mit ihr ordnen wir unsere eigene Wahrnehmung anderen unter, und sind Befehlsausführende und Funktionierende in einem System voller Opfer und TäterInnen.

29888

Armselig und bedürftig sind wir ohne das Heilige Weibliche

Ohne das Heilige Weibliche bzw. mit einem beschnittenen und verstümmelten weiblichen Anteil in uns fehlen uns Beobachtungsgabe, Beurteilungsfähigkeit, die Weisheit, aus eigenen Erfahrungen zu lernen, im Kleinen das Große zu erkennen und umgekehrt, die großen geistigen Gesetzmäßigkeiten zu kennen und ihnen zu folgen, Ursache und Wirkung als sich immerdar fortsetzende Kette zu erkennen und unsere wahre schöpferische Kraft zu leben. Stattdessen verharren wir in Täter-Opfer-Retter-Strukturen, inszenieren täglich neue Dramen, verschwenden Lebenszeit, -freude und -energie, indem wir sie in die Aufrechterhaltung zerstörerischer Muster und reiner Symptombekämpfung, anstatt an die Wurzel zu gehen und dort für radikale Veränderung, Wandlung und Heilung zu sorgen (lat. radix = Wurzel). Es ist Zeit, das zu verändern.

HHE

Wir müssen erwachen, sonst geht es weiter

Merkst du etwas beim Lesen? All diese Dinge hast du deiner Mutter, deinem Vater und möglicherweise vielen anderen schon vorgeworfen. Doch vermutlich am allermeisten deiner Mutter, denn von ihr erwarten wir als Kind, dass sie der tragende, nährende und unterstützende Mutterboden ist, den wir gebraucht hätten. Doch wie könnte sie es sein, wenn der ganzen Menschheit dieser Boden fehlt? Wir müssen uns individuell und kollektiv dem Bewusstwerden, Betrauern und Lösen der Verstrickungen widmen, die wir

mit unserer mütterlichen Ahnenlinie haben, Frauen wie auch Männer. Ansonsten geben wir es als Mütter und Väter, als Groß- und Urgroßeltern, Bonuseltern, LehrerInnen, ErzieherInnen an unsere Kinder weiter. Genau das, was wir vorwerfen, was uns ein Leben lang bereits schmerzt, was wir längst satthaben und kritisieren.

Deshalb: Nicht den Kopf verlieren, nicht panisch werden, sondern tief durchatmen und dorthin blicken und fühlen, wo es uns direkt betrifft und wehtut, radikal für das Leben entscheiden, klar Grenzen setzen und aufzeigen – zu dem Preis, dass aus einem unterschwelligen und schwelenden Konflikt ein offener werden kann und es eventuell zu einem Kontaktabbruch mit jenen kommen kann, die uns verletzen, manipulieren, unsere Grenzen übergehen –, tief atmen, nach innen schauen und fühlen, fühlen, fühlen ...

29998

Wenn es wehtut, heilt Hingabe

Das Wichtigste, was wir tun können, ist Hingabe, denn Heilung geschieht immer nur im Fühlen: Wann immer es einen Impuls zu Heilung gibt - eine Situation, die uns deutlich macht, dass etwas nicht "rundläuft" -, ist es eine Einladung, uns damit zu befassen, den Raum zu schaffen, um in uns hineinzuspüren, die Gefühle fließen zu lassen, die da sind, den Körperempfindungen zu lauschen, die auftreten (z. B. Enge, Druck, Taubheitsgefühl, Schmerz, Hitze, Kälte etc.), und liebevoll-achtsame ZeugInnen, Begleitende und Unterstützende dieses Prozesses zu sein. Genau so wie wir es bei unserem Kind machen würden, wenn wir seinen Schmerz zulassen können - was erst der Fall ist, wenn wir auch unseren eigenen Schmerz zulassen können: Wir halten und wiegen es, sind mit und bei ihm, ohne seinen Schmerz loswerden, weghaben oder gar wegmachen zu wollen, ohne es darüber hinwegzutrösten oder davon abzulenken. Wir ermutigen stattdessen unser Kind, seinen ganzen Schmerz zu fühlen, und sind an seiner Seite, berühren, halten und umarmen es, bis alles durch es hindurchgeflossen ist, was es zu fühlen, wahrzunehmen und zu würdigen gilt.

Auf diese Weise geschieht Heilung und kehren echte Harmonie, Ruhe und Friede ein. Es geschieht etwas umfassend Großes in solchen Augenblicken, auch wenn es marginal erscheinen mag. Ohne Hingabe an



den Schmerz in genau dem Moment, wenn er sich zeigt, haben wir eine Heilungschance vertan. Wenn wir sie jedoch wahrnehmen und unsere präsente und liebevolle Aufmerksamkeit auf den Schmerz und seine Wahrnehmung – auf tiefes Fühlen – richten, ordnet sich alles heilsam in eine neue Schwingung und Energie. Bis zur nächsten Heilungseinladung. Leben vollzieht sich in spiralförmigen Kreisen.

Wir schenken uns damit genau die Bemutterung und den tragenden, nährenden und unterstützenden Mutterboden, den wir alle gebraucht und uns von unserer Mutter gewünscht hätten, und erwecken auf diese Weise wieder die Urmutter-Qualität in uns.

Es ist nicht unsere Vergangenheit, die bestimmt, wer wir sind und wie unser Leben verläuft. Es ist unsere in die Zukunft gerichtete Zuversicht und Sehnsucht. Wir lieben die Welt in ihre Wahrheit zurück. Was wir heilen, heilt für alle, die vor uns waren, mit uns sind und nach uns kommen werden.

Heilsame Unterstützung für dich: Auf meiner Webseite www.in-guten-haenden.com findest du unter dem Link "Einzelbegleitung" – wenn du ganz nach unten scrollst – drei Heilungswerkzeuge, die dich intensiv unterstützen: Die Herzensheilung für die Heilung alter Wunden in dir, die Heilung des inneren Patriarchen für die Heilung von negativen Glaubenssätzen sowie eine Ho'oponopono-Praxis für jeden Tag, um mit deinem inneren Kind wieder in wirklich nährenden Kontakt zu kommen.

Lies in der Herbstausgabe von The Mothering Journey in der Fortsetzung unserer Heilungsreise, wie du dir darüber bewusst werden kannst, dass du die urmenschliche Wunde weitergibst, was die alles umfassende und erschaffende weibliche Kraft ist, was eigentlich das wahre Weibliche und Männliche ist, warum die Verletzung des Weiblichen mit Schuld, Scham, Ängsten und Tabus verknüpft ist, wie du konkrete Konfliktsituationen mit deiner Mutter (und anderen) für deine Heilung verwenden kannst und wie du vergeben und für dich und dein Kind ein Mutterschiff sein kannst. – Ich freue mich auf dich! <3

Autorin: Katharina Sebert

Katharina ist Heilpraktikerin, Wegbegleiterin, Lehrerin, Autorin, Heilungs- und Friedensaktivistin, Lebens-, Liebes-, Glücksforscherin und allzeit Lernende beim Zentrum für Tiefenheilung "In guten Händen". Sie bietet Heilungs- und Ermächtigungs-Kreise,
seminare, -Ausbildungen und Urmuttercamps für Frauen an, hat das Format des Wildgans Frauen Flug Kreises entwickelt, in
ist. Sie versendet monatlich einen kostenlosen Inselbrief, den man auf ihrer Website abonnieren kann. Dort kann man auch die
"Botschaftenkarten der Liebe" ziehen. Katharina hat die Urmutter-Methode® entwickelt, eine Tiefenheilungsmethode zur Erlösung
Erinnerungs-, Bewusstseins- und Medizinpfad. Jährlich bietet sie an drei Blockwochenenden sowie in je zwei Telefon- und Viund die Frauensommerzeit im Urmuttercamp "Im Kreis meiner Mitte – Einweihung in die zwanzig Kräfte des Heiligen Kreises".

Demnächst erscheint ihr spiritueller Roman mit begleitendem Praxisbuch unter dem gleichnamigen Titel.

www.in-guten-Haenden.com