

Liebe im Februar – Schiach und schön

Diesen Monat fällt unser Abend „Liebe in der großen Stadt“ ausgerechnet auf den Faschingsdienstag. Sind wir jetzt die Alternative zur Party? Oder findet der Fasching gar bei uns statt? Könnte sein –lies mal...

Die ganz besondere Atmosphäre dieser Jahreszeit liegt in der Luft, jenseits von Luftschlangen, quergestreiften T-Shirts und kurzlebiger Anmache. Im Februar kommen wir aus dem Winter, aus der Kälte und Dunkelheit. Zunächst war es ja warm dieses Jahr, aber jetzt haben wir die Kälte ordentlich zu spüren bekommen! Langsam kommt der Wunsch nach Frühling auf, nach Wärme und Sonnenstrahlen, nach einem Kehraus der Winterkräfte.

Der Fasching bringt diesen Tanz in Gang: Kälte und Dunkelheit vertreiben, das, was wir in der Tiefe und Stille erfahren haben, durch Musik und Tanz in Bewegung bringen. Weil Faschingskostüme das Ganze eher verniedlichen, sind mir die Perchten eingefallen. Das sind Masken, die wirklich Tiefe und auch Schrecken ausdrücken! Man braucht nur ein paar Bilder anzusehen, zum Beispiel vom Perchtenlaufen in Kirchseeon. Die Hauptzeit der Percht sind die Rauhächte um die Jahreswende, aber bis Lichtmess, also 2. Februar, gibt es immer wieder Perchtentänze.

www.perchten-kirchseeon.de/index.php?id=28

Und was hat die Percht mit meiner Beziehung zu tun? Gehört diese urige, urtümliche Gestalt auf dem Foto, mit Hörnern, langen wilden Haaren und einem ebenso hässlichen wie ausdrucksvollen Gesicht überhaupt noch in unsere Zeit?

Es gibt Momente in der Beziehung, da kriecht etwas hoch, das wir den Schatten nennen. Ironischerweise wird genau die Eigenschaft, die mir an meinem Partner anfangs so gefiel, zum Ärgernis, ja wenn wir wagen, da hineinzuspüren, zur Bedrohung. „Sie“ hat so nett geplaudert – jetzt geht mir das Gequassel auf die Nerven. Irgendwann schreie ich. „Er“ war immer so humorvoll – jetzt finde ich seine Witze nur noch blöd und unpassend.

Sparsame werden geizig, Großzügige verschwenderisch, Romantische albern, Coole sind auf einmal unzugänglich, Spontane werden zu Nervensägen, stille Wasser zu Langweilern, Partylöwen sind eher peinlich, gegen Frohnaturen braucht man Ohropax.

Das ist der Moment für einen guten Perchtentanz. Dazu brauchten wir die Bewusstheit der Percht, Diese wilde weibliche Weisheit hat keine Angst vor den Schatten, im Gegenteil: Sie weiß, indem wir mitten hinein gehen und den Schatten tanzen, verwandelt er sich und stellt uns seine Energie zur Verfügung. Laufen wir vor den gefletschten Zähnen davon, dann wird er uns einholen und kleinkriegen. Wir können die Beziehung zwar beenden, aber dann wird eher früher als später irgendein anderer haariger Kopf mit Hörnern auftauchen, und wir werden denken: mein Gott, sind die denn alle gleich...?

Denke an deinen Partner, an deine Ex-Partnerin, oder an jemanden aus der Arbeit oder deiner Familie, der dich aufregt und dir ein eher „hässliches Gesicht“ zeigt. Welche Eigenschaft, welches Verhalten ist es genau, das dich stört, nervt, aufbringt?

Es ist

Und wenn dir rein gar nichts einfällt oder du in dein Unterbewusstes hineinschauen möchtest, denke an die oben genannte Person, und dann denke an eine Zahl zwischen 1 und 24.

Am Ende dieses Textes sind ein paar Schatten aufgelistet. Schau jetzt deine Zahl nach, wenn du eine gewählt hast. (Ich habe die 6, „geizig“).

Du hast ja schon einiges gemacht zum Thema Beziehung und weißt: Was mich aufregt, ist immer etwas, das ich in mir selbst verurteile. Was ich in den anderen Menschen sehe, sind meine eigenen Selbstkonzepte. Dass ich ihnen diese hässliche Maske aufziehe, dient mir dazu, von mir selbst abzulenken. Der andere ist langweilig - ich bin spontan. Der andere ist geizig - ich bin nicht so, ich bin großzügig! Der andere ist (dein Beispiel), du bist das Gegenteil, nämlich

Alle Urteile sind also eigentlich Selbsturteile. Sonst würden wir bei uns oder bei jemand anderem die Lernsituation sehen und uns selbst oder den anderen darin unterstützen. Doch die trennende angreifende Energie macht es zu einem Urteil, und das hat seinen Ursprung in uns selbst, auch wenn wir es tief vergraben haben. Ich hoffe, durch Verurteilen von jemand anderem meinem Selbsturteil zu entkommen. Und ich sehe nicht, dass ich das Urteil noch verfestige, indem ich es jemandem aufdrücke.

Die Percht geht den anderen Weg. Sie findet das Urteil in sich und erkennt es an. Sie sagt: Ja, ich habe diese Seite, die ich selber so hässlich finde. Und jetzt tanze ich sie, ich bin so hässlich wie es nur geht, ich mache aus der Hässlichkeit meine Tugend, und dann wollen wir mal sehen, was daraus wird.

Doch warum ist der Schatten so schrecklich? Das hat mit den Gefühlen zu tun, die wir hatten, als das Selbsturteil entstand, meist in unserer Kindheit. Möglicherweise ist etwas schief gelaufen, oder jemand hat uns kritisiert. Als Kind kann einen das vernichtend treffen. Wir beschließen, dass das nie wieder vorkommen darf, nie wieder werden wir uns so verhalten! *Ich werde nicht geizig sein, ich werde immer großzügig sein.* Aber das Urteil ist schon gefällt, und es sitzt.

Deshalb ist der Perchtentanz so kraftvoll und furchtlos: Er geht diesem abgespaltenen Teil von uns entgegen und verbindet sich wieder damit. Wären wir nicht gern wieder so energiegeladener als Drei- oder Vierjährige?? Der Schatten hat unsere Energie aufbewahrt und bewacht. Wenn sie dir entgegen tritt, in Gestalt eines unerträglichen Partners, einer Kollegin, eines Familienmitglieds, dann fragt die Percht dich, ob du tanzen und ein wichtiges Stück von dir zurückgewinnen willst.

Der Clou bei der Percht: Sie hat zwei Gesichter, ein schiaches, hässliches, schreckliches und ein schönes. In der Anfangsphase der Beziehung hat der Partner uns mit der schönen Seite der Maske magnetisch angezogen – wir wünschen uns unsere verloren gegangenen Anteile zurück, denn wir brauchen sie, um ganz zusein. Doch beim Näherkommen taucht auch das alte Urteil wieder auf, das alte Verbot, so zu sein.

Früher oder später weist uns das Leben auf unsere Selbstbeschränkung hin. Nicht nur meine großzügigen Anteile leben, sondern wenn es angebracht ist, auch mein Geld zusammen halten. Schau ich die eine Seite der Percht an, ist sie hässlich. Betrachte ich sie von der anderen Seite – wofür ich „meine Welt“, meine Urteile auf den Kopf stellen muss – ist sie schön. Wie Hamlet sagt, bauen wir aus den Urteilen unser eigenes Gefängnis. *...for there is nothing either good or bad, but thinking makes it so. To me it is a prison.*

Ein Perchtentanz ist vor allem dann empfehlenswert, wenn nur wenig oder gar nichts mehr geht. Dann sind wir an eine unsichtbare Grenze gestoßen, wo allein die Energie weiter helfen kann, die vom Schatten bewacht wird. Der Tanz macht Angst, die Fratze ist furchterregend. Aber sobald wir der Percht ins Gesicht sehen, dreht sie uns den Rücken zu und zeigt uns ihr strahlendes Sonnengesicht.

Und hier eine kleine Auswahl an „Kostümen“:

1 aggressiv

2 arrogant

3 beziehungsunfähig

4 chaotisch

5 egoistisch

6 geizig

7 gemein

8 jammerig

9 klammernd

10 kontrollierend

11 nörgelnd

12 perfektionistisch

13 pessimistisch

14 putzwütig

15 rechthaberisch

16 schlechte Manieren

17 stur

18 süchtig (Alkohol, Arbeit...)

19 träge, langweilig

20 unehrlich

21 unmäßig

22 untreu

23 verschlossen

24 verschwenderisch