Märchen und Mythen als Seelentor

Katalysatoren der Selbsterkenntnis

Selbsterkenntnis, innere Stimme, das authentische Wissen um Problemlösungen – all das ist in unserer Seele bzw. in unserem Unbewussten vorhanden. Um es nutzen zu können, muss dieses Wissen in unser Bewusstsein gehoben werden. Dieser Transfer ist ein komplexer Vorgang, der zwar durch diverse Techniken unterstützt werden kann, sich jedoch keiner Technik beugt, wenn die Seele es nicht für angebracht hält.

Die Seele gibt ihr Wissen nicht einfach dann preis, wenn wir es möchten. Sie wacht darüber und entscheidet, welche Inhalte wann und in welcher Dosis ins Bewusstsein gehoben werden dürfen. Hat sich die Seele für den Transfer entschieden, bedient sie sich einer Symbolsprache, die meistens aus Bildern und Symbolen, also inner-visuellen Wahrnehmungen, besteht. Seltener können es Töne oder Klänge sein. Noch seltener, meistens nur bei Einsatz bestimmter Techniken, kann es auch eine Sprachbotschaft sein, die aber ebenfalls auf ihren Symbolgehalt überprüft werden muss.

Symbole der Seele

Der Sinn der Symbolsprache, die eine Übersetzungsarbeit in die Alltagssprache erfordert, kann gerade in dieser Arbeit liegen. Sie reduziert das Tempo des Transfers und zwingt uns dazu, die Inhalte detaillierter und länger zu betrachten, wodurch sie uns nicht überraschen oder gar schockieren können. Die Symbolsprache kann somit unser Bewusstsein optimal und sanft an diese Inhalte heranführen.

Die Komplexität der Übersetzungsarbeit wird durch zwei grundlegende Arten von Symbolbedeutung verstärkt – die archetypische und die individuelle. Die archetypische Bedeutung wird im Sinne von C. G. Jung als das kollektive Unbewusste verstanden. Es sind somit Symbole mit einer allgemeingültigen, kollektiven Bedeutung.

Die individuelle Bedeutung ist mit der eigenen Lebensgeschichte verknüpft und von den Prägungen abhängig, die wir während des Lebens erfahren haben. Diese individuellen Bedeutungskomponenten überlagern die archetypischen und können sogar die allgemeinere Bedeutung verdrängen.

Kollektives und Individuelles

Der literarische Unterschied zwischen Märchen und Mythen spielt bei dieser Art des Zugangs zu ihnen keine Rolle. Bei der Frage nach dem Lieblingsmärchen werden neben Märchen auch Mythen, Legenden und Sagen genannt und miteinander vermischt.

Ein Unterschied ist dennoch feststellbar: Märchen werden meist in akuten Problemsituationen genannt. Sie bringen Hoffnung, liefern Lösungsstrategien, machen Mut dazu, sich doch noch zu erheben und sich nicht seinem Schicksal auszuliefern. Nicht unterschätzt werden darf die Erleichterung, die sie mit sich bringen, indem sie sanft und ohne erhobenen Zeigefinger bewusst machen, dass es noch andere Menschen mit ähnlichen Problemen gibt, die – was das Wesentliche ist – Lösungen finden können.

Mythen hingegen treten eher als Erklärungsmodelle für das Unverständliche auf. Sie helfen bei der Suche nach dem Sinn im Lebenschaos oder lassen in einer Lebenskrise überhaupt erst die Existenz von Sinn zu. Sie sind oft das erste Licht, das zwar nicht gleich die Richtung für das weitere Vorgehen offenbart, aber Hoffnung entstehen lässt.

Die Symbole sowohl in den Märchen als auch in Mythen, Legenden und Sagen entstanden in langen Zeiträumen und wurden durch viele Generationen und deren Erfahrungen gefärbt. Diese unzähligen individuellen Schicksale und Themen wurden zu einem kollektiven Bild verwoben, das in seiner Kollektivität jeden ansprechen und erreichen kann und gleichzeitig das Individuelle zulässt, da die individuellen Quellen in ihm immanent vorhanden sind.

Märchen bringen Hoffnung, liefern Lösungsstrategien, machen Mut dazu, sich doch noch zu erheben und sich nicht seinem Schicksal auszuliefern.

Vom Archetypus zum Individuum

Die Symbole aus Märchen und Mythen liefern zunächst die archetypische, also die kollektive, allgemeingültige Bedeutung. Wobei das Adjektiv „allgemeingültig" mit Vorsicht betrachtet werden muss. Da muss der Einfluss der Religionen ebenso berücksichtigt werden wie die Überarbeitungen der ursprünglichen Motive, wie z.B. durch die Gebrüder Grimm geschehen.

Die Frage nach dem Lieblingsmärchen gehört zu den ersten Fragen an einen Klienten, da sie schnell und einfach wichtige Hinweise auf das Innenleben liefert. Ihre volle Kraft können die Archetypen und andere Symbole in den Seelenantworten entfalten. Eine Seelenantwort ist eine geführte Reise nach innen, die sich vom Ablauf her an der Rückführungstherapie und den schamanischen Anderswelt-Reisen orientiert und als Initiierung auf das aus der Rückführungstherapie bekannte elliptische Bewusstsein setzt. In den Seelenwegen ist es sogar möglich, die darin vorkommenden Wesenheiten (meistens Tiere, Gestalten aus Märchen, Mythen und Legenden sowie Engel oder andere innere Helfer) direkt anzusprechen und nach Lösungen zu fragen.

Doch auch die eigenständige Beschäftigung mit den Lieblingsgestalten lässt sehr interessante Rückschlüsse auf das Innenleben zu.

Die Seele weiß es

Es wurde bereits erwähnt, dass die individuelle Bedeutung die archetypische überlagert. Am einfachsten lässt sich dies an Abweichungen von der üblichen Sicht der Symbole erkennen. So geschehen bei Siegfried aus dem Nibelungen-Epos, den ein Klient als seinen Lieblingshelden aufführte und dies mit leuchtenden Augen erzählte. Plötzlich eine kurze Pause, eine völlig veränderte Mimik und dann der Schlüsselsatz: „So ein dummer Kerl! Lässt sich für andere einspannen und von denen steuern!" Interessant, dass Siegfried bereits seit der frühen Kindheit, noch vor dem Kindergartenbesuch, seine Lieblingsgestalt war. Die Seele weiß es offenbar wirklich.

Im Fall des Märchens „Der Fischer und seine Frau" wich die anfängliche Identifikation des Klienten mit dem Fischer und seiner Sisyphusarbeit einer starken Verärgerung darüber, dass sich der Fischer statt Schloss und Reichtümer lieber etwas Respekt von seiner Frau ihm gegenüber hätte wünschen müssen. Der Vergleich des Fischerschicksals mit der Sisyphusarbeit erwies sich als ein weiterer wichtiger Hinweis.

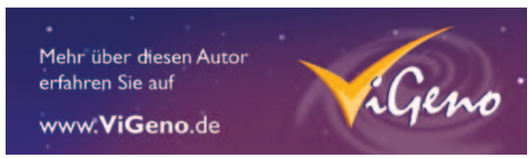
Als weiteres Beispiel dient Odysseus, der im Verlauf der Erzählung zusammen mit Zeus zu einem liederlichen Schürzenjäger und Ehebrecher mutiert. Ebenso das Märchen von Rotkäppchen, jedoch nur des Jägers wegen, der den Wolf erlegt. Hier war die Frage nach dem Menschen wichtig, den der Wolf repräsentiert. Oder nochmals Siegfried, dem es doch nur recht geschähe, wenn er so naiv sei und einer solch verschlagenen Gestalt (Hagen von Tronje) nicht misstraue.

Tor zum inneren Wissen

Zum Abschluss sei ein Beispiel aufgeführt, das zu einer radikalen und sogar recht schnellen Lebensumstellung führte. Das tapfere Schneiderlein konnte bei der Abarbeitung eines Selbstwertthemas helfen. Dieses Schneiderlein war zunächst eine sehr negativ behaftete Gestalt, ein Aufschneider und Lügner. Durch die weiteren Taten gab das Schneiderlein jedoch dem Klienten die Erlaubnis, sich aus der gegenwärtigen und in seinen Augen unwürdigen Lebenssituation heraus ebenfalls Würde erarbeiten zu dürfen. Die Analyse des Märchens hatte nur noch einen festigenden Wert. Denn alleine das Eingeständnis, dass das Schneiderlein seine Lieblingsfigur sei, initiierte den Wandel.

Märchen, Träume, Mythen & Co. sind wesentlich mehr als nur Schall und Rauch. Sie sind ein sanftes und leicht zu öffnendes Tor zur Seele, durch das das innere Wissen um sich selbst sowie die authentischen und erfolgversprechenden Problemlösungen ins Bewusstsein gehoben werden können.

Jan Schneider

Jan Schneider, Live Coach und Autor mit dem Schwerpunkt Dialog mit der Seele, „Denn die Seele weiß es". Für den Seelendialog und die Übersetzung der Symbolsprache der Seele in die Alltagssprache setzt er die Seelenantworten, die Rückführungstherapie und die Traumarbeit ein. **Info** und Erleuchtungs-Minütchen: *www.NachInnen.de*

Kontakt: Mail: *schneider@nachinnen.de* oder Tel. 0821/42070790.