

UNSER KÖRPER - TEMPEL DER SEELE VON HEIDEMARIE HEIMHARD

PRISMA-MÜNCHEN AUSGABE 15/2007



Unser



Körper – Tempel der Seele

Text: Heide Marie Heimhard

Wir leben in einer Zeit in der das Bewusstsein für die komplexe Wechselwirkung zwischen Körper und Seele wächst und auf vielen Ebenen erforscht wird, wie sich unsere Seele im Körper ausdrückt. Doch obwohl auf der einen Seite dieses Bewusstsein zunimmt, erhält sich auf der anderen Seite hartnäckig eine offene oder subtile Geringschätzung der Körperlichkeit. Diese äußert sich zum einen in der Vernachlässigung des Körpers und seiner Bedürfnisse nach gesunder Nahrung, Berührung, Bewegung, Luft, Sonne, Liebesspiel – ganz einfach und elementar. Zum anderen äußert sich die Ablehnung des Körpers in der Unterordnung unter ein bestimmtes Ideal: Dann wird seine Lebendigkeit in Leistungs- und Schönheitsnormen gepresst – die ganz normale „Normopathie“ unserer Zeit. Wie tief muss die Ablehnung des Körperlichen sein, um ihn entweder zu vernachlässigen oder im Dienste eines abgehobenen Ideals zu traktieren? Und woher stammt diese tiefe Ablehnung, wenn doch der Körper eigentlich der Tempel unserer Seele – also ein Heiligtum – ist?

Die Wurzeln der Körperfeindlichkeit Körperfeindlichkeit hat eine lange patriarchale Geschichte. So sind wir alle – „gläubig“ oder nicht – geprägt durch die religiösen und philosophischen Traditionen, in denen die Körperlichkeit geringer geschätzt wird als die nichtkörperlichen Dimensionen des Seelischen und der jenseitigen Welten. Wir wurden gelehrt, das Weltliche zu verachten und seine Wirklichkeit zu verleugnen. Es entstand der Wunsch, das Ich zu überwinden und die Körperlichkeit zu transzendieren. Das hat zu einer Ablehnung und Abwertung des Körpers geführt, die sich uns „modernen“ Menschen bis heute buchstäblich eingefleischt hat. Kein Wunder, dass wir mit diesen Wurzeln bis heute anfällig sind für alle spirituellen Lehren, die der Körperlichkeit eine „niedrigere“ Bedeutung zumessen als dem „höheren“ Geist oder der „erhabeneren“ Seele.

Seelisches Wachstum als Lebenssinn Gehen wir davon aus, dass der tiefere Sinn unserer Inkarnation im seelischen Wachstum liegt, im Erkennen unserer selbst, dann gebührt jedoch gerade dem Körper eine besondere Wertschätzung: Die Seele kann sich nur entwickeln, wenn sie Erfahrungen im Körper machen kann. Lehnen wir hingegen den Körper und das damit verbundene Menschsein ab, können wir uns nicht wirklich auf alle Erfahrungen einlassen, die unsere Seele machen möchte – und dazu gehört der Schatten eben genauso wie das Licht, leidvolle Erfahrungen genauso wie freudvolle. Auf der Ebene der Seele gibt es keine Wertung von bestimmten Erfahrungen, so wir sie in der dual strukturierten, physischen Welt vornehmen. Bei vielen Menschen, die auf einem spirituellen Weg sind, hält sich hartnäckig die Idee, dass irgendetwas an unserem Menschsein zu verbessern, ▶

zu läutern oder gar zu überwinden wäre. Diese Ablehnung erschwert oder macht gar das unmöglich, worum es aber geht: die Wertschätzung von allem, was zum Menschlichen gehört – der Mensch kann lachen und weinen, lieben und hassen, er kann segnen und er kann fluchen. Wenn ich das eine als besser oder schlechter bewerte, laufe ich Gefahr, dass ich die Anteile in mir, die ich aus noch so „hehren“ Gründen ablehne, innerlich abspalte. Was ich jedoch aus meinem Bewusstsein ausgrenze, holt mein Körper wieder zurück ins Bewusstsein. Auch in dieser Hinsicht ist er also von unschätzbarem Wert, drückt er doch das aus, was meine Seele als tiefere Wahrheit – als Teil von mir – erkennen möchte.

Das Ich und die Seele

Die Seele braucht keine Läuterung, ebensowenig wie es ein Ich gibt, das zu überwinden wäre. Das Ich ist der physische Teilbereich der nichtphysischen Seele, die in der astralen Welt beheimatet ist. Die Seele oder das Selbst umhüllt das Ich und ist nicht an die Dualität gebunden. Sie lenkt unsere irdischen Schritte und ist uns ein innerer Führer – ihre Stimme ist allerdings nur selten dem kognitiven Bewusstsein zugänglich. Sie ist der umfassendere

»Es werden riesige Anstrengungen unternommen, dieses Ego zu überwinden und hinter sich zu lassen«

Teil, ist aber deshalb nicht „höher“ und das Ich nicht „niedriger“. Das Ich hat wie alles, was der dualen Welt angehört, zwei Pole – es kennt Angst und Liebe. Es ist in einem philosophischen (nicht in einem moralischen!) Sinne unrein, unvollkommen und bedarf gerade deswegen unserer Liebe. Es geht nicht darum, immer reiner zu werden, sondern darum, uns selbst kennen und lieben zu lernen – eben gerade in dieser Unvollkommenheit, in allen Widersprüchen, die unsere Lebendigkeit ausmacht.

Oftmals wird das Ich, das die Erfahrungen unserer irdischen Existenz bündelt, gleichgesetzt mit dem sogenannten Ego. Das ist ein weit verbreitetes, fundamentales Missverständnis. In

spirituellen Gruppen verändert sich sofort die Atmosphäre, wenn das Lamento über das böse Ego angestimmt wird, das angeblich einem erfüllten Leben im Wege steht. Irgendwie haftet ihm etwas Schlechtes, Schlimmes, gar Bösertiges an. Es steht dann für alles „Niedere“ der menschlichen Existenz, insbesondere für die angeblich unfrei machenden (körperlichen) Leidenschaften. Es werden riesige Anstrengungen unternommen, dieses Ego zu überwinden und hinter sich zu lassen. Ein spiritueller Weg kann jedoch leicht zum Irrweg werden, wenn er beinhaltet, dass irgendetwas an der menschlichen Natur zu überwinden oder gar auszumerzen wäre. Es ist dann wieder einmal die alte Geschichte: Das Glück wird in irgendeinem „Jenseits“ gesucht – in diesem Fall jenseits des Egos.

Sinnlichkeit als Ausdruck von Spiritualität

Wo können wir Inspiration für einen ganz neuen Weg finden? Für einen Weg, der den Körper nicht herabwürdigt, sondern achtet oder gar feiert? In den frühen, vom Göttinnenkult geprägten Kulturen standen die Große Mutter – mater – , die Materie und damit das Körperliche noch im Zentrum. Sinnlichkeit und Spiritualität waren noch keine Gegensätze – ganz im Gegenteil: Sinnlichkeit war ein unmittelbarer Ausdruck von Spiritualität. In einer weiblichen Kultur spiritueller Erotik wird der entgrenzende Charakter der Sexualität zelebriert, der sexuelle Akt wird zu einem Gebet, zur Hingabe an den heiligen Liebesstrom, der einen männlichen und weiblichen Körper miteinander vereint. Auf diesem Weg bringt er Heilung, Ganzwerdung: eben gerade das Himmelreich auf Erden und nicht den vielzitierten Fall in die Hölle...

Wenn zwei Seelen über ihre Körper ekstatisch miteinander verschmelzen, befinden sie sich in der Einheit – jenem Zuhause, aus dem sie stammen. Wenn diese Verschmelzung in Liebe stattgefunden hat, gehen sie gestärkt daraus hervor, haben sie ein gemeinsames Band für die Ewigkeit geknüpft. Findet sie nicht in Liebe statt, führt das zur Schwächung: Sexualität ohne Seele, ohne Liebe, lässt verständlicherweise die Sehnsucht, die zur Verschmelzung führte, unbeantwortet. Das ist der kritische Moment, in dem die Sehnsucht zur Sucht werden kann – zur Sucht danach, an immer neuer Stelle das zu bekommen, was zu



geben wir (noch) nicht bereit sind: Liebe.

Die süßeste natürliche körperliche Empfindung, derer zwei menschliche Wesen gemeinsam auf der Erde fähig sind, ist genau der Ort, um nach göttlicher Liebe zu suchen: Die sinnliche Liebe zwischen zwei Liebenden ist der direkteste Weg zu Gott. In dieser lustvollen Entgrenzung braucht es keinen Vermittler mehr, keine Brücke, keinen „Pontifex“ als personifizierte Lustfeindlichkeit. Welche Freiheit, welche Unabhängigkeit! Ein vom Eros durchdrungener Mensch ist von sprühender Lebendigkeit und Präsenz. Seine Seele wohnt im Körpertempel, er ist wahrhaft beseelt.

Auf wunderbare Weise drückt sich im Körper unsere Doppelnatur aus: Wir sind göttliche Wesen, die in einem irdischen Körper wohnen – fleischgewordene Götter sozusagen. Über ihn erneuern wir die Verbindung zur Heimat, zur All-Einheit aller Seelen, und sind gleichzeitig tief verwurzelt mit der Erde.

Der Weg der Erfüllung

Wenn es uns gelingt, die Heiligkeit der sexuell-spirituellen Energien wieder ins Licht unseres Bewusstseins zu heben, dann ist der Weg frei, in unserem Menschsein Erfüllung zu finden. Aufgrund unseres körperfeindlichen Erbes hat diese Art der Erfüllung jedoch einen so großen Seltenheitswert bekommen, dass wir die Nicht-Erfüllung für normal halten.

Aber sind nicht Zeiten der Nicht-Erfüllung in erster Linie deswegen so bitter, weil es auf der anderen Seite keine tiefe, satte Erfüllung gibt? Wenn es wirklich Erfüllung gibt, dann fällt es uns leichter, auch die Nicht-Erfüllung anzunehmen im Vertrauen, dass beides untrennbar zusammengehört. Tiefe Erfüllung ist in unserer lustfeindlichen „Kultur“ schwer zu finden. Das ist ein tiefer Verlust, denn: „Wenn der Garten der Lüste nicht gepflegt wird, öffnen sich die Tore zum Garten der Schrecken von selbst ...“

Was wäre, wenn Erfüllung eben doch ganz irdisch wäre, wenn sich sogar unsere tiefste Sehnsucht auf Erden erfüllen ließe? Wenn menschliche Liebe nicht nur Verweischarakter auf die göttliche Liebe hätte, sondern identisch wäre mit ihr? Wenn all die Nicht-Erfüllung damit zu tun hätte, dass wir verlernt haben zu lieben? Vor allem verlernt haben, körperlich zu lieben, ganz irdisch, ganz sündig-paradiesisch? Wenn die sinnliche Liebe der direkteste Weg zu Gott wäre? Wenn wir Zeiten der Nicht-Erfüllung annehmen könnten, weil es eben auch die Erfüllung gibt? Wenn absolut gar nichts am Menschlichen Allzumenschlichen wegmeditiert und wegtranszendiert werden müsste, sondern einfach selbstverständlich in Liebe umarmt werden könnte? Wenn der Himmel bereits hier auf Erden wäre und die Trennung zwischen Gott und Mensch aufgehoben?

Was wäre dann? Δ

[HEIDE MARIE HEIMHARD]

Heide Marie Heimhard ist Bühnentänzerin, Dozentin für Ägyptischen Tanz und spirituelle Lehrerin. Ihren Hintergrund bildet das Studium der weiblichen Kulturen spiritueller Erotik und Lebenskunst. Seit vielen Jahren leitet sie Gruppen und berät Einzelpersonen auf ihrem inneren Weg. Einen inhaltlichen Schwerpunkt ihrer Arbeit stellen die Seminare zu weiblicher Spiritualität dar. Im Jahr 2007 findet zum ersten Mal ein Ausbildungszyklus für Frauen statt. Weitere Informationen unter www.dancingsoul.de oder Tel. ©089-36006745.

www. **Clap Tzu** .de

Öko? Logisch!

Massageliegen
im Einklang mit der Natur.

- Verwendung einheimischer Hölzer
- Prima Klima: CO₂-neutrale Produktion
- komplett mit „NaturWattstrom“ betrieben
- umweltverträgliche Polsterungen

Immer eine Idee weiter – Clap Tzu

Tel. 08131 / 908 56 • Fax -90 82 04
85757 Karlsfeld • Dieselstr. 14
muenchen@claptzu.de • www.claptzu.de

Phoenix Astrologie®

München

Astro-Aufstellungen
monatliche offene Abende

Fachvorträge
mit vielfältigen Schwerpunkten

Basiskurse
für EinsteigerInnen

Ausbildung
in astrosystemischer Deutungs- und Beratungspraxis

Für mehr Informationen wenden Sie sich gerne an
Christopher A. Weidner
Fraunhoferstr. 13
D-80469 München
Tel.: 089 229647
Fax: 089 21869373
kontakt@phoenix-astrologie.de
www.phoenix-astrologie.de