

**A**strid Habiba Kreszmeier lebt und arbeitet heute als systemische Psychotherapeutin im wunderschönen Appenzellerland in der Schweiz. Zusammen mit ihrem Lebensgefährten Hans-Peter Hufenus bietet sie Aus- und Weiterbildungen in Systemischer Naturtherapie und Aufstellungsarbeit an. Mit der Systemischen Naturtherapie wenden sich die beiden der Natur als Heilraum zu und verknüpfen traditionelles rituelles Heilwissen mit zeitgenössischen Formen von Psychotherapie und Beratung. Mit ihrem Netzwerk „nature&healing“ wollen sie das Eingebundensein des Menschen in die Natur leben und kultivieren.

**Farah Lenser:** *Als Systemische Naturtherapeutin ist Naturerfahrung ein wesentlicher Teil deiner Arbeit mit Menschen. Als „Mãe de Santo“ (portugiesisch: Mutter des Heiligen) bist du in die afrobrasilianischen Orixá-Traditionen initiiert und leitest eine spirituelle Gemeinschaft, einen „Terreiro“ (portugiesisch: Gelände), wo bestimmte Rituale dieser Tradition gepflegt werden. Dazu gehören sogenannte Inkorporationen (wörtlich: Einverleibungen), körperlich erfahrene Verbindungen mit Naturelementen oder feinstofflichen Energien. Kannst du uns dieses Phänomen der „Inkorporation“ aus deiner eigenen Erfahrung beschreiben?*

**Astrid Habiba Kreszmeier:** In der afrobrasilianischen Tradition und in meiner therapeutischen Arbeit, die auch viel in der Natur stattfindet, machen wir die Erfahrung, als organismische Wesen in einem lebendigen und sich durchdringenden Dialog mit der Umgebung zu sein. Die Idee, dass wir als Menschen in eine Objektivität oder in ein abgegrenztes Sein gegossen sind, ist durch die Entwicklung unseres abendländischen Geistes, der uns auf Trennung spezialisiert hat, entstanden. Aber es gibt in uns gespeichert ein großes Erinnerungsvermögen an einen Zustand der Verbundenheit vor dieser Entwicklung, und diese Erinnerung lässt uns Teil einer lebendigen Welt sein. Das Lebendige lebt auch in Steinen, Pflanzen und Tieren.

Die Inkorporationserfahrungen der afrobrasilianischen Tradition und auch andere Erfahrungen in und mit der Natur lassen Menschen wahrnehmen, dass sie Teil einer lebendigen Welt sind, an die sie andocken können. Es ist die organismische Existenz oder Präsenz, die uns mit der Natur verbindet – was uns die Möglichkeit gibt, uns leibhaftig zu erinnern.

*Diese Tradition, mit der wir beide vor mehr als 20 Jahren in Berührung kamen und auf die du dich tief eingelassen hast, ist mit den versklavten Afrikanern nach Brasilien gekommen, wo sie sich mit christlichen und indianischen Elementen verbunden hat. Du hattest vorher keinerlei Erfahrung mit diesen*

Farah Lenser

# Der Körper als sakraler Raum

*Begegnung mit einer Mãe de Santo – Astrid Habiba Kreszmeier.*

Ihre Wurzeln liegen in der Steiermark und in Südtirol mit einem Unterstrom des fahrenden Volks der Jenischen. Vielleicht öffneten diese Ahnen geheime Pforten, die Astrid Habiba Kreszmeier nach Brasilien führten, wo sie in die afrobrasilianischen Orixá-Traditionen initiiert wurde. Orixás werden dort als universale, heilige Naturkräfte verehrt.

*Kulturen, hast aber bestimmte Phänomene auf eine für diesen Kulturraum typische Weise erfahren – genau so, wie dort die rituelle Inkorporation von Naturkräften oder Orixás vollzogen wird. Wie geschieht deine Annäherung an diese Erfahrungen? War das ganz und gar fremd, oder hat es in dir auch vertraute Erinnerungen wachgerufen?*

Es muss etwas Vertrautes gewesen sein, sonst hätte ich nicht den Mut besessen, den in mir aufkommenden Impulsen zu folgen. In diesen ersten Erfahrungen sind über den Körper plötzlich Bewegungsmuster entstanden. Später hatte ich die Wahrnehmung, dass Wesenheiten zu mir gekommen sind, die mich zwar Bewegungen haben ausführen lassen, die mir selbst fremd waren, die aber gleichzeitig ein Gefühl des Erkennens hervorriefen. Es war wie das Begegnen von alten Freunden über die Zeiten hinweg. Der auf dieses Erlebnis folgende Initiationsprozess war dann wie ein vertieftes Kennenlernen und Pflegen dieser Beziehung.

**Was ist innen, was ist außen?**

*In diesem Konzept von Inkorporation verbinden sich spirituelle Dimensionen körperlich mit den Menschen und erhalten so eine Sinnlichkeit und einen konkreten Ausdruck, der sich im Tanz und auch in verschiedenen For-*

*men von heilsamen Handlungen ausdrückt. Wie empfindest du diese Verkörperung? Manifestiert sich da etwas von außen und geht in Resonanz mit einem inneren Empfinden? Sind Innen und Außen überhaupt adäquate Kategorien, um diese Phänomene zu beschreiben?* Wir sind durch eine Kultur geprägt, die davon ausgeht, dass alles Lebendige durch unsere Wahrnehmung erschaffen wird. Westlich sozialisierte Menschen haben der Außenwelt relativ erfolgreich das Lebendige abgesprochen. Nach unseren konstruktivistischen Vorstellungen sind Menschen der Glanzpunkt der Wirklichkeitsbildung. In den indigenen, oralen Traditionen ist die Vorstellung, dass alles Leben nur bei einem selbst stattfindet, völlig absurd. Die Wirklichkeitsbildung geht dort von einem gemeinsamen lebendigen Wir aus, von dem aus das Ich erst an einen Sinn-Ort kommt.

Auch ich bin abendländisch inkulturiert, und so taucht in diesem Prozess der Inkorporation auch immer wieder die Frage auf: Was kommt von außen? Wie dem auch sei: Es ist heute die größere und sinnvollere Übung, zuzulassen, dass lebendige Präsenz auch außerhalb des menschlichen Bewusstseins existiert, dass es zusammen mit dem Leben, das durch uns fließt, einen neuen Ausdruck in der Begegnung findet. Es kommt etwas



von außen und trotzdem auch etwas von innen. Die Annahme, dass es wirklich auch von außen kommt, bewirkt einen Wechsel in unserer Wahrnehmung.

#### Naturkräften ein Gesicht geben

*„Orixás“ ist ein Ausdruck für Naturkräfte, die in den afrobrasilianischen Traditionen wesentlich dargestellt werden. Das Wasser der Meere wird in der Göttin Yemanjá verehrt, die Energie der Luft oder auch des Windes wird verkörpert durch die Göttin Iansã oder Oyá.*

Die afrobrasilianischen Traditionen sind nicht kanonisiert und daher vielfältig, so haben alle Orixás verschiedene Interpretationen. Ursprünglich waren Orixás Naturgewalten, Kräfte und Elemente, doch mit der Zeit wurden sie zunehmend anthropomorphisiert – ihnen wurden menschliche Eigenschaften zugesprochen. So wurde das süße Wasser der Quellen und Flüsse „Oxum“ immer mehr zu einer verführerischen Frauengestalt, und die feurige Kraft, die Metall schmelzen lässt, wurde zum Krieger „Ogum“ mit dem Schwert. Es gab in der Traditionsentwicklung eine Abkehr von der Wahrnehmung der Naturkräfte hin zu einer differenzierten Betrachtung der Menschengestalten, der soziologischen Dimension. Heute vertreten viele Strömungen der Tradition wieder eine Rückkehr zur Natur; als habe sie einen Kreislauf vollzogen, kehrt sie wieder eher zu den Naturbildern zurück. „Terra Sagrada“, der Name unseres „Terreiros“, bezieht sich auf die heilige Erde als großes Sinnbild dieser Tradition. Das Göttliche ist hier im Irdischen immanent; es gibt keine transzendenten Götterbilder. Es sind heilige Kräfte, die sich in der Welt hier und jetzt manifestieren.

*Wie hat diese Erfahrung, heilige Kräfte über deinen Körper zu empfinden und ihnen über deine Sinne Ausdruck zu verleihen, deine Wahrnehmung von Natur verändert?*

Als Kind habe ich mich in meiner Wahrnehmung der Welt als Fremde gefühlt. Meine liebevolle und kommunikative Verbundenheit mit der Natur entsprach nicht dem, was andere von mir erwarteten. In der afrobrasilianischen Tradition habe ich eine Philosophie, eine Liturgie und auch eine Praxis gefunden, die meiner Wahrnehmungsstruktur mehr entsprochen hat.

Über die Erfahrung im Begleiten von anderen Menschen auf dem Weg und auch in der Verantwortung für einen konkreten Naturort habe ich gelernt, noch differenzierter hinzuschauen. In Verbindung zu sein mit der Erde, den Pflanzen und den Kräften, die hier vor Ort wirken, lässt mich Zusammenhänge erkennen, die ich vorher nicht hergestellt hätte. Wie beim Erlernen einer neuen Sprache lerne ich immer mehr dazu. All diese neuen Erfahrungen haben in mir keine dramatische

Veränderung ausgelöst, sondern mir die Möglichkeit geboten, etwas zu entwickeln, womit ich mich früher isoliert gefühlt habe. *Du hast dich entschlossen, die Erfahrungsschritte deiner spirituellen Entwicklung auch anderen zu vermitteln. Wie hat sich diese soziale Komponente deiner Arbeit entwickelt?* Der Beginn der Gemeinschaftsbildung hat relativ früh mit der Aufgabe begonnen, meine Erfahrungen mit anderen zu teilen. Ich bekam während meiner Ausbildungszeit vom „Pai de Santo“ (portugiesisch: Vater des Heiligen) der spirituellen Gemeinschaft in Brasilien ein einfaches Ritual aufgetragen: Alle vierzehn Tage sollte ich bei mir zu Hause vor einem Altar zwei oder drei Lieder singen. Nach einer gewissen Zeit konnte ich Freunde dazu einladen. Auf diesem Lernweg hat sich eine Gruppe gebildet, die auch miteinander Inkorporationsrituale feiern konnte.

Später bekam ich mit der Einweihung die Erlaubnis, im inkorporierten Zustand für andere Menschen zur Verfügung zu stehen und damit den kurativen Aspekt dieser Tradition zu praktizieren. Zu diesem Zeitpunkt gab es in der Gruppe, die sich regelmäßig bei mir getroffen hat, auch schon Menschen, die eine Trommel spielen oder beim rituellen Ablauf helfen konnten, und so unterstützen sie mich auch weiterhin in meiner Arbeit.

Die Gemeinschaft darum herum entstand wie von selbst – ich habe schlicht meiner Liebe zu diesem Tun Ausdruck verliehen. Offenbar war diese Liebe faszinierend und heilsam genug, um viele Menschen anzuziehen, die dann konsequent mit mir gemeinsam gelernt haben. Damit verbunden waren immer wieder Aufenthalte in Brasilien, auch die Aufgabe, ein Buch zu schreiben, um die „Schritte des Lernens“ zu dokumentieren und zu reflektieren. Nach dreizehn Jahren des Hineinwachsens in diese Tradition gab es verschiedene Zeichen, auch von den Kräften aus der Inkorporations-Trance heraus, dass es möglicherweise für mich an der Zeit sei, einen eigenen Terreiro zu gründen. Ich empfinde es als glückliche Fügung, dass ich zusammen mit meinem Lebensgefährten hier im Appenzellerland ein Haus mit einem Stück Land, den Rosenhof, gefunden habe, wo wir einen Ritualraum, Schreine und heilige Plätze einrichten durften. So konnten wir für diese spirituellen Naturkräfte, mit denen wir umgehen, einen geschützten Raum aufbauen, der auch ein Zentrum für alle Menschen wurde, die sich in verschiedenen Städten zusammengeschlossen haben, um in Inkorporationsritualen – sogenannten Giras – diese elementaren Kräfte auch anderen Menschen zur Verfügung zu stellen.

*Wieviele Menschen oder Gruppen sind insgesamt mit dir verbunden?*



*Mãe Habiba de Oxum vor einem der rituellen Häuser am Terreiro Terra Sagrada im Appenzellerland – dem Ort, den sie mit ihrem Partner Hans-Peter Hufenus, genannt Alabé de Xangô, zusammen hütet.*

HANS-PETER HUFENUS

Das sind zur Zeit etwa achtzig sogenannte Filhos de Santo (portugiesisch: Kinder des Heiligen), die ich auf dem spirituellen Weg begleite. Sie praktizieren Giras in Berlin, Wien, Graz, Zürich und in Herisau, der Hauptstadt des Appenzellerlandes, und stehen einem Netzwerk von bis zu 700 Menschen in diesen öffentlichen Ritualen zur Verfügung.

#### Rituelle Elemente

*Mit der Tradition hast du nicht nur die brasilianische, sondern auch eine rituelle Sprache erlernt. Dazu gehören neben bestimmten rituellen Formen auch farbenprächtige Trachten, exotisches Essen, eine kunstvolle Art, Altäre mit natürlichen und artifiziellen Gegenständen zu schmücken. Wie werden diese Riten als spezielle Sprache mit Elementen aus dem afrobrasilianischen Kulturraum von Menschen aus Graz, Zürich oder Berlin aufgenommen?*

Das wurde mit der Zeit selbstverständlich, und zu den Ritualen – den Giras – kommen jene Menschen, die eben genau das suchen. Andere, denen diese Kultur weniger entspricht, bleiben weg. Wir leben in einer Welt, in der man wählen kann – das ist schön.

*In den Giras – den Inkorporationsritualen – tanzen und singen nicht nur die Filhos de Santo, also die ausgebildeten Medien. Auch die Besucher bewegen sich rhythmisch zu den Schlägen der großen Trommeln und begleiten singend und händeklatschend das Geschehen. Musik und Rhythmus scheinen elementar mit dieser Tradition verbunden zu sein.*

Diese Tradition ist ohne Rhythmus gar nicht vorstellbar. Das Rhythmische ist unser afrikanisches Erbe; der relativ komplexe Rhythmus der Trommeln und anderer rhythmischer Instrumente gemeinsam mit eher kurzen man-

trischen Gesängen ist für mich Ausdruck der Freude und bildet eine Brücke hin zur unsichtbaren Welt. Es ist wie eine Einladung an die Orixás, sich sichtbar im Raum der Menschen auszudrücken.

*Welche Rolle spielen deine Erfahrungen aus der afrobrasilianischen Tradition bei deiner Arbeit als Systemische Psychotherapeutin?* Ich habe mich als Psychotherapeutin auf ein Verfahren spezialisiert, das wir „Naturtherapie“ nennen. Wir gehen mit den Menschen in den Heilraum der Natur; in der Beratungspraxis arbeite ich auch viel mit Aufstellungsarbeit. In der Naturtherapie als solcher sind wir sehr von dem beeinflusst, was wir gelernt haben, aber wir benutzen dabei keine liturgische Sprache. Der Baum ist der Baum, und das Wasser ist das Wasser. Was die Menschen damit erfahren, ist ein offener Raum. Durch die spirituelle Schulung wurde mir auch klarer, wie unser Bewusstsein funktioniert, und dass es sinnvoll ist, zwischen therapeutischer Arbeit, die sich mit der psychischen, emotionalen und mentalen Beschaffenheit des Bewusstseins beschäftigt, und spiritueller Zuwendung zu unterscheiden. Erstere braucht andere Rahmenbedingungen als jenes Wesen in uns, das sich der Anderswelt und dem größeren Raum zuwendet.

Im Kontext von systemischer Aufstellung, die ich ebenfalls in meiner therapeutischen Arbeit anwende, hat mir diese Erkenntnis zu einer eigenen Sprache verholfen. Ein Teil der spirituellen Arbeit ist die Auseinandersetzung mit der Welt der Ahnen, der Verstorbenen. In diesem Feld, in dem ich mich sehr achtsam bewege, begleite ich Menschen, die mit einem Bein in der anderen Welt stehen und dadurch mit vielen Ängsten und Hindernissen konfrontiert sind. Meine psycho-



ANNE GUTH

Ein Kreis von „Filhos“ und Gästen vor einer „Saida“, einem Abschlussritual eines mehrtägigen Rückzugs, bei dem die Novizen wieder in der sozialen Welt empfangen werden.

therapeutische Arbeit hat vom Umgang mit dieser Grenze profitiert, umgekehrt hilft mir meine therapeutische Schulung bei meiner Aufgabe als Mãe de Santo beim Verstehen des Menschlichen.

### Schattenkräfte

*In unseren eigenen Kulturen ist viel an tradiertem Wissen verlorengegangen, aber es gibt offensichtlich einen Unterstrom, an den wir uns immer wieder anschließen können. In der Begegnung mit anderen Kulturen scheint sich ein Resonanzfeld zu öffnen, als gebe es eine Universalsprache, die uns in dem Dialog mit Anderswelten zur Verfügung steht.*

Unsere Vorfahren sind zu unterschiedlichen Zeiten durch starke Bedrohungen gegangen; wer nicht die entsprechende religiöse oder auch anders bestimmte Geisteshaltung hatte, musste in den Untergrund gehen. Die Urkräfte der Naturelemente suchen sich wie das Wasser in der Erde ihren Weg durch das Unterirdische ans Licht.

*In der afrobrasilianischen Tradition geht es auch stark um die unbewussten Schattenkräfte, die durch den Orixá Exu verkörpert werden; in unserer Tradition spricht Goethe von der „Kraft, die stets das Böse will und stets das Gute schafft.“*

Das erste, was ich mit diesem spirituellen Weg verbinde, ist die Idee der immanenten Heiligkeit. Wir verbinden den Begriff des Heiligen sehr schnell mit der Idee von Licht und machen uns dabei oft nicht klar, dass auch der als lichtvoll empfundene Himmel ein Teil der Erdatmosphäre ist. Und die Erde ist nicht nur die dünne Schicht, die sich dem Licht zuwendet, sondern die große Kraft der Erde liegt in ihrer dichten Masse, wo sich eine große Vielfalt des Lebens, zumindest

auf der mikro-organismischen Ebene befindet. Der Reichtum der lebendigen Welt liegt auch in diesem Dunkel und verweist auf die Schattenkraft.

Es ist ein integratives Konzept mit zwei Aspekten: Zum einen ist das Dunkle jene Kraft, aus der sich das Leben gebiert, aus der überhaupt etwas entsteht. Wenn wir uns dem Leben in einem Ritual oder einer Feier zuwenden, ist einer der ersten Schritte die Würdigung dieses Dunklen, aus dem das Leben geboren ist. Das ist eine Art merkurisches Prinzip, das die Tür zur nächsten Dimension öffnet. Es geht dabei um die Ehrung und Feier der mythologischen und natürlichen Kreisläufe und Lebenskräfte – eine Aufgabe, die in traditionellen Kulturen oft von Priesterinnen übernommen wurde.

Das zweite große Feld ist, wie in allen kultisch-heilerischen Traditionen, das kurative Ritual. Die dunklen Kräfte übernehmen in dieser Lebensmagie die Rolle der Türöffner für das, was sich neu gebiert. In der Heilmagie sind sie die schützenden Kräfte, die unsere Reisen in die Dunkelheit oder in unsere inneren Schatten absichern, damit wir wieder in eine Balance zurückfinden. In der Inkorporation einer Entität schließe ich mich einem Liebesraum an, der meine menschliche Liebe übersteigt. Damit ich bei der Rückkehr in mein Alltagsleben wieder in eine adäquate Mitte komme, halten die Schattenkräfte als Gegenpole zu dem erweiterten Liebesraum das Gleichgewicht. Damit gelten sie in der Heilungsarbeit als gesunde Polarisationskräfte. Sie bringen die Dinge wieder ins Lot. *In deinem Buch „Wagnisse des Lernens“ habe ich ein schönes Bild gefunden: Als du mit dunklen Kräften in dir selbst in Berührung gekommen bist, hast du erkannt: Wenn*

*ich mich von ihnen in die Tiefe ziehen lasse, bin ich vielleicht verloren, aber wenn ich sie akzeptiere und in einen vertikalen Bewusstseinszustand gehe, dann werden sie zur Wurzel, die mich erdet.*

Das ist eine Art Grund-Zustimmung, die diesen Traditionen innewohnt. Sie strebt nicht danach, dass ich ein besserer Mensch werde. Es stellen sich aber eine Art Gelassenheit und eine Freundlichkeit ein, wenn man nicht versucht, ein anderer zu sein, als man ist, und auch dem zustimmt, was an Schrecklichem da ist. Die Nacht, der Rhythmus von Tag und Nacht, das rhythmische Durchlaufen von lichtvollen und schattenvollen Schichten bringen Erneuerung. Wir holen das ans Licht. *Manchmal sind die Schattenkräfte so gewaltig, dass wir sie am liebsten für immer im Dunkeln lassen möchten. Mit dem von dir mitinitiierten Symposium „Lebendiges Erinnern“ in Lychen bei Ravensbrück wollen wir uns den Schatten unserer eigenen Vergangenheit stellen. In Nachbarschaft des preußischen Dorfs Ravensbrück ließ die SS 1939 das größte Frauenkonzentrationslager auf deutschem Gebiet errichten. Ein Männerlager und das „Jugendlager Uckermark“ kamen später hinzu. Zehntausende Juden und Jüdinnen, Sinti und Roma und weitere Menschen aus 40 Nationen wurden zur Zwangsarbeit verpflichtet und später ermordet. Welche Art von Gedenkkultur ist nötig, damit in diese äußere und innere Erstarrung aus Grauen wieder Zuversicht einsickern und Leben fließen kann? Der Fokus, den wir dort einnehmen wollen, ist das Hinschauen auf den Naturraum, in dem sich diese Tragödien manifestiert haben. Es ist ein Versuch, durch organismisches Empfinden einen Dialog mit diesem Naturraum aufzunehmen, in Resonanz zu gehen und uns zu fragen: Was können wir heute an diesem Ort dazubringen, dass wieder Lebendigkeit einkehren kann? Bei unserem Besuch der Gedenkstätte im April haben wir die ungeheure Erfahrung gemacht, dass die Natur mit einem fortschreitenden Sterben auf die Gestaltung des Orts antwortet – so, als ob der Tod konserviert würde. In allem Respekt und in allem Wissen um die Notwendigkeit des bewusstseinsbildenden Elements bei der Gestaltung der Gedenkstätte und des Gedenkens an die Ermordeten war da der Impuls, sich auch an diesem Ort dem Leben zuzuwenden. Wir möchten einen minimalen Beitrag dazu leisten, diese lebendigen Kräfte zu würdigen, damit das, was tot ist, in eine neue Dimension eintreten, wiedergeboren werden kann. *Mögen die Kräfte des Lebens uns leiten! Ganz vielen Dank für das Interview!**

Weitere Informationen: [www.nature-and-healing.ch](http://www.nature-and-healing.ch), [www.terrasagrada.info](http://www.terrasagrada.info)