

PETER ORBAN / INGRID ZINNEL

DER TANZ DER SCHATTEN

Eine Reise durch dein Leben



Inhalt

Vorab	7
Über den Gebrauch dieses Buches	11
1 Körperlichkeit	13
2 Sicherheit	31
3 Beweglichkeit	43
4 Geborgenheit	53
5 Einzigartigkeit	69
6 Notwendigkeit	83
7 Andersartigkeit	95
8 Verbindlichkeit	111
9 Sinnhaftigkeit	121
10 Gesetzmäßigkeit	131
11 Freiheit	145
12 Wahrheit	155

7. Auflage 2010

Peter Orban, Ingrid Zinnel
Der Tanz der Schatten

© für die deutsche Ausgabe Neue Erde GmbH 2010
Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:
Bild: Dieter Bonhorst, München
Gestaltung: Greyhound Press

Gesamtherstellung: L.E.G.O. S.p.A. Lavis (TN)

Printed in Italy

ISBN 978-3-89060-552-4

IRIS ist ein Imprint bei Neue Erde.

Neue Erde GmbH
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken · Deutschland · Planet Erde
www.neue-erde.de

Vorab

Ein Buch mit dem Titel ›Der Tanz der Schatten‹ sollte gleich am Anfang darlegen, was es mit diesen Worten auf sich hat. Wir verwenden diesen Titel, um auf zwei Dinge zugleich aufmerksam zu machen. Zum einen geht es in unserem Text um einen Bereich im Inneren unserer Seele, den man seit C. G. Jung als das Reich der ›Schatten‹ bezeichnet. Andere Worte dafür sind: das Verdrängte, das Unbewußte, jene abgespaltenen Teile also, mit denen wir uns bewußt nicht mehr beschäftigen wollen. Zum anderen geht es um jene zwischenmenschlichen Spiele, jene Tänze, die eben aus dem Vorhandensein dieses Schattenbereiches erwachsen. Wem das Wort ›Tanz‹ zu harmlos klingt, der kann bedenkenlos die Begriffe Neurose, Krankheit, gestörte Beziehungen, Umweltunverträglichkeit usw. dafür einsetzen.

Unser Buch versucht also, einem Punktstrahler gleich, all jene Tanzfiguren des menschlichen Lebens zu beleuchten, in denen – aus dem Unbewußten heraus – Leidensformen entstehen und die damit unser Dasein in mehr oder weniger deutlicher Weise komplizieren.

So gesehen ist jede Handlung und jedes Verhalten, das aus dem Unbewußten gespeist wird, ein Schattentanz, und wir werden zu prüfen haben, ob es überhaupt andere Tänze gibt.

Das Bild der tanzenden Schatten mag bei einigen Lesern eine Assoziation zu Platons *Höhlengleichnis* auslösen, und diese Sinnverbindung ist von uns beabsichtigt. Und doch möchten wir dieses Gleichnis nicht in seiner alten Form hier übernehmen; wir würden es gern – für unsere Belange – in ein neues Gewand einkleiden.

Stell dir vor, jeder Mensch befände sich im Inneren einer Höhle, er wäre an eine der Höhlenwände angekettet. In seinem Rücken befindet sich eine Öffnung, durch die das

Licht in die Höhle hineindringt und seine Strahlen auf die gegenüberliegende Höhlenwand wirft. Zwischen der Öffnung und der gegenüberliegenden Höhlenwand steht also der angekettete Mensch. Er sieht jetzt seinen *eigenen Schatten* auf der Höhlenwand tanzen und hält – er sieht ja nichts anderes – dieses Schattenspiel für das eigentliche Leben. Und so beobachtet er fasziniert, was sich in seinem Schattenbild – in seinem Leben – so alles tut.

Sein Problem ist folgendes: Er kommt nie auf die Idee, daß sein Gegenüber, sein tanzender Schatten, ja nur deshalb so ist, weil er selbst dem einfallenden Licht diese Figur entgegenbietet, die sich jetzt auf der Höhlenwand, ihm gegenüber, abzeichnet.

Was er für das ›Draußen‹, für die ›Welt‹ hält, die da ihm gegenüber erscheint, ist nur sein eigener Schatten. So nimmt der Mensch die Er-Scheinungen für das Wesen, den Schein für die Wirklichkeit.

Er schaut nie auf den Boden (seines Wesens), denn dort könnte er sehen, daß die Schattenlinien von seinem eigenen Standpunkt bis zur gegenüberliegenden Höhlenwand reichen und dort ihren gespenstischen Reigen aufführen. Das ist es, was wir ›den Tanz der Schatten‹ nennen.

Nun könntest du einwenden, daß das, was dir dort als Außenwelt gegenübersteht, ja nun wahrlich kein Schattenbild ist, sondern z. B. ein Mensch aus Fleisch und Blut. Und so muß unser Gleichnis um eine Nuance erweitert werden, damit es auch von uns Heutigen verstanden werden kann.

Stell dir also vor, es sei folgendes passiert: Das ursprüngliche Schattenbild wollte seinem Herrn, also dir, nicht mehr gehorchen. (Die Wahrheit ist, du wolltest dich von ihm lösen!) Durch diese Lösung wird es selbst immer mächtiger; es sammelt immer mehr Kräfte, nimmt immer mehr an Gestalt zu, setzt Fleisch an (das es dir entzieht), bekommt Farbe und wird wohlgenährt – während du selbst immer mehr an Farbe verlierst, immer dünner wirst und zu einem ›Schatten deiner selbst‹ abmagerst.

So hat sich in unserem Gleichnis das Verhältnis von Herr und Knecht, von Mensch und Erscheinung, gerade umgekehrt, und wir dürfen hier die auf den ersten Blick verwirren-

de Frage stellen: Bist du es, der einen Schatten wirft, oder wirft dein Schatten dich?

Auch dieser Blickwinkel ist mit dem Wort der ›tanzenden Schatten‹ gemeint und du tust gut daran, dir dieses Gleichnis nicht nur als Gleichnis vorzustellen.

Und damit du hier am Anfang gleich die ganze Komplexität unseres Themas erahnen kannst, möchten wir dir ein weiteres Bild geben. Stell dir also weiterhin vor, es wäre möglich, daß dein Schatten sich eines Tages von deiner Person gelöst hätte, gänzlich abgelöst, er hätte die Verbindung zu dir abgetrennt und schwärmt jetzt als eigenständiges Wesen durch eure gemeinsame Höhle. Der Schatten ist dabei nicht mehr vor dir auf der Höhlenwand sichtbar, sondern tritt neben dich, ja, in dich hinein. Er kommt also von einer Seite, von der du eine Wesenheit am wenigsten erwartest. Befällt deinen Körper, so daß du glaubst, jemand Fremdes habe sich deiner bemächtigt.

Natürlich beginnst du jetzt zu kämpfen oder zu flüchten, doch wo immer du hingehst, dein Schatten ist schon da, wann immer du auf ihn einschlägst, genau in diesem Moment schlägt auch er!

So siehst du, daß unser Buch von einer verwirrenden Vielfalt dieser Schattenspiele handelt, die wahrlich nicht einfach auf einen Nenner zu bringen sind. Was ist nun die Absicht unseres Buches dabei?

Zunächst einmal: auch wir – als Autoren – können diesem Dilemma nicht entrinnen. Auch wir sind gebunden an unsere Ketten, an unsere Höhle. Auch wir starren gebannt auf unsere eigenen Schatten und halten die Erscheinungen für das Wesen. Das geht nicht anders. Doch wir hoffen, daß sich in der Beschreibung dieser ›Tänze‹ das eine oder andere Schattenspiel in unserem eigenen Inneren löst. Was kann ein Buch dabei tun?

Nun, das eigentliche Problem besteht darin, *daß wir alle nicht glauben, uns in einem solchen Spiel zu befinden*. Wir sitzen in unseren warmen Wohnzimmern vor dem Fernsehapparat und meinen, daß dieses alte Gleichnis (es muß schon Platon tief bewegt haben) seine Berechtigung verloren habe. Wir wollen nicht glauben, daß es heute stimmiger denn je

Über den Gebrauch dieses Buches

sein könnte. Und so haben wir uns mit diesem Buch eine zweifache Aufgabe gesetzt. Als erstes möchten wir die ›Spiele‹, die hier und heute von uns allen gespielt werden, beschreiben. Wir möchten sie ins rechte Licht rücken, damit sie deutlich gesehen werden können. Das ist die eine Seite unseres Textes. Gleichsam *die zu er-lesende Seite*.

Daneben gibt es eine zweite – ungleich verbindlichere – Seite. In ihr geht es darum, die Schattentänze lebendig werden zu lassen. Sie zu *erleben*. Zu diesem Zweck gibt es 12 Reisen (auf Kassetten).* Es sind buchstäblich Abstiege, und der Leser sollte diese Reisen nicht auslassen, da sie integraler Teil des Textes sind. In ihnen wirst du tatsächlich ins Innere der Höhle aus unserem Gleichnis geführt, damit du dort lernen kannst, daß die Höhle Wahrheit ist, daß sie tatsächlich existiert.

Es ist unsere feste Überzeugung, daß nur derjenige seine Höhle eines Tages verlassen kann, der die Illusion ihres Daseins vollständig verstanden hat. Um aber seinen Weg aus der Illusion herauszufinden, muß dem Menschen zuerst einmal seine Illusion deutlich vor Augen geführt werden. Sie muß gleichsam eine ›lebendige Illusion‹ werden. Erst danach kann der Mensch von ihr lassen.

Er kann sich dann möglicherweise auch einmal dem Licht zuwenden, das da von der anderen Seite unaufhörlich zu ihm hereinstrahlt und dem er bis heute den Rücken zugewendet hat, weil seine tanzenden Schatten ihn so sehr in ihren Bann ziehen.

Dieses Buch beschreibt einen Entwicklungsweg durch die Themenstellungen des Lebens. Es besteht aus 12 Kapiteln und 12 Phantasireisen auf Kassette.

Wir empfehlen folgende Vorgehensweise: Du liest zunächst das Kapitel und legst dir dann innerlich die Frage vor: ›Wie ist das bei mir?‹ und ›An welcher Stelle stehe ich bei diesem Thema?‹

Sodann machst du die Reise, indem du die zu diesem Kapitel gehörige Kassette anhörst. Folgende Vorbereitungen sind hierzu notwendig: Du sorgst dafür, daß nichts dich stören kann (Telefon etc.). Du entzündest eine Kerze (evtl. ein Räucherstäbchen) und legst dich sehr bequem auf eine nicht zu harte Unterlage.

Es ist sehr zu empfehlen, die Reisen zu zweit oder mit mehreren gemeinsam zu unternehmen. Du kannst dich hinterher über ihren Inhalt mit den anderen austauschen. Wenn du allein bist, kannst du deine Erfahrungen aufschreiben, ein Bild darüber malen etc.

Und erst wenn du das Gefühl hast, du hast ausreichend den Inhalt dieses Themas in dich aufgenommen, solltest du zum nächsten Kapitel und der nächsten Reise schreiten.

Bist du so durch alle 12 Themen gewandert, so kannst du jetzt – mit mehr Verständnis – zu jenem Thema (oder zu jenen Themen) zurückkehren, mit denen du im Moment die meisten Probleme hast. Dieses Kapitel und diese Reise kannst du jetzt öfter durchqueren. Du wirst dabei merken, daß in jeder Reise neue Bilder, neue Symbole des alten Themas auftauchen. Glaube also nicht, daß eine Reise, einmal gemacht, damit erschöpft sei.

* Falls du nur dieses Buch erworben hast, so solltest du wissen, daß es zu den 12 hier beschriebenen Themen 6 Kassetten gibt (je 2 Reisen auf einer Kassette). Um diese Themenkreise wirklich zu erleben und zu erfahren, empfehlen wir dir unbedingt den Erwerb der Kassetten – zumindest derjenigen, die dich momentan ansprechen.