

Mein Mann ist auf diversen Kanälen an Talks verschiedener ukrainischer Menschen abonniert, die von ihrer schwierigen Situation erzählen. Landesgeschichte, Alltagssituationen oder Herausforderungen werden so von unzähligen unbekanntem Menschen gehört und gesehen, und die Verfasser:innen werden in ihrer schwierigen Situation ermutigt oder getröstet.

Diese Menschen werfen ihre Netze aus. Sie laden uns ein, ein kleines Stückchen aufzufangen, festzuhalten und sie darin zu tragen.

Diese Netze sind nicht aus Hanf oder Polyester; die Informationen sausen durch Glasfaserkabel und Strahlenautobahnen, welche die Welt umspannen. Wenn ich mir das vorstelle, ist das wie ein gigantisches menschliches Fasziennetz um die Erde. Wenn wir an unserem Ende ziehen, hat das Folgen für den ganzen Planeten.

Eine positive Verbundenheit ist wertvoll. Sie wird, unter anderem, von einer steigenden Anzahl Frauen in unzähligen Frauenkreisen und -gruppen gelebt. Verbunden in Bemühungen, sich in alle Richtungen weiterzuentwickeln. Sich zu unterstützen. Sich wertzuschätzen. Sich zu akzeptieren. Netze zu spinnen und zu halten.

Ein Beispiel

Ich tauche auf aus einer spirituellen Übungsphase, einem sogenannten Sadhana, wo ich mich mit einer Göttin und ihren Aspekten 21 Tage lang auseinandersetze und verband.

Dieses Programm wurde von einer Frau entwickelt, die sich darauf spezialisiert hat. Eine Frau, die unglaublich unterstützende Worte findet, um uns zu ermutigen, die Verantwortung für all unsere Seiten zu übernehmen und unser vollstes Potential unseres ganz eigenen Frauseins zu leben.

Sie interpretiert die alten Mythen aus weiblicher Sicht und zeigt uns, wie wir uns mit mächtigen, ermächtigten Frauenfiguren als Vorbilder, die wir uns selbst entdecken und integrieren dürfen, glorreich «auferstehen» können.

Diese Übungen entlassen mich mit einem «inneren Fasziennetz», welches mich besser trägt, und ich gehöre jetzt einem Netz von Frauen an, die ähnliche Erfahrungen wie ich gemacht habe. Wenn ich möchte, kann ich diese in einer geschlossenen Gruppe teilen, oder mich persönlich mit Gleichgesinnten treffen.

Ich erfahre, wie es anderen dabei ergangen ist. Ich bin nicht alleine in meiner Auseinandersetzung mit meiner dark side of my moon.

Eine Freundin schreibt mir: Danke, dass Du das machst. Das hilft allen, sich zu befreien. Wir sind alle verbunden.

Was hat das mit dem Tanzen zu tun?

Mit Faszien befasse ich mich gerade ungewollt: durch Schmerzen. Mein Physiotherapeut entklebt meine Faszien mit einem Vakuumglas; auf dass sie mich wieder besser stützen und tragen. Das wirkt und hilft meinem ganzen weiblichen Körper.

Nutzen wir also diese grossartige Möglichkeit der Verbundenheit – in welcher Art auch immer - für Positives. Um mit-zu-tragen und zu unter-stützen. Für das Verbundensein im besten Sinn dieses Wortes.

We are linked, not ranked, Gloria Steinem (Wir sind verbunden, nicht eingeteilt)

PS:

Eines Tages hat mein Mann mir erzählt, dass eine junge Ukrainerin einen bemerkenswerten Satz gesagt hat: Die Frauen in der Ukraine sind so schön, weil es dort keine Hexenverbrennungen gab.

Aber das ist eine andere Geschichte ...

