

Gut leben und sterben

Eine Lehrgeschichte der Cree erzählt vom Weg über die vier Berge des Lebens und verrät, warum die Lebensweisen in modernen Gesellschaften immerzu auf Krieg ausgerichtet sind.

von Vanessa Machado de Oliveira

Dies ist ein Auszug aus Vanessa Machado de Oliveira, *Hospicing Modernity. Facing humanity's wrongs and the implications for social activism* (North Atlantic Books 2021), übersetzt von Matthias Fersterer und in der vorstehenden Leseempfehlung eingeführt von Andrea Vetter.

Als ich an diesem Buch schrieb, wachte ich eines Nachts auf, und mein Partner lag kalt neben mir. Ich versuchte, ihn wachzurütteln, ohne Erfolg. Die nächsten fünf Sekunden erschienen mir wie eine Ewigkeit, während mich eine Lawine an Gefühlen überrollte und lähmte. Ich erinnere mich, dass zu meiner Überraschung das stärkste Gefühl Ärger war: »Wie kannst du mir nur einfach so wegsterben?« Dann gelang es mir, zu schreien. Er wachte auf und sagte ganz sanft, dass er nicht tot sei. Natürlich war meine Erleichterung riesig, aber der Adrenalinrausch ließ mich keinen Schlaf mehr finden. Ich dachte immerzu darüber nach, dass unser beider Tage gezählt waren und wir, auf einer anderen Existenzebene jenseits linearer Zeit und Form, nicht in diesen Körpern existierten. Am folgenden Tag fand die erste Videokonferenz einer Veranstaltungsreihe mit dem Titel »The End of the World as We Know It« (Das Ende der Welt, wie wir sie kannten) statt, die ich über meine Universität organisiert hatte. Indigene Mitglieder unseres Netzwerks aus Nord- und Südamerika hatten angeboten, während der Konferenzen Zeremonien abzuhalten. Das vielschichtige Thema »Sterblichkeit« war an diesem Tag ganz nah an mich herangerückt, und damals entschloss ich mich, ihm noch näherkommen zu wollen.

Die Moderne hat es sich zum Ziel gesetzt, den Tod zu besiegen, und bedient sich dabei unserer Angst vor dem Tod. Die Angst vor der Sterblichkeit (unseres eigenen Körpers, geliebter Menschen, der ganzen Menschheit) führt dazu, dass wir Projektionen folgen und meinen, erst dann voll und ganz lebendig zu sein, wenn irgendein Ideal dahergekommen sei: der ideale Partner, die ideale Arbeit, die ideale Zeit, das ideale Selbstbild, der ideale Ort ... Wenn du aber weißt, dass deine Tage gezählt sind - und das sind sie -, dann kannst du nicht auf ein

Ideal warten. Der ideale Tag ist heute: Heute ist ein ebenso guter Tag zum Sterben wie jeder andere, wie eine indigene Redeweise lautet. Wenn wir das verstanden haben, dann erkennen wir vielleicht auch die vielen Tode in und um uns herum, die tagtäglich geschehen, damit wir weiterleben können, und sind vielleicht dankbar für jeden weiteren Tag, der uns bleibt, bevor wir unseren Körper endgültig verlassen. Gut leben heißt unweigerlich auch gut sterben, und diese beiden Dinge geschehen zu ein und derselben Zeit. Also hielt ich meinen Partner und unsere Sterblichkeit in jener Nacht eng umschlungen und nahm mir vor, nicht weniger als voll und ganz zu leben und zu lieben, selbst wenn das Verlust, Kummer, enttäuschtes Vertrauen und Schmerz nach sich zöge. Ich war dankbar dafür, ihn - mit allem drum und dran - an meiner Seite zu haben, so lange es eben dauern mochte.

Vielleicht hast du schon einmal von *buen vivir* oder »dem guten Leben« gehört. Der Begriff wird oft verwendet, um den Unterschied zwischen »dem guten Leben« und »dem besseren Leben« zu betonen. »Das bessere Leben« wird gemeinhin als Teil des modernen Versprechens nach sozialem Aufstieg betont und schürt das vermeintliche Bedürfnis, immer mehr haben zu wollen, als du selbst gerade hast und deine Nachbarn gerade haben. »Das gute Leben« (*buen vivir*) gilt oft als Philosophie des Andenraums, die die Vorstellung eines »besseren Lebens« infrage stellt, indem sie betont, dass »genügsame Fülle«, entscheidend dafür ist, wechselseitige Beziehungen zwischen allen Wesen aufrechtzuerhalten. Teilweise ist *buen vivir* aber auch ein Versuch, den Quechua-Begriff *sumac kawsay* ins Spanische zu übersetzen, der nicht nur ein gedankliches Konzept, sondern auch eine Weise, in der Welt zu sein, ist. Wie Maria Jara Qquerar, eine Lehrerin der Quechua, betont, ist es in der gelebten Praxis des *sumac kawsay* ebenso wichtig »gut zu sterben« wie »gut zu leben«, weil beide Teil desselben Kreislaufs sind. In westlichen Gesellschaften werden Tod und Sterben hingegen für gewöhnlich als etwas betrachtet, dass es zu fürchten und zu meiden gilt.

Sterbe-Doulas, die Menschen in Palliativpflege bis zum Lebensende begleiten, sind in westlichen Gesellschaften häufig mit einem Problem konfrontiert. Wird ein Mensch mit einer tödlichen Krankheit diagnostiziert, und schlägt jemand aus der Verwandtschaft vor, eine Sterbe-Doula zu kontaktieren, dann reagiert meist ein Familienmitglied mit oftmals aggressiv vorgebrachtem Widerstand. Der verwandten Person wird dann vorgeworfen, sie begrüße den Tod, weil sie vorschlägt, dass die Familie den Tod annehmen solle, anstatt ein Wunder zur Rettung der kranken Person herbeizuwünschen. Wenn

der Tod dann kommt, wird manchmal diese verwandte Person dafür verantwortlich gemacht, so als ob wir, indem wir über den Tod sprechen oder uns darauf vorbereiten, den Prozess des Sterbens beschleunigen würden. Innerhalb der Moderne ergibt das durchaus Sinn, denn die Moderne ist aus dem Versuch heraus entstanden, Wandel zu kontrollieren und den Tod zu bekämpfen und zu besiegen, unter anderem, indem wir uns selbst von der Natur abspalten (als ob wir nicht Teil von ihr wären).

Innerhalb der Moderne folgen Unterhaltungen darüber, wie möglich oder wahrscheinlich es sei, dass die Moderne kollabiere, immer demselben Muster. Für gewöhnlich wird dieses Thema vermieden oder für belanglos erklärt, um stattdessen Hoffnungen auf die Zukunft und den Fortbestand des existierenden Systems zu nähren. Viele glauben, dass Menschen, sobald sie die Wahrscheinlichkeit eines Kollaps akzeptiert haben, aufhören würden, sich für Wandel einzusetzen, oder dass sie sich in Fatalismus ergeben würden, sobald sie keine nutzenmaximierende oder zielorientierte Handlungsmotivation mehr hätten. Dieser Logik zufolge würden wir, indem wir anerkennen, dass ein sozialer und ökologischer Kollaps möglich oder wahrscheinlich ist, diesen Kollaps beschleunigen.¹

¹ Siehe dazu auch den Beitrag von Theresa Leisgang und Gerriet Schwen, »Schöner Scheitern in einer Welt, die zerfällt« auf S. 30 in diesem Almanach.

Viele nicht-westliche Kulturen, darunter viele indigene, nähern sich dem Tod, dem Sterben und der Möglichkeit oder Wahrscheinlichkeit eines Kollapses hingegen anders. In Gesellschaften, in denen Tod und Leben als untrennbar miteinander verbunden gelten, gibt es Abläufe, Gebräuche und Vorkehrungen dafür, sich mit unvermeidlichem Wandel, Schmerz, Verlust und Tod auseinanderzusetzen, die innerhalb der Moderne undenkbar sind. Indigene Völker sind oft auch weit besser dazu in der Lage, mit komplexen und paradoxen Situationen umzugehen. Dem Sozialforscher und Cree Dr. Cash Ahenakew zufolge stünden indigene Menschen dem grundlegenden Paradoxon gegenüber, dass sie gezwungen seien, in gewalttätigen, nicht-lebensfördernden modernen/kolonialistischen Systemen zu überleben, in denen Menschen wie Kleinkinder behandelt würden; gleichzeitig trügen sie jedoch die Verantwortung dafür, ältere und reifere indigene Seinsweisen aufrechtzuerhalten. Die Lebenswege, die die Moderne anböte, können ihm zufolge Menschen nur sehr begrenzt darauf vorbereiten, mit den Widrigkeiten des Lebens und mit unserer Verantwortung als Menschen auf einer begrenzten Planetin umzugehen. Die meisten indigenen Völker hingegen hätten reichere Geschichten, wie etwa jene im folgenden Abschnitt, die alle auf die Herausforderungen und Aufgaben verschiedener Lebensphasen vorbereiten könnten.

Übung

Komm zur Ruhe. Welche emotionalen Prägungen zum Tod und Sterben hast du aus deiner Familie oder deinen kulturellen Kontexten geerbt? Wurde in deiner Kindheit und Jugend über Tod und Sterben gesprochen oder nicht? Was wäre deine größte Sorge, wenn du wüsstest, dass du morgen stirbst? Prüfe deinen inneren Bus.² Welche Passagiere haben Angst vor dem Tod und dem Sterben? Warum haben sie Angst? Welche Passagiere haben Angst vor Leid und Verlust? Wie kannst du sie dazu einladen, Sterblichkeit als etwas Schöpferisches zu sehen? Viele Kulturen sind davon überzeugt, dass wir letztlich nicht gut leben können, wenn wir die eigene Sterblichkeit nicht stärker in unseren Alltag integrieren, weil wir andernfalls in einer Projektion gefangen sind, anstatt hier und jetzt zu leben, und andernfalls nicht dankbar für jeden geschenkten Tag und für alle, die sich opfern, um uns am Leben zu erhalten, sein können. In manchen Kulturen ist es üblich, vom Tag der Geburt an zu hören, dass wir sterblich sind. Eine dafür hilfreiche Erkenntnis ist, dass wir mit einer begrenzten Anzahl an Atemzügen geboren werden. Jeder dieser Atemzüge ist heilig. Atme zehn Mal ein und aus und würdige jeden Atemzug als heilig. Wie willst du deine verbleibenden Atemzüge und die Wesen, die sich opfern, damit du leben kannst, würdigen? Mit wem würdest du deine verbleibenden Atemzüge gern teilen? Was möchtest du mit deinen verbleibenden Atemzügen zum planetaren Stoffwechsel, dessen Teil du bist, beitragen?

Eine Lebensweg-Geschichte der Cree

Dies ist die Version einer Geschichte, die mir erstmals 2015 von einem Cree-Ältesten namens John Crier erzählt wurde. Sie handelt von vier Bergen, die für vier Lebensphasen stehen. Die Geschichte spielte eine wichtige Rolle in einem Forschungsprojekt, an dem ich beteiligt war, geleitet von einem weiteren Traditionshüter der Cree, Cash Ahenakew. In seinem Projekt sammelte Cash Beispiele dafür, wie Menschen durch indigene Unterweisungen von Geburt an darauf vorbereitet werden, einmal gute Älteste und gute Ahnen für all ihre Verwandten zu werden. John hat uns freundlicherweise gestattet, mit dieser Geschichte auf Wanderschaft zu gehen und sie wie folgt aufzuschreiben.

Vorab muss ich darauf hinweisen, dass Geschichten in indigener Erzähltradition Lebewesen sind, die in unserem Herzen anlanden und mit uns tanzen können, wenn wir dafür offen sind. Dieser Tanz kann kurz oder lang sein. Er kann auch ein ganzes Leben dauern. Bei diesem Tanz werden uns langsam und allmählich, manchmal über Jahrzehnte hinweg, verschiedene Ebenen von Bedeutung und Sinn enthüllt. Die Erkenntnisse hängen davon ab, wie viel Raum wir dafür

² Diese Metapher eines vollbesetzten Omnibusses wirkt dem modernen Persönlichkeitsbild entgegen, wonach ein reifes Selbst sich dadurch auszeichne, dass Verstand und Vernunft über Gefühl und Körper herrschen und dass dieses Selbst eine vereinheitlichte, kohärente (sprich: kontrollierte) Persönlichkeit ausbilde, die sowohl die Welt als auch sich selbst vermeintlich objektiv betrachten würde. Der von der Autorin hier verwendete Methode zufolge ist unsere Persönlichkeit hingegen beutelig und vielfältig: Wir sind der Bus und all seine Mitfahrenden. Manche sitzen vorn, gleich hinter der Person am Steuer, wo sie gut sichtbar und hörbar sind, andere weiter hinten im Verborgenen. Sie reagieren völlig unterschiedlich auf äußere Ereignisse und haben teils sehr gegensätzliche Ansichten und Gefühle. Sie alle sind Anteile unserer selbst, geprägt durch jeweils markante, teils traumatisierende biografische Erlebnisse. Siehe *Hospicing Modernity*, S. 47ff. A. d. Ü.

in uns haben. Wenn dort zu viel Durcheinander ist, dann gibt es vielleicht nicht genügend Raum, damit die Geschichten sich bewegen, tanzen und neue Einsichten enthüllen können. Oft müssen wir erst Raum schaffen, bevor neue Geschichten anlanden können.

In manchen indigenen Geschichten wird heiliges Wissen überliefert, das nur bestimmten Indigenen offenbar werden darf. Diese Geschichten müssen in den Gemeinschaften, zu denen sie gehören, bewahrt werden. Als indigener Ältester trägt John viele solcher Geschichten mit sich. Andere Geschichten, wie etwa diese, sollen von Ort zu Ort wandern, mit mehr Menschen in Berührung kommen und tanzen. Manche Geschichten wollen in die Welt hinaus, um durch diese verändert zu werden. Diese Geschichte hier erwies sich als eine solche Wandergeschichte. Mit Johns Erlaubnis reiste sie zu verschiedenen indigenen Gemeinschaften in aller Welt und tanzte mit vielen Leuten an vielen Orten. Als ebendiese Version der Geschichte in jenen Teil von Turtle Island,³ von dem sie einst kam (Kanada), zurückkehrte, hatte sie verschiedene Tänze von den Leuten, die sie getroffen, und den Orten, die sie besucht hatte, gelernt.

Bei Wandergeschichten lässt sich nur sehr schwer sagen, wie die Geschichte vor ihrer Wanderschaft war und was seitdem hinzugekommen ist. Also versuchte ich gar nicht, den ursprünglichen Tanz zu finden, sondern erlaubte der Geschichte einfach, eines Tages, nachdem ich gefastet hatte, zu mir zu kommen. Dann bat ich John, zu korrigieren, was ich vielleicht missverstanden hatte. Bei aufgeschriebenen Geschichten, die in Papierform wandern, sind die Rhythmen und Tänze anders als bei Geschichten, die durch mündliche Überlieferung wandern und die jeweils auf ganz bestimmte, eigens für die zuhörende Person abgestimmte Weise erzählt werden. Solltest du also jemals die Gelegenheit dazu haben, dann lass dir diese Geschichte unbedingt von John Crier selbst erzählen, solange er noch unter uns ist! Er wird sich freuen, von dir zu hören. Und nun werde ich dir jene Version der Wandergeschichte erzählen, die sich in unserer Zusammenarbeit gezeigt hat.

Die Lebensweg-Geschichte nach John Crier führt über vier Berge. Welches Bild entsteht dabei vor dem inneren Auge? Die mit Auswahl und Übersetzung dieses Texts befassten Redaktionsmitglieder sahen einen hohen Hügel mit sanfter Kuppe, so wie den Silbury Hill, vor sich. Dieser mit über 160 Metern Durchmesser und 40 Metern Höhe größte neolithische Erdbau Europas wurde vor 4500 Jahren in Südengland in der heutigen Grafschaft Wiltshire errichtet und ist räumlich verbunden mit den noch älteren Steinkreisen und Megalithanlagen von Avebury.

³ Indigener Name für den nordamerikanischen Kontinent, wörtlich »Schildkröteninsel«. A. d. Ü.



⁴ Im Original werden die Berge *Baby Mountain, Warrior Mountain, Hunter/Provider Mountain*, und *Elder Mountain* genannt. Da manche dieser Begriffe im Deutschen völlig andere Assoziationen als im Englischen hervorrufen, wurden die Namen in der deutschen Übersetzung teils freier gewählt, so dass sie zu den jeweiligen Lebensphasen passen, ohne geschlechtliche Zuschreibungen festzulegen, und als Bergnamen plausibel sind. Auch durch die Übersetzung erfährt diese Wandergeschichte also eine Veränderung. A. d. Ü.

Die vier Berge

Diese Geschichte handelt von vier Bergen. Jeder Berg steht dabei für eine Lebensphase, durch die Menschen hindurchgehen müssen. Es gibt einen Anfangsberg, einen Kriegsberg, einen Nährberg und einen Ältestenberg.⁴ Wenn alles im Gleichgewicht ist, dann unterstützen das Land, die Ahnen und alle Verwandten die Menschen dabei, von einem Berg zum nächsten zu steigen. Menschen können ebensowenig wie alle anderen Wesen über ihre Zeit oder ihr Leben verfügen. Jene viel mächtigere Kraft, die Indigene den Großen Geist oder *Creator* (Schöpfungskraft) nennen, entscheidet über die Dauer unserer Lebensreise und über die Visionen, die wir geschenkt bekommen, damit wir unseren jeweiligen Beitrag auf je eigene Weise leisten können. Manche Menschen sollen nur eine bestimmte Wegstrecke durch die Berge zurücklegen – dann vollenden sie ihre Reise aus diesem oder jenem Grund frühzeitig. Für Neugeborene etwa ist manchmal einfach nicht der richtige Zeitpunkt, um bleiben zu können, aber dennoch beschenken sie ihre Familie durch einen kurzen Besuch. Mitunter kommen Menschen vom Weg ab oder gelangen auf einen Pfad, der nicht weiterführt, und manchmal verhungern sie dort. Mitunter stecken Menschen, individuell oder kollektiv, auf einem Berg fest, ohne die Unterweisungen, die sie bräuchten, um weiterzukommen. In diesem Fall bedürfen sie der Führung durch Älteste, die sie dabei unterstützen, den Weg wiederzufinden, sich mit ihren Visionen zu verbinden und auf gesündere Weise weiterzugehen.

Anfangsberg

Der erste Berg ist der Anfangsberg. Ist alles im Gleichgewicht, wenn du als Neugeborenes zur Welt kommst, dann wirst du am Fuß dieses Bergs in den Armen deiner Eltern, deiner Ältesten und deiner Gemeinschaft, die alle deinem Wohlergehen verpflichtet sind, mit uneingeschränkter Aufmerksamkeit und Achtung empfangen. Dein erstes Übergangsritual ist dein erster Atemzug. Diesen Berg wirst du gewickelt hinaufgetragen, wodurch die Verbundenheit zwischen deinem Neugeborenenkörper und der Gemeinschaft an Körpern um dich herum, deiner Sippe, gestärkt wird. Weise, gesunde Großeltern, Großonkel und Großtanten spielen eine immens wichtige Rolle auf diesem

Berg; und wenn sie nicht da sind, schaffen Neugeborene es manchmal nicht auf die andere Seite. Sobald du die Kuppe dieses Bergs erreicht hast, machst du erste eigene Schritte beim Abstieg, immer noch an der Hand älterer Verwandter. Der Fokus deines Lernens verschiebt sich nun zu deinen Füßen auf dem Land. Du lernst nun, wie du den Boden unter dir spüren, dich damit verbinden und deinen Weg bedacht darauf gehen kannst, voller Achtung und Ehrfurcht für das Land, das dich den Rest der Reise tragen wird. Indem du dich als Teil der Schöpfung kennenlernst, der von den anderen Menschen, dem Land, den Ahnen und allen Verwandten umsorgt und geführt wird, spürst du in deinen Zellen, dass dein Leben aus sich heraus wertvoll ist.

Kriegsberg

Der zweite Berg ist der Kriegsberg. Nun, da du allein laufen kannst, besteht das Übergangsritual auf diesem Berg darin, dir selbst Grenzen zu setzen und deine eigene Vision und deinen Platz in der Welt zu finden, anstatt deine Eltern oder andere Menschen diese für dich festlegen zu lassen. Auf diesem Berg findest du die einzigartigen Gaben, die einzigartige »Medizin«, die du in dir trägst, und lernst schließlich, diese bei Bedarf einzusetzen. Wenn die Gesellschaft in Aufruhr ist, dann spüren dies junge Leute, die gerade mit dem Aufstieg auf diesen Berg beginnen, am stärksten. Weil sie ihre Grenzen noch nicht gezogen haben, haben sie grenzenlos Energie, und weil sie auf der Suche nach Selbstregulierung sind, neigen sie dazu, Führung und Rat zurückzuweisen. Wenn junge Menschen sich jedoch allein und ungeführt auf die Suche nach ihrem eigenen Pfad begeben, dann landen sie mitunter auf Abwegen.

Auf diesem Berg musst du dich auch deinen Schatten stellen und mit diesen ringen. Während des Aufstiegs ist es, als würdest du im Dunkel der Nacht durch einen dichten Wald gehen, der Weg im schwachen Licht der Mondsichel und Sterne kaum zu erahnen. Die Bäume erkennen zwar deinen Geist und wissen, wer du bist, können sich dir aber nicht auf direktem Weg mitteilen - noch bist du zu sehr mit dir selbst beschäftigt, um ihnen zu lauschen. Sie müssen dich aus dieser Selbstversunkenheit wachrütteln, um mit dir kommunizieren zu können. Während du weiter aufsteigst, wirst du ungeduldig. Du meinst, es könnte dir erst dann gutgehen, wenn du Antworten, wenn du Gewissheiten gefunden hast. Die Aufgabe des Lands als Lehrender ist es aber, dich ins Geheimnis deines Seins einzuführen. Es kann dir den Weg weisen, meist durch Visionen und Lieder, dir aber keine endgültigen Antworten auf alle deine Fragen geben. Das Land gibt dir

immer das, was du gerade brauchst, um den nächsten kleinen Schritt zu gehen, um das jetzt Richtige zu tun und auf gesunde Weise weiterzugehen, während sich dein Lernweg und deine Geschichte nach und nach entfalten. Dieser Teil des Bergpfads kann frustrierend sein, weil dein Körper genug Energie hat, um zu rennen, der Boden aber steinig ist und dich zwingt, langsam vorwärts zu gehen und dich in Geduld zu üben.

Wer auf diesen Berg steigt, verbringt viel Zeit damit, gegen die Schatten der Bäume anzukämpfen. Der Weg ist voller Ablenkungen: verschiedene Abzweige, Rufe und Wegscheiden, die in verschiedene Richtungen führen. Es ist, als würdest du deine Medizin, deine Gabe, wie eine Nadel im Heuhaufen suchen. Viele Ängste und Unsicherheiten zeigen sich in diesem Prozess. Angst davor, unwürdig zu sein. Angst davor, nicht die »richtige« Antwort zu finden. Angst davor, etwas zu verpassen. Angst davor, gedemütigt, zurückgewiesen und verlassen zu werden. Angst vor Verlust, Schmerz und Tod. Angst davor, falsche Entscheidungen zu treffen; davor, dass das Leben nicht lebenswert sei; dass dein Leben ein einziger Fehler sein könnte. Angst vor Unzulänglichkeit und Ungenügen. Um diese Ängste zu vergessen, schaffen viele junge Leute ein Bild von sich, das verhindern soll, dass andere sehen, wie sie wirklich sind. Manche konstruieren ein Selbstbild, das sie stark, unbezwingbar und unfehlbar erscheinen lässt; manche wollen freundlich, fürsorglich und zuverlässig wirken; manche rebellisch, draufgängerisch und aufsässig; andere wie eine Mischung aus all dem. Aber ein Bild ist bloß ein Bild, und je größer die Kluft zwischen dem, wie du gesehen werden möchtest (und dem, wie du möchtest, dass die Welt sei), und den vielen Dingen, die tatsächlich in dir und um dich herum geschehen, ist, desto mühsamer fühlt sich der Weg für dich an und desto wahrscheinlicher ist es auch, dass du Fehlentscheidungen triffst. Dieser Teil des Wegs ist trügerisch, weil du die längste Zeit ausschließlich in deiner eigenen Blase leben und immerzu orientierungslos im Kreis gehen könntest. Die Familien und die Ältesten sollten dich eigentlich unterstützen und führen, aber manchmal können sie das nicht, weil sie selbst vom Weg abgekommen sind, sich vielleicht einst auf demselben Berg verirrt hatten und seitdem nicht mehr auf den Weg zurückgefunden haben. Insbesondere heute bleiben viele Menschen auf diesem Berg stecken, und viel zu viele gehen dabei verloren.

Gleich um die Ecke dieser schwierigen Wegstrecke liegt eine Lichtung, aber du kannst sie erst sehen, wenn du bereits erschöpft von den Kämpfen mit deinen Schatten und denen der Bäume bist.

*Auf die Geschichte der vier Berge angewendet,
ist die Moderne das Streben nach ewiger Jugend
in einer Gesellschaft, die nur bis zum Kriegsberg
gehen mag, um ihren individualistischen Charakter
beibehalten zu können.*

Auf dieser Lichtung kannst du dich ausruhen, kannst fasten, durchatmen, beobachten, kannst lauschen, wie dein Herzschlag sich mit dem Herzschlag der Erde synchronisiert, wenn du ruhiger wirst. Wenn es dir gelingt, deinen Geist zu beruhigen und demütig vor dem Land zu werden, dann werden vielleicht die Geister, die dich schon lange kennen und beobachten, Kontakt mit dir aufnehmen; die Geister, die wissen, was du brauchst, welchen Schritt du als nächstes tun musst und welche Samen welcher Medizin und Gaben du in dir trägst. Durch diesen Kontakt beginnt deine Medizin, in dir zu wachsen und durch dich zu wirken, und zumindest die Hälfte deiner Ängste und Unsicherheiten verschwinden nun. Beim Abstieg von diesem Berg machst du dich mit deiner Medizin und deinen Gaben vertraut, lernst sie so gut wie möglich kennen - und überraschenderweise fühlt sich das rundum gut an. Dieses gute Gefühl ist ganz anders als das, was du beim Aufstieg auf diesen Berg gesucht oder erwartet hattest.

Nährberg

Der dritte Berg ist der Nährberg. Beim Übergangsritual auf diesem Berg geht es darum, das große Ganze zu sehen, uns zwar nicht nur in der Gegenwart, sondern auch in der Vergangenheit und der Zukunft. Dabei gilt es auch zu lernen, wie du deine Medizin und Gaben zum Wohlergehen deiner Familie und Gemeinschaft, des Lands und aller Verwandten einsetzen kannst. Nun, da du gelernt hast, Grenzen zu ziehen, und anfängst, Vertrauen in deine eigenen Gaben zu fassen, musst du lernen, wie du diese deiner Gemeinschaft auf schöpferische Weise schenken kannst. Du musst lernen, wie du deine Gaben schenken kannst und wie viel davon du verschenken kannst; wann deine Medizin gut ist und wann sie zum Gift wird; und wie du sie mit der Medizin und den Gaben anderer Verwandter verbinden kannst. Das mag einfach klingen, ist aber tatsächlich eine Phase voller Heraus-

Wie vielen Vorbildern für gesunde Ältestenschaft – Menschen, die sich nicht vor Verantwortung und Rechenschaft drücken – bist du in deinem Leben schon begegnet?

forderungen. Du wirst viele Fehler machen, bevor du lernst, deine Medizin und Gaben gut einzusetzen und mit der Medizin und den Gaben anderer zu verbinden. Es ist eine überaus geschäftige Phase, die uns demütig werden und viel über Unterscheidungskunst lernen lässt. Manchen Menschen mag beispielsweise auffallen, dass du gute Medizin hast. Dann kommen sie zu dir, bitten dich darum oder fordern sie sogar ein. Aber die Medizin, die du hast, ist vielleicht gar nicht jene, die sie benötigen. Darauf musst du zu reagieren wissen.

Auf diesem Berg lernst du, selbstsicher und demütig zu sein, eigenständig und verantwortungsbewusst, großzügig, ohne dich ausnutzen zu lassen, ernsthaft und dazu fähig, über dich selbst zu lachen, rasch aus Fehlern zu lernen, neue Fehler erst dann zu machen, wenn du zur nächsten Lernaufgabe kommst. Du lernst, dich für das Leid, das du verursacht hast, zu entschuldigen, anderen nicht unnötig Arbeit zu machen und verantwortungsvoll damit umzugehen, dass menschliche wie nichtmenschliche Wesen ihr Leben geben, damit du weiterleben kannst. Und du lernst, deine Gaben zu verschenken – eine Gabe ist erst dann eine Gabe, wenn sie weitergegeben wird. Sie kann nicht verkauft werden. Die Gabe berührt die Herzen der Beschenkten und veranlasst sie zu einer Gegengabe, diese mag jedoch nicht direkt dir zugutekommen. Du lernst, darauf zu vertrauen, dass das Land und die Geister für deine Bedürfnisse sorgen werden, wenn du deine Gaben verschenkst und deine Medizin schöpferisch einsetzt. Manchmal wirst du einen Brotberuf brauchen, um deine Familie zu ernähren, während du mit deinen Gaben und deiner Medizin arbeitest. Es ist wichtig, ein klares Gefühl für den Unterschied zwischen deinem Brotberuf und der Arbeit, die getan werden muss, zu haben.

Auf diesem Berg gibt es auch Schatten, mit denen du dich auseinandersetzen musst. So könntest du etwa versucht sein, deine Gaben zerstörerisch einzusetzen. Du musst dich und das Geschehen um dich beobachten. Wenn dort etwas im Ungleichgewicht ist, kann es sein, dass versorgendes Jagen zu räuberischem Plündern wird, so dass du

mehr vom Land nimmt, als dir zusteht, und du an Stärke gewinnst, indem du Schwächere ausbeutest. Dies kann etwa dann geschehen, wenn du aus den Aufgaben früherer Berge nicht hinreichend gelernt hast. Deshalb ist es wichtig, schon ganz früh zu lernen, was es bedeutet, hilfreich zu sein; deinen Körper, deine Gaben und deinen Intellekt in den Dienst des großen Ganzen, des Landes und der Gemeinschaft zu stellen. Ansonsten würdest du deine Lebenskraft womöglich zerstörerisch gegen Beziehungen und gegen dich selbst richten. Falls solche Ungleichgewichte auftreten, dann wirkt ein Naturgesetz, das dich den Preis dafür bezahlen lässt, vielleicht sogar mit deinem Leben. Hier ist höchste Vorsicht geboten.

Sobald du die Lehren dieses Bergs in deiner eigenen Gemeinschaft anwenden kannst, lernst du beim Abstieg vom Nährberg, deine Medizin und deine Gaben in ein größeres sozio-ökologisches Umfeld einfließen zu lassen. Dann bist du vielleicht soweit, um andere mit ähnlicher Medizin und ähnlichen Gaben anzuleiten, damit sie deine Fehler nicht wiederholen müssen. Nun, da du deine Medizin und deine Gaben durch die Augen anderer betrachtest, erkennst du erst, wie groß die Welt ist und wie klein du bist, nur fühlst du dich dadurch keineswegs unbedeutend, sondern erkennst das Wunderbare und Schöne an den kleinen Dingen – dich eingeschlossen. Dir wird bewusst, wie vieles du nicht weißt und niemals wirst wissen können. Das Ganze ist ein Geheimnis, aber du fürchtest dich nicht mehr davor, ohne Antworten dazustehen. Die Schatten ängstigen dich nicht mehr und der Schmerz verfolgt dich nicht mehr – du hast gelernt, dem Schmerz die Hand zu reichen und damit einverstanden zu sein, dass Schatten überall dort sind, wo auch Licht ist. Du kannst das Schöne und das Hässliche, das Gute und das Schlimme, das Zerstörte und das Durcheinander sehen und bezeugen. Du entwickelst mehr Ehrfurcht für das Land, für die Planetin, die alles zusammenhalten.

Du fängst an, die Lieder zu hören, die alles bewegen: Jahreszeiten, Wasser, Winde, Wolken, Pflanzen, Menschen und andere Tiere; die Zyklen des Lebens, des Todes und der Erneuerung. Du erkennst die Rhythmen und Bewegungen, die alles um dich herum verwandeln. Der Himmel und die Sterne sprechen nun anders zu dir. Du erfährst die Zeit anders. Obwohl du bereits davon gehört hast, dass alles miteinander verbunden ist, und auch schon einen flüchtigen Blick darauf erhaschen konntest, ist es diesmal mehr – du kannst deine Augen nun nicht mehr davon abwenden. Du bist nun bereit für den Ältestenberg, auch wenn du meinst, noch nicht bereit dafür zu sein (und genau das könnte ein Anzeichen dafür sein, dass du es bist).

Ältestenberg

Der vierte Berg, der Ältestenberg, befindet sich hinter den drei bislang beschriebenen Bergen. Teil dieses Übergangsrituals ist es, andere Lebensreisende bei deren eigenen Übergangsritualen zu unterstützen; deine Rückschau, Innenschau und Vorausschau weiter zu kultivieren; und anderen dabei zu helfen, auf dem Berg, auf dem sie gerade sind, ihren eigenen Weg zu finden. Du wirst verschiedenen Unterweisungen wiederbegegnen, die du während deines Lebens selbst erhalten hast, und wirst nun tiefere Erkenntnisse daraus gewinnen. Da du denen, die Hilfe brauchen, nicht einfach eine Landkarte aller Richtungen und Wege in die Hand drücken kannst, musst du lernen, Menschen, die deiner Hilfe bedürfen, zu unterstützen, indem du sie dort triffst, wo sie gerade sind. Um zum Ältestenberg, der in der Nähe des Anfangsbergs liegt, zu gelangen, musst du zunächst die drei anderen Berge passieren und erneut die Orte aufsuchen, an denen sich deine Übergänge vom einen zum nächsten Berg abgespielt haben. Dort wirst du Menschen treffen, die deiner Ortskenntnis bedürfen, um ihren Übergang zum nächsten Berg zu finden. Du gibst deine Erfahrungen weiter, insbesondere jene, die aus den Fehlern entstanden sind, die du auf der Suche nach deinem Weg gemacht hast. Ebenso wenig wie die Bäume auf dem Kriegsberg kannst du nun den Menschen direkt sagen, welchen Zweck oder welche Richtung ihr Leben haben sollte. Es ist wichtig, dass sie das selbst herausfinden, in Kontakt mit dem Großen Geist und verbunden mit dem Land und all ihren Ahnen. Andernfalls wird es ihnen an Kraft und Vertrauen für den weiteren Weg mangeln. Als älteste Person musst du mit dem Land zusammenwirken und Lehrsituationen ermöglichen, in denen das Land selbst die Lehrende ist, während du lediglich den Raum dafür schaffst und hältst.

Auf dem Weg zum Ältestenberg triffst du auf vom Kriegsberg Abgestiegene, die bereit sind, auf den Nährberg aufzusteigen; du triffst auf vom Anfangsberg abgestiegene Kinder, bereit, Jugendliche auf dem Kriegsberg zu werden - und auf Menschen, die nicht weiterkommen. Dabei gelangst du auch an jene Stelle, wo der Anfangsberg auf den Ältestenberg trifft. Am Anfangsberg hilfst du mit, neue Wesen in deiner Gemeinschaft willkommen zu heißen und auf die Kuppe des ersten Bergs zu tragen. Älteste können die Neugeborenen besonders gut tragen, weil sie, anders als Krieger, Geduld haben und, anders als Nährende, Zeit. Sowohl Neugeborene als auch Älteste sind nah bei den Ahnen und bei der Quelle des formlosen Lebens. Älteste haben auch die nötige Weisheit und Lebenserfahrung, um die Neugeborenen

zu beschützen, indem sie Wegstrecken, die für diese gefährlich sind, meiden.

Niemand erreicht diese Bergkuppe im Körper. Nur dein Geist kommt oben an. Während des Aufstiegs musst du irgendwann deinen Körper ablegen. Wenn dieser Tag kommt, dann bist du bereit, zum Ahnenort zu gehen. Du bist dankbar dafür, was du in diesem Körper gelehrt wurdest; du hast erledigt, was zu erledigen war; hast deine Familie darauf vorbereitet; hast deine Geschichten und Lieder weitergegeben, und die Menschen, an die du dein Wissen weitergegeben hast, geben ihr Wissen nun selbst weiter; du hast Menschen bei den Übergängen zwischen Bergen unterstützt; und du bist im Frieden mit der Ungeheuerlichkeit, der Zeitlosigkeit und der unablässigen Formwandlung des Landes. Du gehst mit leeren Händen. Du lässt alles zurück. Du hinterlässt keine Fußspuren. Du gehst nun selbst in die Ahnenreihe ein und begegnest jenen, die vor dir gegangen sind, jenen, die nach dir gehen werden, und allen unsichtbaren - menschlichen wie nichtmenschlichen - Verwandten, die dich auf deinem Weg über alle vier Berge begleitet haben. Wenn du deinen Körper ablegst, integrierst du alle Erfahrungen, die du in diesem Leben gemacht hast, und dein Geist wird eins mit der Schöpfungskraft.

Übung

Inwiefern hat deine Schulbildung dich darauf vorbereitet, gesunde Ahnenschaft für alle deine Verwandten zu übernehmen? Inwiefern hat deine Schulbildung zu deiner Selbstinfantilisierung beigetragen? Wie vielen Vorbildern für gesunde Ältestenschaft - Menschen, die sich nicht vor Verantwortung und Rechenschaft drücken - bist du in deinem Leben schon begegnet? Was von dem, das sie dir beigebracht haben, hast du wirklich verinnerlicht? Wie haben sie sich dir dabei als Menschen mit Fehlern zu erkennen gegeben? Auf welchem Berg warst du gerade, als du ihnen begegnet bist? Wie hast du diese Ältesten damals wahrgenommen? Wie nimmst du sie heute wahr? Prüfe deinen inneren Bus. Stirbt dort gerade jemand? Auf welchem Berg wären diese Mitfahrenden? Was brauchen sie jetzt gerade?

Reisebericht

Während die Geschichte der vier Berge mit mir durch die Welt tanzte und wanderte, nahm ich interessante Reaktionen wahr, insbesondere wenn ich die Geschichte mit indigenen Gruppen teilte. In einer Gemeinschaft im mexikanischen Michoacán ging die Geschichte in eine intensive, lebhaftere Unterhaltung über, in der Jung und Alt sich darüber austauschten, wie einerseits indigene Identitäten zu in

Facebook-Profilen ausgestellten Waren geworden seien, während andererseits von Indigenen erwartet werde, dass sie sich in ihren Gemeinschaften demütig und ohne die durch Social Media befeuerte Selbstüberhöhung zeigten. Dann ging die Unterhaltung zum Thema Musik über und dazu, wie verschiedene Liedarten es befördern können, dass Menschen vom einen zum nächsten Berg gelangen oder aber auf bestimmten Bergen hängenbleiben. Bei einer Maorifamilie in Otautahi (Christchurch), Aotearoa (Neuseeland), setzte die Geschichte der vier Berge ein Gespräch darüber in Gang, wie Trauma angemessen zu teilen sei: unverarbeitete Traumatisierungen sollten demnach nur mit Menschen auf den nachfolgenden Bergen, die vielleicht wissen, wie diese zu bearbeiten sind, geteilt werden. Unverarbeitete Traumata mit Menschen auf früheren Bergen zu teilen, hieße demnach, Traumatisierung weiterzugeben. Zahlreiche Gespräche in Brasilien und Peru konzentrierten sich darauf, dass die Geschichte der Berge unendlich sei, weil sie Teil einer Zeit-Raum-Spirale sei, in der wir schon zuvor Älteste gewesen waren und in die wir wieder und wieder zurückkehren, um Verschiedenes zu lernen. In einer Gemeinschaft wurde diese Geschichte gemeinsam mit einer Geschichte der Oromo aus Äthiopien erzählt, die davon handelt, dass Ältestenschaft nicht mit dem Alter, sondern mit fahlem Haar zu tun hat. In dieser Geschichte gibt es drei verschiedene Arten von Ältesten: solche mit weißem Kopfhaar, die viel durchgemacht haben; solche mit weißer Fußbehaarung, die viel gelaufen sind und viel gesehen haben; und solche mit grauem Herzhaar, die vielleicht schon so zur Welt gekommen sind.

Auf die Geschichte der vier Berge angewendet, ist die Moderne das Streben nach ewiger Jugend in einer Gesellschaft, die nicht weiter als bis zum Kriegsberg gehen mag, um ihren individualistischen Charakter beibehalten zu können.⁵ In einer Gesellschaft, die jugendliche Sinnesreize zum Ideal und Fetisch erhebt, werden die Lektionen des Alterns und Reifens in Bezogenheit nicht in dem Maß wertgeschätzt wie in anderen Kulturen. Die vielleicht einzige respektierte Form der Ältestenschaft in der Moderne ist damit verbunden, Reichtum in Form von Geld oder von Statussymbolen zu horten, die in den Wirtschaftssystemen der Moderne gegen Geld getauscht werden können. Jenen, die das meiste Geld oder die meisten Auszeichnungen angehäuft haben, sollst du Respekt zollen, und sie sind es auch, die ihr Alter aufgrund ihrer Verdienste und Leistungen ungestört genießen können sollen. Diese moderne Geschichte trägt zur »Heldengeschichte«⁶ bei, die davon handelt, wie der Krieger Land erobert, Hürden meistert,

⁵ Vgl. Ulrich Brand und Markus Wissen, *Imperiale Lebensweise. Zur Ausbeutung von Mensch und Natur im globalen Kapitalismus* (Oekom 2017). A. d. Ü.

⁶ Eine Kritik der »Heldengeschichte« sowie Alternativen in Form der »Lebensgeschichte« oder »Beutelgeschichte« finden sich in »Die Tragetaschentheorie des Erzählens« (siehe Anmerkung 1 im vorstehenden Beitrag »Die Moderne beim Sterben begleiten«). A. d. Ü.

Feinde besiegt und dafür unbegrenzte Autonomie erhält. Der Held ist unempfindlich, manchmal sogar immun gegen die Folgen der Gewalt und der nachhaltigen Nicht-Nachhaltigkeit,⁷ die unabdingbar für den Fortbestand der Moderne sind. Dies ist eine der Geschichten, die wir kompostieren⁸ müssen, wenn wir endlich erwachsen werden und anders füreinander und für die Planetin als Ganzes sorgen und einstehen wollen.

Übung (Fortsetzung)

Leg eine Pause ein. Mach einen Spaziergang. Stell dir vor, dass du dich, während du auf dein Ziel zugehst, in die Vergangenheit bewegst, hin zu den Lektionen, die all die Mitfahrenden deines inneren Busses gelernt haben, als sie ihre gegenwärtigen Berge erreichten. Versuche jeweils die Ereignisse auszumachen, die dort vielleicht Übergangsrituale waren. Denke auf dem Rückweg darüber nach, welchen Berg deine Mitfahrenden als nächstes besteigen werden. Was an dem vor ihnen liegenden Weg ist aufregend, herausfordernd oder beängstigend?

⁷ Vgl. Ingolfur Blühdorn u. a., *Nachhaltige Nicht-Nachhaltigkeit. Warum die ökologische Transformation der Gesellschaft nicht stattfindet* (Transcript 2020). A. d. Ü.

⁸ Vgl. Báyo Akómoláfé, »Kompostierendes Sein«, in: *Oya* 66/2021, S. 20f. A. d. Ü.

Dies war ein Auszug aus Vanessa Machado de Oliveira's lesenwertem, bislang nicht ins Deutsche übersetztem Buch *Hospicing Modernity* (North Atlantic Books 2021). Weitere Informationen zur Arbeit der Autorin finden sich im YouTube-Kanal (Suchbegriff: »Decolonial Futures Collective«) und auf der Website des von ihr mitgegründeten Kollektivs »Gesturing Towards Decolonial Futures«. decolonialfutures.net