

A woman with long hair, wearing a blue sleeveless dress, is sitting on the grass at the base of a large, ancient-looking tree. She is looking towards the tree trunk. The tree has a thick, textured bark and large, spreading branches. The background is a lush green forest with sunlight filtering through the leaves. The overall mood is peaceful and contemplative.

Natalie Amon Gemeinsam Trauern und Tanzen


Anne Maria
Apelt

Wir sitzen im forstbotanischen Garten in Eberswalde. Es ist sonnig und wir haben ein Picknick auf einer Decke ausgebreitet und machen es uns gemütlich. Wir schauen in eine große Baumkrone einer Eiche. Ab und zu werden wir von einer Eichel getroffen, der Baum sendet seine Grüße. Natalie ist gerade von einer Kanutour zurückgekehrt, hat mich am Bahnhof aufgesammelt und wir sind in den Park gefahren. Dieser Botanische Garten ist ein Ort, an dem sich Pflanzen der ganzen Welt versammeln. Ein passender Treffpunkt, denn in Natalies Leben haben sich auch viele Traditionen und Weisheiten aus der ganzen Welt versammelt. So wie die weitgereisten Bäume um uns herum Geschichten erzählen können, so kann auch Natalie eine Geschichte erzählen, in der sich weltweite Rituale verbunden haben:

Natalie fühlt sich schon als Kind der Natur sehr verbunden, obwohl sie mitten in der Großstadt Berlin aufwächst. Sie ist ein Mädchen, die schon früh eine Verbindung in eine unsichtbare

Welt erlebt. Sie sieht mehr als andere. Sie sieht eine unsichtbare Welt in Bäumen, Sträuchern, in der Luft. Das kleine Mädchen ahnt, dass es noch etwas Größeres geben muss, als die Welt, die sie täglich erlebt. Ihre Eltern unterstützen sie in dieser Ahnung, sie sind spirituelle Menschen, auch wenn ihr Vater als junger Mann aus der Kirche, nach einer Phase intensiven Engagements und Verwobenheit mit der katholischen Kirche, bereits ausgetreten ist. Das führt zu Auseinandersetzungen in der Familie. Der Vater setzt in der Familie durch, dass Natalie nicht getauft wird. Dennoch nimmt ihre Mutter das Mädchen bis sie acht Jahre alt ist, regelmäßig mit in Gottesdienste. Natalie singt im Kinderchor oder ist aktiv im Kindergottesdienst. Ihr Vater lehnt die hierarchischen Strukturen der katholischen Kirche weiterhin ab, sein spirituelles Weltbild, das freier ist und unabhängiger von den Religionen und der Kirche. Seine Vorstellungen und seine Kritik trägt er immer wieder an das Mädchen heran. Natalie kennt somit sie die Welt der katholischen Kirche und die Vorstellungen ihres Vaters, ahnt, dass für sie beides nur einen kleinen Ausschnitt der spirituellen Dimensionen ist. In keiner der Vorstellungen sich zu Haus zu fühlen, löst bei ihr das Gefühl aus, sich nicht zeigen zu können wie sie ist, welche Fragen sie hat, welche Vorstellungen in ihr liegen, wie sie die unsichtbare Welt erlebt. Dennoch besucht Natalie eine katholische Schule. Dort wird sie unter Druck gesetzt fühlte, ihre Taufe nachzuholen und damit zur Gemeinschaft dazuzugehören. Sie kann mit den katholischen Ritualen, bei den Gottesdiensten, bei den Gebeten und Andachten wenig damit anfangen. Sie klingen für sie leer, langweilig und lebensfremd. Sie, die nicht die katholische Taufe erhalten hat, darf nur begrenzt am religiösen Leben der Schule teilnehmen. Das nicht teilnehmen können und die Leere, die sie bei den Ritualen erlebt machen sie Außenseiterin. Sie fühlte sich nicht ganz dazu gehörig, was sie immer wieder auch von außen gespiegelt bekommt. Das Gefühl, kein Teil dieser Gemeinschaft zu sein, setzt sich bis zu ihrem Abitur in ihrem Herzen fest. Natalie trägt dieses Gefühl viele Jahre mit sich, überall sucht sie Anschluss



und findet ihn nicht. In ihr hat sich der Satz festgefressen, dass sie nicht dazugehört. Ihre Intuition und die Sicht in die unsichtbare Welt verliert sie jedoch nie und wird im Verlauf der Zeit feiner.

Nach dem Studium des Technischen Umweltschutzes und einigen Jahren der Berufstätigkeit entdeckt Natalie eine Wildnis- und Naturpädagogische Weiterbildung und meldet sich mit Begeisterung an. Am ersten Wochenende der Weiterbildung erlebt sie zum ersten Mal in ihrem Leben, willkommen zu sein und ein Teil einer Gemeinschaft zu sein. In einem Kreis von Menschen, bei einem Ritual des Redekreises, wird sie gehört und gesehen. Hier darf sie sein, hier darf sie dazu gehören. Hier darf ihre Gabe einen Platz haben. Das sie in Redekreisen ihr Herz spüren kann, bringt sie in die Naturverbindung und in eine wirkliche Verbindung mit sich selbst. Dieses Erlebnis ist heilsam für sie. Sie genießt die Zeit der Ausbildung in vollen Zügen und entdeckt dabei, dass Rituale ihr helfen, wieder tiefen Zugang zu einer unsichtbaren Welt, die sie als Kind hatte, zu bekommen und diese verstehen zu lernen. Es bildet sich in ihr auch ein neues Bild einer ganzheitlichen Spiritualität durch die Naturverbindung.

Von ihrer Ausbilderin wird Natalie zu einem besonderen Ritual eingeladen ein Traueritual, welches von einer Stammesältesten der Dagara aus Mittelfrika geleitet werden soll. Sobonfu Somé ist Gast in Deutschland und bietet dieses Ritual gemeinsam mit der Wildnisschule an. Natalie weiß noch nicht recht, worauf sie sich einlässt, ist aber angezogen von dem Gedanken, etwas in Gemeinschaft zu erleben. Sie spürt in sich, dass es heilsam für sie sein kann, sich mit ihren Gefühlen einer Gemeinschaft anzuvertrauen. Bei dem Ritual handelt es sich um ein Gemeinschaftsritual, was bedeutet, dass alle die daran teilnehmen miteinander in Interaktion sind. Alle leiten und erleben das Ritual gleichermaßen. Natalie erlebt, dass das gemeinsam gestaltete Ritual ihr die Kraft gibt, die Dinge, die schmerzhaft in ihrem Leben sind,

auszudrücken. Im Kreis der Gemeinschaft kann sie Wut, Angst, Ärger, und all den Schmerz der Zurückweisung, den sie erlebt hat, ausdrücken. Weil alle ihre Prozesse der Trauer teilen, gelingt es Natalie, sich ganz in das Ritual hinein zu geben. Sie kann auch die Gefühle der anderen aufnehmen und betauern, so wie ihre Gefühle von den anderen angenommen werden, und betrauert werden. Wie genau so ein Ritual aussieht, gestaltet der Kreis der daran teilnehmenden Menschen anhand der fünf Elemente Erde, Wasser, Feuer, Natur und Mineralien immer wieder neu miteinander. Als Natalie nach Hause kommt, merkt sie nach und nach, wie sie sich verändert. Sie kann ihren Eltern vergeben und auch den Menschen die sie damals ausgeschlossen haben. Dadurch wird ihr Schmerz kleiner.



Nach diesem Erlebnis beschließt Natalie, sich von Sobonfu Somé und ihrem deutschen Team in dieser naturverbundenen Ritualarbeit ausbilden zu lassen. Sie möchte dieses Erlebnis auch für andere zugänglich machen. Mit dem Beginn der dreijährigen Ausbildung hat sich in Natalies Leben schon viel verändert. Dieses Gefühl, nicht dazugehörig zu sein wird von Ritual zu Ritual kleiner. Das Anliegen der deutschen Ausbilder ist, diese westafrikanischen Rituale mit den in Deutschland üblichen Gebräuchen zu verbinden. Somé unterstützt diese Prozesse, und so verbindet sich die Tradition der Wildnisschule mit afrikanischen Riten und europäischem Verständnis. Gemeinsam begeben sie sich auf die Suche, wie in Deutschland Rituale der Trauer den Menschen wieder dienen können, tiefe Prozesse gegangen werden und nicht an der Oberfläche stehen bleiben. Der Wunsch ist, dass keiner sich mit seinen Gefühlen von Wut oder Scham oder Angst verstecken muss. Sondern dass es Orte gibt, an denen diese Gefühle gemeinsam ausgedrückt werden können. Der Trauer gehen nicht immer nur Todesfälle voraus. Es geht dabei um jegliche Abschiede, die im Leben begangen werden können: Trennungen, Berufswechsel, Freundschaften, Projekte. Natalies großer Wunsch ist, dass Menschen



dabei wieder in Verbindung mit sich selbst gehen. Sich selbst treu werden, sich selbst kennen lernen, sich ausdrücken, und dass Menschen wieder miteinander in Verbindung gehen, sodass Gemeinschaft wachsen kann. Natalie ist davon überzeugt, dass mit der Verbindung der Menschen auch die Verbindung mit der Natur wieder wachsen kann. In der Ritualarbeit nach Sobonfu Somé spielen die Elemente eine große Rolle. Vor allem für die Vorstellung, dass alles miteinander verbunden ist. So sind die Rituale auch ein Erinnern an die Menschen, die vor uns gelebt haben und ähnliche Gefühle und Erlebnisse erfahren haben. Natalie hat darum eine andere Sicht auf Ihre eigene Vorfahren gewonnen, und manchmal glaubt sie spüren zu können, was diese wohl schon alles erlebt haben müssen. Dann macht sie eine Kerze an, und singt ein Lied oder spricht ein Gebet, welches das Gefühl, was sie empfunden hat, ausdrückt. Sie glaubt, dass diese Verbundenheit auch über die Zeitgrenzen hinaus gilt.

Das ist ihre Art, eine spirituelle Erfahrung zu machen: Erfahrungen von Gemeinschaft, die ihr in der Institution Kirche früher gefehlt haben, und vermisst es dort auch noch heute. Immer wieder stößt sie sich vor allem an den Worten, die ausschließen. Man kann nicht einfach so dabei sein, sagt sie. Entweder ist man Drinnen

oder Draußen. Diese Erfahrung möchte sie nicht wieder in ihrem Leben machen.

Innerhalb der Ausbildung zur Wildnis- und Natur-Kultur-Ausbildung lernt sie die „Tänze des universellen Friedens“ kennen, macht dazu eine dreijährige Ausbildung und bringt sie dann in die Trauerritualarbeit nach Sobonfu Somé mit ein. Gemeinschaft und Verbundenheit mit der Erde spürt Natalie besonders wenn sie diese tanzt. Dieses Ritual teilt sie bis heute, indem sie Tanzkreise anbietet. Auch heute Abend wird wieder so ein Tanzkreis stattfinden. Leider kann ich nicht bleiben und so schenkt mir Natalie zum Abschluss einen Tanz unter der Eiche. Es ist zugleich ein Gebet für die Verbundenheit untereinander und der Verbundenheit zu den Bäumen, So geht ein wunderschöner Tag im forstbotanischen Garten in Eberswalde zu Ende.

Natalie Amon lebt in Eberswalde. Sie arbeitet als selbstständige Prozessbegleiterin in Körper-, Gefühls- und Ritualarbeit und Natur-Kulturpädagogin. Natalie leitet Tanzkreise an nach den „Tänzen des universellen Friedens“.
<https://www.natalie-amon.de/>