

## **Spiritualität, Magie und Menstruation**

Die Menstruation und das Blut der Frau galten einst als heilig und mächtig. Zentrales Element der Menstruation war das Mysterium der Wandlung. Das Menstruationsblut wurde als Sinnbild für Leben und Tod, für Veränderung und Übergang, für innere Wandlung betrachtet. Es galt auch als Symbol für den Wechsel auf andere Ebenen des Seins.

Frauen waren durch ihre besondere Sensitivität während der Blutung in der Lage, sich mit allem Lebendigen, der Natur und der Göttin zu verbinden. Dass sie die kosmischen Kräfte gewissermaßen in sich „konzentrieren“ konnten, gab ihnen große Macht. Insbesondere in der Zeit der Blutung waren sie fähig, die „Welten zu wechseln“, also in andere Bewusstseinszustände einzutreten.

Sie tauchten in diese Machtquellen ein, indem sie an bestimmten heiligen Plätzen in der Natur ihre Menstruationskulte vollzogen. Dabei ließen sie ihre Alltagspflichten hinter sich, um sich ganz mit dem inneren Selbst zu verbinden, der ureigenen tiefen Quelle, der auch das Göttliche innewohnt. Danach kehrten sie erfrischt und erneuert in den Alltag zurück und nahmen ihre üblichen Tätigkeiten wieder auf. Sie brachten aber auch ihre Offenbarungen und intuitiven Erkenntnisse aus dieser Zeit und ihre ganze Kreativität in das Gemeinschaftsleben mit ein.

Noch heute werden in vielen traditionellen Kulturen an speziellen Plätzen- vorwiegend in eigens dazu bestimmten Menstruationshütten oder Zelten, Menstruationsrituale abgehalten. Solche Hütten sind in Amerika, Afrika und Asien noch weit verbreitet und stoßen auch in Europa auf zunehmendes Interesse. Dort können sich Frauen einem regelmäßigen, körperlichen und psychisch-seelischen Klärungs- und Erneuerungsprozess unterziehen.

Häufig gelten während der Blutung ganz bestimmte Regeln. So ist in dieser Zeit zum Beispiel oft der Kontakt zwischen den Geschlechtern untersagt und Frauen dürfen bestimmte Tiere oder Pflanzen und manche Nahrungsmittel nicht berühren und essen. Diese Absonderung der Frauen wird oft damit begründet, dass sie während ihrer Menstruation „unrein“ und „gefährlich“ seien. Da dieser Brauch in frauenzentrierten Gesellschaften jedoch etwa doppelt so häufig vorkommt als anderswo, kann das kaum der einzige Grund sein. Denn oft halten gerade die Frauen selbst diese Riten aufrecht, weil sie ihnen letztlich zugute kommen.

In Neuguinea beispielsweise wird ein Mann immer bemüht sein, seiner Frau alle Wünsche zu erfüllen, weil sie ihm durch ihre „Menstruationskraft“ sonst schaden könnte.

In unserem Kulturkreis gibt es keine Rituale mehr, in denen das weibliche Element verehrt und die Menstruation als Quelle von Kraft und Macht genutzt wird. Die christliche Kirche ist männlich orientiert: Anstelle des heiligen Blutes der Frau wird das Blut Christi, anstelle der Gebärmutter der Kelch Gottes verehrt. Immer mehr Frauen fühlen sich zum Beispiel in der männlich-hierarchischen katholischen Kirche nicht mehr aufgehoben, die zu einem Regelwerk von Ge- und Verboten erstarrt zu sein scheint.

So kehren viele Frauen zurück zu den Ursprüngen der Religion, die ja in der Weiblichkeit verwurzelt waren. Religion bedeutet soviel wie „Rückbindung“; es geht also darum, wieder Verbindung zu den Wurzeln unseres Seins aufzunehmen. Die Zeit der Blutung erinnert in gewisser Weise an diese Wurzeln: die Gebärmutter stößt Altes ab und erneuert sich gleichzeitig. Tod und Geburt liegen hier also ganz nah zusammen- so wird uns unsere Vergänglichkeit und zugleich das Wunder des Lebens bewusst. Das hilft uns, klarer zu erkennen, was eigentlich die wesentlichen Dinge des Lebens sind. Den Wunsch, während der Blutung zu meditieren, in sich zu gehen- sich zurückzuziehen, um sich körperlich und seelisch zu erneuern-, haben auch heute viele Frauen.

Mehr darüber können Sie im Buch „Meine Tage-Quelle weiblicher Kraft und Intuition“ nachlesen. Das Buch können Sie auch (persönlich signiert) bei der Autorin um 15 Euro plus Porto bestellen. Nächster Artikel: Die Heilkraft der Menstruation erscheint Anfang Februar

Autorin: Mag. Gabriele Pröll

**Beratung zur Selbstheilung**

Tel: 8022445

e-Mail: [gabi.proell@chello.at](mailto:gabi.proell@chello.at)

internet: [www.besthelp.at/proell](http://www.besthelp.at/proell)