



Berlin, Juli 2021

Ein Brief für dich ...  
mit Abschied als  
Linie oder Kreislauf

Am 1. August wird Lughnasad gefeiert, auch Lammas oder Schnitterfest genannt. Lughnasad ist eines der acht Jahreskreisfeste, die aus den landwirtschaftlichen Kulturen der Kelten und Germanen überliefert sind. Es ist eines der vier Mondfeste. Man kann es in der Vollmond-Nacht im August feiern oder am 8. Vollmond nach der Wintersonnenwende. Mit dem Wechsel vom Mond- zum Sonnenkalender wurden festgelegte Tage eingeführt. Danach ist es am 1. August.

Die Helligkeit nimmt seit der Sommersonnenwende im Juni ab, die Tage werden wieder kürzer. Dafür nimmt die Dunkelheit zu, die Nächte werden länger. Anfangs noch unbemerkt. Lughnasad ist für die Dunkelheit das, was Lichtmess für das Licht ist. Im Februar zu Lichtmess kann man es nicht mehr übersehen, dass die Tageslichtzeiten länger werden. Zu Lughnasad fällt einem auf, dass die Nachtdunkelzeit zunimmt. Es sind die Zeitpunkte, zu denen man die Veränderung nicht mehr übersehen kann.

Lughnasad kennzeichnete den Erntebeginn. Der richtige Zeitpunkt für die Ernte war wichtig. Schnitt man das Korn zu früh, war es noch nicht reif. Wartete man zu lange, konnten Gewitter die Ernte verhaseln und man hatte keine Nahrung und keine Vorräte für den Winter. So geht es auch um klare Entscheidungen, entschlossenes Handeln und um alles, was beim Entscheiden unterstützt.

Einerseits ist es die üppige Sommerzeit mit einem Überfluss an Licht, Wärme und Köstlichkeiten. Perfekt zum Feiern. Gleichzeitig ist es eine sehr arbeitsreiche Jahresphase, bei der Ernte wird jede helfende Hand gebraucht. Die Fülle und der Reichtum sollen ja eingesammelt und gelagert werden und den ganzen Winter über für alle ausreichen.

Dieses Jahreskreisfest ist auch bereits verknüpft mit den Themen Abschied und Tod. Dazu gab es Rituale, die den Tod des Korngottes würdigten und begleiteten. Leben und Tod sind miteinander verwoben: Das Korn und die Feldfrüchte sterben, damit die Menschen sich davon ernähren und leben können. So war die Erntezeit mit Wertschätzung und Dankbarkeit verbunden.

Damit steht der August auch im Zeichen von Achtsamkeit und Würdigung. Heute sind die meisten Lebensläufe nicht mehr so stark mit der Landwirtschaft verknüpft wie damals, als diese Feste entstanden. Man kann die Themen des Festes auf andere Lebensbereiche übertragen und passende neue Rituale dafür entwickeln.

Abschied, End-lichkeit und Tod sind für viele Menschen schwer zu ertragen, bei vielen Gelegenheiten sind sie immer noch Tabuthemen. Das könnte daran liegen, dass sie aus einem linearen Blickwinkel betrachtet werden. Die Konsequenz: Man hat nur eine Linie und deren Ende. Schluss, Aus – da ist einfach gar nichts mehr. Abschied, End-lichkeit und Tod sind deutlich leichter zu akzeptieren, wenn wir die stattfindenden Veränderungen nicht nur linear sehen, sondern eingebettet in Kreisläufe. Ein Kreis endet nie. Im Kreis findet eine Verwandlung statt.

Beim Korn können wir das deutlich sehen: Es verschwindet von den Feldern. Doch es ist nicht weg, sondern verwandelt sich zu Brot. Wer nur das Feld im Blick hat, bekommt das Brot nie zu sehen. Dafür muss man schon das Feld verlassen, den Kornspeicher betreten, die Mühle und die Backstube – sie sind alle Stationen in diesem Kreislauf.

Auch die Sonnenblume ist ein Beispiel dafür – ihre Kerne finden sich oft in Brot wieder oder werden zu Öl und anderen hilfreichen Produkten in vielen Sparten. Das Prinzip lässt sich ebenfalls übertragen in Bereiche, die weniger greifbar sind. Überall macht das, was verschwindet, Platz für etwas anderes. Dann liegt es an uns, dieses andere zu finden. Das geht nur, wenn wir es überhaupt für möglich halten und danach suchen.

Aus der kreisläufigen Sicht tun Abschiede immer noch weh, das verschwindet nicht ganz. Doch der Schmerz ist sanfter und es fällt leichter, ihn auszuhalten. Es ist schon Trost darin enthalten, wenn man nach einem möglichen Ergebnis einer Verwandlung Ausschau hält.

Welche Abschiede in deinem Leben werden leichter, wenn du sie in diesem Licht betrachtest? Wenn du nach Zeichen für eine Verwandlung suchst? Wenn du deine Inneren Türen öffnest für etwas Unerwartetes?

Eine Panorama-Sicht auf den ganzen Kreislauf  
und einen sanften Umgang mit Abschieden wünsche ich dir.

Mit Grüßen,  
die aufmuntern wie der Anblick eines Sonnenblumenfeldes,  
Amrita