

# Dorothea Walter: Verkörperte Mystik



integrale  
perspektiven

**Michael Habecker:** Dorothea, ich erinnere mich gut an unser letztes Zusammentreffen vor vielen Jahren und an deine sehr engagierte Arbeit zum Thema Gewalt an Frauen und Mädchen. Du hast dieses Thema auf eine Weise thematisiert und in Szene gesetzt, die unter die Haut geht und die man spüren kann. Wie hat sich deine Arbeit seitdem entwickelt?

**Dorothea Walter:** Das ist sehr komplex – meine Arbeit für Frauenrechte bzw. Geschlechtergerechtigkeit ist untrennbar verbunden mit meiner gesamten Entwicklung, meiner Arbeit als Psychologin und Körpertherapeutin, als Künstlerin und als integral Lernende. In den Jahren von 2002 bis 2012 habe ich vor allem meine künstlerische Arbeit auf die Bühne gebracht, die besonders Menschenrechtsverletzungen an Frauen thematisiert.

Bei der Aufzählung, worum es sich handelt, fehlen mir oft die Worte – es geht um sexualisierte Gewalt, Zwangsverheiratung, Ehrenmord, Genitalverstümmelung, Steinigung und vieles mehr. In diesen gut zehn Jahren habe ich diese Themen aufgenommen, dazu recherchiert, habe mit Betroffenen darüber gesprochen und dazu gearbeitet und daraus Performances entwickelt. Die betroffenen Frauen wurden dabei niemals zur Schau gestellt oder zum Opfer gemacht. Diese Arbeiten habe ich in Eigeninitiative und anfangs einige Male in Zusammenarbeit mit Terre des Femmes auf der Bühne gezeigt, einige auch in den Lavafeldern Lanzarotes. In Stuttgart hatte ich die Unterstützung vom Theaterhaus Stuttgart, in dem ich aufführen konnte. Das hat Kreise gezogen und mein Anliegen war es ja, zur Aufklärung im Feld beizutragen.

Meine letzte Performance, mit der ich vorerst bewusst abgeschlossen hatte, trägt den Titel „In Erwartung der Zärtlichkeit“. Sie ist eine Art Nachrichtensendung in mehreren Sprachen, bei der ein irakischer Freund die arabische Version gesprochen hat. Es sind Nachrichten, die man eigentlich nicht oder nicht gerne hört, über verschiedenste Formen der Gewalt an Frauen auf der ganzen Welt. Im Laufe der Sendung veränderten sich die Nachrichten hin zur Vision einer gewaltfreien Welt. Die Performance schließt mit der Nachricht, die man so zusammenfassen könnte: „Millionen von Frauen sind unterwegs ins Neue und die Erde bebt unter ihren Schritten.“

Zwei Jahre später wurde die Bewegung *One Billion Rising* von Eve Ensler ins Leben gerufen. Sie ist eine amerikanische Feministin und Autorin der *Vagina Monologe*. Das Projekt *One Billion Rising* wächst und am 14. Februar wird in aller Welt zum gemeinsamen Tanzen aufgerufen, als eine sehr weibliche Form des Protestes, wie ich finde. Es tanzen Millionen von weiblichen und männlichen Füßen und die Erde erbebt. Dies war für mich ein Erlebnis von: Das Feld nimmt es auf und wir verweben miteinander.

**MH:** Wenn man diese Arbeit so intensiv macht wie du: Wie lebst du mit dem damit verbundenen Schmerz und auch damit, dass das Leiden weitergeht, auch wenn es Fortschritte gibt?

**DW:** Auch der Umgang mit Gewalt war abhängig von meiner Entwicklung, das hatte ich eingangs schon erwähnt. Entsprechend also meiner jeweiligen psychisch-spirituellen Entwick-

lun­gsbrille hatte ich un­ter­schiedliche Reak­tio­nen. Es gab Jahre, in denen ich sehr ge­litten habe. Ich war den Ge­wal­tezessen gegen­über Frauen in der ganzen Welt gefühlsmäßig total nahe und habe daran mit mir auch jede Menge Schattenarbeit gemacht, eigentlich machen müssen. Geholfen hat mir dabei die Sicht aus der Prozesspsychologie, in

der man in diesem Fall vom Weltkanal und Beziehungskanal spricht. Zu wissen, wo man sich befindet, hilft. Schon früh war mir außerdem die integrale Sichtweise vertraut und auch diese hat mich sehr getragen. Aber klar, ich habe erst einmal sehr mitgelitten, habe mein eigenes Leid daran überprüft und bearbeitet und dann auch verstanden, dass man das Feld entweder so oder so füttern kann: Im Mitleiden vermehre ich das Leid, während ich im Mitgefühl mit dem Leid verbunden bleibe und gleichzeitig die Ausrichtung auf das Licht halte. Da hat mir die Praxis des Tonglen sehr geholfen, sowie die Integrale Sichtweise, aber vor allem die spirituelle Verantwortung war es, die mich letztendlich weitergebracht hat. Aber mit meinen Performances habe ich nie das Mitleid gefüttert, da habe ich aus der Ebene der Kunst heraus das Feld bewegt und Bewusstseinsprozesse angeregt.

**MH:** Sind das zwei Dinge, die du aus dem Integralen für dich entnommen hast, die Orientierung und der Hinweis auf das Spirituelle und die entsprechende Praxis?

**DW:** Die Integrale Sichtweise hat mir geholfen zu verstehen, wie ich meinen Weg gegangen bin. Ich habe sehr früh die Psychologie aufgegriffen, eine lange Ausbildung in Zürich zur prozessorientierten Psychologin gemacht, als eine C. G. Jung nahe Ausbildungsform. Die körperorientierte Arbeit stand aber immer im Zentrum meines Lebens ebenso wie die Kunst. Ich bin ja auch Bühnensprecherin – also Körper und Kunst, Kunst und Körper waren für mich untrennbar mit Psychologie – die nicht ohne Spiritualität denkbar ist – verbunden.

Dann kam das Studium der Anthroposophie über viele Jahre hinzu. Zudem habe ich mich im intensiven Studium mit den Weltreligionen auseinandergesetzt, dem Christentum, Judentum, Buddhismus und Islam. Mein Fundament bildet seit langem der Alleinheitsgedanke oder die Tradition des Gewahrseins. Und als mir dann die Integrale Sichtweise von Ken Wilber begegnete, war ich eigentlich nur beglückt, und das ist bis heute so. Vielleicht könnte ich sagen, dass die Integrale Sichtweise



meine spirituelle Sichtweise und Praxis gefestigt hat.

**MH:** Du hast von neuen, aktuellen Projekten gesprochen, kannst du dazu etwas sagen?

**DW:** Ich habe mich mit der Frage einer neuen und vor allem spirituellen Frauenbewegung beschäftigt. Das hat mich auf die Idee der Online-Seminare

gebracht, mit einem zunächst sehr plakativen Thema: „Das Powerfrau Syndrom – Begabung oder Fluch?“ Dabei habe ich schnell gemerkt, dass ich ohne Umschweife auf die Wurzeln der Frau zu sprechen kommen möchte. „Der weibliche Körper und Spiritualität“ ist deshalb das Thema des nächsten Online-Seminars. Ich bin übrigens erstaunt, was in diesem virtuellen Raum möglich ist, und überrascht, wie viel Verbundenheit und Wärme mit den etwa 25 Teilnehmerinnen entstanden ist. So versuche ich einen größeren Radius zu ziehen, meine Kenntnisse weiterzugeben und eine Plattform für ein Bewusstsein des Weiblichen zu bilden. Es gibt so viel Sehnsucht in Bezug auf die Frage nach der weiblichen Kraft und nach dem weiblichen Aspekt Gottes. Ich freue mich, dass der erste Versuch gleich gelungen ist.

Dann habe ich mein zweites Buch herausgebracht. Das erste war *Ausfalten – Poesie des weiblichen Körpers*, worin die künstlerischen Arbeiten von meinen Studentinnen zu den Fragen der Konditionierungen als Frau – also speziellen weiblichen Konditionierungen – zu sehen sind. Es sind großartige künstlerische Auseinandersetzungen in Form von Performances entstanden. Mein zweites Buch hat den Titel *In Erwartung der Zärtlichkeit – Installationen der Menschenwürde*. Es enthält meine eigenen Performances in Wort und Bild. Trotz der Thematik enthält es auch viel Poesie, das war mir immer wichtig. Der letzte Abschnitt des Buches ist ein Ausblick, und dieser Ausblick ist keine Performance auf der Bühne, sondern versucht in Worten eine neue Kultur zu erschaffen, eine Kultur der Zärtlichkeit und spricht von der Integrativen Kraft des Weiblichen. Hier spreche ich – sehr komprimiert – von einer erweiterten Perspektive auf die Frage der Bewusstseinsentwicklung des Menschen. In meinem Verständnis ist die Integrative Macht des Weiblichen der bewusstseinsweiternde Impuls, der zu einer neuen Kultur jenseits aller Einseitigkeiten führt. Soviel zu meinen neuesten Projekten.

**MH:** Die Entwicklung von Welt und Bewusstsein – was bedeutet das für die Frauen und auch für die Männer? Wie stellst du dir eine neue Welt vor?



**DW:** Das lässt sich am besten mit dem Gedicht von Ingeborg Bachmann sagen, mit dem ich meine neue „Wortperformance“ in meinem Buch beginne:

*Ein Tag wird kommen,  
an dem die Frauen goldene Augen haben.  
Sie werden goldene Haare haben,  
und es wird der Tag kommen,  
wo alle Frauen und Männer die Poesie ihres Geschlechts  
wiederentdecken.  
Dieser Tag wird kommen an dem wir frei sein werden, und  
wir werden frei sein,  
freier als jede Freiheit an die wir je gedacht haben.  
Und alles wird fallen was uns heute zerstört.  
Wir werden frei sein.  
Wir werden miteinander frei sein,  
die Frauen und die Männer.  
Und unsere Hände werden begabt sein für die Güte.  
Unsere Hände werden begabt sein für die Liebe.  
Und das wird unsere Freiheit sein.*

Und ich stelle die Frage: Und ausgerechnet unsere Hände führen uns in die Freiheit? An dieser Stelle kann ich dir sagen, dass hier etwas zusammenkommt, woran ich in den vergangenen Jahrzehnten gearbeitet und womit ich gelebt habe. Buddha sagt, wenn du im Gewahrsein deiner Hände bist, erfährst du Erwecken. Die Dimension dieser Wahrheit ist kaum auszuloten. Es geht ja nicht allein um das Berühren zwischen Liebenden oder das Berühren von Gegenständen; wir handeln mit den Händen, sie drücken unsere Gedanken und Emotionen aus. Meine Performances zeigen, was mit Händen angerichtet werden kann. Aber das Gedicht von Ingeborg Bachmann in meinem Ausblick weist auf die Hände als eine Kultur der Zärtlichkeit hin. Und ja, es geht ja eigentlich um die Kentauren Ebene, wie sie bei Ken Wilber heißt. Es sind die Hände, von denen in uralten Traditionen die Rede ist. Bei Buddha, im Kaschmirischen Tantra-Yoga, aber auch Rudolf Steiner heißt es sinngemäß, der Mensch würde nie zu einem Gottesbewusstsein kommen, hätte er den Tastsinn nicht. Das Berühren eines anderen Menschen geschieht zwar körperlich, aber Unendlichkeit berührt Unendlichkeit. Das setzt natürlich voraus, dass ich in diesem Gewahrsein, in diesem Bewusstsein der Unendlichkeit (Ganzheit) bin. Und dann ist da Freiheit, und das ist meine Vision, dass wir eine Kultur entwickeln, die den Kentauren als Bewusstseinsinhalt und als Ausrichtung beispielsweise in der Erziehung hat, mit anderen Worten: Eine spiritueller-kulturelle

Ausrichtung auf die reife Integration von Körper und Geist/ Ich. Und das ist ja das Großartige was in Ken Wilbers Buch *Wege zum Selbst* – welches, wie mir scheint, leider kaum gelesen wird – im achten Kapitel in wenigen Sätzen gesagt wird.

Und in Eros Kosmos Logos spricht er von der Auferstehung des Leibes, der Entstehung echter Weltbürgerschaft und einer Kultur, die ernsthaft Raum schafft für weibliche Agenz, das heißt, die Integration des Weiblichen und Männlichen in der Noo- und Biosphäre. Er nennt die Schau-Logik mit ihrem zentaurisch-globalen Weltbild die einzige Hoffnung, die zu dieser erforderlichen Integration führen kann.

Wilber schreibt auch, in *Halbzeit der Evolution*: „So wie das männliche Prinzip das Bewusstsein einst aus dem Matriarchat herausgeführt hat, muss heute das weibliche Prinzip helfen, das Bewusstsein aus dem Patriarchat zu erretten. Der neue Mensch wird zentaurisch sein, das heißt Körper und Geist sind vereint, nicht dissoziiert, also mit einem ganzheitlichen Körper, mental-androgyn. Auf diesem Weg dorthin müssen die Frauen die Führung übernehmen, da unsere Gesellschaft bereits maskulin angepasst ist. Das Patriarchat hat seine notwendige Zwischenfunktion erfüllt“. Es geht nicht mehr darum sich zu streiten, es geht auch nicht darum Frauenrechte alleine zu erringen, das führt nicht furchtbar weit.

**Das Berühren eines anderen  
Menschen geschieht zwar  
körperlich, aber Unendlichkeit  
berührt Unendlichkeit.**

Worum es außer dem bereits Gesagten geht ist, dass wir in unserem Bewusstsein – ganz gleich ob Frau oder Mann – verankern, dass es Qualitäten gibt, die wir zum Beispiel durchaus mal weiblich nennen könnten, das würde unsere Entwicklung beschleunigen. Es wird von flacher Hierarchie oder Kommunikationsfreudigkeit oder Beziehungsstiftung und vielem mehr gesprochen, aber man könnte dies ja auch einfach mal weiblich nennen. Und warum soll man eigentlich nicht vom weiblichen



Aspekt des Göttlichen sprechen? Ich stelle in meinen Arbeitszusammenhängen immer wieder fest, wie dadurch Entwicklung angeschoben wird.

Dieser Weg zum zentaurischen Bewusstsein, wo Körper und Ich integriert werden, wo die transpersonale Welt beginnt, das erscheint mir noch nicht wirklich ergriffen, auch nicht in integralen Kreisen. Ich würde mich freuen, wenn das Buch *Wege zum Selbst* mehr Beachtung finden würde. Ich habe es intensiv mit anderen studiert. Wenn man das gelesen, nein, eigentlich verinnerlicht hat, braucht man keine Psychologie mehr oder nur wenig weitere Literatur. Man lernt zu verstehen wie Grenzen entstehen und wie sie sich wieder auflösen. Der Grundprozess der Kentaurenebene ist die Aufhebung von Grenzen hin zum

## Es tanzen Millionen von weiblichen und männlichen Füßen und die Erde erbebt.

All-Einen. Aber man muss die körperliche Seite dabei verstehen.

Wir sind zwar im Geiste, auf der absoluten Ebene nicht weiblich oder männlich, doch auf der relativen Ebene haben wir uns in einem Geschlecht inkarniert und hängen dort meistens gehörig fest! Meines Erachtens ist zu wenig durchdrungen, dass das Geschlecht ein integraler Teil des Erleuchtungsweges ist. Denn die Erfahrung braucht Verkörperung als Grundlage, und Verkörperung wiederum ist untrennbar von einem Geschlecht. Das können wir nicht überspringen. Die ungelösten Fragen des Weiblichen und Männlichen halten unsere Entwicklung auf, das ist meine Überzeugung.

**MH:** Schön, dass du den frühen Wilber erwähnst, der für mich auch immer wieder Interessantes zu bieten hat.

**DW:** Ja, da möchte ich einen Aspekt nicht auslassen, den Wilber in *Eros Kosmos Logos* als „verkörperte Mystik“ bezeichnet. Das führt uns zur spannenden Frage nach der Verkörperung von Meditation. Und darin gipfelt eigentlich mein ganzes Stre-

ben: von der Psychologie über die Körperfrage über die Kunst über die weibliche Seite Gottes zur Spiritualität. Und die Frage, die sich dann stellt, ist, wie sieht denn nun verkörperte Meditation aus? Da ist mir eine ganz wunderbare Form der Meditation begegnet, die ich nun lange schon praktiziere und auch anleite bzw. unterrichte, und hier kommt wirklich etwas zu einem Höhepunkt in meinem Leben. Ich erlebe, dass es sich nicht um Stückwerk handelt, es setzt sich nicht eins und eins und eins zusammen, sondern was schon immer ganz ist, wird erlebbar. Diese Meditationsform, basierend auf der sogenannten Großen Tradition des Gewahrseins, geschieht in Verbindung mit langsamen Bewegungen und stammt aus dem Kaschmirischen Tantra-Yoga. Die Meditation heißt Tandava. Von Daniel Odier gibt es viel gute Literatur darüber. Über diese Praxis wird ein weiblicher, ein verkörperter Zugang zur Spiritualität offenbar. Ja, es gibt ihn.

Ich möchte nicht versäumen zu erwähnen, dass es mir sehr wertvoll ist, dass ihr im Rahmen des Integralen Forums und natürlich auch außerhalb an der Integralen Sichtweise dranbleibt und diese ganze Öffentlichkeitsarbeit macht. Ich wünsche mir sehr, dass Ken uns lange erhalten bleibt, und freue mich insbesondere auf den angekündigten weiteren Band seiner Kosmos Trilogie, in der es ja auch speziell um die Entwicklung der weiblichen und männlichen Wertesphären gehen soll. Das wäre so wichtig, sich mit der unabdingbaren Ebene des Körpers als einem Sprungbrett zum Transpersonalen auseinanderzusetzen. Das wäre etwas unglaublich Heilsames und Bewusstsein Förderndes in unserer Zeit. ❖

**Dorothea Walter**, Studium der Prozessorientierten Psychologie nach Arnold Mindell mit Diplomabschluss / Lehrtätigkeit. Studium der künstlerischen und therapeutischen Sprach-Atem-Stimmgestaltung mit Diplomabschluss / Lehrtätigkeit. 17 Jahre Mitarbeit in der sozial-ökologischen GLS Gemeinschaftsbank. Langjährige Erfahrung in interkultureller Arbeit, Schwerpunkt Islam, Genderfragen. Seit 1993 / 2012 Dozentin an der Heliopolis-Akademie / Heliopolis-Universität in Kairo, Ägypten. Performance-Künstlerin mit eigenen Produktionen zu sexualisierter Gewalt an Frauen.

### Buchproduktionen:

„Ausfalten – Die Poesie des weiblichen Körpers“ Performances

„In Erwartung der Zärtlichkeit – Installationen der Menschenwürde“ Performances 2002-2012

[www.do-wa.de](http://www.do-wa.de)