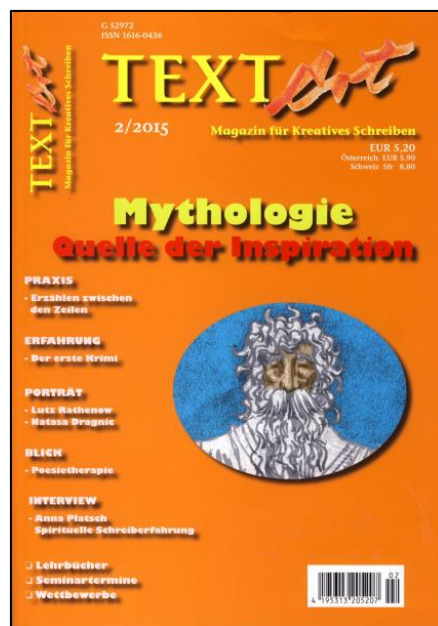


# Die Kraft der Mythologie

– wie man alte Helden- und Göttererzählungen  
für das eigene Schreiben nutzen kann

In der Schule waren die Geschichten von Odysseus, Prometheus oder Medea für viele vielleicht eher notwendiges Übel – für uns als Autorinnen und Autoren stellen sie einen unermesslich reichen Fundus an literarischen Figuren, Motiven, Plots und Geschichtenstrukturen dar, den es wiederzuentdecken gilt. Mehr noch – Mythen sind nicht einfach nur irgendwelche Geschichten, vielmehr repräsentieren sie ein Urwissen um die Zusammenhänge und Wirkungen des Lebens, um die Verbindung zwischen dem Äußeren und der seelisch-psychischen Innenwelt. Die Kenntnis und das Verständnis von Mythen bereichert unser kreatives Potenzial, lässt uns packende Geschichten erzählen und gibt uns Hinweise auf uns selbst und unseren Standort im Leben.



(Dieser Artikel erschien in der Ausgabe  
2/2015 des Magazins „TextArt“.)

In unserem Kulturkreis sind wir vor allem von zwei bedeutenden Mythenkreisen geprägt: dem der nordischen Völker und der Kultur des klassischen Griechenlands. Sie sind aufgrund unserer Jahrhunderte alten Verwurzelung in ihnen noch heute von besonderer Bedeutung für uns. Die griechische Mythologie ist es dabei vor allem, die unser Verständnis von Geschichten beeinflusst hat – in ihr liegen bereits alle menschlichen Dramen und Höhenflüge wie auf einem Präsentierteller ausgebreitet vor uns. Wir müssen nur wieder lernen, zuzugreifen und uns aus großzügig diesem niemals versiegenden Quell schriftstellerischer Inspiration zu bedienen. Unsere heutigen Geschichten sind wie die alten Mythen oft Beschreibungen dessen, was uns bewegt und berührt, was uns herausfordert oder wachsen lässt. In unserem Schreiben verlassen auch wir manchmal die Grenzen unseres Verstandes, und indem wir so über unser rationales Verstehen hinausgehen, können wir die Welt, in der wir leben, verstehen, begreifen und als kreative Quelle einsetzen. Moderne Mythen drehen sich wie ihre antiken Vorbilder um

grundlegende menschliche Befindlichkeiten: Um Liebe und Leidenschaft, Verrat und Betrug, um nagende Eifersucht, unverbrüchliche Freundschaft oder heldenhaften Mut, um die Angst vor dem Tod, den tiefen Wunsch nach Frieden und die Hoffnung auf den Sieg des Guten über das Böse – all jene Stoffe also, die die Grundausrüstung jedes modernen Hollywood-Blockbusters oder Bestseller-Romans sind.

Wir identifizieren uns mit den Protagonisten auf der emotionalen Ebene, sie stehen wie eine Art Ideal- oder Wunschbild stellvertretend für uns selbst mit all unseren Ängsten und Hoffnungen, Wünschen, Träumen und Kämpfen – und geben uns durch ihr Beispiel gleichzeitig Kraft, uns unserer eigenen Lebensreise immer wieder aufs Neue zu stellen und im Drama oder der Tragikomödie des Lebens zu bestehen. So erzählen wir auch in unserer schnelllebigen, oft oberflächlichen Zeit immer noch die gleichen alten Heldengeschichten wie zu Aischylos‘, Sophokles‘ und Homers Zeiten, nur fliegen unsere Protagonisten eben heute in Raumschiffen durch den Weltraum oder knacken geheime Computercodes, anstatt auf Segelschiffen das goldene Vließ zu suchen. Ob Odysseus‘ Irrfahrten und Orpheus‘ Abstieg in den Hades – oder Bruce Willis‘ Kämpfe gegen das Böse und Harry Potters Abenteuer: Auch heute ist der Sieg des Lichts erst möglich, wenn die Untiefen der Schattenwelt durchwandert worden sind – die übrigens auch unser eigenes Unterbewusstsein sein kann.

Immer noch berichten Geschichten über Mut und Ausdauer, unüberwindbar erscheinende Hindernisse, lockende Belohnungen, Freunde und Verbündete sowie Strategien und Lösungswege. Selbst beim Schreiben bewegen wir uns in einem ähnlichen Kreislauf wie alte Heldinnen und Helden: Wir verlassen unsere gewohnte Umgebung, tauchen in die Welt unserer Fantasie ein und kehren schließlich, verwandelt und mit einer Geschichte bereichert, in den Alltag zurück.

Eine lohnenswerte Schreibübung dazu wäre es, sich in einem ersten Schritt einmal zu überlegen, wie unsere eigene „Nachtfahrt der Seele“ aussieht – wo hat in unserem Leben ein „Abstieg in die Unterwelt“ stattgefunden, mit welchem Drachen oder Schatten Ungeheuer haben wir schon einmal gekämpft, wie sah unsere symbolische „Wiedergeburt“ aus – und wie hat uns diese Erfahrung verändert, uns zu „Helden“ oder „Heldinnen“ werden lassen?

Um daraus eine „richtige“, also fiktionale Geschichte zu machen, kann man zunächst die Protagonisten aus dem großen Schatz archetypischer Figuren zusammenstellen: Heldinnen und

Schatten, Lehrer und Visionärinnen, Weise und Magier, Heilerinnen und Krieger, Narren und Herrscherinnen, Schüler, Wanderer oder Suchende. Dazu suchen wir uns die passenden Emotionen: Liebe, Zusammenhalt, Freundschaft, Leidenschaft, Begehren, Sehnsucht; Ohnmacht, Verrat, Schmerz, Angst, Kampf, Einsamkeit, Verlorensein. Wer es gerne visuell mag, kann dazu Bilder aus Zeitschriften oder Comics oder Tarotkarten verwenden. Und schon kann es losgehen – das Eintauchen in unser ganz persönliches mythologisches Universum ...

### **Mythische Spuren im heutigen Sprachgebrauch**

Mythen sind uns dabei im Alltag oft näher, als wir glauben – oder wissen. Viele der mythischen Geschichten oder Heldenfiguren sind über Redensarten in unseren Sprachschatz eingegangen, dazu zählen unter anderem unsere Wochentage, die zum Teil auf Figuren der nordischen Mythologie zurückgehen: So wurde der nordische Hauptgott Odin/Wodan, über den wir noch sprechen werden, zum Mittwoch; Thor, der Donnergott, gab seinen Namen für den Donnerstag, und die nordische Göttin Frigg, oder Frija, ist die sprachliche Mutter des Freitags. Hel, die Göttin der nordischen Unterwelt, ist eng mit der Herkunft des Namens unserer „Hölle“ verbunden.

Aber auch Redewendungen, die wir alle kennen, haben oft mythologischen Ursprung: So bezeichnet der „Ariadnefaden“ jenen roten Wollfaden der Ariadne, mit dessen Hilfe Theseus den Weg durch das Labyrinth des Daidalos fand, in dem sich das Ungeheuer Minotauros versteckte. Oder die sprichwörtlich gewordenen „Tantalosqualen“ – Früchte und Wasser sind dem armen, im Wasser gefangenen Namensgeber verlockend nah, bleiben aber zum Stillen seiner Not unerreichbar. Sisyphos, das Urbild des Schalks oder Tricksters, gelingt es fintenreich, wiederholt den Tod zu überlisten. Dies erregt den Zorn der Götter, und so muss er einen Felsblock bergan schleppen, der am Gipfel stets wieder hinabrollt.

Solche in unsere heutige Zeit übernommenen Grundthemen können Anregung für eigene Geschichten sein: In welchem Labyrinth haben wir uns, oder unsere Protagonisten, verirrt – und welcher „rote Faden“ kommt uns zu Hilfe? Welches scheinbar unerreichbare Ziel verfolgen moderne Helden, das sich immer wieder entzieht – welcher Karotte laufen wir dem Esel gleich nach, ohne sie jemals zu erreichen? Welche sinnlose und dabei schwere Tätigkeit ohne absehbares Ende müssen wir erdulden – oder die Hauptfiguren unseres Romans?

Verschiedene Mythen lassen darüber hinaus bestimmte Assoziationen in uns anklingen. Ein moderner Ödipus tötet seinen Vater zwar sicher nicht und heiratet schon gar nicht seine Mutter – wir können uns aber fragen, welche Konflikte Ursache dafür sein können, den eigenen Vater zu verleugnen oder totzuschweigen, oder wie ein idealisierendes Mutterbild unseren Helden in Schwierigkeiten stürzen kann. Prometheus wollte den Menschen helfen, brachte ihnen das Feuer und wurde deshalb von den Göttern bestraft. Welche modernen Helden und Heldinnen lassen sich denken, die, um anderen zu helfen, ihr eigenes Leben riskieren? Umwelt- und Tierschützer, Whistleblower oder Greenpeace-Aktionen, Wirtschaftskriminalität oder Politfilz könnten den Rahmen unserer modernen Prometheus-Geschichte bilden. Wir können uns fragen, welche ähnlich aussichtslosen Vorhaben unsere Helden und Heldinnen erleben – wie dereinst der bedauernswerte Sisyphos?

Wenn wir in unseren Geschichten die Namen, Orte oder Handlungen antiker Mythen verwenden, verleihen wir ihnen dadurch deutlich mehr Tiefe und Weite – auch, weil zusätzliche Bedeutungsebenen mitschwingen, die das Verständnis von Texten vielschichtiger machen. Es gibt eine ganze Reihe von Aspekten unserer Geschichten, die mit Hilfe der Mythologie aufgewertet werden können.

### **Machtvolle Gegenspieler**

Neben den Helden und Heldinnen ist in unseren Geschichten vor allem der Archetypus des „Schattens“ notwendig, er ist es, der die Protagonisten durch die Geschichte zieht – ohne einen kraftvollen Schatten keine gute Handlung. Deswegen sind in den modernen Heldenmythen die eigentlich interessanten Figuren die Gegenspieler: So faszinieren die Bösewichte in den James-Bond-Filmen viel mehr als der stets gleichbleibend heldenhafte Protagonist; was wäre „Krieg der Sterne“ ohne Darth Vader oder „Herr der Ringe“ ohne die furchterregende Bedrohung durch den dunklen Herrscher Sauron? James Bond, Luke Skywalker oder Frodo Beutlin würden wahrscheinlich gelangweilt zu Hause sitzen bleiben.

Wir finden ein ganzes Pantheon böser, dunkler und uns in ihren zerstörerischen, magischen Bann ziehenden Schatten in den mythologischen Vorlagen; ein Repertoire, aus dem wir uns freizügig bedienen dürfen, um unseren eigenen Geschichten ein dramaturgisch und psychologisch wirkungsvolles Gegengewicht zu verleihen – oder, bei autobiographischer Arbeit, in uns selbst den Schattenanteil konstruktiver erkennen und benennen zu können.

Ein Bösewicht in einer Geschichte könnte so zum Beispiel „Ares“ heißen wie der rohe, wilde, nicht zu bändigende Kriegsgott der griechischen Mythologie. Gewalt, Blut, Kampf, Gefechte, Streit und Plünderungen sind einige der nicht gerade schmeichelhaften, ihm zugeschriebenen Themen, zu seinen Verbündeten zählen nicht nur einige Angst einflößende Damen wie Ker, die Göttin des gewaltsamen Todes, oder Ate, die Göttin der Verblendung – wunderbare Figurenmodelle für die weiblichen Schatten einer Geschichte! –, sondern auch Hades, der „Herr des Totenreiches“. Gleichzeitig gilt Ares aber auch als Sinnbild männlicher Kraft und Schönheit und verführt so Aphrodite, die Liebesgöttin, die sich auf eine leidenschaftliche und andauernde Affäre mit ihm einlässt. Deren rechtmäßig angetrauter und missgebildeter Gatte, der Schmied Hephaistos, entbrennt daraufhin in eifersüchtiger Rache – mit den entsprechenden Konsequenzen im dramatischen Handlungsverlauf. Das Ganze in einen modernen Thriller und ins 21. Jahrhundert verpackt – und schon haben wir einen bestens funktionierenden Plot mit mythologischem Tiefgang. Auch Medea ist ein weiblicher Schatten par excellence – weil ihr Gatte Jason eine neue Geliebte hat, tötet sie aus Rache diese und ihre eigenen Kinder. In welcher Form können heutige Heldinnen überwältigende Gefühle von Ohnmacht und Vergeltungswunsch ausdrücken? Welche Lösungen bieten sich an?

### **Berühmte Liebespaare**

Womit wie beim zweiten unschlagbar erfolgreichen Grundthema von Geschichten wären: Die Liebe in all ihren Irrungen und Wirrungen. Auch hier ist es die griechische Mythologie, deren Kenntnis Quelle von eigenen Geschichten mit erheblicher Tragik oder göttlicher Freude ist. Der begnadete Sänger Orpheus verliebt sich unsterblich in die Nymphe Eurydike, die jedoch an einem Schlangenbiss stirbt. Orpheus wagt nun das Unmenschliche, was noch kein Held vor ihm versucht hat: Er steigt singend in die Unterwelt und erhält als Gegenleistung für seine betörende Kunst seine Eurydike zurück. Leider dreht er sich – entgegen der einzigen Bedingung des Unterweltgottes Hades – im letzten Moment nach ihr um und verliert sie für immer. Die Tragik der Liebe verkörpern auch Pyramus und Thisbe, die wegen eines von ihren Eltern ausgesprochenen Liebes-Verbots nicht zueinander dürfen, sich schließlich heimlich treffen und sich dort aufgrund einer Reihe höchst unglücklicher Verkettungen des Schicksals selbst entleiben – die Tragödie von Romeo und Julia war ein paar Jahrhunderte später nicht ergreifender.

Schon besser meinen es da die Götter mit Ceyx und Alkyone, die für ihre tiefe Liebe zueinander belohnt werden und auf ewig als zwei Eisevögel miteinander weiterleben dürfen. Den Triumph der Liebe schildert auch die Geschichte von Philemon und Baucis, die ebenfalls für alle Zeiten als Linde und Eiche, die einem Stamm entwachsen, beieinander bleiben können. Das berühmteste Beispiel einer besonders sehnsuchtsvollen Liebe ist aber wohl die durch das Schauspiel von George Bernard Shaw weltberühmt gewordene Geschichte des Bildhauers Pygmalion, der sich in die von ihm geschaffene Statue Galatea verliebt – ein gutes Beispiel auch, wie nah oft Tragik und Komik beieinander liegen ...

So finden wir hier als fertige Muster Liebesleid, Eifersucht und Schmerz um Menschen, die wir durch Trennung und Tod verloren haben. Welche Impulse verleihen uns diese Mythen, unsere Helden und Heldinnen mit archetypischen, machtvollen Dramen auszustatten – was tun sie, um einen geliebten Menschen zu retten? Welche Dramen ruft ihre Liebe hervor? Und wie finden sie am Ende vielleicht doch zueinander?

### **Starke, unabhängige Frauen**

So, wie uns Mythen mit Stoff für die dunklen Seiten unserer Figuren und mit amourösen Plots versorgen, sind sie auch eine exzellente Fundgrube für selbstbewusste, starke Frauen. Artemis zum Beispiel, die als Jägerin und „Herrin der Tiere“ durch die Wälder streift, hat den Ruf einer wilden, unzümbaren Göttin, die gerade Männern gegenüber stets ihre Unabhängigkeit bewahrt – ähnlich wie die Nymphe Daphne, die lieber das Schicksal akzeptiert, in einen Lorbeerbaum verwandelt zu werden, als dem begierlichen Werben Apollos nachzugeben.

Die weise Göttin Kirke lebt mit einigen Dienerinnen auf einer Insel und verwandelt Besucher in Tiere. Auch Odysseus landet dort während seiner Irrfahrt – seine Männer macht Kirke zu Schweinen und sperrte sie kurzerhand in ein. Mit Hilfe eines speziellen Krauts des Götterboten Hermes bleibt Kirkes Zauber bei Odysseus jedoch ohne Wirkung. Nach der Rückverwandlung bleiben die Männer bei ihr, um Kraft für die Heimkehr zu sammeln. Vor ihrer Weiterfahrt weist Kirke ihnen den sicheren Weg und verrät Odysseus weitere wertvolle Hinweise. Schließlich sendet sie noch günstige Winde, die die Helden rasch nach Hause tragen.

Hekate ist die verehrte und gefürchtete Göttin der Hexen und Zauberer sowie die Wächterin der Tore zwischen den Welten. Als Beherrscherin der Magie konnte sie ihren Anhängern

Macht und Reichtum gewähren, als Orakelgottheit die Zukunft offenbaren. Interessant für die Gestaltung möglicher Heldinnen ist auch Athena, die Göttin der Weisheit, der Strategie und des Kampfes, zudem bewandert in der Kunst des Handwerks.

Eine weitere große Göttin – und ein fantastisch vielfältiges und beeindruckendes Vorbild für unsere moderne Protagonistin – entstammt der nordischen Mythologie. Gerade die alteuropäischen, vorchristlichen Mythen beziehen sich auf eine Zeit, in der Frauen aufgrund ihrer lebensspendenden Fähigkeiten geehrt und entsprechend als Priesterinnen gewürdigt wurden, die die Entscheidungen für ihre Gemeinschaften trafen. Sie wurden häufig als heilige Wesen mit Sehergabe verehrt. Die Geschichten der Göttin Freya, die oft mit der römischen Liebesgöttin Venus gleichgesetzt wird, sind in den beiden Büchern der alten isländischen Mythensammlung „Edda“ festgehalten – die mit ihren dramaturgischen Wendungen, leidenschaftlichen Abenteuern und existenziellen Herausforderungen die griechische Mythenwelt oft in den Schatten stellt. Freya war das Sinnbild der Fruchtbarkeit, der Liebe und des Glücks, sie war aber auch die Göttin der Seherinnen, des Kampfes und des Todes – und damit Herrscherin über das Leben. Sie steht exemplarisch für jene Frauen, die ihre Schönheit und die Kraft ihrer erotischen Energie selbstbewusst zum Ausdruck bringen, sie mit ihrer Weisheit verbinden und damit große Macht besitzen – und die nicht davor zurückschrecken, das eigene Leben und das der ihr Anvertrauten sowie ihre eigene Entfaltung notfalls mit Hilfe von Gewalt zu schützen. Noch heute leben Freyas Attribute verschlüsselt in der Gestalt der Frau Holle weiter – auch in jener domestizierten, Betten aufschüttelnden Figur der Grimmschen Hausmärchenfassung, vor allem aber in der ursprünglichen Frau Holle des alten vom Jahreszeitenzyklus geprägten Naturglaubens.

Freya zur Seite stand in der nordischen Mythologie Odin, auch Wotan genannt – ebenfalls eine zentrale, weise Gestalt – Göttervater, Kriegs- und Totengott, Gott der Dichtung und der Runen. Sein Wissen um diese magischen Schriftzeichen, die jenen, die sie schrieben, enorme Macht verliehen, gab er selbstlos an die Menschen weiter. Er galt als Wanderer auf der Suche nach Erkenntnis – der rastlose, unaufhörliche Wissensdurst der Odin-Mythen ist eines der literarischen Hauptmotive und taucht zum Beispiel in den Figuren Faust, Merlin oder Gandalf wieder auf. Die Odin zugeschriebene Aufgabe war es außerdem, die in der nordischen Mythologie unabwendbare apokalyptische Götterdämmerung, also die Zerstörung von Himmel und Erde, möglichst lange zu verhindern. Die Vorlage für einen modernen, charismatischen

Helden, der gegen Weltuntergang, Umweltzerstörung oder dunkle Machenschaften skrupelloser Großkonzerne kämpft?

### **Der Weg zu uns selbst**

Eine Gestalt wie Odin lädt uns ein, uns auf unseren Weg zu unserer ganz persönlichen Erkenntnis zu begeben, uns wieder mit der alten Weisheit in den Überlieferungen unserer mythologischen Ahnen und der Erde an sich zu verbinden und – den Heldinnen und Helden auf ihren Reisen in die unter- oder Anderswelt gleich – unsere individuelle Aufgabe zugunsten der Gemeinschaft zu erfüllen. Unser Leben ist schließlich genau betrachtet eine einzige große Heldenreise, die uns verändert und durch die wir immer wieder lernen und wachsen können. Jede neue Beziehung oder neue Arbeitsstelle ist eine „Heldenreise in klein“ – und ihr jeweiliges Ende der Beginn der nächsten.

Ganz sicher aber können uns Mythen wertvolle Hinweise für unser eigenes Leben geben. So ist zum Beispiel der Begriff des „verwundeten Heilers“ zentral für unsere eigene Fähigkeit, leidvolle Situationen anzunehmen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Der Kentaure Cheiron wurde von einer vergifteten Speerspitze verwundet. Als Halbgott konnte er nicht sterben, aber sein menschlicher Anteil führte dazu, dass ihm die Verletzung unerträgliche Schmerzen verursachte. Cheiron zog sich in die Wälder zurück und versuchte dort mit Heilpflanzen zu gesunden. Vergeblich – jedoch hatte er ein enormes heilkundliches Wissen erworben und gab dies fortan seinen Schülern weiter. Die zentrale Botschaft dieser Geschichte lautet: Cheiron ist nicht *trotz*, sondern *wegen* seiner Wunde zum Heiler geworden. So kann uns dieser Mythos helfen, mit den eigenen schmerzvollen Erfahrungen im Leben neu umzugehen: Indem wir nicht die damit verbundene Einschränkung, sondern das Potenzial im Auge behalten.

So bleiben die Mythen ein Schatz, den jeder für sich selbst auf eine ganz persönliche Art und Weise entdecken kann – in unzähligen Formen und Varianten, die uns immer wieder neu berühren und inspirieren, jenseits von Rationalität und Logik. „Alles ist Mythos“, sagte Novalis einmal. Oder, wie es in einer der Sprüchesammlungen der „Älteren Edda“ heißt: „Der Verstand weiß nur, was nahe beim Herzen wohnt.“