

Dr. Grit Ludwig

Die Kristallkugel

Märchen als Schlüssel
zum wahren Selbst

© 2025 Dr. Grit Ludwig
Webseite: <https://gritludwig.de>
Coverfoto: Canva

2. Auflage 2025. Update Juli 2026.
Die erste Auflage erschien 2024 unter dem Titel: "Die
Kristallkugel. Die Symbolik alter Märchen entschlüsselt für
die neue Zeit".

Druck und Distribution im Auftrag der Autorin:
tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg,
Deutschland

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich
geschützt. Für die Inhalte ist die Autorin verantwortlich. Jede
Verwertung ist ohne ihre Zustimmung unzulässig.

Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag der
Autorin, zu erreichen unter: Dr. Grit Ludwig, Markkleeberger
Straße 48, 04416 Markkleeberg | OT Wachau, Germany.

Inhalt

Vorwort.....	11
Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich.....	13
Das Vater- und das Mutterreich.....	17
Eine Kugel fällt ins Wasser.....	20
Regeln und Herzenszorn.....	22
Etwas ganz zu sich nehmen, um es zu wandeln.....	25
Wieso war der Königssohn verzaubert?.....	26
Der inneren Stimme folgen.....	28
Erlösung und sich Finden als Paar.....	29
Acht weiße Pferde.....	31
Liebevolle Begleitung durch eine höhere Macht.....	31
Vorlage für alle Transformationsprozesse.....	33
Der Eisenhans.....	35
Den Wilden Mann sichtbar machen.....	44
Den Wilden Mann befreien.....	47
Bei Vaterfiguren in die Lehre gehen.....	49
Die Seinen verteidigen, kämpfen.....	51
Der Apfel: Erkenntnis, Liebe, Vollendung.....	53
Die rote, die weiße und die schwarze Phase.....	54
Durch die Wunde dringt die Seele ein.....	55
Gold.....	55
Auch der Eisenhans ist erlöst.....	56
Dornröschen.....	57
Lang gehegter Kinderwunsch.....	61
Ein Kind als das Zukünftige.....	62
Standesgemäße Begrüßung für das Neugeborene....	64
Die Zahl 13.....	65
Sein Schicksal annehmen.....	68
Über das Ererbte hinauswachsen.....	70
Der Stich mit der Spindel.....	71
Die Dornenhecke: Trennung in Innen und Außen...	72

Reifezeit, Hingabe.....	75
Scheitern und es immer wieder wagen.....	76
Erlösung.....	77
Vermählung mit dem wahren Selbst.....	78
Rotkäppchen.....	81
Der Wolf.....	85
Das Wildschwein als alter Archetyp.....	89
Die Blumen am Wegesrand pflücken.....	90
Der Wolf als Beschützer des inneren Kindes.....	92
Auf halbem Weg erfolgt die Umkehr.....	95
Eichen und Nußhecken.....	95
Der Wolf als schwarzer Aspekt der Großen Göttin..	97
Verschlungen und neu geboren werden.....	99
Auf die innere Stimme hören.....	100
Stillschweigen und ins pralle Leben springen.....	101
Der Inanna-Mythos.....	105
1. Teil: Inanna und der Huluppu-Baum.....	107
2. Teil: Inanna und Enki.....	108
3. Teil: Liebeswerben und Hochzeit.....	109
4. Teil: Inannas Abstieg in die Unterwelt.....	110
Die matriarchale Lebensweise.....	115
Inanna bringt eine Ordnung in die Welt.....	117
Die Schlange, der Anzu-Vogel und Lilith.....	118
Die Göttin und ihr Apfelbaum.....	122
Inanna krönt sich selbst.....	123
Die ME als Ausdruck von Inannas Macht.....	125
Dicke Milch, Korn und ein Obstgarten.....	126
Inannas Abstieg in die Unterwelt.....	127
Die Gesetze des Todes.....	130
Inannas Aufstieg aus der Unterwelt.....	132
Schwesterliebe und Verrat.....	135
Der Wandlungsaspekt der Großen Göttin.....	136
Inanna als Große Göttin.....	139
Wiederauferstehungsmythos.....	139

Die Bienenkönigin.....	143
Rhythmus, Ordnung und Struktur.....	145
Seinen Platz im Leben einnehmen.....	148
Der Dummling sein.....	149
Das Weibliche würdigen.....	150
Die Interessen unserer Mitgeschöpfe achten.....	154
Brüderchen und Schwesterchen.....	155
Schlechten Zuständen entfliehen.....	162
Verbunden mit Himmel und Erde.....	163
Die verwunschenen Quellen.....	164
Die Tiger- und die Wolfsquelle.....	167
Die Rehquelle.....	168
Die Freuden der Jagd.....	171
Die Schattenseiten.....	172
Energetische Verbindung zwischen zwei Welten...	173
Die Erlösung.....	175
König Lindwurm.....	177
Mütterlichkeit.....	181
Geburt und Tod.....	182
Der Lindwurm fordert eine Frau.....	183
Die Schäferstochter.....	184
Hilfe von Mutter Erde.....	186
Mit dem Lindwurm ringen.....	186
Unsere Lindwürmer.....	188
Das Männliche und das Weibliche in Balance.....	189
Sneewittchen.....	193
Eine Wunde als Auslöser des Kinderwunschs.....	201
Schönheit.....	202
Neid und Mißgunst durch die eigene Mutter.....	203
Reifezeit.....	205
Die Mutter hinter der Maske.....	207
Der vergiftete Apfelschnitt.....	209
Wandlungskraft.....	210
Der Prinz im Zwergenhaus.....	214

Seine Wut ausdrücken.....	215
Erlösung.....	216
Das singende springende Löweneckerchen.....	217
Die jüngste Tochter möchte etwas Lebendiges.....	224
Vater und Tochter.....	225
Tags ein Löwe, nachts ein Prinz.....	226
Voraussetzungen einer Paarbeziehung.....	227
Der Mann verträgt das Licht nicht.....	232
Sieben Jahre mit den Tauben fliegen.....	233
Weshalb folgt die Frau dem Mann?.....	233
Reifezeit für beide.....	235
„Amor und Psyche“ als antike Parallele.....	236
Hilfe von Sonne, Mond und den vier Winden.....	238
Die 11. Rute.....	239
Trauer und Neubesinnung.....	241
Goldenes Kleid und goldenes Ei.....	242
Vogel Greif und Fuß.....	244
Das Dritte in einer Paarbeziehung.....	246
Das Mädchen ohne Hände.....	247
Der Apfelbaum hinter der Mühle.....	254
Die HAND-lungsfähigkeit genommen.....	255
Im Garten von Mutter Erde.....	258
Silberne Hände.....	260
Vertauschte Briefe.....	262
Das Opfer der Hirschkuh.....	263
Das Haus, wo jeder frei wohnt.....	268
Wiedersehen.....	269
Die Kristallkugel.....	271
Die böse Hexe.....	274
Höher-Schneller-Weiter.....	274
Die Zahl 24.....	275
Ich sehe dich im Spiegel.....	276
Männliches und Weibliches wirken zusammen....	278
Hilfe von den vier Elementen.....	279

In der Zusammenschau wird alles offenkundig.....	282
Hin zum integralen Zeitalter.....	284
Literaturverzeichnis.....	285
Über die Autorin.....	290

Vorwort

Märchen waren als Mären ursprünglich für Erwachsene gedacht. Ihre Weisheiten reichen bis in die alte Steinzeit zurück. Früher fungierten Märchen auch als Therapie. Märchen bilden innere Entwicklungsprozesse ab, die für die Ganzwerdung eines Menschen notwendig sind. Sie unterstützen uns bei der Verbindung mit unserem unverletzbaren Wesenskern – unserem wahren Selbst. In der Symbolik alter Märchen spiegelt sich das kollektive Unbewußte. Märchen sprechen dabei auch Aspekte an, die vom herrschenden religiösen System nicht ausreichend abgebildet werden. In den hier versammelten Märchen und Mythen ist es vor allem das Thema Weiblichkeit in allen seinen Facetten.

Leider ist uns die Bedeutung der Märchensymbolik zum Großteil verloren gegangen. In diesem Buch entschlüssele ich die Symbole, so daß die Märchen wieder als Landkarte für unsere Seele wirken können. Dafür habe ich nachgeschlagen bei der Numerologie, bei den Krafttierbedeutungen, bei den Bedeutungen von Tieren, Pflanzen und Mineralien, bei der Weisheit der Naturvölker, beim Urwissen der Frauen usw. Es fließen auch Erkenntnisse aus meiner Zeit als Beraterin zivilgesellschaftlicher Organisationen in Mosambik sowie aus meiner Praxis als Familiensystemaufstellerin mit ein. Heraus kommt am Ende meine ganz persönliche Sichtweise. Es gibt natürlich noch 1001 andere Interpretationen der sehr vielschichtigen Märchen und Mythen. Und auch ich selbst entdecke immer wieder neue Facetten der alten Texte!

Zu diesem Buch hat mich das Buch *„Das Edelsteinfundament – Ein homöopathischer Entwicklungsweg durch 13 Edelsteine und Märchen“* von Edith Helene Dörre inspiriert. Die Homöopathin und Heilpraktikerin

stellte aus den zwölf Edelsteinen, die in der Offenbarung des Johannes in der Bibel als Fundamente des neuen Jerusalem genannt sind, homöopathische Mittel her. Dabei entbarg jeder Edelstein Bilder und Assoziationen, darunter auch ein oder mehrere alte Märchen und Mythen. Auf den in den Steinen verborgenen inneren Prozessen wird also das neue Jerusalem aufgebaut! Für dieses Buch habe ich zwölf Märchen ausgewählt, um bei der in der Bibel genannten Zahl 12 zu bleiben. Wer sich tiefer mit den in den Edelsteinen verborgenen Weisheiten befassen möchte, dem sei das Buch „*Das Edelsteinfundament*“ von Edith Helene Dörre wärmstens ans Herz gelegt.

Drei Hinweise: (1) Die Märchentexte habe ich der Seite www.wikisource.de entnommen und leicht der heutigen Sprache angepaßt. (2) Zur Rechtschreibung: Seit der Veröffentlichung der Märchen durch die Brüder Grimm hat sich die Rechtschreibung gewandelt. Um an die alte Zeit anzuknüpfen habe ich mich entschieden, das „ß“ auch bei davor stehendem kurzen Vokal zu verwenden, zum Beispiel in „Kuß“ oder „Schloß“. Ich empfinde die Märchen und meine Texte so als kraftvoller. (3) In diesem Buch ist oft von Paaren als Mann und Frau die Rede. Die Aussagen gelten auch für gleichgeschlechtliche Paare.

Ich danke herzlich Dr. Katja Henschler für das akribische Korrekturlesen des Manuskriptes zur 1. Auflage sowie für viele wertvolle Hinweise und Anregungen. Ebenso herzlich danke ich Gitte Hannich, die meine an dem Buch intensiv begleitete und mir beständig wichtige Impulse gab.

Leipzig, im August 2025

Dr. Grit Ludwig

Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich

In den alten Zeiten, wo das Wünschen noch geholfen hat, lebte ein König, dessen Töchter waren alle schön, aber die Jüngste war so schön, daß die Sonne selber, die doch so vieles gesehen hat, sich verwunderte, sooft sie ihr ins Gesicht schien. Nahe bei dem Schloß des Königs lag ein großer dunkler Wald. Und in dem Wald unter einer alten Linde war ein Brunnen. Wenn nun der Tag sehr heiß war, so ging das Königskind hinaus in den Wald und setzte sich an den Rand des kühlen Brunnens. Und wenn sie Langeweile hatte, so nahm sie eine goldene Kugel, warf sie in die Höhe und fing sie wieder; und das war ihr liebstes Spielwerk.

Nun trug es sich einmal zu, daß die goldene Kugel der Königstochter nicht in ihr Händchen fiel, das sie in die Höhe gehalten hatte, sondern vorbei auf die Erde schlug und geradezu ins Wasser hineinrollte. Die Königstochter folgte ihr mit den Augen nach, aber die Kugel verschwand, und der Brunnen war tief, so tief, daß man keinen Grund sah. Da fing sie an zu weinen und weinte immer lauter und konnte sich gar nicht trösten. Und wie sie so klagte, rief ihr jemand zu: „Was hast du vor, Königstochter, du schreist ja, daß sich ein Stein erbarmen möchte.“ Sie sah sich um, woher die Stimme käme, da erblickte sie einen Frosch, der seinen dicken häßlichen Kopf aus dem Wasser streckte.

„Ach, du bist's, alter Wasserpatscher“, sagte sie, „ich weine über meine goldene Kugel, die mir in den Brunnen hinabgefallen ist.“ – „Sei still und weine nicht“, antwortete der Frosch, „ich kann wohl Rat schaffen. Aber was gibst du mir, wenn ich dein Spielwerk wieder heraufhole?“ – „Was du haben willst, lieber Frosch“,

sagte sie, „meine Kleider, meine Perlen und Edelsteine, auch noch die goldene Krone, die ich trage.“

Der Frosch antwortete: „Deine Kleider, deine Perlen und Edelsteine und deine goldene Krone, die mag ich nicht. Aber wenn du mich lieb haben willst, und ich soll dein Geselle und Spielkamerad sein, an deinem Tellerlein neben dir sitzen, von deinem goldenen Tellerlein essen, aus deinem Becherlein trinken, in deinem Bettlein schlafen: Wenn du mir das versprichst, so will ich hinuntersteigen und dir die goldene Kugel wieder heraufholen.“ – „Ach ja“, sagte sie, „ich verspreche dir alles, was du willst, wenn du mir nur die Kugel wiederbringst.“ Sie dachte aber: „Was der einfältige Frosch schwätzt, der sitzt im Wasser bei seinesgleichen und quakt, und kann keines Menschen Geselle sein.“

Der Frosch, als er die Zusage erhalten hatte, tauchte seinen Kopf unter, sank hinab, und über ein Weilchen kam er wieder herauf gerudert, hatte die Kugel im Maul und warf sie ins Gras. Die Königstochter war voller Freude, als sie ihr schönes Spielwerk wieder erblickte, hob es auf und sprang damit fort. „Warte, warte“, rief der Frosch, „nimm mich mit, ich kann nicht so laufen wie du.“ Aber was half ihm, daß er ihr sein quak, quak so laut nachschrie, als er konnte! Sie hörte nicht darauf, eilte nach Haus und hatte bald den armen Frosch vergessen, der wieder in seinen Brunnen hinabsteigen mußte.

Am anderen Tage, als sie sich mit dem König und allen Hofleuten zur Tafel gesetzt hatte und von ihrem goldenen Tellerlein aß, da kam – plitsch platsch, plitsch platsch – etwas die Marmortreppe herauf gekrochen. Und als es oben angelangt war, klopfte es an der Tür und rief: „Königstochter, jüngste, mach mir auf.“ Sie lief und wollte sehen, wer draußen wäre. Als sie aber aufmachte, so saß der Frosch davor. Da warf sie die Tür hastig zu, setzte sich wieder an den Tisch, und es war

ihr ganz angst. Der König sah wohl, daß ihr das Herz gewaltig klopfte, und sprach: „Mein Kind, was fürchtest du dich, steht etwa ein Riese vor der Tür und will dich holen?“

„Ach nein“, antwortete sie, „es ist kein Riese, sondern ein garstiger Frosch.“ - „Was will der Frosch von dir?“ - „Ach, lieber Vater, als ich gestern im Wald bei dem Brunnen saß und spielte, da fiel meine goldene Kugel ins Wasser. Und weil ich so weinte, hat sie der Frosch wieder heraufgeholt. Und weil er es durchaus verlangte, so versprach ich ihm, er sollte mein Geselle werden. Ich dachte aber nimmermehr, daß er aus seinem Wasser heraus könnte. Nun ist er draußen und will zu mir herein.“ Indem klopfte es zum zweiten Mal und rief: „Königstochter, jüngste, mach mir auf, weißt du nicht, was gestern du zu mir gesagt, bei dem kühlen Brunnenwasser? Königstochter, jüngste, mach mir auf.“

Da sagte der König: „Was du versprochen hast, das mußt du auch halten; geh nur und mach ihm auf.“ Sie ging und öffnete die Türe, da hüpfte der Frosch herein, ihr immer auf dem Fuße nach, bis zu ihrem Stuhl. Da saß er und rief: „Heb mich herauf zu dir.“ Sie zauderte, bis es endlich der König befahl. Als der Frosch erst auf dem Stuhl war, wollte er auf den Tisch, und als er da saß, sprach er: „Nun schieb mir dein goldenes Tellerlein näher, damit wir zusammen essen.“ Das tat sie zwar, aber man sah wohl, daß sie's nicht gerne tat.

Der Frosch ließ sich's gut schmecken, aber ihr blieb fast jedes Bißlein im Halse. Endlich sprach er: „Ich habe mich satt gegessen und bin müde. Nun trag mich in dein Kämmerlein und mach dein seidenes Bettlein zurecht. Da wollen wir uns schlafen legen.“ Die Königstochter fing an zu weinen und fürchtete sich vor dem kalten Frosch, den sie nicht anzurühren getraute, und der nun in ihrem schönen reinen Bettlein schlafen sollte. Der König aber wurde zornig und sprach: „Wer dir

geholfen hat, als du in der Not warst, den sollst du hernach nicht verachten." Da faßte sie ihn mit zwei Fingern an, trug ihn hinauf und setzte ihn in eine Ecke.

Als sie aber im Bette lag, kam er gekrochen und sprach: „Ich bin müde, ich will schlafen so gut wie du. Heb mich herauf, oder ich sag's deinem Vater." Da wurde sie erst bitterböse, holte ihn herauf und warf ihn aus allen Kräften wider die Wand: „Nun wirst du Ruhe haben, du garstiger Frosch." Als er aber herabfiel, war er kein Frosch, sondern ein Königssohn mit schönen freundlichen Augen. Der war nun nach ihres Vaters Willen ihr lieber Geselle und Gemahl. Da erzählte er ihr, er wäre von einer bösen Hexe verwünscht worden, und niemand hätte ihn aus dem Brunnen erlösen können als sie allein, und morgen wollten sie zusammen in sein Reich gehen. Dann schliefen sie ein. Am anderen Morgen, als die Sonne sie aufweckte, kam ein Wagen herangefahren mit acht weißen Pferden bespannt, die hatten weiße Straußfedern auf dem Kopf und gingen in goldenen Ketten. Und hinten stand der Diener des jungen Königs, das war der treue Heinrich.

Der treue Heinrich hatte sich so betrübt, als sein Herr in einen Frosch verwandelt worden war, daß er drei eiserne Bande hatte um sein Herz legen lassen, damit es ihm nicht vor Weh und Traurigkeit zerspränge. Der Wagen aber sollte den jungen König in sein Reich abholen. Der treue Heinrich hob beide hinein, stellte sich wieder hinten auf und war voller Freude über die Erlösung. Und als sie ein Stück Wegs gefahren waren, hörte der Königssohn, daß es hinter ihm krachte, als wäre etwas zerbrochen. Da drehte er sich um und rief: „Heinrich, der Wagen bricht!" – „Nein, Herr, der Wagen nicht, es ist ein Band von meinem Herzen, das da lag in großen Schmerzen, als Ihr in dem Brunnen saßt, als Ihr ein Frosch wart."

Noch einmal und noch einmal krachte es auf dem Weg, und der Königssohn meinte immer, der Wagen bräche, und es waren doch nur die Bande, die vom Herzen des treuen Heinrich absprangen, weil sein Herr erlöst und glücklich war.

Das Märchen „*Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich*“ handelt in erster Linie vom Erwachsenwerden einer jungen Frau. Mit der Entwicklung vom Mädchen zur Frau sind tiefgreifende innere Wandlungsprozesse verbunden. Auf einer höheren Ebene bildet das Märchen eine Vorlage für alle Transformationsprozesse, individuelle und kollektive.

Das Vater- und das Mutterreich

Am Anfang nimmt uns das Märchen mit in eine Zeit, „*wo das Wünschen noch geholfen hat*“. Damals scheinen die Menschen ein Leben fernab von Leistungszwang und Arbeitsdruck gelebt zu haben. Es scheint, daß sie sich etwas wünschen konnten und es bekamen! Die Ursprünge der uns überlieferten Volksmärchen reichen bis in die alte Steinzeit zurück (Wolf-Dieter Storl, *Die alte Göttin und ihre Pflanzen*, S. 16, 179). Wie der Alltag der Menschen zu dieser Zeit ausgesehen hat, wissen wir nicht. Jedenfalls scheinen sie das Leben nicht nur rational verstanden zu haben.

Nach der Öffnung des Tores in eine weit zurück liegende Zeit stellt uns das Märchen „*Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich*“ das Mutter- und das Vaterreich vor. Um gesund aufzuwachsen, brauchen wir beide Eltern. Im Idealfall stehen uns Mutter und Vater sowohl physisch als auch emotional zur Verfügung. Sie unterstützen uns, sind stolz auf uns, schauen uns götig

beim Aufwachsen zu, freuen sich, daß sie so ein wunderbares Kind haben. Wenn wir dann erwachsen sind, tragen wir Mutter- und Vaterkraft in uns. Beide stärken uns energetisch den Rücken und geben uns Kraft für unsere Aufgaben im Leben.

Das Vaterreich: Der König, der Vater der Prinzessin im „*Froschkönig*“, verfügt über ein Schloß. Dieses ist vermutlich prunkvoll, groß, weiträumig, hell. Gegessen wird von goldenen Tellern. Auf das Schloß scheint die Sonne. Die Sonne steht in der Astrologie für das männliche Prinzip. Die Sonne symbolisiert rationales Denken, Disziplin, Kontrolle, Regeln und Ordnung (Harald Knauss, *Die 7 Planeten der Astrologie*, S. 63). Man „beleuchtet“ etwas und dadurch wird es in seiner Ordnung erkennbar. Das männliche Prinzip zeichnet sich darüber hinaus durch Stärke, Dynamik, Unabhängigkeit, Zielgerichtetheit aus. Die männliche Energie kann kämpfen und dadurch andere beschützen. Ein Mann, der voll in seiner männlichen Kraft ist, ist nicht nur physisch stark, sondern auch geistig und emotional. Er weiß, was er will, wohin er will, was ihm gut tut und was den Seinen gut tut. Von den vier Elementen Feuer, Wasser, Erde und Luft verkörpern Feuer und Luft die männliche Energie (zu den vier Elementen siehe bei „*Die Kristallkugel*“).

Die Prinzessin wächst beim Vater im Schloß auf, im Vaterreich. Das Vaterreich bietet der Prinzessin Ordnung und Struktur. Der Vater setzt Regeln, es herrscht Disziplin, allerdings immer getragen von der väterlichen Liebe. So gewährt das Vaterreich der Prinzessin einen sicheren Rahmen zum Aufwachsen.

Von der Mutter erfahren wir demgegenüber im ganzen Märchen nichts. Aber auch das mütterliche Prinzip steht der Königstochter zur Verfügung. Denn wenn der Tag sehr heiß ist – also wenn das Beleuchten, das Analysieren, die Disziplin und die Struktur überhand

nehmen – geht die Königstochter in den dunklen Wald. Dort wächst eine Linde und darunter befindet sich ein Brunnen mit kühlem Wasser. Das mütterliche Prinzip wird in der Astrologie durch den Mond symbolisiert. In der Nacht ist es finster, es darf etwas im Nebel bleiben. In dieser Atmosphäre verströmt der Mond sein sanftes Licht. Wir dürfen uns in die Stille hinein begeben, in das Spüren. Wir dürfen uns in der Dunkelheit geborgen fühlen. Weibliche Energie ist nährend, umsorgend, aufnehmend, sich hingebend, intuitiv, aber auch dunkel und geheimnisvoll. Von den vier Elementen stehen Erde und Wasser für das weibliche Prinzip.

An dem Platz beim Brunnen im Wald befindet sich die Prinzessin in der Natur, bei Mutter Erde. Die Erde nährt uns, sie trägt uns, sie hat uns alle hervorgebracht, wir alle sind Kinder dieser Erde. Zu ihr können wir immer kommen. Wenn wir in der Natur geerdet sind, entsteht eine unaufgeregte Entspanntheit und wir können ein Urvertrauen entwickeln, daß alles schon irgendwie gut ausgehen wird. Wegen ihrer mütterlichen Art wird die Erde in anderen Teilen der Welt als weibliche Gottheit angebetet, zum Beispiel als *Pachamama* in Südamerika. Im Wald bei Mutter Erde gibt es auch eine Linde. Aus dem Reich der Bäume ist die Linde ein Symbol für das Weibliche, mit ihren herzförmigen Blättern, duftenden Blüten und ihrer einladenden Krone. Mit der Linde sind die Kräfte der Milde, der Liebe und des Zaubers verbunden. In vielen Dörfern bildet eine Linde die Dorfmitte. Die Menschen trafen sich dort von Alters her zu Austausch, Lachen, Musik und Tanz. Die Linde hilft uns, in unser eigenes schöpferisches Potenzial zu kommen und dieses zu entfalten. Unter anderem lindert sie auch den Schmerz, den Abschiede uns zufügen können (Harald Knauss, *Die Botschaft der Bäume*, S. 161, 164). Daher steht die Linde auch für Transformation, Wandlung und Wachstum.

Unter der Linde befindet sich ein Brunnen. Wasser symbolisiert die Gefühlswelt. Im Wald, beim kühlen Brunnen unter der Linde, das heißt im Mutterreich, darf die Prinzessin ganz sie selbst sein. Umgeben von den mütterlichen Kräften kann sie ihren Gefühlen ungehindert freien Lauf lassen. Sie darf lachen, spielen, hüpfen, aber auch traurig oder wütend sein, wenn ihr danach ist.

Eine Kugel fällt ins Wasser

An dem Platz im Wald spielt die Königstochter sorglos mit ihrer goldenen Kugel. Sie verbringt im Mutter- und im Vaterreich geborgen, unbeschwert ihre Kindheit. Der Prinzessin geht es gut, sie hat alles, was sie braucht. Für das Aufgehobensein in der Kindheit steht die goldene Kugel. Eine goldene Kugel symbolisiert etwas Vollkommenes, Vollendetes, Schönes und Wertvolles. Aber eines Tages fällt die goldene Kugel beim Spielen nicht zurück in die Hände der Prinzessin. Sie landet auf der Erde und rollt von da aus in den Brunnen hinein. Die Königstochter verfolgt die Kugel noch mit den Augen, aber da ist es schon geschehen: Die Kugel verschwindet im tiefen Brunnen.

Das bisher Vollkommene der Kindheit verabschiedet sich. Es mußte irgendwann einmal zu Ende gehen – so ist der Lauf der Dinge. Die Kugel war bis jetzt das liebste Spielzeug der Prinzessin, doch nun erwarten sie andere Lebensinhalte. Ein bißchen langweilig ist ihr ja mittlerweile doch geworden in ihrer behüteten Kindheit. Das teilt uns das Märchen mit: Die Königstochter wirft die Kugel hoch, wenn sie Langeweile hat. So verschwindet die Kugel eines Tages im Brunnen.

Allerdings sind Abschiede immer schmerzhaft. Über den Verlust ihres Spielzeugs ist die Königstochter schockiert und sehr traurig. Sie *„fing an zu weinen und*

weinte immer lauter und konnte sich gar nicht trösten.“, heißt es im Märchen. Es ist doch bloß eine Kugel – will man der Prinzessin zurufen. Aber der Märchentext ist an dieser Stelle sehr ausführlich. Man kann die Trauer der Königstochter förmlich spüren. Das Märchen betont, wie wichtig es ist, daß wir unsere Gefühle zulassen und ausdrücken. Der erste Impuls, wenn man mit einer schmerzhaften Situation konfrontiert wird, mag oft sein, die negativen Gefühle wegzudrücken. Augen zu und durch!

So ist es uns vielleicht als Kind beigebracht worden. Wenn wir hingefallen waren, wurde der Schmerz eventuell mit dem Satz: *„Ist doch gar nicht schlimm.“*, abgetan und uns dann ein Bonbon angeboten. Als Erwachsene sind wir dann immer noch geneigt, negative Gefühle nicht ernst zu nehmen, sondern uns mit Essen, Arbeit oder einem neuen „Spielzeug“ abzulenken. Aber wenn wir die Trauer, den Schmerz, zulassen, dann geht es uns auch bald besser. Denn es ist gar nicht möglich, stundenlang ganz bewußt traurig zu sein. Darf der Körper die Trauer, die Wut, die Hilflosigkeit, den Schmerz aber nicht bewußt spüren, so rutschen diese Gefühle irgendwann tiefer und der Körper weist uns mit Krankheiten auf noch Unbearbeitetes hin. Wenn wir dagegen etwas betrauern, werden wir davon frei. Und so darf die Prinzessin im Märchen *„Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich“* ihre Kindheit nun loslassen. Das Kindliche paßt nicht mehr in ihr Leben. In der Trauerphase kann die Prinzessin positive und negative Erinnerungen an die Kindheit ins Bewußtsein holen, sortieren und sie dann der Vergangenheit anheim geben.

Während die Prinzessin weint, taucht im Märchen ein Frosch auf – im wahrsten Sinne des Wortes! Er wird als *„alter Wasserpatscher“* und als *„garstig“* beschrieben. Der Frosch holt für die Prinzessin die goldene Kugel

herauf. Der Archetyp des Frosches steht aufgrund seiner Entwicklung vom Laich über die Kaulquappe hin zum erwachsenen Tier für Wandlung und Transformation (Jeanne Ruland, Krafttiere begleiten Dein Leben, S. 133) – ebenso wie die Linde im Reich der Bäume.

Die Prinzessin, die sich gerade vom Kind zur Frau wandelt, bekommt vom Frosch aber nicht nur ihr liebstes Spielzeug zurück. Sie muß den Frosch mit dazu nehmen. Als Gegenleistung dafür, daß der Frosch ihr die goldene Kugel heraufholt, muß sie ihm versprechen, daß er ihr Geselle sein darf. Sie verspricht es leichthin, weil sie glaubt, daß sie das Versprechen nicht einlösen muß. Ein Frosch kann keines Menschen Geselle sein, denkt die Prinzessin. Aber da hat sie nicht mit der Durchhaltekraft des Frosches gerechnet!

Regeln und Herzenszorn

Am nächsten Tag sitzt die Königstochter mit dem König und den Hofleuten bei Tisch. Da kommt der Frosch die Treppe herauf gehüpft, um das Versprechen einzulösen. Der Vater sieht, daß seine Tochter Angst hat, als sie die Tür öffnet und den Frosch davor sitzen sieht. Aber im Vaterreich herrscht Ordnung und es gelten Regeln. Und da müssen Versprechen, auch wenn sie leichtfertig gegeben wurden, eingehalten werden! Das Märchen macht an dieser Stelle nochmals sehr deutlich, daß für ein gesundes Aufwachsen nicht nur das Umhülltsein durch die Mutter, sondern auch zugewandte väterliche Strenge notwendig ist. Und die Prinzessin hat gelernt, in der Struktur des Vaterreiches zu leben. So hält sie sich an die Anweisungen ihres Vaters: Sie läßt den Frosch herein, hebt ihn auf den Tisch, schiebt ihr goldenes Tellerlein zu ihm hin und läßt ihn davon essen.

Nach der Mahlzeit will der Frosch mit in die Kammer der Prinzessin. Diese weint, weil sie sich vor dem garstigen, kalten Frosch fürchtet. Da wird der Vater zornig und weist die Prinzessin diesmal auf ein moralisches Prinzip hin: *„Wer dir geholfen hat, als du in der Not warst, den sollst du hernach nicht verachten.“* Auch dieser Grundsatz hat die Prinzessin in ihrer Kindheit begleitet und er hat ihr Halt gegeben. Also fügt sie sich und nimmt den Frosch mit die Treppe hinauf zu ihrer Kammer.

Damit wechselt allerdings die Szenerie: Während die Prinzessin den Frosch die Treppe hoch trägt, verläßt sie das Vaterreich. Schließlich kommt sie in ihrer eigenen Kammer an. Und dort hat allein sie die Entscheidungsgewalt. Sicher hat die Königstochter ihr moralisches Gewissen im Vaterreich ausgebildet und das war auch gut so. Aber in ihrer eigenen Kammer unterliegt sie nur ihrer eigenen inneren Stimme. Hier darf sie jede einzelne Regel des Vaterreiches überprüfen – und auch brechen, wenn es sein muß. Und so entscheidet sie am Ende, den Frosch gegen die Wand zu werfen!

Der Frosch wollte auf das seidene Bettchen der Prinzessin gehoben werden und sich dort mit ihr zusammen schlafen legen. Als die Königstochter nicht gleich reagierte, drohte der Frosch mit ihrem Vater. Da konnte die Prinzessin nicht anders und schleuderte den Frosch gegen die Wand! Dabei übertrat die Prinzessin die Regel des Vaters, daß man Versprechen halten muß. Das tat sie aber keineswegs leichtfertig. Denn der Frosch drängte sie mit seinem Quengeln dazu, ihrer Wut Ausdruck zu verleihen. Er trieb die Situation auf die Spitze. Das machte er sicher nicht bewußt; er wollte einfach nur zu gern der Geselle der Prinzessin sein und in ihrem schönen seidenen Bettlein schlafen.

Das weiche Bett erinnert an die wohlthuende Umgebung des mütterlichen Schoßes. Einem garstigen Frosch aber

mütterliche Geborgenheit zu schenken, das kann die Prinzessin nicht leisten. Das ist zu viel verlangt als Gegenleistung für das einmalige Heraufholen der Kugel. Mit ihrem Herzen erkennt die Prinzessin das und weist den Frosch mit Gewalt zurück. Würde sie die moralischen Vorstellungen des Vaterreiches, die vorher gut waren, auch an dieser Stelle befolgen, behinderte dies ihre weitere Entwicklung. In einem Entwicklungsprozeß gibt es nichts, das absolut und für alle Zeiten gut ist. Nun ist es an der Zeit, daß sich die Prinzessin aus dem Willen des Vaters löst. Nur so wird sie selbständig, authentisch und liebesfähig. Erwachsen sind wir erst, wenn wir auch einmal etwas Verbotenes tun!

Daß die Prinzessin die väterliche Regel überschritt und ihre Wut ausdrückte, war an der Stelle richtig. Das heißt aber nicht, daß wir alles und jedes wütend gegen die Wand schleudern sollen, wenn es nur in irgendeiner Weise unserem Willen widerspricht! Da gibt es Unterschiede, denn Regeln und Ordnung sind grundsätzlich wertvoll. Das französische Wort für „Mut“ – „*courage*“ verdeutlicht das: Es setzt sich zusammen aus „*coeur*“ (Herz) und „*rage*“ (Zorn). „*Courage*“ bedeutet also sinnbildlich „*Herzenszorn*“. Wenn unser Herz in Flammen steht, weil uns etwas so ganz gegen den Strich geht, dann sollen wir unserem Herzenszorn Ausdruck verleihen, um uns selbst treu zu bleiben. Dann dürfen wir die bestehende Ordnung über Bord werfen. Auch im Deutschen liegen „*Mut*“ und „*Wut*“ übrigens sprachlich sehr eng beieinander (Edith Helene Dörre, Das Edelsteinfundament, S. 609).

Wenn wir unseren Herzenszorn nach außen tragen, geht die Entwicklung voran – und es kann etwas Wunderbares dabei entstehen. Im Märchen war es ein schöner Prinz und später die Fahrt in dessen Königreich. Die Erlösung erfolgte durch das Ausdrücken von Zorn. „*Zorn*“ – das erinnert an die Apokalypse des

Johannes in der Bibel. Dort heißen die letzten sieben Wandlungsstufen die „Zornesschalen“. Die sieben Schalen des Zorns Gottes werden ausgeschüttet, damit das „neue Jerusalem“ entstehen kann.

Zorn ist eine wichtige Voraussetzung dafür, liebesfähig zu werden. Denn: Wie tief kann Liebe gehen, wenn sie nicht auch einen tief reichenden Gegenpol hat? Zorn ist verwandelte Liebe im Leben. Zorn läßt die alten Muster zerspringen. Aus der Herzenskammer zu handeln, geschieht aus der tiefen Verbindung mit dem Geschehen, jenseits von moralischen, gesellschaftlichen, religiösen oder sonstigen Anschauungen (Edith Helene Dörre, Das Edelsteinfundament, S. 611).

Das geht auch in die Richtung dessen, was Bert Hellinger (1925-2019), der Begründer des Familienstellens als „Gehen mit dem Geist“ bezeichnet hat. Gehen mit dem Geist *„heißt, daß wir uns in die Bewegung des Geistes einschwingen, bis wir von ihr erfaßt werden und mit ihr gehen. Wie gelingt uns das Einschwingen in diese Bewegung? Durch die Allesliebe. Indem wir mit dieser Bewegung allen gleichermaßen zugewandt sind.“* (Bert Hellinger, Liebes-Geschichten zwischen Mann und Frau, Eltern und Kindern, uns und der Welt, S. 98). Aus Liebe zu sich selbst mußte die Prinzessin den Frosch an die Wand werfen.

Etwas ganz zu sich nehmen, um es zu wandeln

Als sie ihn die Treppe hinauf trägt, faßt die Prinzessin den Frosch mit nur zwei Fingern an, denn sie ekelt sich vor ihm. Als der Frosch dann in ihr Bett gehoben werden will, ergreift die Königstochter ihn in ihrem Herzenszorn mit der ganzen Hand und wirft ihn gegen die Wand. Hätte sie ihn auch in dieser Situation mit zwei spitzen Fingern angefaßt, wäre es ihr vermutlich nicht gelungen, den Frosch mit voller Wucht gegen die

Wand zu schleudern. Dann hätte dieser sich aber auch nicht in einen schönen Prinzen verwandeln können!

Damit wir etwas transformieren können, müssen wir es mit der ganzen Hand packen, es wahrhaft zu uns nehmen und ergreifen (vgl. Edith Helene Dörre, *Das Edelsteinfundament*, S. 608). In dem Moment, wo wir unseren Widerstand gegen etwas nicht dadurch ausdrücken, daß wir Abstand davon nehmen, sondern es im Gegenteil ganz vereinnahmen, ist die Dunkelheit schon überwunden. Damit begeben wir uns auf den Weg – und das Licht am Ende des Tunnels erscheint.

Etwas ganz zu sich nehmen, um es zu verwandeln – das sehen wir auch bei der menschlichen Verdauung. Damit der Körper die Energie aus der Nahrung aufschließen kann, muß er diese ganz in ihre Einzelteile zerkleinern. Es ist kein Verschlingen im Ganzen – so wie der Wolf das Rotkäppchen verschlingt, damit es neu geboren werden kann. Nein, es geht darum, die Nahrung bis ins Kleinste aufzulösen. Erst wenn sie in Zucker, Aminosäuren und Fettsäuren zersetzt ist, kann der Körper die in der Nahrung enthaltene Energie nutzen.

Ein anderes Beispiel ist die Zeugung eines Menschen. Der Embryo entsteht dadurch, daß die Eizelle das Spermium ganz in sich hineinnimmt. Bis dahin ist die Eizelle passiv, aber nachdem das Spermium bis zu ihrem Kern vorgedrungen ist, beginnt sie, dieses in seine kleinsten Bestandteile zu zerlegen. Nur so kann sich das Erbgut von Eizelle und Spermium neu ordnen und die DNA für einen neuen Menschen entstehen.

Wieso war der Königssohn verzaubert?

Warum mußte der Prinz eigentlich als Frosch im Brunnen sitzen? Das Märchen *„Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich“* klärt uns erst gegen Ende darüber auf, daß der Prinz verzaubert war. Dieser Fakt wird nur

so am Rande erwähnt und scheint für das Märchen nicht weiter wichtig zu sein. Wir erfahren auch nicht, welche böse Hexe den Prinzen verzaubert hat und warum. Es scheint nichts Besonderes zu sein. Man steht achselzuckend daneben und sagt: „So ist es eben.“

In unserer Kultur scheint die Verzauberung viele Jungen zu betreffen. Auf welchem Weg die Entwicklung vom Jungen zum Mann erfolgen sollte, erzählt uns das Märchen „*Der Eisenhans*“ (siehe ausführlich dort). Der im „*Eisenhans*“ als notwendig beschriebene Weg ist in unserer Kultur aber nicht verankert. Folge ist, daß viele Männer tendenziell nicht gut von ihrer Mutter abgelöst sind. Dann suchen sie in einer Frau oft eine Nährerin, anstatt eine Partnerin auf Augenhöhe. So will es sich auch der Frosch im kuscheligen Bett der Prinzessin gemütlich machen wie im Mutterschoß. Er ist nicht in der Lage, aus eigener Kraft in das Bett zu hüpfen. Und welche Gegenleistung sollte er als Frosch ihr auf die Dauer bieten können? Erst in der Gestalt als Königssohn kann er der Prinzessin auf Augenhöhe begegnen und ihr Geselle sein.

Im Patriarchat ist der Weg vom Jungen zum Mann strukturell nicht so angelegt, daß die Männer in ihre ganze Kraft kommen können. Da es also tendenziell alle Männer betrifft, macht das Märchen über die Verzauberung des Prinzen in einen garstigen Frosch kein großes Aufhebens. Und natürlich ist das Patriarchat auch nicht so angelegt, daß die Frauen in ihre volle Kraft gelangen. Wir alle sind durch die patriarchalen Regeln und Moralvorstellungen verwünscht und verzaubert.

Das Patriarchat ist eine wichtige und notwendige Stufe in der Bewußtseinsentwicklung der Menschheit (siehe dazu bei „*König Lindwurm*“). Es ist aber nur eine Stufe. Wie eine Frau trotz der Verwünschungen des Patriarchats in ihre Kraft gelangt, beschreibt übrigens das Märchen „*Das Mädchen ohne Hände*“.