



Gerhard Popfinger (Buch)  
viatores (Musik)

# donnerseele

Eine Trommelreise  
zu den männlichen Archetypen



Arun





## viatores

Philip Carr-Gomm – Gesang.

Gerhard Popfinger – Gesang, Rahmentrommel, Shaker, Schwirrh Holz, Kalimba.

Marco Riese – Cajon, Löffel, Klanghölzer, Maultrommel.

Volkert Volkmann – Nyckelharpa, Gongs.

Klaus Holitzka – Gesang, Doundoun, Golfball, Shaker, Gongs.

Thomas J. Burghardt – Djembé.

Stefan Ulbrich – Gesang, Pow-Wow-Trommel, Klängen, Maultrommel, Muschelhorn, Jagdhorn.

Dirk Grosser – Gesang, Djembé, Pauke, Pow-Wow-Trommel, Toms, Cajon, Darbuka, Snare, Rahmentrommel, indianische Flöte, Shaker, Rasseln, Klanghölzer, Becken.

Steve Dragon – Remix vom „Grünen Mann“ (Bonustrack).

**auf Youtube: viatores, Donnerseele**

Copyright © 2011 by Arun-Verlag.

Arun-Verlag, Engerda 28, D-07407 Uhlstädt-Kirchhasel,

Tel.: 036743-23311, Fax: 036743-23317

info@arun-verlag.de, www.arun-verlag.de

Musik von: Dirk Grosser, Klaus Holitzka, Gerhard Popfinger, Marco Riese, Stefan Ulbrich, Volkert Volkmann, sowie Thomas J. Burghardt als Gast.

Komposition: Dirk Grosser.

Sänger: Philip Carr-Gomm, Klaus Holitzka, Gerhard Popfinger.

Lied-Texter, Sprecher: Stefan Ulbrich.

Tänzer-Remix: © Stefan J. Vesper aka Steve Dragon, www.stevedragon.com.

Aufnahme, Mix und Mastering: KlangUnion Tonstudio Bielefeld, Christian Köhler, www.klangunion.de.

Archetypen-Text: Gerhard Popfinger.

Umschlagmotiv: © Yarik – Fotolia.com.

Buchgestaltung: Arun-Verlag.

Gesamtherstellung: GGP Media GmbH, Pößneck.

Alle Rechte der Verbreitung in deutscher Sprache und Übersetzung, auch durch Film, Funk und Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Ton- und Datenträger jeder Art und auszugsweisen Nachdrucks sind vorbehalten.

ISBN 978-3-86663-064-2





# Inhaltsverzeichnis

Einführung	7
Zu dieser CD	10
<b>Die männlichen Archetypen</b>	
Der Krieger	11
Der Magier	15
Der Liebhaber	17
Der König	21
Der Grüne Mann	25
Der Narr	29
Jäger und Sammler	33
Der Wanderer	35
Der Wilde Mann	39
Der Weise	43
<b>viatores</b>	
Philip Carr-Gomm	6
Dirk Grosser	14
Klaus Holitzka	20
Gerhard Popfinger	24
Marco Riese	28
Stefan Ulbrich	32
Volkert Volkmann	38
Steve Dragon	42





### Philip Carr-Gomm

ist seit 1988 das gewählte Oberhaupt des größten Druidenordens der Welt, des Order of Bards, Ovates and Druids (OBOD). Er ist Psychologe und Psychotherapeut, Montessori-Pädagoge und Gründer der Lewes Montessori School. In seiner Arbeit verbindet er das alte Wissen der druidischen Tradition mit modernen psychologischen Erkenntnissen. Er lebt gemeinsam mit seiner Frau und seinen Kindern in Sussex, England.

Bei Arun sind erschienen:

- *DruidCraft – Das Druiden- und Wicca-Tarot*
- *Der Weg des Druiden – Eine Reise durch die keltische Spiritualität*
- *well – Druidische Meditationen als Quelle für unser Wohlbefinden*

[www.druidry.org](http://www.druidry.org)

6 – viatores sumus quod patres nostros margine viae sepulti sunt...





# Einführung

*viatores sumus quod patres nostros margine viae sepulti sunt ...*

*Wir sind Wanderer,  
weil die Ahnen unserer Väter am Wegesrand begraben sind ...*

Reisende sind wir, Wachsende, Werdende. Geworfene auf der Erde, in einem Kosmos, der trotz vielfältiger wissenschaftlicher und religiöser Erklärungsmodelle für uns weitgehend unbegreiflich bleibt. Mensch geworden, Mann geworden, mit einem fühlenden Körper und etwas wie einem Verstand darin, der uns mal klar erkennen, doch oft ungläubig staunen lässt.

Geboren werden wir als reine, unschuldige Wesen. Erwachend in einem Körper werden wir dann gezähmt und gedrillt, erzogen und verbogen. Zuerst in unseren Gefühlen, von denen wir schnell lernen, dass die meisten unerwünscht sind – jammern und schreien sollen wir nicht und lachen am falschen Ort auch nicht, Wut und Zorn sind unerwünscht, erotische Gefühle den Großen verdächtig, weinen tun nur Mädchen, und Angsthasen werden ausgelacht. Also weg mit den Gefühlen.

Wir retten uns in unseren Verstand, reflektieren die Welt, erforschen neugierig unsere Umgebung, frei und begeistert – bis wir den Weltbildprägnern begegnen. Zuerst erzählen uns unsere Eltern, wie diese Welt funktioniert, und wir – glauben ihnen. Haben sie doch scheinbar die richtigen Worte für dieses große Wunder. Dann treten die Lehrer auf die Bühne der Schule, die Pfarrer, die Trainer, später die Lehrherren oder Professoren. Nicht zuletzt die Medien: Journalisten, Wissenschaftler, Fachleute, Politiker. Ein jeder erklärt die Welt. Ein jeder hat Recht. Wollen wir auch Recht haben, müssen wir denken wie sie. Und natürlich wollen wir Recht haben...

So bewegen wir uns durch den Garten unseres Lebens, groß, angeblich erwachsen geworden, und warten sehnsüchtig auf die Ernte: doch da sind nur ein paar dünne grüne Blätter, ein paar kleine Knollen, brachliegende Erde. Die wenigen Blumen fallen uns kaum noch auf. Dabei hatten wir ihn aus unserer Kindheit doch so prächtig in Erinnerung, diesen Garten, mit verwunschenen Wegen, die sich im vielfältigen Grün dahinschlängelten, einer Vielzahl geheimnisvoller Düfte, Pflanzen in allen Größen, mit üppigen Blüten in allerlei Farben. Und Wesen bewegten sich darin, bekannte und unbekannte, Abenteuer bestanden wir in ihm, stille Stunden, die nur uns gehörten, so lauschten und staunten wir, damals.

Wir sind Wanderer, weil die Ahnen unserer Väter am Wegesrand begraben sind... – 7





Und nun?

Zum Glück fällt vielen Männern irgendwann an diesem Punkt auf, dass sie unterwegs auf ihrer Lebensreise etwas verloren haben: Saft und Kraft und Mut und Farbe, Abenteuer und Reisen, Vielfalt und Erleben, Wünschen und Wollen. Ein Ziel, eine Vision, und oft sogar den Weg. Das aber ist der leise Ruf der Seele, zu erwachen, sich zu er-innern, an all die vielfältigen Fähigkeiten, Talente, Ausdrucksmöglichkeiten, die jeder Mann im Innern sein Eigen nennt. An die Vielfalt der Wege, die gegangen werden können, und die sich direkt vor unseren Füßen verzweigen. An die Freiheit, die draußen wartet – und schon immer wartete. Und dann macht sich einer vielleicht auf, diesen Weg zu gehen. Ihn zu erkunden, Schritt für Schritt, links und rechts alles neu entdeckend und beobachtend, entgegenkommenden Reisenden zu begegnen, überholt zu werden von anderen und andere zu überholen, immer weiter, einem unbekanntem Ziel entgegen, das nur die leise Sehnsucht im Innern kennen mag.

Erst einmal aufgebrochen und unterwegs begegnen wir Herausforderungen und Abenteuern. Wir müssen uns bewähren, uns durchsetzen, uns mit anderen verbinden, wieder trennen. Wir scheitern, fallen zu Boden, stehen wieder auf, gehen weiter. Wir lernen, sammeln Erfahrungen, wachsen, reifen. Entdecken Schicht um Schicht in uns, verschiedenste Anteile unseres Selbst, Masken, die wir tragen und dicke Häute, und Rollen, die wir spielen. Natürlich, wir wollen echt sein und authentisch, und stellen doch fest, dass wir nicht immer gleich sind. Unbekannte Kräfte wirken in uns, machen uns mal laut, mal leise, mal ernst, mal heiter, mal kraftvoll, mal saftlos. Wir stehen einmal im Schatten des Lebens, ein andermal im Licht. Und dann, wenn wir unsere Erfahrungen teilen mit anderen Männern, anderen Reisenden, wenn wir Bilder betrachten oder Geschichten lesen oder auch hören von Gleichgesinnten und Freunden, erfahren wir, dass diese Anderen ähnliche Wandlungen durchlaufen und den gleichen Kräften im Rollenspiel begegnen. Bilder erstehen vor unseren Augen, mit denen wir uns identifizieren können. Wir entdecken die Archetypen.

Archetypen sind Urbilder des menschlichen (Er-)Lebens. Zurückgehend auf Grundlagen des Schweizer Psychologen C.G. Jung beschreiben sie in Bildern, Träumen, Mythen, Märchen, Prosatexten oder dramatischen Darstellungen eine Vielzahl grundlegender Erfahrungen des Menschseins, die sogar Kultur übergreifend und weltweit verstanden werden. Wie diese Bilder des Unterbewusstseins wirklich entstehen, woher sie stammen, ist umstritten – allein ihre Existenz führt uns in die Vielfalt menschlichen Erlebens hinein.

Die Begegnung mit unseren Archetypen ist wie das Passieren eines Wegweisers an einer stark befahrenen Straße. Wo wir vorher mit unsortiertem





Bewusstsein unserem individuellen Erleben ausgeliefert sind, erkennen wir plötzlich ein klareres Bild und haben sogar einen Namen dafür. Auf unserer Weiterreise begegnen wir Abbildungen der Archetypen, Bilder, die uns tief in der Seele berühren, ohne dass wir wissen, warum. Wir identifizieren uns mit Geschichten, Mythen oder Märchenbildern – vielleicht peinlicherweise. Wenn wir den Mut haben, diese aufsteigenden Gefühle nicht abzutun, entsteht eine neue Form in uns, in die viele Aspekte unseres Seins hineinfließen können. Ein Archetyp reift in uns. Vielleicht stellt er uns Aufgaben: uns zu bewähren, Prüfungen zu bestehen, uns zu zeigen in neuem Gewand. Wir überqueren Schwellen: alte Lebensformen werden zu klein, manchmal werden wir sogar gezwungen, in größere hineinzuwachsen. Wir werden zu Initianten unseres Lebens. Und jede Initiation gebiert einen Teil-Aspekt unserer Gesamtheit, die aus vielen bekannten und unbekanntem Anteilen besteht.

Die Beschäftigung mit den männlichen Archetypen kann uns helfen, den mitunter verworrenen Dschungel unseres Lebens zu lichten. Wo sich vorher nur ein Durcheinander an unentwirrbaren Lebensfäden knäult, finden wir jetzt benennbare Ebenen unserer männlichen Vielfalt. Wir sind eben nicht nur dies, sondern auch das und das und das. Nicht nur Krieger, sondern auch Liebhaber, mitunter Narr, und auch mal ein Weiser. Nicht nur ein harmloser Sammler, sondern auch ein Wilder Mann. Nicht nur *Looser*, sondern auch ein König und ein Magier. Und Wanderer sind wir alle auf der Reise unseres Lebens, und dürfen immer wieder aufstehen und weitergehen. Für diese Anteile Bilder und Worte zu finden, sie benennen zu können, nimmt dem Rumpelstilzchen in uns seine zornige Kraft, schafft Klarheit in unserem Auftreten und stärkt unsere Präsenz.

Und es hilft uns, uns mit unserem Schatten zu versöhnen. Denn in uns allen schlummern auch unerlöste und ins Unbewusste verdrängte, ungeliebte bis verbotene Anteile unseres Selbstes. Auch diese wollen erkannt und angenommen werden. Erkennen wir sie als Schatten bestimmter Archetypen, können wir ihre Kraft kanalisieren und stückweise entlassen. Ansonsten treiben sie weiter ihr wüstes Spiel und treiben Männer in Sucht, Ablenkung, Versteckspiel, Unehrlichkeit und Kraftlosigkeit.

Ein aufrechter und authentischer Mann tanzt das kosmische Spiel der männlichen Archetypen voller Spaß und Kraft. Er weiß um seine eigene Vielfalt und drückt sie in seinem Leben hemmungslos aus. Er geht in seinen Rollen auf, wohl wissend, dass es Rollen sind und er dahinter nur einer, und dass alle Männer vor ihm diese Archetypen ebenso verkörpert haben wie er, ein jeder auf seine persönliche Weise. Er weiß, dass er ein Wanderer ist wie jeder andere vor ihm, wie seine Väter und Vorväter, unzählige Generationen lang, viel-

Wir sind Wanderer, weil die Ahnen unserer Väter am Wegesrand begraben sind... – 9





leicht von Anbeginn des menschlichen Bewusstseins an. Sind es Urbilder des kosmischen Lebens? Wohl sind sie menschlich gedacht, aber kein Mann kann diese Bilder jemals verlassen – eines von ihnen repräsentieren wir immer, egal, welche Form, welchen Ausdruck wir unserem Sein geben. Genau deshalb sind es ja Archetypen – und laden ein zum kosmischen Tanz in diesem menschlichen Spiel.

So tanzt, ihr starken Männer, ihr Mutigen, ihr Ausdrucksstarken, ihr Vielfältigen, ihr Suchenden, ihr Wandernden, tanzt, wandelt euch, gebärt euch, überschreitet die Schwellen, und werdet zu Initiierten auf der Reise eures Lebens. Zu Männern, die diese Welt braucht: aufrecht, stark, authentisch, mutig, frei, präsent, dem ganzen Leben zugewandt – Männer, die Stolz in sich tragen und auf die man zu recht auch stolz sein darf!

## Zu dieser CD

Die Musik der viatores – einem Projekt von Männern aus dem Umfeld des Arun Verlages – ist wie ein reinigendes Gewitter. Trommeln voller Kraft und Dynamik führen uns in den einzelnen Tracks in die Energie der männlichen Archetypen: Krieger, Magier, Liebhaber, König, Narr, Grüner Mann, Jäger, Sammler, Weiser und weitere tanzen um ein großes Feuer, schwitzen, schreien und lachen gemeinsam, laden jeden Mann ein, sich zu ihnen zu gesellen, sich mit ihnen zu verbinden und diesen Ausdruck männlicher Spiritualität zu genießen.

Djembe, Darbuka, Cajon und Rasseln mischen sich mit Floor-Toms und Handclaps, mit schamanischem Gesang, mit heiserem Rufen und druidischen Mantren. Die Trommeln drängen, fließen, treiben, fliegen wie Wolken über den Himmel, donnern und blitzen, branden wie Wellen an eine schroffe Küste, singen das Lied der Seele und atmen den Duft fruchtbarer Erde. Man kann den Spaß hören, die Energie fühlen, die leidenschaftliche Verbindung des eigenen Herzens zu etwas unbeschreiblich Größerem erahnen. Und als Bonustrack gibt es einen Remix, der durchaus dancefloortauglich ist!

Natürlich kann man diese Musik zu den Archetypen einfach jederzeit hören, um sie zu genießen, laut oder leise, morgens zum wach werden, tagsüber im Auto, oder abends zu Hause zum Stressabbau. Besonders gut eignen sich die Stücke aufgrund ihrer thematischen Ausrichtung aber natürlich auch für Männerkreise und -gruppen, in denen die Archetypen zum Thema werden, für Trancetanz-Veranstaltungen, als bewegte Meditation oder als musikalische Untermauerung.







## Der Krieger

**D**er Krieger ist ein Meister der physischen und psychischen Kraft. Sein Weg beginnt mit dem Training des Körpers. Ausdauer, Disziplin, Geschmeidigkeit, Behändigkeit, Schnelligkeit und Stärke wollen durch ihn erarbeitet und gemeistert sein. Tägliche Übung erhält die Grundlage seiner Form. Seine Figur dient häufig als klassisches Vorbild für Künstler aller Zeitepochen und ist bis heute das Urbild eines Mannes: groß, breit und muskulös.

Dazu kommt das Training an den Waffen. Der Krieger weiß, welche Situationen welche technischen Hilfsmittel erfordert. Er weiß sie meisterlich zu bedienen und makellos zu führen. Der adäquate Einsatz dieser Hilfsmittel erhebt ihn weit über seine rein körperliche Kraft. Er scheut keine körperliche oder geistige Anstrengung, um sein Ziel zu erreichen.

Seine psychische Kraft zieht er aus seinem Selbstbewusstsein. Ein wahrer Krieger ist niemandes Diener – er ist sich selbst sein eigener Herr. Er selbst definiert seine eigene Moral, seine Regeln und seine Ziele. Verpflichtet er sich doch einmal einem Herren, geschieht dies immer freiwillig und in Übereinstimmung mit seinen eigenen Werten. Dann aber ist er loyal und zuverlässig bis in den Tod. Er hat einen gereiften Charakter – und er kämpft für das Leben. Nicht die Zerstörung ist sein Ziel, sondern der Schutz – der Seinen, des Volkes, des Landes, der Erde, der Werte. Dafür tritt er ein, und er ist bereit, alles zu geben.

Dabei ist er sich seines höchsten und wertvollsten Gutes voll bewusst: seines eigenen Lebens. Denn nur solange er im Besitz dieses Lebens ist, kann er sein Ziel erreichen. Deshalb ist er weder tollkühn noch leichtsinnig, sondern handelt stets umsichtig und bewusst. Mit kühlem Kopf zieht er in einen Kampf, für den er sich entschieden hat. Und weiß doch immer, dass es bis zum Äußerten gehen kann: bis an die Grenze seines eigenen Lebens. Deshalb ist der Tod sein ständiger Begleiter. Aber nicht als grinsendes Schreckensgesicht – er hat sich den Tod zum Ratgeber und Verbündeten gemacht.

Weil er weiß, dass er sterblich ist, verschwendet er weder Zeit noch Energie. Er nutzt den Moment, weil jeder Moment sein letzter sein kann. Das gibt ihm eine unausweichliche und beeindruckende Präsenz im Körper und im Geist.

Der junge Krieger ist manchmal noch heißblütig – das Testosteron in seinem Körper sucht jede Gelegenheit zur Auseinandersetzung und zum Kräftemessen. Der gereifte Krieger weiß, dass das zum Training gehört und Erfahrung vermittelt – aber dass es auch Energie verschwendet und das Risiko erhöht.

Wir sind Wanderer, weil die Ahnen unserer Väter am Wegesrand begraben sind... – 11





Ein Krieger lässt sich niemals reizen. Er ruht in seiner Mitte und weiß um die Lebenserfahrung, die ihn schlussendlich dorthin geführt hat. Er hat andere scheitern und untergehen sehen, die vorschnell oder zornig reagierten. Deshalb kann er geduldig und lange warten auf den richtigen Moment – aber auch blitzschnell losschlagen, wenn es die Situation erfordert.

In seinem eigenen langen Reife-Prozess hat er die Werte gefunden, für die er eintritt. Er ist nicht käuflich, und es ist ihm nicht egal, wofür er kämpft. Ein bezahlter Söldner kann niemals ein Krieger sein. Eher verweigert ein Krieger den Befehl, als dass er sich selbst verrät, denn nur seine eigenen persönlichen Werte geben ihm Halt in Situationen von Kampf und Verteidigung, und in einer sich ständig verändernden Welt.

Der gereifte Krieger ist immer bereit – aber er vermeidet den Kampf, wo immer es geht. Er weiß, dass es in jedem Kampf einen Verlierer gibt – und damit Leid, Tod und Verlust auf mindestens einer Seite. Er hat keine Angst davor, aber er weiß, dass Frauen und Kinder immer die Trauer eines Krieges tragen. Da er für das Leben kämpft, setzt er all seine Fähigkeiten, all seine Erfahrungen ein, um den Kampf zu vermeiden – und wird dadurch letztlich zum spirituellen Krieger. Er nutzt seine pure Präsenz und Ausstrahlung, um sein Ziel zu erreichen, indem er dem Gegner die Sinn- und Zwecklosigkeit eines Kampfes vermittelt. So gibt es zuletzt nur noch Gewinner – und der Krieger zieht weiter auf seinem Weg des Herzens.

## Der Schatten

Der Schattenkrieger kämpft um des Kämpfens Willen. Sein Ziel ist Zerstörung um jeden Preis. Er erträgt keinen Frieden und keine Schönheit, da er sie in sich selbst noch nicht gefunden hat. Im Grunde kämpft er immer gegen sich selbst. Das aber weiß er nicht.

Ein Schattenkrieger kann zur eiskalten Killermaschine werden. Er findet sich im Amokläufer, der alle anderen für das eigene Versagen verantwortlich macht, im Plünderer, der sich an fremden Gut bereichert, im Söldner oder Auftragskiller, der sich für das Töten bezahlen lässt, egal welche Ziele sein Auftraggeber letztlich verfolgt. Er hat keine eigenen Ziele, außer der persönlichen Bereicherung und der Lust an der physischen Zerstörung. Im Extremfall finden wir in ihm den Selbstmordattentäter. Er ist ein Verführter, der bereit ist, für die Ziele anderer sein eigenes Leben achtlos wegzuworfen. Er ist den verheißungsvollen Worten von Machthabern erlegen und misst seinem eigenen Leben so wenig Wert bei, dass er bereit ist, es für ein paradiesisches





Traumbild einzutauschen. Wo aber ist seine Präsenz, wo bleibt die Schönheit eines makellosen Kriegers?

Schattenkrieger tanzen in den Ghettos, bilden Banden, ziehend marodierend und vergewaltigend durch von Krieg zerstörte Landschaften und finden sich zuhauf in den Armeen der so genannten zivilisierten Staaten. Marionettengleich stehen sie als willfährige Befehlsempfänger parat, bereit, jeden noch so absurden Befehl durchzuführen. Ihre Freiheit haben sie dabei längst weggegeben – wenn sie sie je besessen haben.

Oft ist auch die Angst der Antriebsmotor eines zerstörerischen Schattenkriegers. Hat er seine eigenen inneren Kämpfe noch nicht gefochten und ist seinen inneren Dämonen noch nicht begegnet, kann er die Welt im Außen nicht klar unterscheiden und sieht überall nur Feinde, während er in Wirklichkeit nur in seinen dunklen Spiegel blickt.

## Fragen zum Krieger

- Ist dein Körper trainiert, geschmeidig und gesund?
- Beherrschst du deine Waffen makellos?
- Hast du Werte, die dich tragen, und für die du bereit bist, einzutreten?
- Was bist du bereit, für dein Ziel zu geben?
- Suchst du Kampf und Auseinandersetzung, oder trägt dich deine Präsenz an dein Ziel?

