

Schamanismus Rundbrief Dezember 2010

Liebe Freunde von *connection*,

Eigentlich wollten mein Freund und ich am Sonntag an einer nächtlichen Mittwinter-Wanderung zu vorchristlichen Kultplätzen teilnehmen. Ein moderner Druide mit Rauschbart organisiert hier in Niederbayern nämlich zu den keltischen Jahreskreisfesten immer Feiern oder Wanderungen.

Doch dann blieben wir stecken. Mit dem Auto im Schnee, irgendwo in der Pampa. Nach vergeblichen Versuchen, aus dem Schnee wieder herauszukommen, gingen wir zu einem nahe gelegenen Bauern, der uns mit seinem Traktor abschleppte. So hatten wir uns die Mittwinter-Wanderung nicht vorgestellt...

Aber doch schön, dass es überhaupt wieder solche Veranstaltungen gibt, die sich mit den alten Bräuchen auseinandersetzen. Der europäische Schamanismus erfährt eine Art Renaissance. Wobei, so ganz ausgestorben ist der alte Glaube ja nie. Gerade hier in Bayern wird die Mutter Gottes, die verchristlichte Form der Muttergöttin, fast mehr verehrt als Gott Vater selbst. Auch findet man gerade auf dem Land noch viele Leute, die sich mit Kräutern und Sagen auskennen.

Den meisten Menschen dürfte allerdings nicht bewusst sein, dass Weihnachts-, Ostern-, und Erntedankbräuche auf vorchristlichen Traditionen beruhen. Denn auch auf diese Weise blieb vieles erhalten. Natürlich sollte man sich trotzdem nicht an alten oder neuen Gebräuchen festklammern, wenn sie heute nicht mehr sinnvoll sind. So wäre es vielleicht besser gewesen, bei solchen Schneemassen gar nicht außer Haus zu gehen, anstatt zu versuchen, auf Biegen und Brechen bei der Wanderung teilzunehmen...

Christine Höfig
Redaktion connection Schamanismus

Inhalt

1. Editorial
2. Nachrichten aus der Anderswelt
3. Kleine Rituale im Alltag – Tipps von Jasra
4. Buchtipp
5. Schamanische Institute und Lehrer
6. Nachrichten aus dem Versand

Nachrichten aus der Anderswelt

Gesetz zum »Schutz der Rechte der Mutter Erde« verabschiedet

In Bolivien wurde am 7. Dezember ein vorbildliches Gesetz verabschiedet: Das »Ley de la Madre Tierra« – ein Gesetz zum Schutz der Mutter Erde. Laut Vize-Präsident Alvaro García Linera stellt es »eine Wiedervereinigung von Gesellschaft und Natur« dar. García, der während der Abwesenheit von Evo Morales die Staatsgeschäfte führt, erklärte,



Gerd Altmann@pixelio

es sei das erste Mal in der Welt, dass ein solches Gesetz erlassen werde. Damit stelle Bolivien eine organische Beziehung zwischen Mensch und Natur her, die durch Gegenseitigkeit und Dialog geprägt sei. Weiterhin betonte Garcia, dass die Gesellschaft über Jahrhunderte von der Natur getrennt gewesen sei. Tatsächlich aber könne »die Natur ohne den Menschen [leben], dieser aber nicht ohne die Natur«. Die Erde sei die Mutter von allem. Deswegen bedeute ihre Verteidigung, die Menschheit zu verteidigen und es nicht dem Kapitalismus gleichzutun, der sie angreife und ausbeute, bis sie an den Rand ihrer Existenz gelange.

Das Gesetz sieht die Errichtung einer staatlichen Behörde vor (Defensoría de la Madre Tierra), deren Zuständigkeiten und Aufgaben erst noch festgeschrieben werden müssen. Die Behörde solle über die Gültigkeit, Förderung, Verbreitung und Umsetzung der Rechte der Madre Tierra wachen. Im Gesetzestext wird die Notwendigkeit betont, ein Gleichgewicht in der Natur zu bewahren als Voraussetzung für die Regeneration der Madre Tierra, des Respekts und der Wahrung ihrer Rechte. Das Gesetz sieht zudem ein Verbot der Vermarktung der Mutter Erde sowie eine Förderung der Interkulturalität vor. Zu den Rechten der Erde gehören unter anderem saubere Luft und die Freiheit vor Verschmutzung.

Wir hoffen, dass sich viele Nachahmer finden werden.

Quelle: Deutscher Naturschutzring

Survival fordert Obama zur Unterstützung von UN-Erklärung auf

Vor Beginn der *Tribal Nations Conference* des Weißen Hauses in Washington, hat Survival International US-Präsident Obama aufgefordert, die UN-Erklärung zu den Rechten indigener Völker zu unterstützen. Die USA ist der einzige Staat weltweit, der nach wie vor gegen die Deklaration ist.

Als die UN-Erklärung 2007 von den Vereinten Nationen verabschiedet wurde, stimmten nur vier Länder dagegen: Australien, Neuseeland, Kanada und die USA. Drei davon haben in der Zwischenzeit ihre Vorbehalte aufgegeben. Dies macht die USA zum einzigen Staat, der noch gegen die Erklärung ist.

»Die Deklaration setzt einen Maßstab für den Umgang mit indigenen Völkern. Sie ist ein wichtiges Instrument um dem Missbrauch von indigenen Völkern zu beenden. Dennoch riskiert die USA, diese schwer erkämpften und grundlegenden Rechte zu untergraben,« schrieb Tess Thackara, Koordinatorin von Survival International USA, an Präsident Obama.

Quelle: Survival International

Achtung: An alle Schamanismus-Anbieter

Ab 1. Januar 2011 wird der aktive (anklickbare) Weblink auf die Homepage unserer Schamanismus-Anbieter in unserer [Adressliste für Schamanismusschulen und -lehrer](#) kostenpflichtig. Der Eintrag der Adresse ohne anklickbaren Link auf die eigene Webseite bleibt weiterhin kostenlos. Der Eintrag nder Adresse mit anklickbaren Link auf die eigene Webseite kostet ab 1. 1. 2011 24 Euro im Jahr. Wer von dieser Möglichkeit Gebrauch machen will, schickt den genauen Wortlaut seines Adresslisteneintrags an oliver.bartsch@connection.de und überweist auf unser Konto 904 139 bei der Raiffeisenbank Neumarkt-St. Veit (BLZ 701 694 74) unter dem Stichwort »Adresslisteneintrag« 24 Euro. Bei Eingang des Geldes schalten wir den Link frei.

Kleine Rituale im Alltag

Rituale können hilfreich sein für Körper, Geist und Seele. Prinzipiell kann sich zwar jeder seine Rituale selber gestalten, je nach den eigenen Bedürfnissen und Vorlieben. Doch wie? Manchmal ist es gut, ein paar Anregungen und Tipps zu bekommen. Die Schamanin Jasra schickte uns ein paar Rituale zum Nachahmen oder Abwandeln.

Von Jasra

Eigentlich wollte ich einen Artikel über Erdheilungszeremonien schreiben. Das sind wunderschöne Rituale um Mutter Erde unseren Respekt zu zeigen und ihr ein bisschen von dem zurück zu geben, was wir von ihr bekommen. Doch dann dachte ich, dass die Heilung für uns und für Mutter Erde im Kleinen beginnen sollte, in den alltäglichen Handlungen des normalen Lebens.

Respektvoller und achtsamer Umgang mit mir und mit der Natur, in meinem täglichen Handeln, ist für mich der erste Schritt zur Ökologie.

Dieser Text liefert einige Anregungen, die sehr einfach umzusetzen sind und wenig Zeit in Anspruch nehmen. Das macht sie alltagstauglich. Dabei muss ich zugeben, dass ich selbst nicht immer und zu jeder Zeit daran denke, diese Dinge auch zu tun. Schamanen sind, wie alle anderen, ganz normale Menschen. Doch manchmal ist nicht immer besser als nie.

Bei allen Handlungen sind die Gedanken sehr wichtig. »Energie folgt der Aufmerksamkeit.« Worauf die Aufmerksamkeit, also die Gedanken, gerichtet werden, dorthin geht auch die Energie.



Angela Parsyks @pixelio

Morgens und Abends

Wenn mein Tag beginnt, wünsche ich mir erst einmal selbst einen schönen guten Morgen.

Dann begrüße ich den neuen Tag.:

»Guten Morgen, Sonne.«

»Guten Morgen, Garten.«

»Guten Morgen, Mutter Erde.«

»Guten Morgen, ihr lieben Hausgeister« o.ä. ...

Mit einem kleinen Gebet können wir am Morgen die Wesen um uns darum bitten, uns über den Tag zu begleiten und uns zu unterstützen. Am Abend kann dann der Dank für den vergangenen Tag gesprochen werden.

Die Dusche

Für viele gehört das Duschen am Morgen zum täglichen Tagesablauf. Dabei kann das Wasser nicht nur zur Reinigung des Körpers dienen, sondern auch um die Energien in und um uns zu klären. Dazu stellt man sich vor, wie das Wasser alle negativen, schadenden Energien mit

wegspült. Wenn man das Gefühl hat, dass eine besonders gründliche Reinigung nötig ist, kann man sich noch mit Salz einreiben und das dann wieder abspülen.

Erden

Das Erden ist essentiell wichtig für jede Form des energetischen Arbeitens. Doch gut geerdet sein hilft auch, die Situationen des täglichen Lebens besser zu meistern. Das Erden hilft uns, in unserer Mitte zu sein. Der Stress des Alltags kann uns kaum noch berühren, denn wir können ihn einfach zur Erde ableiten.

Die wohl am häufigsten verwendete Erdungsübung ist die Baummeditation (hier in der Kurzfassung):

Die Füße stehen etwa schulterbreit auseinander.

Der Körper ist so gut wie möglich aufgerichtet. Wichtig ist ein bequemer Stand.

Visualisiere:

Mein Körper wird zum Stamm eines großen kräftigen Baumes.

Die Wurzeln meines Baumkörpers wachsen langsam in die Erde.

Immer tiefer und weiter breiten sie sich aus.

Über meine Wurzeln fließt die unerschöpfliche Kraft von Mutter Erde in mich hinein.

Die Übung darf so lange gemacht werden, bis man das Gefühl hat, vollständig aufgeladen zu sein. Oder einfach so lange, wie es grade passt.

Die Ahnen

Die Ahnen zu achten und zu ehren gehört bei vielen Kulturen zu den täglichen Ritualen. Auch



ich habe mir das zur Gewohnheit gemacht. Ich habe einen kleinen Teil meines Altars besonders für sie hergerichtet. Dort wird fast jeden Tag ein Räucherstäbchen als Geschenk angezündet. Dabei bedanke ich mich für ihren Beistand und bitte sie, mir auch weiterhin als Helfer zur Seite zu stehen. Kleine Geschenke und Aufmerksamkeiten erhalten die Freundschaft und zeigen Respekt.

Weihrauch - Edith Ochs @pixelio

Das Essen, Tischgebete

Das Essen, das wir täglich auf unsere Tische stellen, ist ein sehr wertvolles Geschenk von Mutter Natur. Sich dafür bei der Natur und ihren Wesenheiten und bei Gott und Göttin (oder dem Schöpfer, je nach Glauben) zu bedanken, halte ich für sehr wichtig. Dafür können traditionelle Tischgebete verwendet werden oder eigene Texte verfasst werden.

Bei der Zubereitung des Essens kann die Qualität des Essens verbessert werden, wenn die Gedanken dabei beachtet werden. Respekt und Achtung vor den Gaben der Schöpfung, gewürzt mit ein bisschen liebevollem Umgang mit den Lebensmitteln, machen eine Menge aus. Wie man sagt: »Mit Liebe gekocht.« Die Achtung und Liebe, die wir in das Essen geben, zeigt die Liebe und Achtung gegenüber uns selbst und den Menschen, für die wir kochen.

Herdfeuer

Das Herdfeuer war früher ein besonderer Platz im Haus. Dieser wurde besonders gehütet und geehrt. Wurde in einem neuen Haus die Kochstelle eingerichtet, war das oft eine heilige Handlung, die von Ritualen begleitet wurde.

Ich habe zu Hause, wie fast jeder, einen ganz normalen Elektroherd mit einem Zeranfeld. Um meine Küchengeister zu ehren, richte ich regelmäßig ein symbolisches Herdfeuer her, indem ich einige Teelichter auf den Herd stelle und sie dort abbrennen lassen. Zusätzlich habe ich einige Steine am Herd liegen, um für gute Energien zu sorgen.

Der Ofen

Inzwischen haben wieder immer mehr Haushalte einen Holzofen, der in der kalten Zeit täglich eingehitzt wird. Bei mir steht ein großer Kachelofen. Zu meinem täglichen Ritual des Anheizens gehört, mich bei Mutter Erde für das Holz zu bedanken. Ich bedanke mich bei dem Holz selbst, dass es sich opfert, um das Haus warm zu halten. Ich danke den Feuergeistern, dass sie mein Haus wärmen, und dass sie mit der Kraft des Feuers gute Energie ins Haus bringen. Ich bitte sie, wirklich nur das Holz im Ofen zu verbrennen und das Haus vor einem Brand zu schützen.

Der Hausputz

Wischen, Staubsaugen, Aufräumen u.s.w. gehört zum Alltag im Haus. Auch hier kann mit den richtigen Gedanken und einem kleinen Ritual auch auf der energetischen Ebene geputzt werden, ohne dabei extra Zeit aufbringen zu müssen: Dazu kann man eine kleine Prise Salz ins Putzwasser mit hinein geben und die Wesen von Wasser und Salz bitten, zu helfen, den energetischen Dreck mit zu beseitigen. Sich beim Putzen auf das Wegputzen vom energetischen Schmutz zu konzentrieren, unterstützt das Ganze noch.

Zusätzlich kann man regelmäßig mit einer Reinigungsräucherung durch das ganze Haus gehen.

Brauche ich das wirklich noch?

Eine Frage die wir uns recht regelmäßig stellen sollten. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Dinge, die sich ansammeln, obwohl sie gar nicht gebraucht werden, große Mengen an Energie in einer Wohnung oder einem Haus schlucken können. Das kann soweit gehen, dass dieser Müll so blockierend wirkt, dass man träge und lustlos oder sogar krank wird. Vielleicht findet sich ja auch ein bisschen Zeit, die Dinge, die noch gut sind, sinnvoll weiter zu geben, statt Müll daraus zu machen.

Geschenke an die Natur

Wenn ich unterwegs bin, habe ich fast immer ein Päckchen Tabak in der Tasche. Manchmal sogar Räucherstäbchen oder kleine Halbedelsteine. Es sind Geschenke an die Wesen in der Natur. Sie sind gedacht als Tausch und Dank, wenn ich etwas Schönes gefunden habe, wenn ich mal wieder genau den richtigen Parkplatz bekommen habe oder weil ich einen Platz einfach besonders schön finde. Manchmal singe ich etwas. Auch bunte Bänder aus Naturmaterialien werden gern angenommen. Je mehr



Dieter Schütz @ pixelio

die Wesenheiten unsere Aufmerksamkeit bekommen, umso leichter können sie mit uns in Kontakt treten. Denn diese Geschenke sind eine Form von Energie, die wir ihnen damit zur Verfügung stellen.

Die Geister in Haus und Garten

Die Wesen in unserer direkten Umgebung freuen sich über Aufmerksamkeit. Ein schönes Dekorationsstück, das nur für sie aufgestellt wird oder vielleicht sogar ein kleiner besonderer Platz im Haus oder Garten macht ihnen große Freude. Sie lieben kleine Süßigkeiten. Zum Beispiel ein bisschen Milch und Honig auf die Fensterbank stellen.

Schöne Steine mögen sie ebenfalls gern. Dabei müssen es keine teuren Edelsteine sein. Auch im Wald finden sich oft wunderschöne Steine oder ein schön geformtes Wurzelstück.

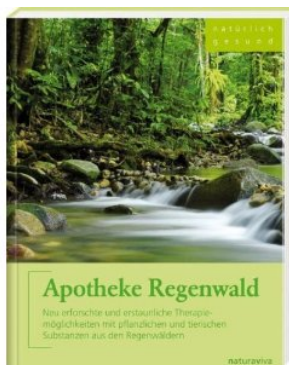
Die berechtigte Frage ist sicher, was man davon hat, wenn man diese kleinen Aufmerksamkeiten gibt. Nach meiner Erfahrung verschwinden dann weniger Socken und Kugelschreiber, die Pflanzen in Wohnung und Garten wachsen ein bisschen üppiger, die Geister helfen das Haus von schadenden Energien frei zu halten, das Putzen geht ein bisschen leichter von der Hand.



Jasra, mit bürgerlichem Namen Silke Vogg, ist Schamanin, Künstlerin und Tänzerin. Auf ihrer Homepage www.jasra.de bietet sie Seminare, schamanische Beratung, Massagen, Schmuck und Kunstwerke an. Außerdem kann man sie als Bauchtänzerin für Feste buchen.

Buchtipps

Dr. Andrea Flemmer: Apotheke Regenwald. Natura Viva 2009, 176 S., SC, 16,90 €



Kennen Sie die Goa- Bohne, das Madagaskar-Immergrün oder die Caihua Pflanze? Die Caihua Pflanze hilft. Wogegen? Gegen erhöhten Cholesterinspiegel! Die Goa-Bohne hat's drauf. Wofür? Bei Ernährungsproblemen! Das Madagaskar-Immergrün winkt. Warum? Der Krebs hat zugeschlagen! Die Apotheke Regenwald öffnet ihre Tore. Aber Achtung! Es gibt vieles zu bedenken.

Wir verbinden Regenwald mit grüner Lunge und Teakholz. Aber der Regenwald hat mehr zu bieten als das. Die Goa-Bohne wird, wenn wir sie schützen und die Indigenen unterstützen in

ihrem nachhaltigen Anbau, vielleicht einmal die Pflanze sein, die uns vor dem Verhungern rettet. Nämlich dann, wenn unsere extensive Landwirtschaft, die mit genverändertem Material-, Pestizid- und Insektizideinsatz arbeitet, unsere Getreidesorten so verändert hat, dass unser bekanntes Getreide nicht mehr gesundet und daher nicht mehr wächst.

Das Kraut gegen viele Krebsarten gibt es schon, das Madagaskar-Immergrün. Wir brauchen es nur zu schützen und den Menschen, die in den Regenwäldern leben, eine soziale, wirtschaftliche und umweltbewusste Schonung ihrer Reserven ermöglichen. Vielleicht auch mal mit der Frage des eigenen Vorbilds?

Das Buch von Dr. Andrea Flemmer führt uns durch die Pflanzenwelt der Regenwälder. Pflanzen, die in den letzten Jahren in den Regenwäldern entdeckt wurden und nur ein Bruchteil dessen sind, was Eingeborene seit Jahrtausenden zur Lebenserhaltung und Gesundheit nutzen. Sie erklärt die Namen, ihr Vorkommen, ihr Wachsen, ihr Aussehen. Aus farbigen Abbildungen im Innern des Buches können wir eine bildliche Vorstellung von einigen Pflanzen bekommen. Es folgen Erläuterungen zur medizinischen Nutzung und oftmals der Hinweis, wie Pflanzen bezogen werden können. Eine Liste, welches Kraut bei welcher Erkrankung heilt oder hilft, ist ebenfalls beigefügt.

Mich hat am meisten beeindruckt, dass eine Rettung des Regenwaldes auf die Zukunft gesehen eben nicht nur unser Ökosystem Erde zusammenhält, sondern uns mit großer Wahrscheinlichkeit überhaupt erst ein Überleben ermöglichen wird, weil die dort wachsenden Pflanzen uns ernähren und heilen werden.

Und ganz nebenbei könnten wir den Menschen, die dort leben, eine Nahrungsgrundlage liefern, die eben nicht von Ausbeutung lebt, sondern vom Erhalt der Ressourcen. Eine Nahrungsgrundlage nicht nur für eine Generation oder zwei, sondern auf Dauer gesehen, die auch diesen Menschen ein Überleben in ihrer Heimat ermöglicht. Die Abholzung bringt nur kurzen Gewinn. Jedoch die Nutzung der Pflanzenvielfalt/Tiervielfalt an dieser Stelle nicht zu vergessen und der Erhalt ihres Wachstumsraumes sorgen für einen konstanten, permanent anhaltenden Gewinn, im Sinne von lebendigem Heilsein, nicht nur für die Natives, sondern eben auch für uns.

Ellen Wilmes

Institute und Lehrer

Hier findet ihr – bewertungsfrei – eine Liste von Schamanismus-Schulen, Schamanismus-Institute und Schamanen in Deutschland, Schweiz und Österreich. Achtung, ab 2011 ist der Eintrag mit link nicht mehr kostenfrei!

- [Institute, Schulen und Lehrer](#)

Vertrieb

Unser Schamanismus-Heft gibt ab sofort **4 mal im Jahr**. Wer bis 31. 12. 2010 abonniert, bezahlt für das 1-Jahres-Abo statt 19 nur **16 Euro**. Als Prämie winkt ein Schamanismus-Heft Deiner Wahl

- [bis Ende des Jahres das Sonderheft Schamanismus abonnieren und günstigen Abopreis sichern](#)

Iirmi

Mit lieben Grüßen aus dem Vertrieb von Connection

Gib deine Bestellung direkt in unserem Shop ein: shop.connection.de

oder an Vertrieb@connection.de oder Tel. 08639-9834-14