

# Schamanismus Rundbrief Dezember 2011

Liebe Freunde von connection,

Vor Kurzem ging es in Druck, das neue Schamanismus Heft. Thema ist der europäische Schamanismus. Gibt es so etwas in Europa? – Ja, und wie! Viele Autoren hatten dazu etwas zu sagen, mehr als wir im Heft unterbringen konnten. Deswegen auch ein besonders guter Artikel von Varuna Holzapfel hier im Newsletter – denn im Druck war einfach kein Platz mehr!

Ja, Schamanismus gibt es auch in Europa. Zum Beispiel der Core-Schamanismus nach Michael Harner, den man bei der Foundation for Shamanic Studies lernen kann – um dann den Titel Schamanisch Praktizierender zu erhalten. Hier wird unterschieden zwischen echtem Schamanen und Schamanisch Praktizierendem, um zu würdigen, dass die Schamanen in traditionellen Gesellschaften eine jahrelange, harte Ausbildung absolvieren müssen – kein Vergleich zu den Wochenendworkshops hierzulande. Doch sicher können einen die Seminare weiterbringen – persönlich oder auch als Ergänzung zur therapeutischen Arbeit mit Patienten.

Dann gibt es noch Stadtschamanen: sie holen ihr Wissen in Workshops, aus Büchern, oder lernen durch Ausflüge in den Park oder, besser noch, den Wald. Ihr »Schamanisieren« dient meistens mehr der persönlichen Fortbildung und der eigenen spirituellen Entwicklung. Oft kombinieren die Stadtschamanen Elemente der verschiedensten Kulturen und Traditionen. Eine wilde Mischung – und ganz passend zum urbanen Lebensgefühl, wo oftmals Menschen der verschiedensten Kulturen zusammentreffen und im Idealfall ein reger Austausch stattfindet.

Viele Menschen besinnen sich auch auf unsere eigene schamanische Tradition – das, was die Kelten und Germanen gelebt haben, bevor die Christianisierung eintrat. Unsere heidnischen Wurzeln sind schamanisch. Leider ist nicht mehr viel Wissen übrig über die Traditionen damals. Doch kann man einiges rekonstruieren, und das sehen viele Neu-Heiden und moderne Hexen als ihre Aufgabe an. Manche begeben sich alleine auf die Suche nach unseren Wurzeln, manche in lose organisierten Gruppen. Doch er lebt wieder auf, der »alte Weg«.

Es grüßt  
Christine Höfig



## Inhalt

1. Editorial
2. Nachrichten aus der Anderswelt
3. Hagazussa und die Stadtschamanen – von Varuna Holzapfel
4. Schamanische Institute und Lehrer
5. Nachrichten aus dem Versand

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

## Nachrichten aus der Anderswelt

### Tag der Menschenrechte: 10 vergessene Rechtsverletzungen an Indigenen

Am Samstag, den 10. Dezember, ist der Tag der Menschenrechte. Die NGO Survival International nutzt dieses Datum, um auf das Leid der Indigenen aufmerksam zu machen, und veröffentlicht eine Liste von zehn Menschenrechtsverletzungen.

Mit der Unterzeichnung der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte vor 63 Jahren, wurden erstmals auf internationaler Ebene jene Rechte niedergeschrieben, auf die alle Menschen einen Anspruch haben. Trotzdem sind systematische Rechtsverletzungen an indigenen Völkern oft unbemerkt geblieben und ereignen sich auch heute noch fernab des öffentlichen Interesses.

Hier die zehn Beispiele

- Australiens Aborigines erhielten erst 1965 das Stimmrecht. Es dauerte weitere zwei Jahre, bis sie im nationalen Zensus berücksichtigt wurden.
- Australiens »Gestohlene Generation«: Kinder von Aboriginal und Torres Strait Völkern wurden bis in die 1970er Jahre gewaltsam von ihren Familien getrennt.
- Der ausgestopfte Körper eines Angehörigen der Buschleute, genannt »El Negro von Banyoles« wurde bis 1997 in einem spanischen Museum zur Schau gestellt. Erst nach weitreichenden Protesten wurde er entfernt und 2000 in Botswana beerdigt.
- 2010 konnten Touristen in Botswana an einem Pool mitten in der Kalahari-Wüste entspannen, während den indigenen Bewohnern des Gebietes der Zugang zu Wasser untersagt war. Das, obwohl die Buschleute in einem historischen Gerichtsverfahren ihre Landrechte gesichert hatten.
- Ugandas Batwa-Pygmäen haben nie Gorillas gejagt und wurden dennoch unter dem Vorwand aus ihren Wäldern vertrieben, die Primaten schützen zu wollen. Die Batwa sind jetzt Flüchtlinge in ihrem eigenen Land.
- Bewaffnete Männer ermorden hochrangige Anführer indigener Gemeinden in Brasilien und verbreiten Angst und Schrecken mit einer Todesliste. Angeheuert von Viehzüchtern, sollen sie die Guarani daran hindern wieder auf ihrem Land zu leben.
- In Brasilien starb während der 1980er Jahre jeder fünfte Yanomami-Indianer durch Gewalt oder Krankheiten, bis internationaler Druck die Regierung dazu brachte, Goldschürfer aus dem indigenen Gebiet auszuweisen.
- Bei Ausflügen auf Indiens Andamanen Inseln, die inzwischen als »Menschensafaris« bekannt sind, behandeln Touristen die indigenen Jarawa wie Tiere, indem sie ihnen Essen zuwerfen.
- »Potlatch«, eine Tradition des Schenkens bei indigenen Völkern in Kanada und in den USA, wurde 1884 mit dem Argument verboten, das sie »zivilisierten Werten entgegenstehen« würde. Das Gesetz wurde erst 1951 aufgehoben.
- Unter Stalin wurden Schamanen in Sibirien verfolgt. In den 1980er Jahren fürchteten manche, sie wären komplett verschwunden.

Quelle: Survival International

### Kein Beweis für die Existenz Außerirdischer

Mit einer Online-Petition haben 12.000 Menschen die US-Regierung aufgefordert, Auskunft über den Wissensstand über Außerirdische zu geben. Das Weiße Haus in Washington nahm nun offiziell Stellung: Es hätte keine Beweise für die Existenz von Außerirdischen.

»Die US-Regierung hat keinen Beweis für Leben außerhalb unseres Planeten, oder dafür, dass außerirdische Wesen irgendein Mitglied der menschlichen Rasse kontaktiert oder angesprochen

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

haben«, heißt es in der offiziellen Erklärung von Phil Larson vom Wissenschaftsdienst des Weißen Hauses. »Es gibt darüber hinaus auch keine glaubhafte Information, die andeutet, dass Beweise vor der Öffentlichkeit versteckt werden«, erläutert die Mitteilung weiter. Larson wollte allerdings eine »hohe Wahrscheinlichkeit« von Leben auf einem der Planeten irgendwo unter den Trillionen von Sternen des Universums nicht ausschließen.

Verschwörungstheoretiker weltweit vertreten die Ansicht, dass die US-Regierung die Existenz Außerirdischer auch dann verneinen würde, wenn sie doch Beweise dafür hätten.

Quelle: welt.de

## Hagazussa und die Stadtschamanen Zeitgenössisches Schamanentum im deutschen Sprachraum

*Bereits in alten Höhlenzeichnungen findet man bildliche Darstellungen, die denen eines Schamanen in seinem Ritualgewand gleichen. Höchstwahrscheinlich ist der Schamanismus die älteste Religion der Welt und gilt als Urform aller anderen Religionen.*

Von Varuna Holzapfel

Die Herkunft des Wortes Schamane ist nicht endgültig geklärt. Die gängigste Annahme geht davon aus, dass sich das Wort von saman aus der Sprache der Tungusen ableitet, einem Turkvolk, welches das heutige Sibirien und Teile der Mongolei bewohnt. Bei dieser Ethnie hat das Wort eine Doppelbedeutung, nämlich: »Der Verzückte, der aus der Fassung Geratene, der Ekstatische« aber auch »der Wissende« oder »der Erhitzte«. Dass all diese Übersetzungen Sinn machen, wird sich noch im Verlauf des Textes zeigen.

Doch zunächst einmal möchte ich kurz erläutern, was ein Schamane eigentlich ist.

Zunächst einmal ist ein Schamane eine Person, die in der Lage ist, willentlich in einen Trance-Zustand zu geraten und die Grenzen des eigenen Bewusstseins auszudehnen und zu öffnen. Diese Fähigkeit macht ihn zum Medium, einem Mittler zwischen der geistigen und der materiellen Welt. Aber nicht jedes Medium ist auch gleichzeitig ein Schamane, denn im Gegensatz zu einem Medium agiert der Schamane nicht nur von der hiesigen Realität, der »alltäglichen Wirklichkeit« (AW) aus, sondern er ist in der Lage, sich selber in die geistige Welt, die »nicht alltägliche Wirklichkeit« (NAW) zu begeben, um dort zu agieren und mit den Wesenheiten dieser NAW zu interagieren. Einige dieser Wesenheiten fungieren als Verbündete, sie sind Freunde, Lehrer, Ratgeber und auch Helfer des Schamanen. Von ihnen bekommt er seinen Auftrag, überhaupt als Schamane tätig zu werden, sie übertragen ihm die dazu notwendige Kraft und das Wissen.



### Was ist Trance ?

Doch noch mal zurück, zu dem besonderen Geisteszustand, in den sich der Schamane versetzt, wenn er »schamanisiert«. Da wäre zunächst einmal die Trance, ein Zustand, den wahrscheinlich in seiner mildesten Form bereits jeder schon mal erlebt hat, zum Beispiel wenn man in ein fesselndes Buch oder einen fesselnder Film versunken ist. Man ist dann mit all seinen Sinnen total auf eine Sache fixiert, nimmt auch seine Umgebung nicht mehr wahr. Mütter kennen das von ihren Kindern, die tatsächlich nichts mehr hören, wenn sie mitten in einem spannenden Spiel sind. Ihre gesamte Aufmerksamkeit ist in diesem Spiel gebunden, der normale Alltag tritt völlig zurück, sie tauchen regelrecht in eine andere Welt ein.

Auch wenn wir einschlafen, durchschreiten wir jedes Mal den Zustand, der als Trance bezeichnet wird

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

und sich irgendwo zwischen den beiden Polen »Wachzustand« und »Schlaf« bewegt. Je mehr wir uns in Richtung Schlaf bewegen, desto tiefer, je mehr wir in Richtung Wachzustand gehen, desto leichter wird die Trance. Ab einem bestimmten Punkt der Trance beginnen wir, vor unserem inneren Auge Farben und Bilder zu sehen und können dann leicht in die Traumphase gleiten.

Doch es gibt auch die Möglichkeit, den Trancezustand willentlich herbeizuführen, durch tranceinduzierende Methoden. Zu den neueren zählt u.a. das autogene Training, zu den ältesten Bewegung, Melodie und Rhythmus. Ein sehr effektives Mittel, um eine Trance herbei zu führen ist das Hin-und Herschaukeln des Körpers, so wie man es auch bei Müttern beobachten kann, die ihre Kinder in den Schlaf wiegen. Die überlieferten Schlaflieder haben nicht nur einschläfernde Wirkung, sondern können ebenfalls eine leichte Trance herbeiführen, besonders bei erwachsenen Zuhörern. Zu den tranceinduzierenden Bewegungen gehören aber auch Tanzbewegungen bis hin zu recht komplexen Schrittfolgen, die in Verbindung mit bestimmten Rhythmen, oft vorgegeben durch Trommeln oder Rasseln und Melodien, eine Trance herbeiführen, wie man es bei diversen afrobasierten Religionen beobachten kann. Aber auch bei einigen Schamanen kann man beobachten, dass der Körper zum Trommelrhythmus hin- und herschwingt, was durchaus immer ekstatischer werden und dann auch noch in einem zusätzlichen Schütteln oder Zittern des Körpers enden kann. In diesem Zustand »siedet« der Schamane, er gleicht in seinen Körperbewegungen einem Topf voll Wasser, das auf dem Feuer steht und nun kurz vorm Kochen ist. Für die Außenstehenden ist dies ein Zeichen, dass die schamanische Trance ihren Höhepunkt erreicht hat.



### **Das Bewusstsein**

Das Bewusstsein ist etwas, das zwar jeder von uns als gegeben und vorhanden annimmt, ja, das sogar vom Philosophen Descartes als einziger Beweis seines Daseins akzeptiert wurde (Ich denke, also bin ich). Aber gleichzeitig ist es auch etwas, was wissenschaftlich nicht messbar oder direkt nachweisbar ist. Wir gehen zwar alle davon aus, dass Menschen ein Bewusstsein haben, manche sprechen auch Tieren ein Bewusstsein zu, aber erklären, was nun genau das Bewusstsein ist, fällt schwer. Am einfachsten kann es wohl damit erklärt werden, dass unser Bewusstsein eine geistige Instanz ist, ein Teil unseres Selbst, mit dem wir die Umwelt um uns herum wahrnehmen und in irgendeiner Form einzuordnen versuchen. Dies geschieht zum einen durch den bewussten

Vorgang des Denkens und Analysierens. Aber auch unbewusst findet ein ständiger Vergleich mit uns bereits bekannten Ereignissen, Handlungen und Emotionen statt, fast so, wie ein Computerprogramm, welches im Hintergrund läuft. Deshalb spricht die Psychologie auch folgerichtig nicht nur von einem Bewusstsein, sondern auch von einem Unterbewusstsein, welches man sich als einen Bereich vorstellt, in dem Emotionen und Bilder »gespeichert« sind, die wir vergessen oder verdrängt haben.

Im Gegensatz zum schamanischen Weltbild und den meisten Religionen wird von den westlichen Wissenschaftsdisziplinen bisher immer noch weitestgehend angenommen, dass unser Bewusstsein an den lebenden Körper bzw. das lebende Gehirn gebunden ist.

Aber auch hier scheint sich vereinzelt eine neue (alte) Theorie durchzusetzen, nämlich, dass es ein Bewusstsein gibt, welches nicht an die Körperaktivität gebunden ist und unabhängig von einem Körper existiert.

Im Jahr 2001 wurde an der Universität von Southampton in Groß-Britannien von Ärzten eine Studie an 63 Patienten durchgeführt, die allesamt Nah-Tod-Erfahrungen gemacht hatten. Alle Patienten waren als klinisch tot erklärt (ihr Gehirn wies keine Tätigkeit mehr nach) und wiederbelebt worden.

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

Die Interviews wurden innerhalb einer Woche nach der Wiederbelebung gemacht. Von den Befragten hatten 56 Patienten keine Erinnerung mehr an die Zeit ihres Todes. Sieben von ihnen berichteten von Erinnerungen, die sie zum Zeitpunkt ihres klinischen Todes gehabt hatten. Sie berichteten, ganz klare Erinnerungen daran zu haben, dass sie in dem Zustand denken und argumentieren, sich durch den Raum bewegen und mit anderen kommunizieren konnten, und all das, nachdem von den anwesenden Ärzten bereits der Hirntot diagnostiziert worden war. Unter anderem berichteten die Patienten nach den Worten Dr. Sam Parnias (ein Co-Autor dieser Studie), dass sie Frieden, Freude und Harmonie empfunden hätten. Einige berichteten über ein anderes Zeitgefühl und geschärfte Sinne bei gleichzeitigem Bewusstsein für den eigenen Körper. Auch erwähnten sie ein helles Licht und die Kommunikation mit bereits verstorbenen Verwandten. Dr. Parnia und seine Kollegen stießen seit der ersten Veröffentlichung ihrer Ergebnisse auf weitere Personen (mehr als 3.500), die über ähnliche Erinnerungen verfügten.

Für Dr. Parnia stand nach eigenen Aussagen nach dieser Studie fest, dass das Bewusstsein unabhängig vom Körper existieren könne.

Ältere Berichte des U.S. amerikanischen Psychiaters Dr. Raymond Moody (Mitte der 70er Jahre) und der schweizerisch/amerikanischen Psychiaterin Dr. Elisabeth Kübler-Ross legen ebenfalls nahe, dass es ein Bewusstsein gibt, welches unabhängig vom Körper besteht.

All diese Berichte sind in der westlichen Wissenschaft nach wie vor umstritten und es gibt andere Erklärungsansätze, die diese Erlebnisse zu deuten versuchen (Halluzinationen, die durch einen Sauerstoffmangel im Gehirn hervorgerufen wurden, eine Geisteskrankheit der Betroffenen, nachträgliches Fabulieren, etc.).

Wissenschaftlich anerkannt ist also bisher lediglich, dass wir Menschen ein Bewusstsein haben, aber nicht, dass dieses auch außerhalb unseres Körpers bzw. völlig unabhängig von unseren Körper bestehen kann. Deswegen werden Personen innerhalb unseres Kulturkreises, die genau das annehmen, oft als Spinner oder Scharlatane abgetan.

Auch der Schamane nimmt an, dass es ein Bewusstsein gibt, welches nicht an den Körper gebunden ist, bzw. er nimmt es nicht nur an, er weiß es mit Sicherheit aufgrund seiner



Erfahrungen, die für ihn gar keinen anderen Schluss zulassen. Schließlich ist er nicht nur in der Lage, sein eigenes Bewusstsein auszudehnen oder aufzulösen, er kommuniziert auch mit Wesen, die zwar die geistige Instanz des Bewusstseins besitzen, aber eben keinen Körper und deshalb auch als Geistwesen bezeichnet werden. Allein das Letztere würde schon ausreichen, um einen Schamanen oder eine schamanisch tätige Person in den Augen eines rational denkenden Menschen verdächtig erscheinen zu lassen. Die Fähigkeit zur Ausdehnung oder gar Auflösung des eigenen Bewusstseins kann aus der streng rationalen Sichtweise lediglich die Diagnose einer akuten Psychose zulassen - was den Schamanen in ethnologischen Berichten des frühen 20. Jahrhunderts auch oftmals attestiert wurde. Genau wie ein Mensch, der an einem akuten psychotischen Schub leidet, nimmt ein Schamane Dinge und Wesen wahr, die andere nicht wahrnehmen können, er öffnet sogar sein eigenes Bewusstsein und lässt sich von diesen Wesen durchdringen, so dass sie durch ihn agieren können, wird von ihnen besessen und gesteuert und wird dadurch letztendlich selber zu einem dieser Wesen.

Im Gegensatz zu einem Psychotiker, der von diesen Wahrnehmungen meistens völlig unvorbereitet überfallen wird und ihnen schutzlos ausgeliefert ist, führt der Schamane diesen Zustand willentlich herbei und er beendet diesen Zustand ebenso willentlich. Er ist ein Meister dieser veränderten Bewusstseinszustände und Wahrnehmungen, navigiert gekonnt hindurch, ohne dass sein eigener Verstand daran Schaden nimmt, wohingegen ein Psychotiker ein Spielball dieser Zustände wird. In Abwandlung zu einer Äußerung des Psychologen Abraham Harold Maslow, einem der Gründerväter

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

der humanistischen Psychologie, kann man auch sagen: »Der Psychotiker und der Schamane befinden sich im gleichen Meer. Aber der Schamane kann schwimmen.«

### Schamanische Techniken

Man kann durchaus behaupten, dass ein Schamane ein Grenzgänger ist, er überwindet immer wieder die Grenze zwischen dem Alltäglichen/Rationalen und dem Nicht-alltäglichen/Irrationalen. Und durch diese Grenzgänge verbindet er Beides zu einer Einheit, schafft in sich selber und der Gemeinschaft, in der er wirkt, ein heilsames Gleichgewicht, bzw. stellt es immer wieder her, wenn es aus der Balance geraten ist. Dazu bedient er sich außer der Trance verschiedener weiterer Techniken, die ich hier kurz vorstellen möchte. Da wäre zunächst einmal die schamanische Reise. Diese ist, im Gegensatz zu einer außerkörperlichen Erfahrung, bei dem sich das eigene Bewusstsein komplett außerhalb des Körpers befindet, eher ein Ausdehnen des Bewusstseins in Bereiche der AW oder auch NAW. In der AW ist diese Technik hilfreich, um bestimmte Dinge oder Personen zu finden, in Jägerkulturen diente sie, um das Jagdwild aufzuspüren. Doch auch in der NAW kann diese Ausdehnung des Bewusstseins dazu dienen, um etwas aufzuspüren. Im Schamanismus wird, grob gesagt, davon ausgegangen, dass eine Störung (z.B. Krankheit) zwei verschiedene Ursachen haben kann: entweder ein Zuviel an »Energie« oder ein Zuwenig, wobei hier unter Energie nicht notwendigerweise immer nur die eigene



Lebensenergie verstanden werden muss. Es können durchaus auch ganz komplexe energetische Formen oder gar Wesenheiten sein, die ein Zuviel verursachen, so wie außer einer »Verletzung« in der energetischen Körperhülle (in den fernöstlichen Traditionen spricht man von Aura) auch der Verlust eines Seelenanteils für ein Zuwenig sorgen kann. Erkennt der Schamane während der Behandlung nun, dass der Verlust eines Seelenanteils der Grund für das Ungleichgewicht und die damit verursachte Störung ist, dann wird er sich auf die Reise machen, um diesen Seelenanteil zu suchen und ihn zum Klienten zurückbringen. Ja nach den Umständen, die zum Seelenverlust geführt haben, kann dies mehr oder weniger schwierig sein. Hierbei ist der Schamane nicht allein, er hat Geistwesen an seiner Seite, die ihn bei diesen Aufgaben beraten und, falls nötig, auch beschützen. Ohne seine Geister ist ein Schamane kein Schamane, sie sind, als seine Verbündeten, seine wichtigsten

Ansprechpartner in der geistigen Welt. Diese Geister können Ahnengeister des Schamanen sein; Tiergeister, die ihm im Laufe des Lebens »über den Weg laufen«; Elementargeister (Feuer, Wasser, Erde, Luft); Ortsgeister, die Geister des Landes; Krankheitsgeister, die der Schamane einst im Kampf besiegt hat und die ihm nun dienen; Gottheiten (auch aus anderen Kulturen) und viele mehr. Da der Schamane die gesamte Natur als beseelt wahrnimmt und damit auch überall Geistwesen vorkommen, kann im Prinzip jede Art von Geistwesen unter den Verbündeten eines Schamanen sein. Eine weitere Technik des Schamanen ist das Entfernen von einem Zuviel an Energie, wobei hier sowohl unerwünschte energetische Anhaftungen wie Flüche oder Verwünschungen entfernt werden, als auch anhaftende Wesenheiten, die den Klienten verwirren oder ihm Energie entziehen können (in der Psychologie würde man hier wohl eher von Depressionen sprechen, abnormen Trauerreaktionen, u.Ä.). Natürlich betreibt der Schamane bei Bedarf auch Vorsorge, dass seinem Klienten so etwas nicht noch einmal passiert. Das kann von Verhaltensratschlägen für bestimmte Situationen, über einzuhaltende Tabus oder durchzuführende Rituale bis hin zu magischen Gegenständen führen, die der Klient mit sich führen muss (Amulette oder Talismane).

### Was ist mit Schamanen in unserer Kultur?

In dieser Hinsicht hat ein Schamane offenbar viel Ähnlichkeit mit dem, was man aus unseren Sagen und Märchen als Zauberer oder Hexe kennt. Das Wort Hexe leitet sich übrigens von dem Wort Hagazussa ab und bedeutet: »Die, die auf dem Hag/ der Hecke sitzt.«, wobei hierbei die Hecke gemeint ist, die die domestizierte Welt innerhalb der schützenden Hecke von der wilden Welt außerhalb der Hecke trennt. So ist die Hägse im Ursprung in unserem Kulturkreis, genau wie der Schamane, ein Grenzgängerwesen, welches mit einem Bein in der alltäglichen und mit dem anderen in der nicht-alltäglichen Wirklichkeit steht.

Das Wort Zauberer leitet sich ab von dem Wort Zauber, welches wiederum auf tover (platt) und teafor (aengl.) zurückzuführen ist. Das engl. Ursprungswort bedeutet »rote Farbe, Ocker, Rötel« und bezieht sich damit wohl auf die Sitte, die Zauberzeichen (Runen) rot zu färben, damit sie ihre Kraft entfalten. Auch gibt es die Theorie, dass sich das Wort »Zauber« von »Zinnober« ableitet, was ebenfalls ein Hinweis auf das Röteln der magischen Zeichen ist.

Doch schauen wir uns an, was den Zauberern und Hexen in unseren Märchen und Sagen an Fähigkeiten nachgesagt wird. So können sie fliegen (auf Besen oder auf magischen Tieren sitzend), reisen in die NAW, um von dort mit bestimmten Fähigkeiten oder Gegenständen zurückzukommen (Frau Holle), können mit Tieren sprechen, Wetter machen und kennen magische Sprüche und Praktiken, die sie zum Wohl oder Leid anderer einsetzen.

Auch gibt es in unseren Märchen Menschen, die sich mit Tierfrauen bzw. -männern verheiraten (»Die drei Schwäne« oder »Schneeweißchen und Rosenrot«), wenngleich diese tierischen Ehepartner dann oft als unter einem Fluch stehend dargestellt werden. Das kann man so deuten, dass der entsprechende Tiermensch in der Lage war, seine menschliche Gestalt in die eines Tieres zu verwandeln, also selber ein Zauberer war. Auch in Kulturen, in denen es heute noch Schamanen gibt, existieren Erzählungen von der Heirat eines Menschen mit einem Tiermenschen, wobei es sich hier um einen Schamanen handelt und bei dem Tiermenschen um den tierischen Verbündeten des Schamanen, sozusagen, seinem Geisterehepartner. Ebenfalls kennt und fürchtet man in diesen Kulturen die Fähigkeit bestimmter Menschen, sich selber in ein Tier verwandeln zu können (Werwolf).

In der Mythologie der nordischen Völker gibt es den Gott Wotan, der ebenfalls einige schamanische Aspekte in sich vereint. So ist er in der Lage, mit Hilfe seiner Raben alles zu sehen, was in der Welt passiert. Er selber kann sich in einen Adler verwandeln, kennt die zauberkräftigen Runen (die er während einer initiatorischen Zeremonie erkannte) und ist ein Kenner der Kunst Seid. Der Begriff Seid wird oft mit dem Wort sieden übersetzt und bezeichnet zum einen ein Verfahren, bei dem bestimmte Kräuter in einen erhitzten Kessel geworfen werden, zum anderen wird aber auch die Ähnlichkeit zu dem »erhitzt sein« in der Bedeutung des Wortes saman (Schamane) deutlich. Die Ausübung des Seid wurde übrigens ursprünglich der Göttin Freyja zugesprochen, diese soll die Kunst Wotan vermittelt haben.

Wir wissen, dass die heidnischen Germanen nicht nur über ein schamanisch geprägtes Weltbild verfügten (Weltenbaum, der durch neun Welten reicht; die Fylgia als ein tiergestaltiges Geistwesen, welches jeden Menschen begleitet) und schamanische Praktiken (Trance, Beschwörung von Geistern



der Toten, Zauberalieder) kannten, sondern auch spezielle Personen hatten, die diese Praktiken durchführten. In der Saga von Erik dem Roten wird eine sogenannte Völva beschrieben: »Sie war gekleidet in einen blauen Mantel, und dieser war bis zum Saum mit kostbaren Steinen besetzt. Um den Hals trug sie Glasperlen, auf dem Kopf eine Mütze aus schwarzem Lammfell, die innen mit weißem Katzenfell ausgefüttert war. In der Hand hielt sie einen messingbeschlagenen Stab, der oben einen Knopf hatte; auf dem Knopf saß ein Stein. Um die Taille trug sie einen Gürtel mit Zunderbüchse; am Gürtel hing ein Lederbeutel, in dem sie die Zaubermittel aufbewahrte, die sie zu ihrer



Wahrsagerei benötigte. An den Füßen trug sie haarige Schuhe aus Kalbsfell mit langen Riemen, die am Ende große Zinnknöpfe hatten. An den Händen trug sie Handschuhe aus Katzenfell, die innen weiß und haarig waren.« Die Katze ist übrigens der wanischen Göttin Freyja zugeordnet, da sie auf einem Wagen fährt, der von zwei Katzen gezogen wird. In deutschen Sagen wird den Hexen oftmals nachgesagt, sie können sich in Katzen verwandeln, bzw. ihre helfenden Geister würden in Katzengestalt erscheinen.

Die Völva in der Erzählung beginnt nun, mit Hilfe von anderen Frauen, die um sie herum einen Kreis bilden und ein Zaubersong singen, die Geister zu befragen, die durch das Lied herbeigerufen werden und mit denen sie in Trance Kontakt aufnimmt. Anschließend weissagt sie den Umstehenden viele Dinge, von denen die meisten später dann auch eintraten.

In der Egilsaga wird erwähnt, dass zur Verwendung der Zaubersymbole (Runen) ein umfangreiches Wissen nötig ist, um diese richtig anzuwenden. Nicht jeder verfügt über dieses Wissen.

Mit dem Aufkommen des Christentums wurden viele Zaubersymbole, die der Heilung oder Segnung

dienten und bei denen ursprünglich die heidnischen Gottheiten beschworen wurden, christianisiert.

Die Praktiken, die zum Schaden anderer ausgeübt

wurden, wurden verboten und deren Ausübung unter Strafe gestellt. Dies führte dazu, dass im Christentum

die positiven Zaubersymbole weiterlebten, während die negativen Praktiken dem Heidentum zugerechnet wurden und damit verbunden auch der Glaube an bestimmte Wesenheiten, die nun ebenfalls »das Böse« verkörperten. Das Vermischen schamanischer Praktiken mit christlicher Symbolik lässt sich übrigens auch heute noch bei Völkern z.B. in Lateinamerika und Westafrika beobachten, bei denen die Christianisierung zeitlich nicht so weit zurück liegt, wie bei uns und die Vormachtstellung des Christentums nicht durch eine von der Inquisition veranlasste Hexenverfolgung gefestigt wurde.

Aufgrund unserer hiesigen Geschichte ist es daher nicht weiter verwunderlich, dass sich von den ursprünglich schamanischen Praktiken in unserem Kulturkreis lediglich die Zaubersymbole erhalten hat, allerdings nicht als anerkannte Volksheilkunde, sondern als etwas, was in unserer rational geprägten Gesellschaft gerne als »hinterwäldlerischer Aberglaube« diffamiert wird. Doch gerade diese Praktiken sollten wir uns genauer anschauen, ebenso wie die Menschen, die diese Praktiken ausüben. So berichtet Helmut Nemeč in seinem Buch »Zaubersymbole« von einem sogenannten »Viehdoctor«, der Mitte des 19. Jahrhunderts im Brixental (Südtirol) wirkte. Dieser Viehdoctor, Leonhard Schipflinger, genannt der »Hexenliandeier«, war von Beruf Hirte und Senner und erwarb sich im Umgang mit Tieren ein gewisses intuitives Wissen, so dass er von den Bauern der Gegend oft gerufen wurde, wenn ein Tier krank war. Weiter berichtet Nemeč: »Kaum hatte Liandeier den Stall betreten, sagte er: da muss der böse Geist aus dem Stall getrieben werden. Er nahm ein altes,

Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister



vergilbtes Büchlein aus der Rocktasche, murmelte ein Sprüchlein, und der böse Geist war aus dem Stall. Jetzt gab Liandei einen Einguss her und die Kuh wurde gesund.« Interessant ist, dass hier, in guter schamanischer Tradition, ein böser Geist als Ursache der Krankheit angesehen und vertrieben wird. Nemeč berichtet von weiteren Zauberheilern im bäuerlichen Bereich in Österreich, die er als Boanrichter (Knochenrenker) und Blutstiller bezeichnet, wobei die Boanrichter eher modernen Chiropraktikern zu ähneln scheinen, wohingegen die Blutstiller mit rein magischen Handlungen Blut zum Gerinnen brachten. Einer dieser Blutstiller soll sein Können sogar über weite Entfernung hinweg, nur mit Hilfe des Namens seines »Patienten«, bewiesen haben.

Ebenfalls im bäuerlichen Österreich wirkten die Wenderinnen oder Wender, Menschen, die offenbar magische Praktiken mit Kräuterwissen kombinieren und auf diese Art und Weise Krankheiten bei Menschen behandeln. Hier führt Nemeč die Schilderung von Franz Dusch an, der 1930 Magie und Aberglauben im Salzkammergut erforschte und eine Wenderin bei der Arbeit begleitete. Die Frau wurde zu einem kranken Kind mit hohem Fieber geführt. Nachdem sie das Kind an Armen und Beinen abgetastet hatte, umband sie sein Knie mit einem roten Faden und murmelte dazu einen Spruch. Vorher erklärte sie, dass sie die Krankheit mit einem starken Wort vertreiben würde. Diese Wenderin hatte aufgrund ihres Erfolges großen Zulauf.



### Wie wird man zum Schamanen?

Um diese Frage zu beantworten, kann man leider nur auf Berichte anderer Kulturen zurückgreifen, da es in unserem Kulturkreis keine überlieferte schamanische Tradition mehr gibt. Daher eine kurze Zusammenfassung aus verschiedenen Berichten über und Interviews mit Schamanen, die hauptsächlich von Ethnologen verfasst wurden. Übereinstimmend zeigt sich, dass ein Schamane schon in jungen Jahren für bestimmte Wahrnehmungen empfänglicher ist als Gleichaltrige. Man kann hier durchaus von einer spirituellen Begabung sprechen, die sich, ebenso wie andere Begabungen (musikalische, mathematische, sprachliche, künstlerische) bereits im Kindesalter zeigt. Genau wie bei anderen Begabungen gibt es auch bei der spirituellen Begabung verschiedene Abstufungen, angefangen von der normalen, durchschnittlichen, über die überdurchschnittliche bis hin zur Hochbegabung. Es ist durchaus legitim, wenn man von Schamanen als überdurchschnittlich spirituell begabten oder sogar hochbegabten Personen spricht, allerdings ist das beste Talent nutzlos, wenn es nicht gefördert wird. In Kulturkreisen, in denen Schamanen vorkommen, findet diese Förderung durch andere Schamanen statt, allerdings ist es oftmals so, dass erst ein starkes Wirken der Geister (bzw. die Hochbegabung) es nötig macht, dass ein spirituelles Talent entsprechend gefördert wird. Oft wird nämlich von einer Initiationskrise berichtet, die auch als »Schamanenkrankheit« bezeichnet wird. Bei dieser Schamanenkrankheit hängt der Betroffene sozusagen zwischen zwei Bewusstseinszuständen, bzw. springt ständig zwischen ihnen hin und her. Die Fähigkeit des Schamanen, sich willentlich in einen Zustand hinein und wieder hinaus zu begeben, den die westliche Psychologie als psychotisch bezeichnen würde, ist nämlich nicht direkt vorhanden, sondern muss erst von dem Betroffenen trainiert werden, bevor er sie meistert. Zunächst aber zieht ihm diese unangekündigte und direkte Konfrontation mit der nicht-alltäglichen Wirklichkeit den Boden unter den Füßen weg, aber zum Glück wissen die Menschen in solchen Kulturkreisen Rat und suchen mit dem »Erkrankten« einen Schamanen auf (bzw. rufen den Schamanen zu sich). Dieser erkennt dann auch bald die Ursache der Krankheit und nun hat, in einigen wenigen Kulturen, der Erkrankte letztmalig die Wahl, ob er sein spirituelles Talent weiter entwickeln und damit selber zum Schamane werden soll oder ob er sich dieses Talent »entfernen« lässt. Entscheidet er sich dazu, es nicht »entfernen« zu lassen, ist sein Weg vorprogrammiert und er muss lernen, mit den Geistern zu leben, sich mit ihnen zu arrangieren und natürlich auch, mit ihnen zusammen zu arbeiten. Dieses Lernen kann sich über mehrere Wochen oder Monate hinziehen, in denen sich klare Phasen mit

Phasen der absoluten Entrücktheit abwechseln. Während dieser Zeit lernt der Betroffene nicht nur von seinen menschlichen Lehrern, sondern vor allem auch von seinen Geistern, den Bewohnern der geistigen Welten, in denen er ja ohnehin immer wieder längere Zeit verweilt. Von ihnen erhält er unter Umständen dann auch Spezialwissen, was ihn dann zu einem Fachmann auf einem bestimmten schamanischen Gebiet macht. Beurteilt wird ein Schamane übrigens nach seinem Können und dieses Urteil fällen die Menschen, die ihn zu sich rufen lassen, wenn sie ein Problem haben. Je mehr Erfolg er bei seinem Handeln hat, desto besser sein Ruf und als desto mächtiger wird er angesehen. Aber nicht nur in Kulturen, in denen es nach wie vor Schamanen oder ähnlich strukturierte Berufungen gibt, werden Menschen mit überdurchschnittlicher spiritueller Begabung geboren, sondern auch in unserem Kulturkreis. Hier verläuft der Weg allerdings weniger gradlinig und nicht selten hat ein spirituell hochbegabter Mensch in unserem Kulturkreis zusätzliche Schwierigkeiten, denn seine Begabung wird bei uns weniger als Talent angesehen, denn als ein pathologischer Zustand. Oft jedoch lernen solche Menschen bereits im Kindesalter, ihre Wahrnehmungen für sich zu



behalten oder nur mit einigen wenigen ausgewählten Freunden zu teilen.

Auch bietet die Parapsychologie zum Glück eine Menge an Erklärungsansätzen, natürlich alle streng wissenschaftlich, mit denen so ein Mensch sein eigenes Talent zumindest einordnen kann. Allerdings kommt die Parapsychologie in ihren Erklärungen gänzlich ohne die Annahme der Existenz von Geistwesen aus, auch dies stellt für spirituell Begabte nicht unbedingt ein Problem dar, lässt sich die Kommunikation mit

Geistern auch durchaus als »innerer Dialog« bezeichnen und gewisse andere Effekte mit dem Wirken des Unterbewusstseins, welches immer und ständig arbeitet (wie das Computerprogramm, das im Hintergrund abläuft) und das natürlich viel mehr wahrnimmt, als das Bewusstsein. Schwierig wird es ab dem Punkt, an dem sich die Grenze des eigenen Bewusstseins so auflöst, dass der spirituell begabte Mensch ganz spontan in die NAW gelangt, die ihm ebenso real erscheint wie die bisher gewohnte Realität. Diese ist mit Wesen bevölkert, die ihn gut zu kennen scheinen und die ihm Dinge mitteilen, die sich im Nachhinein als wahr herausstellen, die aber leider, im Gegensatz zu ihm, keine andere Person in seinem Umfeld wahrnehmen kann. Da nützt es dann auch wenig, wenn er plötzlich mit neuem Wissen aufwarten kann, was überprüfbar richtig ist, er läuft trotzdem große Gefahr, sich plötzlich in der Praxis eines Psychiaters wiederzufinden. Es sei denn, die Menschen in seinem unmittelbaren Umfeld bekommen nichts von der Dramatik seines inneren Zustands mit oder besitzen tatsächlich genügend Weitblick, um erst mal nur abzuwarten und zu beobachten, so dass sie nicht eingreifen, solange er sich oder andere nicht gefährdet. Wenn die Person nun lernt, diesen Zustand zu kontrollieren, wird sie früher oder später auch von alleine ihr geistiges Gleichgewicht wiederfinden und wieder vollkommen klar sein, mit Ausnahme der Momente, in denen sie sich willentlich und absichtlich in genau diesen Zustand hinein- und wieder herausgleiten lässt. Allerdings wird sie zunächst einmal ihr bisheriges rational gebautes Weltbild in Trümmern vorfinden, denn sie weiß jetzt, dass es tatsächlich Geistwesen gibt und auch, dass diese schon eine ganze Weile mit ihr kommuniziert haben, was sie allerdings bis dahin immer als »inneren Dialog« gedeutet hatte. Aber auch ein Weltbild lässt sich wieder aufbauen, nur diesmal wird die Person diese Bild um einige neue Komponenten erweitern und eventuell auch Mut zur Lücke beweisen und einige Dinge gar nicht mehr einzuordnen versuchen, sondern einfach so stehen lassen. Von einem Entweder-Oder-Denken

wird sie zu einem Sowohl-Als-Auch-Denken finden und möglicherweise sich nun ganz bewusst oder auf Anweisung ihrer Geister nach Menschen umsehen, bei denen sie ähnliche Erfahrungen vermutet. Vielleicht wird sie dabei auch Zugang zu Kulturen oder Traditionen bekommen, in denen heute noch schamanische Praktiken ausgeübt und schamanisches Wissen gelebt wird. Dort wird sie dann die Bestätigung erhalten, dass sie keineswegs verrückt ist (wie sie im hintersten Winkel ihres rational geprägten Verstandes manchmal immer noch geglaubt hatte), sondern einfach nur ein spirituell überdurchschnittlich begabter Mensch, ein Mittler zwischen der Welt der Geister und der Welt der Menschen.

Es ist auch möglich, dass diese Person noch weitere Techniken lernt, die sie dabei unterstützen, ihr spirituelles Potential weiter zu entfalten bzw. dieses umzusetzen, indem sie »schamanisiert«. Diese Techniken kann natürlich jeder erlernen, auch wenn er nicht zu den überdurchschnittlich spirituell Begabten gehört. Das ist ähnlich wie das Schreiben lernen. Jeder durchschnittlich intelligente Mensch kann schreiben lernen, einige von ihnen schreiben sogar nette Aufsätze oder Kurzgeschichten für die Schülerzeitung, aber nur ganz wenige werden Autor und landen einen Bestseller. Doch nicht jeder will überhaupt Autor werden oder Bücher schreiben. Viele Menschen empfinden es als heilsam, Tagebuch zu führen oder schreiben Gedichte, in denen sie ausdrücken, was sie im Innersten bewegt, einfach nur für sich selber. Genauso kann man die schamanische Reisetchnik anwenden, nur für sich selber, um sich besser kennen zu lernen, zur Selbsterkenntnis, um das eigene Potential zu erkennen und auszuschöpfen, um sich selber spirituell weiterzuentwickeln. Und wenn man dann beginnt, sich



auszuloten und das Land der eigenen Seele zu durchwandern, überschreitet man vielleicht eines Tages auch die Grenze in ein anderes Land ...

Varuna Holzapfel, geb. 1968, ist ausgebildete Diplom-Pädagogin (Erziehungswissenschaftlerin) mit einer Weiterbildung im Bereich der Psychotherapie, Reiki Meisterin/Lehrerin, Angehörige der »alten Tradition«, schamanisch Tätige, Santeria-Priesterin, Autorin und Mutter eines Sohnes.  
[www.varunaholzapfel.de](http://www.varunaholzapfel.de), [www.spiraldance.de](http://www.spiraldance.de)

## Institute und Lehrer

Hier findet ihr – bewertungsfrei – eine Liste von Schamanismus-Schulen, Schamanismus-Institute und Schamanen in Deutschland, Schweiz und Österreich.

[Institute, Schulen und Lehrer](#)

## Vertrieb

Unser Schamanismus Power Pack gibt es für 45 €

Mit den Heften

- special 56: [Schamanische Wege der Heilung](#)
- 1: [Schamanismus heute](#)
- 2: [Schamanismus und Psychotherapie](#)
- 3: [Schamanismus und Schulmedizin](#)
- 4: [Schamanismus und Ökologie](#)
- 5: [Schamanismus und Kunst](#)



Fotos: wikimedia, pixelio feuerle, Heike, Rolf Handke, Wachtmeister

- 6: [Naturheilweisen](#)
- 7: [Lehrerpflanzen](#)

Und das Schamanismus Abo für 16 € pro Jahr (18 € im Ausland)

*Irimi*

*Mit lieben Grüßen aus dem Vertrieb von Connection*

Gib deine Bestellung direkt in unserem Shop ein: [shop.connection.de](http://shop.connection.de)  
oder an [Vertrieb@connection.de](mailto:Vertrieb@connection.de) oder Tel. 08639-9834-14