

Der Weg der Schamanen

Als mich meine Freundin vor mehr als 15 Jahren zu ihrem »Schamanenseminar« einlud, zögerte ich zunächst. Die Vorstellung zu trommeln, auf dem Boden zu liegen und hinterher Geschichten zu erzählen passte so gar nicht zu meinem Bild von mir selbst als bodenständige, analytische Homöopathin und Psychotherapeutin. Doch die Skepsis war schnell verflogen. Nach der Reise, »um das Krafttier zu finden« änderte sich mein Weltbild. Lachend kam ich von dieser Reise zurück, denn ich hatte den Freund aus meiner Kindheit wiedergefunden. Lange Zeit hatte ich ihn, den großen schwarzen Raben mit den schillernden Federn, vergessen. Es war wie ein Heimkommen. Nach dieser ersten Begegnung mit der schamanischen Arbeit begann ich alles zu lesen, was es über Schamanen gab. Ich zweifelte nie daran, dass es die andere Welt, die sie bereisen, tatsächlich gibt. Jedes Kind kennt sie. Nun durfte ich dorthin zurückkehren. Mein Leben bekam einen neuen Sinn. Zu lernen, mit der Kraft der anderen, geistigen Welt zu arbeiten, war eine große Bereicherung.

Die schamanische Arbeit umfasst den Menschen in seiner Gesamtheit; sie wirkt nicht allein auf seinen Körper, sondern zudem auch auf seine Seele und seinen Geist und gibt dem menschlichen Bedürfnis nach Spiritualität Nahrung.

Eine zentrale Vorstellung im Schamanismus ist, dass es neben der alltäglichen Wirklichkeit eine andere Welt gibt, in die wir eintauchen können. Dazu versetzen wir uns, begleitet von rhythmischer Musik, in einen veränderten Bewusstseinszustand. Eine weitere Annahme ist, dass Krankheit, Energiemangel und soziale Spannungen auf Unstimmigkeiten mit dem Kosmos zurückgehen. Die genaue Ursache für die Disharmonie in unserer Alltagswelt ist in der anderen Welt zu finden. Daher ist es wichtig, sich dorthin zu begeben. Voraussetzung dafür ist ein bewusster und willentlich kontrollierter Wechsel vom alltäglichen wachen Bewusstseinszustand in eine leichte Trance.

Schamanismus ist das älteste bekannte Heilsystem der Menschheit. Er ist als solches in allen Kulturkreisen dieser Welt bekannt und wird bis heute rund um den Globus praktiziert. Das schamanische Weltbild basiert auf dem Gedanken, dass Krankheit und Unheil Ausdruck

einer Disharmonie zwischen Mensch und Kosmos sind. Überall auf der Welt – in Australien, Asien, Sibirien, Südamerika, bei den nordamerikanischen Indianern, den Samen in Nordskandinavien und auch



in Afrika – gibt es starke Ähnlichkeiten in Weltbild, Mythologien und schamanischen Techniken. Der Schamanismus war traditionell eine Methode, die dem Menschen auf solide Art und Weise dabei half, den Alltag zu bewältigen und die Gemeinschaft am Leben zu erhalten. Ein Schamane hatte – und hat in traditionellen Kulturen auch heute noch – als Priester, Mediziner und Seher u. a. die Aufgabe, Menschen in der Gemeinschaft zu heilen. Dies tut er bis heute, indem er ihre Selbstheilungskräfte aktiviert und ihnen zu Selbsterkenntnissen verhilft, zu denen sie allein nicht kommen würden.

Das schamanische Weltbild geht davon aus, dass alles, was existiert, auch beseelt ist. Demnach hat jeder Stein, jedes Tier und jede Pflanze eine Seele. Alles, was ist, trägt die Kraft der Schöpfung in sich, weil alles aus der Erde entstanden ist. Das menschliche Leben ist nur eine der existierenden Daseinsformen. Alles im Universum ist von der gleichen schöpferischen Kraft beseelt und durch diese miteinander verbunden. Daher sollte man jedem Lebewesen mit besonderem Respekt begegnen. In alten traditionellen Kulturen besteht der Glaube, dass mangelnde Achtsamkeit – auch das Missachten von Verhaltensregeln oder das Versäumen eines Rituals – zu körperlichem Leiden, zu Unfällen, Streitigkeiten, Energieverlust und seelischen Problemen führt.

Schamanische Arbeit ist Bewusstseinsarbeit. Grundlegender Gedanke dabei ist, dass es neben unserer Alltagswelt eine andere Welt, eine »Nichtalltägliche Wirklichkeit« gibt, die man in einem veränderten Bewusstseinszustand erleben kann. Eine wesentliche Fähigkeit des Schamanen und des schamanisch Praktizierenden ist es, mit Hilfe verschiedener Trance-techniken in diesen veränderten Bewusstseinszustand zu wechseln. So gewinnt er Einsicht in die Natur der Dinge.

Der Schamane begibt sich in diese andere Dimension, um dort Kontakt mit Geistern aufzunehmen, die ihm bei seiner Arbeit behilflich sind. Dies tat er früher auch beispielsweise in Dürreperioden oder wenn die Ernte ausblieb. Von den Geistern in der anderen Welt holt er sich auch die Kraft, die er braucht, um Heilung für Individuen, die Gemeinschaft und die Umwelt zu ermöglichen.

Um Zugang zur anderen Welt zu bekommen, versetzt sich der Schamane durch den Klang monotoner Rhythmen in Trance. Perkussionsinstrumente wie Trommeln oder Rasseln sind sehr wirkungsvolle und häufig eingesetzte Hilfsmittel. Aber es gibt auch zahlreiche andere Möglichkeiten, in den Zustand zwischen Wachen und Schlaf zu geraten. Manch ein Schamane gelangt durch rituellen Gesang, durch Tanzen oder Fasten dorthin, durch Schlafentzug oder indem er Drogen einnimmt. Afrikanische Medizinmänner beispielsweise stampfen so lange und fest mit den Füßen auf die Erde, bis sie einen erweiterten Bewusstseinszustand erreichen. Mittler zwischen den Welten.



Die Trance öffnet das Bewusstsein des Schamanen und damit die Tür zur anderen Welt. Dort erkennt er das innere Wesen der Dinge, das, was sich hinter dem äußeren Anschein verbirgt.

Vera Griebert - Schröder, Bilder: C. Baumgart



Lernen Sie die Kunst der Berührung, vom Shiatsu im Familien- und Freundeskreis, bis zu Shiatsu in der professionellen Praxis, berufsbegleitend und in entspannter Atmosphäre.

Shiatsu

Am E.S.I. arbeiten 20 Lehrerinnen und Lehrer in mehreren europäischen Ländern zusammen. Unser Abschlußdiplom wird von den nationalen Shiatsu-Verbänden anerkannt. Lassen Sie sich unsere Broschüre zusenden, und lernen Sie uns kennen!

Europäisches Shiatsu Institut München
Freystrasse 4 · 80802 München · Tel. 089 / 34 86 73 · www.shiatsu.de

Satsang mit Samarpan



*„Es gibt keine Probleme.
Nur Situationen,
und jede Situation
findet ihre Lösung
von selbst“*

Satsang in München:
15. – 22. Mai 2007, 19:30 Uhr

Haus International (Nahe Nordbad)
Elisabethstraße 87, Eingang Kathi-Kobus-Straße
Einlass ab 18:30 Uhr. Bitte bis 19:15 Uhr eintreffen
Keine Anmeldung erforderlich!

Info: Raji (08141) 53 06 66
Aktuelle Informationen unter www.samarpan.de