



Das schamanische Weltbild

Das schamanische Weltbild ist ein holistisches Weltbild. Das heißt, es ist in seiner Betrachtungsweise, anders als das mechanistische Weltbild, in welchem sich der Großteil der Menschheit in diesem Zeitalter nach wie vor bewegt, immer auf das große Ganze ausgerichtet. Nichts in der Schöpfung existiert unabhängig von allem Anderen. Alles ist Energie – und alle Energie ist miteinander vernetzt und steht in Beziehung zueinander. Im mechanistischen Weltbild wird der Mensch als rein körperliches Wesen betrachtet. Wenn es Probleme gibt, so werden diese, wie es in der Schulmedizin größtenteils noch immer gehandhabt wird, auch auf mechanischem Wege behandelt.

Das holistische Weltbild nimmt den Menschen als größere Einheit wahr, als ein Geflecht grobstofflicher und feinstofflicher Systeme, welche miteinander in Verbindung stehen und sich gegenseitig beeinflussen. Ebenso steht der Einzelne in ständiger Interaktion mit seiner Umwelt, er bewegt sich in verschiedenen Welten, die je nachdem, wie intensiv der Kontakt ist, mehr oder weniger Auswirkung auf sein Wohlbefinden haben.

Gesundheit im schamanischen Sinne bedeutet nicht die Abwesenheit von Krankheit, sondern ein körperlich – seelisches Wohlbefinden und ein im Einklang sein mit sich und seiner Umwelt. Diese beiden Faktoren bedingen sich gegenseitig. Nach dem hermetischen Gesetz der Entsprechung (wie innen so außen) ist das Umfeld immer ein Spiegel des Innenlebens. Je nachdem, wie der Mensch seine inneren Welten gestaltet, so erlebt er auch das äußere Umfeld.

Die Buddhisten sagen zB, dass der Mensch die Summe seiner Handlungen ist. Jede Handlung hinterlässt, wie bei einem Foto, einen Negativabdruck in der Welt. Wenn sich genug dieser Negativ Abdrücke angesammelt hat, entsteht daraus ein Positiv, und der Mensch wird zum Konsument seiner eigenen Handlungen, das heißt, ab diesem Moment begegnet einem im Außen die manifestierte Qualität der eigenen Handlungen. Daraus entsteht Karma.

Weiter besagt das holistische Weltbild, dass in jedem Teil eines großen Ganzen, mag er auch noch so klein sein, immer auch das große Ganze abgebildet ist.(wie im Kleinen so im Großen). Damit unterliegt der einzelne Mensch den gleichen Gesetzmäßigkeiten wie die große Schöpfung. Werden diese Gesetzmäßigkeiten über einen längeren Zeitraum missachtet, kommt es zu Problemen oder zu Krankheit.

Ein weiteres, wichtiges Merkmal des schamanischen Weltbildes, ist, dass alles, was in der Schöpfung existiert, vom großen Bewusstsein erfüllt ist, und eine Seele besitzt. Man nennt dies ein „Wesenhaftes Weltbild“. Egal, ob Mineral, Pflanze, Tier, Mensch, oder Geistwesen – jedes Geschöpf stellt eine Wesenheit dar, welche ihren Platz und ihre Aufgabe in der großen Schöpfung innehat, und somit Respekt und Achtung verdient. Die Aufgabe einer Ameise ist nicht weniger wichtig als die eines Menschen. Im innersten Kern ihres Wesens sind alle Geschöpfe gleich, da sie ja aus der selben Quelle stammen, und Träger ein und derselben Lichtkraft sind.

Es ist vielleicht nicht einfach, sich vorzustellen, dass das Leben einer Laus, oder eine Zecke gleich viel wert sein soll, wie das eines Menschen. Aus schamanischer Sicht ist das aber so, und deshalb würde ein Schamane/eine Schamanin niemals irgendeinem Geschöpf Schaden zufügen – sei es aus Unachtsamkeit oder mutwillig.

Wenn man nun diese beiden Anschauungen (Holistisches und Wesenhaftes Weltbild) miteinander verbindet, ergibt sich daraus das Tätigkeitsfeld eines Schamanen. Da ja alle Wesen der Schöpfung, beginnend mit den höchsten, transpersonalen Kräften, bis hin zur kleinsten Zelle im Lebewesen, miteinander in Verbindung stehen, und ein großes Geflecht



bilden, und da alle den gleichen Gesetzmäßigkeiten unterliegen, tritt ein Schamane immer dort in Kraft, wo dieses Beziehungsgeflecht auf irgendeine Weise gestört ist, und nicht mehr harmonisch zusammenschwingt. Er tritt in Kontakt mit den betroffenen Wesenheiten, kommuniziert mit ihnen, bringt in Erfahrung, was zur Versöhnung, Heilung, oder Erlösung erforderlich ist, und hilft so dabei mit, das harmonische Gleichgewicht wiederherzustellen.

Die schamanische Reise

Einen wesentlichen Bereich der schamanischen Praxis stellt die schamanische Reise dar. Die Grundvoraussetzung hierfür bietet das schamanische Weltbild, welches besagt, dass unsere Alltagsrealität nur eine unter unendlich vielen Welten ist, welche alle zur gleichen Zeit im gleichen Raum existieren. In welcher Welt wir uns aufhalten, ist eine Frage der Wahrnehmung, da unsere Wahrnehmung die Welt zusammensetzt.

Die Wahrnehmung wiederum ist abhängig von einem Phänomen, welches die Zauberer des alten Mexiko den Montagepunkt nennen. Im normalen Wachbewusstsein des Menschen befindet sich dieser Montagepunkt zwischen den Schulterblättern. Alle Informationen und Energieströme laufen über diesen Montagepunkt und werden dort zu Wahrnehmung zusammengesetzt. Gleichzeitig bedeutet das aber auch, dass nur jene Energieströme, welche über diese Stelle zwischen den Schulterblättern einströmen, wahrgenommen und zu Welten zusammengebaut werden können, alle anderen Welten bleiben dem Alltagsbewusstsein verborgen.

Wenn der Mensch schläft, verlagert sich der Montagepunkt nach innen bzw nach unten. So können wir in unseren Träumen in anderen Welten bewegen. Es findet bei weitem nicht in allen Träumen so ein Weltenwechsel statt. Manche Träume sind einfach nur Stoffwechselträume, oder dienen zur Verarbeitung bestimmter Prozesse. Doch jeder Mensch kennt sicher Träume, die sich vom „normalen“ Traumgeschehen unterscheiden. Sie sind plastischer, intensiver und von einer ganz eigenen Grundqualität. Ob im Traum ein Weltenwechsel stattfindet, hängt davon ab, wie weit sich der Montagepunkt verlagert.. Die Verschiebung des Montagepunktes kann aber auch bewusst herbeigeführt werden, indem man sich in den sogenannten Alphazustand versetzt. Dieser Entspannungszustand wird mit Hilfe von .Trommeln, Trancetanz, Trancehaltung, Atemübungen, usw erreicht. Wenn die Entspannung tief genug ist, beginnt unser Montagepunkt zu wandern, und wir sind in der Lage, andere Welten wahrzunehmen, uns in ihnen zu bewegen, und sie zu erfahren

Eine Welt in schamanischem Sinne stellt immer ein in sich geschlossenes System dar. Sie unterliegt bestimmten Gesetzmäßigkeiten, sie folgt bestimmten Regeln und hat bestimmte Wahrzeichen. Die Gesetzmäßigkeiten können ganz andere sein, als in unserer Alltagsrealität, und doch sind sie in sich schlüssig und folgen einem Muster. Je mehr man sich im Zentrum einer Welt bewegt, desto eindeutiger und besser erkennbar sind die Merkmale der Welt ; je weiter man sich davon entfernt, desto mehr verschwimmen sie, oder vermischen sich mit den Merkmalen einer angrenzenden Welt.

Aber auch in unserer Alltagsrealität bewegen wir uns in verschiedenen Welten mit unterschiedlichen Gesetzmäßigkeiten. Nimmt man zb unsere jeweilige Arbeitswelt, so hat auch sie bestimmte Merkmale und Regeln (Kleidungs Vorschriften, Umgangsformen, die Firma als Wahrzeichen,.....), welche sich deutlich von der Welt des Urlaubs, oder unserer Privatwelt unterscheiden.

So gesehen gleicht unser ganzes Leben einer schamanischen Reise.

Es gibt, wie gesagt, unendlich viele Welten. Da aber nicht jede Welt für jedes Anliegen geeignet ist, ist es wichtig, vorher festzulegen, in welche Welt man reisen möchte. Die Intensität, mit der eine schamanische Welt erfahren wird, ist stark davon abhängig, wie gut und vor Allem, wie ausschließlich diese Welt in der Wahrnehmung beschrieben wird.



Je umfassender die Weltbeschreibung, desto dichter und stofflicher wird die Welt, in der man sich bewegt, und desto intensiver wird sie erlebt. Unsere Alltagsrealität wird deshalb als grobstofflich erlebt, weil sie von ca 7 Milliarden Menschen permanent beschrieben wird. Dieser Prozess des Weltbeschreibens wird im Alter von ungefähr 1-2 Jahren erlernt, wenn das Bild- und Sprachbewusstsein erwacht.

Ein Kind beschreibt die Welt noch im vollen Bewusstsein, und mit Einsatz aller Sinne, da ja alles noch neu und unbekannt ist. Dieser Prozess wird im Laufe der Zeit automatisiert, so dass keine bewusste Aufmerksamkeit mehr dafür aufgewendet werden muss – nichtsdestotrotz läuft der Beschreibungsvorgang unserer Welt die ganze Zeit auf einer unbewussten Ebene weiter. Man nennt dies den inneren Dialog. Bei der schamanischen Reise wird dieser Prozess des Beschreibens mit allen Sinnen nun wieder ganz bewusst trainiert, mit dem Ziel, die bereiste Welt so umfassend und ausschließlich zu beschreiben, dass sie eine ähnliche Erlebnisdichte wie die Alltagsrealität erhält. Dies zu erreichen, erfordert natürlich ein längeres, intensives Training.

Die Absicht

Einer schamanischen Reise liegt immer eine Absicht zugrunde.

Das heißt, es gibt einen triftigen Grund dafür, eine Welt zu betreten und es gibt ein Anliegen, welches vorher formuliert wird, und dann, in Form einer Bitte, vorgetragen wird, sobald man die Welt betreten hat.

Der Grund für eine Reise ist in den meisten Fällen eine Bitte um Heilung. Es können aber auch ebenso gut Reisen unternommen werden, um mit Lehrerwesen, mit geistigen Führern, mit Helferwesen oder Krafftieren in Verbindung zu treten und sich Rat von ihnen zu holen. Ist die Absicht klar, wird zunächst einmal die Welt ausgewählt, in die gereist werden soll. Es gibt transpersonale und personale Welten. Transpersonale Welten sind von archetypischer Qualität, und können von allen Menschen bereist werden, wie zb. die 3 Welten: Unterwelt, Mittelwelt, Oberwelt. Personale Welten betreffen den einzelnen Menschen (zb. Welt der persönlichen Lebensgeschichte) Sinnvoll ist es natürlich, die Welt so zu wählen, dass sie mit der Absicht konform geht. Wenn ich zb mein Krafftier suchen will, so werde ich das in der Welt der Krafftiere oder in der Oberwelt tun, und nicht im Mineralienreich.

Der nächst Schritt ist die konkrete Formulierung des Anliegens. Ein Anliegen sollte immer kurz und prägnant, und möglichst positiv formuliert sein.

Man kann sich das Anliegen als einen Richtungsweiser vorstellen, der die Aufmerksamkeit der Wahrnehmung ausrichtet, und so mitbestimmend ist, wie sich die Welt zeigt, welche Wesenheiten in Erscheinung treten, und was sich im Verlauf der Reise ereignet.

Ein Anliegen sollte auch nicht mit Konjunktiven gespickt sein (ich möchte, ich würde vielleicht gerne,...), welche nur dazu dienen, die Kraft zu zerstreuen.

Je klarer das Anliegen, desto besser setzt sich das Ergebnis der Reise um.

Wenn das Anliegen während der Reise einem Wesen vorgetragen wird, sollte dies in einer freundlichen, respektvollen, und gleichzeitig selbstbewussten Art und Weise geschehen.



Regeln für eine schamanische Reise

1. Bevor eine Reise unternommen wird, werden mögliche Störquellen ausgeschaltet. (Telefon, Türglocke, e.t.c.)
2. Der Eintritt in eine schamanische Welt ist durch ein Tor gekennzeichnet, Welches nach dem Betreten wieder geschlossen wird. (die Grenze zwischen den Welten ist gesichert.)
3. Man betrachtet das Tor von innen, damit gewährleistet ist, daß die Welt durch das gleiche Tor wieder verlassen wird.
4. Danach werden der Herrscher/die Herrscherin der Welt und alle Wesen begrüßt und das Anliegen, welches vor der Reise ausgearbeitet wurde, wird vorgetragen.
5. Danach macht man sich auf den Weg, indem jede Wahrnehmung so ausführlich wie möglich beschrieben wird. Voraussichtlich (und auch wünschenswerterweise) wird man auf Wesenheiten treffen, mit welchen man in Kontakt treten kann. Wie schon im Skript beschrieben, ist ein Wesen im schamanischen Sinne alles, was die Wahrnehmung als wesentlich erkennt. Dies kann eine Pflanze, ein Stein, ein Tier, Mensch, oder ein Geistwesen sein.
6. Bei einem Kontakt mit Wesenheiten gelten grundsätzlich die gleichen Höflichkeitsregeln wie in der Alltagsrealität: Man stellt sich vor, fragt nach dem Namen der Wesenheit, und hat nun die Möglichkeit, dem Wesen erneut sein Anliegen zu unterbreiten, um von ihm Unterstützung zu erhalten (welche in der Regel auch gewährt wird)
7. Hat man Kontakt zu einem Helferwesen aufgenommen, besteht die Möglichkeit, das Wesen um Lied und Tanz zu bitten. Über Lied und Tanz kann die Essenz des Erfahrenen auf die körperliche Ebene gebracht, verstärkt und manifestiert werden.
8. In speziellen Fällen kann auch um eine Taufe gebeten werden. Bei einer schamanischen Taufe findet für einen kurzen Zeitraum eine vollständige Vereinigung mit dem Wesen statt. Es ist dies eine Verbindung auf sehr tiefer Ebene, bei der ein gegenseitiger Wissens- und Energieaustausch bis auf Zellebene stattfindet. Deshalb sollte man hier höchste Achtsamkeit walten lassen, und sich genau überlegen, mit welchem Wesen man die Taufe eingeht, da sich diese Qualität dann auch in der Alltagsrealität verwirklicht!
9. Bevor man sich von einem Wesen wieder trennt, bedankt man sich für die Unterstützung und verabschiedet sich.
10. Wenn man wesentliche Hilfestellung von Seiten eines Wesens erhalten hat, besteht die Möglichkeit, im Sinne eines Ausgleichs, die Wesenheit um eine rituelle Aufgabe zu bitten. Dies ist eine Aufgabe, welche man übernimmt, um sie in der Alltagsrealität auszuführen. (Wann, wo, wie oft, und unter welchen Umständen ist von der Wesenheit zu erfragen.) Indem man sich bereit zeigt, etwas von sich zu geben für die erhaltene Hilfestellung, drückt man seine Wertschätzung und Dankbarkeit aus, und es findet ein Energieausgleich statt.
11. Zeigt sich ein Wesen unfreundlich oder wird zudringlich, zieht man sich am Besten zurück (vor allem, wenn man keine Erfahrung im Umgang mit Wesen hat), da es dafür meist einen triftigen Grund gibt, und überdenkt seine Motivation und sein Anliegen nochmals, bevor man erneut in die Welt eintritt. Ist ein Rückzug nicht möglich, kann man das Wesen auch auffordern, (notfalls im Namen des Herrschers), den Weg frei zu machen und sich zurückzuziehen.
12. Sobald das Anliegen der Reise erfüllt ist – also, wenn sich das ereignet hat, was man angestrebt hat, oder man die gewünschten Informationen erhalten hat, tritt man den Rückweg an. Auf keinen Fall hält man sich länger als erforderlich in einer schamanischen Welt auf (kein schamanisches Sightseeing!). Als Rückweg ist der gleiche Weg zu wählen, auf dem man gekommen ist!
13. Bevor die Welt (durch das gleiche Tor!) verlassen wird, bedankt und verabschiedet man sich vom Herrscher/der Herrscherin der Welt.
14. Das Tor hinter sich wieder schließen