

Schamanische Konzepte, Methoden und Settings

Um schamanische Wirkung erreichen zu können, ist ein umfangreiches Wissen und eine entsprechende Praxis erforderlich. Aus der alltäglichen Sicht kann nur die Oberfläche, das äußere Handeln, wahrgenommen werden. Alle Äußerlichkeit hat aber im Schamanischen einen tieferen Sinn und Bezug.

Ein Bericht von Werner Kosmus



In der letzten Ausgabe von Shaman-Med habe ich zum Themenbereich In der Praxis des Schamanen über Schamanische Reisen und Rituale berichtet. Eine solche Praxis begründet sich auf einer Reihe von schamanischen Konzepten. Es gibt eine große Anzahl von schamanischen Methoden, um im Rahmen dieser Konzepte erfolgreich sein zu können. Die sinnvolle und sich ergänzende Kombination dieser Methoden ergibt in der schamanischen Praxis das Methoden-Set. Unter einem schamanischen Setting verstehen wir die Art der Ausführung. Dabei spielen nicht nur die anzuwendenden Methoden eine Rolle, sondern auch die Art und Weise, wie der Rahmen einer schamanischen Arbeit gestaltet und angeordnet wird.

Konzepte spielen nicht nur im Alltag eine große Rolle, sondern auch in der schamanischen Arbeit. Sie ermöglichen, dem Schamanen, der Schamanin, sich in unterschiedlichen Welten zurechtzufinden.

Konzepte sind Beschreibungen von Wirklichkeiten - und solche gibt es viele:

- Der Begriff Welt ist bereits ein solches Konzept. Wir gehen grundsätzlich davon aus, alles in der Schöpfung belebt ist. Dies ist ein animistisch-wesenhaftes Weltbild.
- Über das Entstehen der Welt und die Ordnungen in dieser berichten die Schöpfungsmythen. Sie sind nicht unbedingt einheitlich, so für unterschiedliche Problemlagen auch unterschiedliche Mythen zur Verfügung stehen.
- Die schamanische Tradition, aus der ich schöpfe, nennt es eine Kraft. Wir nennen sie , oder wenn jemand nicht - um es mit Prof. Ringel zu sagen - seine "Religion durch die Religionserziehung verloren hat", so kann er dieses mit Gott gleichsetzen.

Wir gehen davon aus, es nichts gibt, außer dieses Eine. Dieses nimmt im Bogen des Abstieges individuelle und zunehmend dichtere Erscheinungsformen an. Schließlich wird auf der Ebene des "Irdischen" der dichteste, stoffliche Zustand erreicht. An diesem Punkt findet unsere menschliche Geburt statt. Nachdem der Mensch ganz auf die Erde gekommen ist, kehrt sich seine Entwicklungsrichtung um. Es beginnt der Bogen des Aufstieges. In dieser Entwicklungsrichtung kommt der feinstoffliche, zuerst emotionale, dann der mentale und schließlich der geistige Aspekt wieder mehr in den Vordergrund. In der Buddhistischen Tradition entspricht diesem Konzept das Rad des Lebens oder der Wiedergeburt.

- In diesem Zusammenhang kommen als Gestaltungs- und Ordnungsfaktoren Zeit und Raum zum Tragen. Sie bilden die Grundlage für Reinkarnation und Entwicklung und die damit verbundenen Nutzungsmöglichkeiten im Rahmen einer schamanischen Therapie.
- Der Kreislauf des Werdens und Vergehens ist charakterisiert durch Bedingungen, die wir als Stufen bezeichnen. Jede Stufe hat ihre Signatur. Verzerrungen im Persönlichkeitsprofil eines Menschen können auf eine Störung in der Entwicklung in einer entsprechenden Stufe hinweisen.
- Im Zuge der Individualisierung spielen die Wesens- und Organisationskräfte eine entsprechende Rolle. Dabei handelt es sich um aufbauende, abbauende und ausgleichende Kräfte. In unterschiedlichen Traditionen gibt es verschiedene Begriffe dafür: wir nennen sie auch die Kräfte des Ätherischen, des Astralen und der Ich-Organisation. Sie schöpfen das Individuum

im Sinne seines Individuellen Höheren Selbst.

- An diesem Werden und Vergehen der Geschöpfe wirken die Organisations- und Gestaltungskräfte der Planeten und der Fixsterne maßgeblich mit. Dabei regieren die Planeten alles Wandelbare und die Fixsterne bestimmen das Dauerhafte.
- Erfahrungen sind dadurch bestimmt, wie der Übergang von einer zur nächsten Stufe verarbeitet wurde. Die nachhaltigsten "Gravuren" erhält der Mensch beim Übergang in dieses Leben. Die dabei entstehenden Muster werden Perinatale Matrizen genannt. Sie geben die Grunderfahrungs- und -verhaltensmuster für den Menschen und sein gerade begonnenes Leben ab. Da sich diese Muster immer wiederholen und dadurch immer wieder gleichartige Erfahrungen gesammelt werden, kommt es zu einem System verdichteter Erfahrung, dem so genannten Coex-System.
- In der Zeit des ersten Zellzyklusses, also in den ersten sieben Lebensjahren, erfolgt eine spezielle Ausformung dieser perinatalen Matrizen, nämlich zu den Entwicklungsgeschichtlichen Grundprägungen.
- Hier zeigt sich ein individuelles Muster einer Lebenserfahrung:
- Phantasie, Enttäuschung, Wut-Projektion auf einen vermeintlich Schuldigen, Enttäuschung, Introjektion mit Angst vor Rache, neuerliche Enttäuschung und nachfolgende Phase einer Wiedergutmachung und Integration der Gesamterfahrung. Diese Enttäuschungskurve ist wiederum ein Grundmuster menschlichen Verhaltens.
- Durch das Wirken der Wesens- und Organisationskräfte entstehen unterschiedliche Systeme, die wir Körper nennen: materieller Körper, Vitalkörper, Emotionalkörper, Mentalkörper, Geistkörper, Spiritualkörper und Kausalkörper.
- Im Zuge eines Inkarnationsvorganges taucht der Mensch (und jedes andere Wesen seinen Möglichkeiten gemäß) in immer dichter werdende Ebenen, bis der materielle Zustand erreicht wird: die Stofflichkeit wird dichter, vom Feinstofflichen ins Grobstoffliche.

Auf der feinstofflich-energetischen Ebene konfigurieren sich die Aura, die Chakras, die Energieleitbahnen, Körperglieder und -zonen sowie Organe. Sie liefern das feinstoffliche Modell, aus dem der materielle Körper generiert wird.

In der Praxis der Schamanin, des Schamanen, sind Konzepte wichtige Hilfen, um an Störungen, mit denen ein Klient, eine Klientin, kommt, planvoll herangehen und sie wieder ordnen und harmonisieren zu können. Zu jeder Problemlage wird zuerst ein entsprechendes Konzept und dann eine schamanische Methode bzw. ein entsprechendes Methoden-Set ausgewählt.

Schamanische Methoden und die Kombinationen von Methoden in Form von Sets richten sich danach, wie das Konzept einer Disharmonie sich zeigt:

- Methoden für die Harmonisierung des materiellen bzw. vitalen Körpers sind beispielsweise Fasten, Diäten, Körperbewegungen, wie Qigong, Taiji, Yoga oder Bauchtanz. Sind die Störungen beispielsweise aus dem Umfeld der Schwangerschaft und der Geburt, so ist ein Geburtsritual erforderlich. Dabei wird in die Welt der Schwangerschaft bzw. der Geburt hineingegangen und die Situation heraufbeschworen. In der weiteren Folge vom Klienten ein anderer Umgang mit der Situation erreicht werden.
 - Methoden für die Harmonisierung des Emotionalkörpers sind Aromatherapie, Auftragen von Ölen oder Cremes, Steinauflagen, Einsatz von Klang, Farben, Musik, Blütenessenzen, Lied und Tanz, Ritualdrama, Geburtsarbeit, Schattenarbeit, Urschrei, Ankerziehen u.a.m. Jede dieser Methoden erreicht ein ganz bestimmtes Spektrum und muß von der Schamanin, dem Schamanen, im Einvernehmen mit dem Klienten, daher sehr genau ausgewählt werden.
 - Methoden für die Harmonisierung des Mentalkörpers sind in erster Linie gesprächsorientiert. Daher eignen sich hier alle Formen des Gesprächs, der Beratung, Moderation und des Coaching, Mind Map, das Werte-Viereck, Brainstorming, Rollenspiel, Experiment und Drama, Rezitation, Imagination, Schmerzobjektivierung, Geschichten und Bilder der Kraft, Mythen, Trance-Positionen, u. a. m.
- Methoden für die Harmonisierung des geistigen und spirituellen Körpers umfassen den Bereich Gebet, Rezitation, Meditation, Achtsamkeitsübungen, Weisheitstexte und Gedichte, Geschichten und Bilder der Kraft, Mandalas, Symbole, Asanas, Mudras, Trance-Positionen, Sema, Zikr, Rituale, die Fokussierung und Reinigung zum Inhalt haben, u. v. a. m.

Die schamanische Reise ist wohl die bekannteste Methode, die beim Schamanisieren eingesetzt wird. Sie vorwiegend den Bereich einer Welt, der mental, geistig oder spirituell erfasst werden kann.

Im Rahmen einer Bellian-Zeremonie wurde das Anliegen einer Klientin nach der Freisetzung ihres persönlichen Potentials bearbeitet.

Die Klientin erfuhr, ihr Potential dadurch blockiert wurde, sie dazu tendierte, sich ständig zu überfordern. Sie übernahm immer wieder zu viel Verantwortung für andere Menschen, was dazu führte, diese ihre Eigenverantwortung nicht selbst ergreifen. So entstand immer wieder ein Leistungsdruck für die Klientin, der eine Enttäuschung für sie selbst und die sich ihr anvertrauenden Menschen vorprogrammierte.

Über die Wurzeln des Problems berichtete die Klientin, sie ein schüchternes, sensibles, offenes und verletzliches Kind war. Ihre

Mutter setzte große Erwartungen in ihre Leistungen. Mit 4 Jahren konnte sie schon fließend lesen und hatte von der ersten bis zur sechsten Klasse fast nur Einser in allen Fächern. Wenn sie einmal eine schlechtere Note nach Hause brachte, wertete die Mutter dies als persönliche Enttäuschung und warf ihr Faulheit vor, was das Mädchen sehr verletzte. Um diesen seelischen Schmerz zu vermeiden, tat sie alles, um dem Anspruch der Mutter gerecht zu werden. Trotzdem waren sich Mutter und Tochter nie wirklich nahe. Das Mädchen fühlte sich sehr allein, obwohl sie noch eine zwei Jahre ältere Schwester hatte. Diese hasste und quälte sie, wo sie nur konnte.

Auf der Suche nach einem Lösungsansatz, der aus der Skriptgeschichte herausführen konnte, wurde eine schamanische Reise in das Märchen "Schneeweißchen und Rosenrot" vereinbart. Dieses war nämlich das Lieblingsmärchen der Klientin in ihrer Kindheit. Als Erwachsene konnte sie sich aber weder an die handelnden Personen noch an den Inhalt des Märchens erinnern. In der Annahme, die Klientin ihre persönlichen Erinnerungen wieder wecken könnte, beschlossen die Bellian und ihre Klientin gemeinsam in die Welt des Märchens zu reisen. Dies war als Vorarbeit zur Bellian-Zeremonie gedacht.



Bei einer schamanischen Reisebegleitung ist es wichtig, der oder die Reisende das Anliegen aufrechterhalten kann und auch immer wieder daran erinnert wird.

MTK Archiv-Foto



Bei der Bellian-Zeremonie wird die Reise möglichst auch körperlich dargestellt. Die Bellian-Helfer übernehmen dabei die Rollen der beteiligten Wesenheiten.

MTK Archiv-Foto



Gegen Ende der Zeremonie wird die bisherige Welt rituell verlassen und in die neue Realität eingetreten. Der Übertritt wird sieben Mal wiederholt und so dauerhaft fixiert.

MTK Archiv-Foto

Die Bellian berichtete kurz zusammengefasst über die Reise folgendes:

Nach kurzem Weg gelangen wir an einen Platz, in dessen Mitte ein Brunnen steht. Die Klientin zieht einen sehr schweren, rostigen Eimer Wasser, das nach Eisen riecht, herauf.

Im Eimer liegt eine große goldene Kugel - was mich alles mehr an das Märchen vom "Froschkönig" erinnerte. Ein Zwerg kommt und beansprucht die Kugel für sich. Er regt sich über Gören auf, die Zwergenbärte abschneiden und Zwergenschätze stehlen und verschwindet dann wieder, weil er keine Fragen beantworten will. Meine Klientin entdeckt nun hinter sich, im Halbschatten stehend, Rosenrot. Darüber wird ihr ihre eigene Identität als Schneeweißchen klar. Rosenrot ist verbittert und wirft der Schwester vor, sie alle guten Gaben für sich alleine beansprucht. Ein Bär taucht auf und bietet an, zwischen den Schwestern zu vermitteln. Er regt an, die goldene Kugel geteilt werden soll. Schneeweißchen legt die Kugel in die Mitte zwischen sich und Rosenrot. Die Kugel schmilzt und wird zu einer Art Schale mit quecksilberartigen Ausläufern hin zu beiden Schwestern. Der Zwerg erscheint wieder und zetert. Der Bär versetzt ihm einen Prankenhieb und bringt ihn so zur Ruhe. Die Schale ist nun voll Blut, einem Gemisch des Blutes der beiden Schwestern. Der Bär trinkt daraus. Er wird zu einem Prinzen, der an jeder Hand eine der beiden Schwestern hält und zwischen ihnen vermittelt. Schließlich löst er sich auf, geht je zur Hälfte in Rosenrot und Schneeweißchen über und verbindet so beide.

Die Mutter spielte offensichtlich keine solche Rolle, wie sie zuvor angenommen worden war, da sie nur einmal kurz am Rande auftauchte. Der Zwerg, so meinte die Klientin, könnte der personifizierte Ausdruck des Neides, der Gier und Bosheit der Schwester sein. Sie selbst habe zu ihrem Schutz ihr Potential - die Goldkugel - tief im Brunnen versteckt.

Die Bellian erkannte mehrfache Hinweise auf heilende Metall-Prozesse:

Die Goldkugel weist auf den Sonne-Gold-Prozess hin, welcher die vom Individuellen Höheren Selbst gelenkte Ich-Organisation in Bezug auf die Entfaltung des persönlichen Potentials hilfreich unterstützen könnte.

Bei der Hervorhebung der Goldkugel könnte der Eisen-Mars-Prozess hilfreich sein, und bei der Vermittlung zwischen den beiden Schwestern hilft der Bär, der merkurial-quecksilberartige Aufgaben übernommen hat.

Ob nun Rosenrot tatsächlich die Schwester repräsentierte oder ob sich ein Schattenaspekt der Klientin darin verkleidete, blieb zur Klärung offen.

Um weitere Klarheit über die Geschichte der Klientin zu erlangen, wurde im ersten Teil der Bellian-Zeremonie nach dem Eröffnungsritual die Familie in einer schamanischen Mesa aufgestellt.

Dabei dockte Schneeweißchen wenig an die Alltagsrealität an. Sie fühlte sich unverstanden und glaubte, niemand ihre Persönlichkeit wirklich wahrnahm. Deshalb ist sie oft - zusammen mit dem Zwerg - unterwegs in anderen Wirklichkeiten. Die Klientin meinte, es dort viel interessanter sei und zudem hoffe sie, dort etwas zu finden, was ihr verloren gegangen ist. Der Zwerg sagte, sein Name "Seichte Unterhaltung" sei. Er treibe in der ganzen Familie sein Unwesen, weil er Freude am Verwirrspiel hätte.

Die Mutter klagte darüber, sie ihre Tochter nicht wirklich wahrnehmen könne.

Rosenrot beklagte sich darüber, sie nicht wirklich an ihre Schwester herankommen könne.

Der Bär wollte vermitteln und stellte sich dicht neben Schneeweißchen. Es gelang ihm jedoch nicht, seine Aufgabe zu erfüllen.

Der Eisen-Prozess erklärte, es seine Aufgabe gewesen wäre, Schneeweißchen vor dem Zwerg zu schützen. Dies wäre ihm jedoch nicht gelungen, weil er bzw. das energetische System von Schneeweißchen durch einen vorgeburtlichen Schock geschwächt worden sei. Als Folge dieses Schocks sei ein feinstofflicher Anteil von Schneeweißchen verloren gegangen und sie deshalb energetisch nicht ganz auf die Welt gekommen.

In der Nachreflexion zum ersten Teil der Bellian-Zeremonie zeigte sich, die Ursache des Problems der Klientin, ihr Potential nicht richtig freisetzen zu können, tiefer liegen dürfte, als sie selbst zunächst vermutete. So ging es im zweiten Teil der Bellian-Zeremonie darum, den verlorenen Seelenanteil der Klientin wieder zu finden. Die Reise sollte zurück zu jenem Zeitpunkt führen, an dem der Seelenanteil verloren gegangen war.

Diese Reise unternahmen wieder nur die Bellian-Schamanin und die Klientin gemeinsam und treffen auch tatsächlich auf diesen Seelenanteil. Er wird gefragt, ob er darüber Auskunft geben kann, warum beide getrennt wurden.

Der Seelenanteil zögert ein wenig und bittet dann, eine dafür bestimmte Person in der Bellian-Gruppe sich für ihn als Stimme zur Verfügung stellen möge. Im Nachgespräch zeigte sich, alle Betroffenen die gleiche Person wahrgenommen haben, aber die Betroffene zu lange unsicher war und daher zögerte. Eine der Zuschauerinnen der Zeremonie meldete sich spontan und sehr bestimmt, diese Aufgabe übernehmen zu wollen. Diese geht aber plötzlich und unerwartet mit einem neu auftauchenden Wesen in Resonanz und erklärt, die Klientin und der abgesprengte Teil vor langer Zeit durch es, ein Wüstenwesen des Getriebenseins und des Neides, getrennt worden wären. Diese Zuschauerin, die dem Wesen ihre Stimme lieh, wurde, während sie sprach von dieser Wesenheit besetzt, und nur mit vereinten Kräften gelang es, diesen Dämon in einem Seelenfänger - einem schamanischen Utensil - sicherzustellen.

Erst jetzt konnte der nun vom Dämon gereinigte Seelenanteil von der Stimm-Repräsentantin aufgenommen und der Klientin über das Scheitel-Chakra wieder eingeblasen werden. Über rhythmische Körperbewegung wurde dann der Aspekt verschüttelt und in seiner Geistigkeit aufgenommen.

Nun konnte die begonnene Aufstellungsarbeit mittels der schamanischen Mesa zu Ende geführt werden. Der gefangene Dämon wurde von der Bellian dem Erzengel Haniel, der als Schützer und Begleiter für die Zeremonie aufgerufen worden war, in die Hände gelegt. Er hatte sich schon während der Austreibung angeboten, die für die Gruppe so problematische Wesenheit zu ihrem göttlichen Ursprung zurückzuführen.

Anscheinend wurde die Klientin beim Inkarnationsvorgang von einem "Hungergeist" voll Neid und gieriger Getriebenheit befallen. Ein Seelenanteil dürfte dadurch abgetrennt worden sein und konnte nicht inkarnieren. Der entstandene leere Raum im energetischen System der Klientin dürfte vom Zwerg für seine Zwecke genutzt worden sein.

Das Beispiel dieser schamanischen Arbeit zeigt, wie vielfältig die Anforderungen sein können. Dabei ist es wichtig, ein umfangreiches Repertoire zur Verfügung zu haben und damit kreativ umgehen zu können.

Der Lernweg ist nicht der einer "Fastfood-Kette". "Eine-Stunde-Schamanen" oder auch "Wochenend-Schamanen" bleiben dabei auf der Strecke. Wer aber einen interessanten Lernweg sucht und sich dafür Zeit nehmen mag, wird zu sich, zu seinem Wissen und zu seiner Weisheit finden.

