

Schamanismus und Trance

© by DP Dr. Gerhard Schütz, Berlin 2004

"Wer die Einsamkeit liebt
ist entweder ein wildes Tier oder ein Gott."

Francis Bacon

In neuerer Zeit, bedingt durch die New-Age Bewegung und das damit einhergehende Interesse an alten Kulturen, hat die Bedeutung des Schamanismus stark zugenommen. Blättert man in alternativen Zeitschriften, so findet man eine Fülle verschiedener Angebote von Instituten und Trägern, die Seminare anbieten, in denen den Teilnehmern versprochen wird, von einem Stadtschamanen den Seelenflug zu lernen.

Um das Wesen des Schamanismus zu verstehen (wenn das überhaupt für Menschen westlicher Prägung möglich ist), ist es wichtig zu wissen, dass der Schamane eine Art Doppelwesen darstellt, halb Mensch, halb Tier. Er ist ein Bindeglied zwischen Geistmächten und den Menschen. Die jenseitigen Mächte gewährten dem Menschen nach altem Glauben zweierlei:

1. die Sicherung der menschlichen Fruchtbarkeit und
2. zweitens den Jagderfolg.

Folglich sollte das Verhältnis zu diesen Mächten stimmig sein, um keine Gefahr für "Leib und Leben" des Stammes zu riskieren. Kommt es aber trotzdem zu Schwierigkeiten zwischen diesen Mächten, so kann der Schamane des Stammes sich in einen anderen Bewusstseinszustand versetzen, sich in die Unterwelt begeben und dort die Probleme beseitigen. In Gebieten Nordamerikas und Sibiriens bereisen die Schamanen gerne die mittlere Welt. In ihren Visionen spüren sie dort Tierherden auf, ziehen Erkundigungen über das Wetter ein oder prognostizieren Ausgänge von Kriegen.

Der Schamane reist also auf eine mehr oder weniger kontrollierte Weise mit seiner Seele in die Geisterwelt, vermittelt und kämpft dort, befreit die gefangenen Seelen der Kranken, prophezeit einen Jagderfolg oder den Ausgang eines Kampfes. In einem Trancezustand sendet er seine Seele aus (oder einfach andere Hilfsgeister), um bei Krankheit zu erforschen, wer sie geschickt haben könnte. Der Krankheitsauffassung lag der Gedanke zugrunde, dass Krankheiten von **Fremdstoffen** herrührten - folglich musste der Schamane diesen Fremdstoff wieder aus dem Körper des Kranken entfernen. Hierzu saugte er manchmal an der betreffenden Stelle des Körpers und spuckte den Fremdstoff wieder aus.

Manchmal betätigten sich Schamanen auch als Body- und Facelifter. Luck (1990) berichtet über Empedokles, der nicht nur glaubte, Kranke heilen zu können, sondern auch alte Menschen jung zu machen. Ebenso könne er Regen machen.

Auf ähnliche Weise konnte in der Antike ein Theurg¹, ein Beschwörer göttlicher Erscheinungen, Verbindungen zur jenseitigen Welt herstellen.

Der Gott kann dem Theurgen auf diverse Weise erscheinen. Während der Theurg in Trance fällt, verlässt seine Seele den Körper, strebt oder fährt zum Himmel auf, um mit Gott in Verbindung zu treten. Dann kehrt er mit dem göttlichen Erlebnis wieder zurück, um es anderen mitzuteilen, oder der Gott erschien ihm im Traum.

Zuweilen kam es auch vor, dass der Schamane **entführte Seelen** kranker Menschen wieder zurückholen musste. Hierzu begab er sich, in Begleitung seiner Hilfsgeister in die Unterwelt, um die Seelenräuber aufzuspüren und die Seelen der kranken Menschen wieder zurückzubringen. Diese Reise war keineswegs ungefährlich - es konnte durchaus zu Kämpfen kommen, manchmal sogar verlor der Schamane den Kampf. Das kam einer Katastrophe gleich. Bei ungeschickten oder unkundigen Führungen der Hilfsgeister konnte der Schamane in starke Bedrängnis geraten. Wenn seine Hilfsgeister im Kampf mit überlegenen Rivalen den Kürzeren zogen, kehrten diese zurück und quälten den Schamanen, sie setzten ihm manchmal so zu, dass er in den Wahnsinn oder sogar in den Tod getrieben wurde. Wenn er Glück hatte und überlebte, verlor er all seine Gaben. Starb ein Patient, den ein Schamane behandelt hatte, so ist damit auch in einigen Kulturen das Leben des Schamanen verwickelt. Ein Schamane konnte jedoch auch seine Pflicht verletzen, er konnte zum Beispiel seine Aufgaben nur fahrlässig wahrnehmen oder sogar Tabus brechen. Hörte er nicht auf die Warnungen, so konnten seine Hilfsgeister ihn auf immer verlassen. Auch dann verlor der Schamane seine Kraft, verfiel physisch und psychisch.

Bedeutung besaßen die Schamanen auch beim Bestattungswesen. Starb ein Stammesmitglied, so musste seine Seele sicher ins Reich der Toten geführt werden. Es sollte daher verhindert werden, dass die Seele vom Weg ins Totenreich abkommt, dadurch verzweifelt und als rachsüchtiger Unheilsgeist sein Unwesen treibt. Deshalb leiteten die Schamanen oft die Bestattungszeremonien und begleiteten, wie Reiseleiter, die Totenseelen ins Totenreich. Im Gegensatz zu schamanischen Vorgehensweisen hat Jesus zum Beispiel keine Totengeister beschworen. Seine Kraft wirkte, wenn die Umstehenden an ihn glaubten. Er ließ sich für seine Arbeit nie bezahlen, denn er sah es als seine Lebensaufgabe an, Kranke zu heilen und seine Fähigkeiten weiter zu geben. Der Schamane hingegen verlangt fast immer ein **Honorar**.

Der Schamane diente über seine Tätigkeit hinaus auch als Gruppenstabilisator. Deshalb konnte der Tod eines Schamanen für einen Stamm eine Katastrophe bedeuten. Angst, Verzweiflung, Massenhysterie und brutale Aggressionen (jeder gegen jeden) waren zuweilen die Folge, bis eben ein neuer Schamane am Horizont auftauchte und die Emotionen sich wieder beruhigten.

Auch Frauen wurden Schamanen, meist nach dem Eintritt in die Menopause, die ihren "Unreinheitszustand" beendete.

Die Unterwelt oder das Totenreich war ein kompliziertes System von Wegen, Irrwegen, Pfaden oder Verstecken. Als Arzt musst der Schamane wissen, wo es in dieser Welt mögliche

¹ Die Theurgie strebt danach, Kontakt mit höheren Wesen herzustellen. Sie distanziert sich von schwarzer Magie oder faulem Zauber.

Verstecke für gefährdete Seelen kranker Menschen gab, wo Geister anwesend waren, deren Schutz man diese Seelen anvertrauen konnte.

Das Wesen des Schamanismus beinhaltet zwei Elemente: Die Initiationskrise und die schamanische Reise.

Wie wurde nun ein Mensch zum Schamanen? Zwei Kennzeichen waren wichtig. Zum einen gab es manchmal bereits bei der Geburt eines Menschen Zeichen, die eine **Berufung** andeuteten. Wurde das Kind mit Zähnen geboren oder besaß es eine Glückshaube, hatte es auffällige Merkmale oder überzählige Finger oder Zehen? Kinder, die offenbar von früh auf unter dem Stern ihrer Berufung standen, verhielten sich anders, sie waren nervös, eigenbrötlerisch, oft ernst und verschlossen. Heute würde man solche Kinder zu Kinderpsychotherapeuten schicken. Dort würde dann die Diagnose "emotionale Störung des Kindesalters mit Tendenz zu frühkindlichem Autismus" gestellt und das Kind auf diese Weise pathologisiert. Männer und Frauen können auserwählt werden aufgrund von ungewöhnlichem Aussehen, einer Krankheit (vielleicht Epilepsie) oder ähnlichem. Eine Ausnahme gibt es bei dem Jivaro-Indianerstamm in Südamerika. Hier kann sich jeder quasi selbst berufen und das Wissen von einem etablierten Schamanen kaufen.

Darüber hinaus gab es die typischen Berufungserlebnisse, die sich in Form von Träumen, Tagträumen, Visionen oder Halluzinationen zeigten. Walsh (1998) schildert die Initiationskrise eines jungen Novizen bei den Tschuktschen in Sibirien. Der Novize verliert jedes Interesse an den gewöhnlichen Lebensangelegenheiten. Er spricht kein Wort mehr, beantwortet keine Fragen, hört auf zu arbeiten und isst kaum etwas. Die meiste Zeit schläft er. Hier würden westliche Psychiater höchstwahrscheinlich eine schwere depressive Episode diagnostizieren.

Müller (1997) führt den Fall einer gebildeten und belesenen 30jährigen Frau auf, der in den 60ziger Jahren des letzten Jahrhunderts spielt. Die Frau, Mitglied einer amurtungusischen Volksgruppe, Mutter mehrerer Kinder, hatte offenbar ein Berufungserlebnis zur Schamanin. Sie erlebte Visionen, in denen Geister sie bedrängten, ihrem Ruf zu folgen. Die Frau schenkte ihren eigenen Vorstellungen keinen Glauben, weil sie sich für einen aufgeklärten Menschen hielt. Konsequenterweise ließ sie sich im Bezirkskrankenhaus der nächsten Stadt behandeln, jedoch ohne Erfolg.

Nach mehreren Jahren erfolgloser Versuche rieten ihr Verwandte, ihrem Ruf zu folgen und zu schamanisieren. Sie befolgte den Rat und wurde schnell gesund.

Wer nicht dem Ruf folgt, dem kann es schlecht ergehen - er leidet dann unter der Schamanenkrankheit: Atemnot, Hautirritationen, Kopfschmerzen, Schlafwandeln, Horrorvisionen und absolute Teilnahmslosigkeit kann die Folge sein. Der Zustand bessert sich meist dann, wenn dem Ruf gefolgt wird. Der Schamane, der sich dem Ruf entzieht, riskiert Krankheit, Wahnsinn oder sogar den Tod. Der Weg der Erweckung ist oft kompromisslos, Jesus, Buddha oder Sankara, die spirituell Großen, waren sämtlich mittellos - sie gaben ihr Familienleben, ihr Hab und Gut preis, um radikal dem Weg der Erweckung zu folgen.

Die Berufungszeit erfolgt meist während der Pubertät - es sind aber auch Fälle dokumentiert, in denen Menschen mit 60 Jahren noch ihren Ruf erhielten.

In einigen Gegenden, so zum Beispiel in Sibirien, kam es manchmal zu einer Art zweiten Berufung. Der Schamane sank in einen tiefen Schlaf und veränderte sich körperlich; Blutergüsse an der Haut, Ausschläge, verfärbte Druckstellen und schaumartiger Speichel, der

aus dem Mund tropfte. Der "Erkrankte" wurde dann in ein spezielles Lager im Wald gebracht, wo er von vorpubertären Kindern, die als rein galten, betreut wurde. Diese zweite Initiation dauerte in der Regel mehrere Tage. Während dieser Initiation erlebte der Schamane eine Art Neugeburt in der Geisterwelt. Er wurde von den Geistern zerstückelt und anschließend fein säuberlich seziert. Sein Kopf wurde abgetrennt, eiserne Hacken in die Gelenke getrieben, das Fleisch von Knochen geschält. Dieses Fleisch, durchtränkt mit seinem eigenen Blut wurde zum Verzehr für die Geister gereicht. Auf diese Vernichtung folgte die **Wiederbelebung**: Die Knochen wurden entsprechend zusammengelegt und mit neuem Fleisch umgeben, anschließend wurde wieder der Kopf aufgesetzt. Nach einer gewissen Zeit dann auch der irdische Leib des Schamanen und er kehrte zu den Menschen zurück. Manche großen Schamanen durchliefen in ihrem Leben mehrere solcher **Zerstückelungsinitiationen**. Eine besondere Form der Angstbewältigung findet man in der Schulung von australischen Schamanen. Um den Novizen jede Angst zu nehmen, werden sie darauf vorbereitet, die schlimmsten Ängste während ihrer Reise zu erwarten. Wenn sie sich entsprechend darauf vorbereitet haben, haben sie vor nichts mehr Angst und sind dementsprechend für alles offen, was immer auch geschehen mag.

Neben Kostümen, Tiermasken und diversem Schmuck spielte die Trommel für viele Schamanen eine große Rolle. Die Trommel hatte zwei Aufgaben: Erstens konnte der Schamane sich mittels bestimmter gleichbleibender monotoner Schläge selbst in Trance versetzen, zweitens konnte er durch entsprechende Trommelschläge seine eigenen Hilfsgeister herbeitrommeln. Oft bestand zwischen Trommel und Schamane eine besondere Beziehung. Die Trommel durfte nicht beschädigt werden, weil jeder Schaden an diesem Instrument auf den Schamanen zurückfiel. Zerbrach die Trommel während eine Séance, so musste der Schamane damit rechnen, zu erkranken, im schlimmsten Fall sogar zu sterben. Wollte er einem anderen Schamanen schaden, so brauchte er bloß dessen Trommel zu zerstören.

Die Auffassung, inwieweit Rauschmittel für den Seelenflug nötig seien, differenziert stark. In Sibirien herrschte offenbar der Glaube vor, dass ein guter Schamane alleine, mit bloßer Gedankenkonzentration, sich in Trance versetzen könne. Andere Auffassungen gestatteten aber durchaus den Genuss von Alkohol, halluzinogenen Pilzen oder anderen Rauschmitteln. In Sibirien wurden die getrockneten Kappen von Fliegenpilzen oder die Extrakte, verdünnt mit Wasser oder Milch, zu sich genommen. Die Wirkung dieser Rauschmittel setzte eine knappe Stunde nach dem Genuss ein. Wahrscheinlich wurde der Fliegenpilz schon in den Mittelmeerkulturen als Begleitmittel zur Trance verwendet. Man vermutet, dass er in verschiedenen Mysterienkulturen, wie zum Beispiel dem Dionysoskult, Verwendung fand. Beim Genuss von **Alkohol** gingen die Meinungen stark auseinander. Schamanen, die etwas auf sich hielten, lehnten Alkoholgenuss aus verschiedenen Gründen ab. Erstens schwäche Alkohol Körper und Geist, zweitens verhindere er die Fähigkeit, eine Ekstase zu erleben. Alkoholkonsum führt zu Selbstüberschätzung, Denk- und Konzentrationsstörungen, in einigen Fällen zu Gereiztheit und aggressiven Ausbrüchen. Alkohol gilt als bewusstseinsstörende, -verengende Droge, obgleich, in geringen Mengen zu sich genommen, es auch zu bewusstseinsweiternden Erlebnissen kommen kann. Manche Schamanen boten ihrem Publikum, bevor sie sich auf Seelenreise begaben, verschiedene Schaustücke an. Schmerzunempfindlich geworden, gingen sie über rotglühende Kohlen, schluckten kochendes Wasser, trieben sich Spieße durch Wangen und Bauch, oder gingen barfuss über messerscharfe Dolche. Die Berichte hierüber sind so

zahlreich, dass sie als wahr angesehen werden können. Müller (1997) bringt zwei schier unglaubliche Beispiele schamanischer Schaukunst. So konnte ein Schamane es durch das Heben seines Trommelschlegels durch ein Zelt schneien lassen, ein anderer trennte seinen Kopf ab, legte ihn neben sich, um ihn anschließend wieder aufzusetzen. Außerdem waren viele Meister in der Kunst des Bauchredens und konnten Illusionen erzeugen, dass aus vielen Richtungen Stimmen zu hören waren.

Suchte ein Schamane nun nach einer verlorengegangenen Seele, so wendete er manchmal listige Tricks an, um die Seele wieder einzufangen und zurückzubringen. Bei den Burjaten, einer mongolischen Volksgruppe, die im Gebiet des Baikalsees beheimatet ist, hatte Gott einmal die Seele eines Menschen an sich gebracht. Er hatte sie in eine Flasche gesteckt und den Daumen auf die Öffnung gehalten. Der zur Hilfe kommende Schamane reiste zu Gott, verwandelte sich in eine Wespe und stach Gott in den Daumen. Der ließ vor Schreck die Flasche los. Diesen Augenblick nutzte der listige Schamane, um die Seele wieder seinem Besitzer zurückzubringen.

Die Macht der Götter schien zuweilen begrenzt. Wenn die Götter mit den menschlichen Wünschen kein Einsehen hatten und z. B. Unwetter oder militärische Niederlagen mitzuverantworten hatten, so konnten sie zur Rechenschaft gezogen werden. In Süditalien oder Sizilien halten sich bis heute Bräuche, in denen die Götter zum Beispiel auf eine Weise bestraft werden, in dem die Götterbilder ausgepeitscht oder bei Prozessionen nicht mitgeführt werden.

Als beispielsweise der Enkel von Augustus, Germanicus, 19 n. Chr. starb, richtete sich die Volkswut gegen die Altäre und Tempel der Götter. Sie wurden mit Steinen beworfen und umgestürzt (Luck 1990).

Die ersten **Psychotherapeuten** waren Schamanen. Sie führten ein einsames Leben, verstanden sich als Seelenhirten und wurden niemals als glückliche, fröhliche Menschen geschildert - stattdessen machten sie einen finsternen, nachdenklichen oder grüblerischen Eindruck. Schamanen sind oft ambivalente Gestalten, sie werden wegen ihrer Heilkräfte verehrt aber auch gefürchtet, weil sie über bösen Zauber verfügen. Man zollte ihnen großen Respekt, gleichzeitig aber strahlten sie auch etwas Unheimliches, Jenseitiges aus. Schamanen wurden nie von Mitgliedern ihres Volkes als geisteskrank angesehen. Die Geister, die sie riefen, beherrschten sie normalerweise, sie konnten sie wieder abschütteln oder sich ihrer Kräfte bedienen, je nachdem was sinnvoll und ihr Auftrag war.

Die Psychoanalyse ist eine der Hauptquellen für Missverständnisse, die das Wesen des Schamanismus betreffen. Transzendentes Erleben wird meist mit psychopathologischem gleichgesetzt. Ihm wird der Stempel der krankhaften Regression mit psychotischem Beigeschmack zugeordnet. Das für uns westliche Menschen befremdliche Verhalten von Schamanen, die veränderten Bewusstseinszustände, das Geisterkommunizieren und die Visionen werden als Schizophrenie, Epilepsie oder Hysterie in den meisten Fällen diagnostiziert.

Die herkömmliche Psychiatrie kennt nicht den Erneuerungsprozess, die Lebenskrise, die mit dem Outen eines Schamanen zu tun haben. Der Erneuerungsprozess wird mit einer Psychose gleichgesetzt und meist medikamentös behandelt. Dadurch jedoch werden die innovativen, nach außen tretenden Kräfte unterdrückt und gedämpft. Begegnet man so einem Menschen mit Empathie und Liebe, so können sich schnell gewaltige Kräfte des Inneren positiv ausrichten und der behandelte Mensch kann daran wachsen.

Nach Wilber (1983) werden in der herkömmlichen Psychiatrie Krankheit und spirituelle Krisen verwechselt. Diese Verwechslung nennt er den Prä-Trans-Irrtum, bei dem krankhafte Regressionen in Vor-Ichhafte Entwicklungsstadien mit Progressionen auf Über-Ichhaften Ebenen gleichgesetzt werden. Die Über-Ichhaften Erkenntnisse von Heiligen werden als Vor-Ichhafte Regressionen psychotisch schwer gestörter Menschen betrachtet.

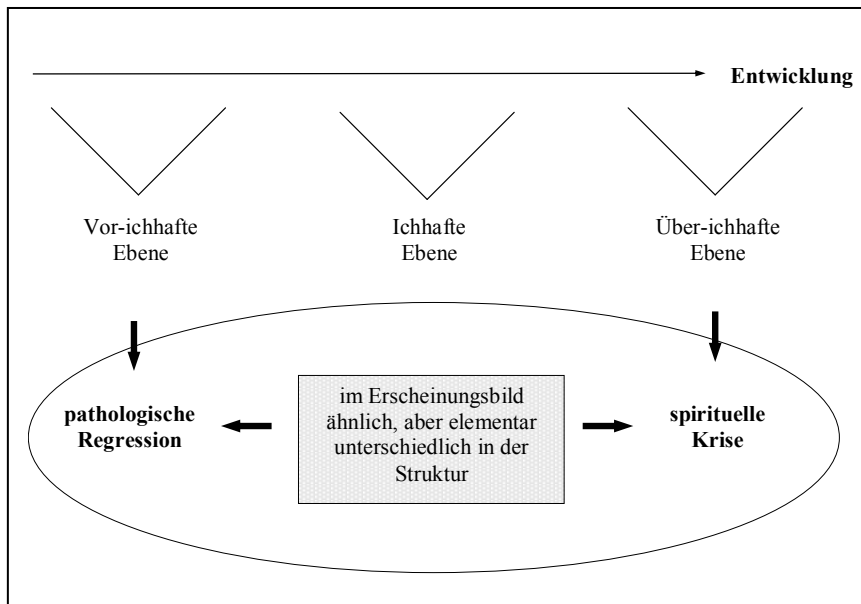


Abb.: Prä-Trans Irrtum

Während der großen Phasen der Christianisierung stand der Schamanenglaube des einfachen Volkes den Ideen der Missionare frontal gegenüber. Deshalb wurden die Schamanen als die Verbündeten des Teufels betrachtet und zu Ketzern gestempelt. Im 17. Jahrhundert erging es ihnen in Sibirien so, wie den Hexen hierzulande; viele landeten auf dem Scheiterhaufen. Die heute tätigen Schamanen sind nicht mehr eingebunden in das kulturelle Räderwerk ihrer Gemeinschaft. Sie sterben oder leiden nicht mehr für verlorene Seelen - ihre Aufgaben sind mit der alten Kultur untergegangen. Vielleicht sind es andere Geister, die den Stadtschamanen zusetzen - aber offensichtlich haben die heutigen Schamanen ihre Kraft der Verwandlung als Doppelwesen zwischen Mensch und Natur eingebüßt.

Literatur

Goodman, F.D. & Nauwald, N.: Ecstatic Trance: A Workbook: New Ritual Body Postures. 2003.

Ellenberger, H.F.: Die Entdeckung des Unbewussten. Bd. 1. Bern 1973.

Luck, Georg.: Magie und andere Geheimlehren in der Antike. Stuttgart 1990.

Schütz, G.: Hypnose in der Praxis. Paderborn 2002.

Pentikäinen, J.: Shamanism and Northern Ecology - Religion and Society. 1996.

Wilber, K.: Eye to Eye: The Quest for the New Paradigm. NY 1983.

Walsh, R.: Der Geist des Schamanismus. Frankfurt am Main 1998.

© Dr. Gerhard Schütz, Berlin 2004