



universität  
wien

# Diplomarbeit

Energiearbeit im Schamanismus und im New Age

von

Nikolaus Böhmig

zur Erlangung des akademischen Grades

Magister der Philosophie

Wien, im November 2008

Studienkennzahl lt.  
Studienblatt:

A 307 295

Dissertationsgebiet lt.  
Studienblatt:

Kultur- und Sozialanthropologie

Betreuer:

ao. Prof. Dr. Manfred Kremser

# INHALT

Danksagung .....	4
Einleitung .....	5
Begriffsbestimmungen .....	9

## A

<b>1. Schamanismus</b> .....	12
1.1. Etymologie .....	13
1.2. Entstehung und Verbreitung .....	14
1.3. Charakteristika .....	15
1.3.1. Was ist Schamanismus? .....	15
1.3.2. Die schamanische Reise .....	18
1.3.3. Geisterwelten .....	21
<b>2. Die Initiation im Schamanismus</b> .....	24
2.1. Die Schamanenkrankheit .....	25
2.1.1. Einsamkeit .....	26
2.1.2. Das Motiv der Zerstückelung .....	27
2.1.3. Die Wiedergeburt als substantieller Neuanfang .....	28
<b>3. Energiearbeit im Schamanismus</b> .....	30
3.1. Energiearbeit mit psychologischen Stimuli .....	32
3.1.1. Rhythmus .....	33
3.1.2. Gesang .....	34
3.1.3. Tanz .....	35
3.2. Schamanische Energiearbeit mit pharmakologischen Stimuli .....	36
3.2.1. Fliegenpilz .....	39
3.2.2. Teonanacatl .....	41
3.2.3. Ayahuasca .....	43
Zusammenfassung .....	44

## B

<b>1. New Age</b> .....	46
1.1. Entstehungsgeschichte.....	49
1.2. Charakteristika.....	50
1.2.1. <i>Alles ist Eins</i> .....	51
1.2.2. <i>Der unpersönliche Gott</i> .....	53
1.2.3. <i>Reise zum Selbst</i> .....	54
1.3. Das Phänomen New Age – Aufbruch zu goldenen Zeiten? .....	55
1.3.1. <i>Nicht alles was glänzt ist Gold</i> .....	58
<b>2. Die Initiation im New Age</b> .....	60
2.1. Der Wille zur Initiation.....	61
2.2. Viele Wege .....	63
2.2.1. <i>4-Stufenmodell der Transformation nach Marilyn Ferguson</i> .....	64
<b>3. Formen der Energiearbeit</b> .....	66
3.1. Die Vitalenergie Qi.....	67
3.1.1. <i>Die Drei Schätze</i> .....	69
3.1.2. <i>Qi Gong</i> .....	71
<i>Exkurs 1: Der Kleine Energiekreislauf</i> .....	74
3.2. Prana und Kundalini – Der hinduistische Zugang zur Lebensenergie .....	76
3.2.1. <i>Yoga</i> .....	78
3.2.2. <i>Patanjalis achtgliedriger Weg der Erlösung</i> .....	82
3.3. Die mystisch-magische Vereinigung.....	86
3.3.1. <i>Magie</i> .....	87
<i>Exkurs 2: Wie funktioniert Magie?</i> .....	90
3.3.2. <i>Die mystische Vereinigung</i> .....	91
3.3.3. <i>Das Ziel der hohen Magie</i> .....	92
Zusammenfassung .....	94

## C

<b>1. Schamanismus in der Begegnung mit der Moderne</b> .....	95
1.1. Das Bild des Schamanen im europäischen Denken .....	95
1.1.1. <i>Ein holpriger Anfang</i> .....	96
1.1.2. <i>Auf dem Weg zu einem tieferen Verständnis</i> .....	96
1.1.3. <i>Moderne Schamanismusforschung</i> .....	98
1.2. Neo-Schamanismus .....	99
1.2.1. <i>Durch Kursbesuch zum Schamanen?</i> .....	102
1.3. Schamanismus und Psychotherapie.....	104
1.3.1. <i>Die drei psychotherapeutischen Hauptrichtungen</i> .....	104
1.3.2. <i>Transpersonale Psychologie</i> .....	105
<b>2. Qigong, Yoga und Magie im Wandel der Zeit</b> .....	109
2.1. Qigong in der Gegenwart.....	109
2.2. Yoga auf dem Weg in den Westen .....	110
2.3. Magie in der Moderne .....	112
<b>3. Vom Nutzen angewandter Energiearbeit</b> .....	115
3.1. Der persönliche Nutzen .....	115
3.1.1. <i>Das Hindernis der eigenen Vorurteile</i> .....	115
3.1.2. <i>Das persönliche Initialerlebnis</i> .....	117
3.2. Nutzen für die Wissenschaft .....	119
3.2.1. <i>Eine fruchtbare Synthese?</i> .....	120
<b>Konklusion</b> .....	125
<b>Bibliographie</b> .....	129
<b>Abstract</b>	
<b>Lebenslauf</b>	

## **Danksagung**

Mein besonderer Dank gilt meinen Eltern, Elfriede Agnes und Dr. Ulf Böhmig, die mich immer und in jeder Hinsicht liebevoll unterstützt haben.

Weiters möchte ich mich bei meinem Diplomarbeitsbetreuer Prof. Dr. Manfred Kremser bedanken, dessen Anregungen mir während meines Studiums zu so mancher neuer Erkenntnis verhalfen.

Auch soll hier nicht auf all jene Menschen vergessen werden, mit denen es im Laufe meines Lebens zu so manchem spannenden wie erhellenden Erfahrungsaustausch gekommen ist.

## Einleitung

Schon von frühester Zeit an strebte der Mensch danach, die ihn umgebende Welt besser zu verstehen, sie in ihren Einzelheiten wie auch in ihrer Gesamtheit zu erfassen. Dies war einerseits aus Gründen der Existenzabsicherung notwendig, andererseits ist uns als reflektierende Wesen jegliche Empirie und der darauf folgende Wissensaufbau geradezu in die Wiege gelegt worden. Menschen von außergewöhnlicher Befähigung stellten von frühester Menschheitsgeschichte an diese ersten Wissenschaftler dar. Sie konnten ihre Mitmenschen heilen, das Wetter verändern, für Fruchtbarkeit sorgen oder auch mit den Geistern der Toten kommunizieren. Im modernen Sprachgebrauch nennt man diese Individuen *Schamanen*. Der *Schamanismus* zeichnet sich unter anderem durch eine ausgeprägte Ritualkultur aus. Im Ritual findet ein Schamane Zutritt zu scheinbar verborgenen Lebenswelten mit teils phantastischen Lebensweisen bzw. Energieformen. Dies geschieht in einem *außergewöhnlichen Bewusstseinszustand* (ABZ) des Schamanen und oft auch einiger bis aller Mitwirkenden am jeweiligen Ritual. Nach Meinung der meisten Forscher findet sich schamanisches Wissen bis heute in den meisten, wenn nicht in allen Kulturen in der einen oder anderen Form wieder. Wie sich zeigen wird, handelt es sich bei Schamanen um Energie(be)arbeiter par excellence. Dieser erstmals im Schamanismus auftauchende Aspekt der Energiebearbeitung (im Sinne von Gewährwerden und Kennenlernen der uns umgebenden Energien) wurde in der Menschheitsgeschichte von verschiedenen Kulturen, wie unter anderem Indien und China, auf unterschiedliche Arten weiterverfolgt. Erst die Zivilisationen der Moderne scheinen hier etwas vom Weg abgekommen zu sein, obgleich sich auch hier einige Konzepte zu diesem Thema finden. Als Beispiele seien hier die Denkrichtung des Vitalismus oder der Mesmerismus, die nach Franz Anton Mesmer benannte Lehre vom animalischen Magnetismus genannt. Diese Ansätze konnten sich, zumindest bis zum heutigen Tage, nicht gegen den wissenschaftlichen wie auch philosophischen Mainstream unserer Kultur behaupten, was aber nicht als Hinweis oder gar als Rechtfertigung dafür benutzt werden sollte, dass es sich daher um weltfremde, sprich: falsche Ansichten handeln müsse. Es stellt sich vielmehr die Frage, ob es sich dabei nicht um ein fundamentales fehlendes Puzzlestück unserer Erkenntnisgewinnung

handeln könnte. Daher soll in der vorliegenden Arbeit der Frage nachgegangen werden, wie weit energetische Bewusstseinsarbeit im Leben jedes Menschen sinnvoll ist und ob dies in weiterer Folge zum wissenschaftlichen Erkenntnisprozess beitragen kann. Als forschungsleitende Fragestellungen ergeben sich daher:

Inwiefern ist es sinnvoll, sich mit Energiearbeit zu beschäftigen?

Was kann Energiearbeit im Leben des Einzelnen verbessern?

Wie verhält sich Energiearbeit zu Wissenschaft?

Als Methode der Darstellung wurde die vergleichende Literaturarbeit gewählt, das Thema rechtfertigt dabei seinerseits einen alternativen wie interdisziplinären Ansatz. Daher spannt die verwendete Literatur einen relativ weiten Bogen über mehrere verschiedene Felder. Insgesamt gestaltet es sich als schwierig, einen einheitlichen Stand der Forschung zu dem gewählten Thema auszumachen, da sich Untersuchungen zu den Inhalten dieser Arbeit über mehrere wissenschaftliche Disziplinen verstreut wieder finden. Dabei lässt sich sowohl im wissenschaftlichen Bereich, als auch im Bereich esoterischer Lebenshilfe ein Zuwachs an Publikationen, die sich in irgendeiner Form mit Energiearbeit auseinandersetzen, feststellen. Eine wichtige Frage, welche sich in diesem Zusammenhang stellt, ist die, ob solche Themengebiete überhaupt von außen, im Sinne von bloßer wissenschaftlicher Beschreibung, sinngemäß verstanden werden können. Beispielsweise stößt man in der Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Formen von Energiearbeit immer wieder auf außergewöhnliche Bewusstseinszustände, wie sie von Schamanen, Magiern oder auch Yogis erlebt werden. Ein kleiner Teil der Literatur stammt daher von Menschen aus der Praxis, d.h., dass es sich hier nicht um wissenschaftliche Bücher im herkömmlichen Sinn handelt. In solchen Berichten lässt sich oft ein sehr direkter, an sich selbst erfahrener Zugang zur Lebensenergie erkennen. Diese wenigen Ausnahmen sind im Text als solche zu erkennen. So auch in Form zweier Exkurse, zum einen über die Funktionsweise von Magie und zum anderen über den Kleinen Energiekreislauf, einer grundlegenden Praktik aus der taoistischen Alchemie. In beiden Fällen dienen reine Sachbücher als Quellen, weshalb der jeweilige Exkurs eine Möglichkeit darstellt, trotz der relativen

Unwissenschaftlichkeit der hierbei verwendeten Literatur, nicht auf diese, meines Erachtens doch sehr wichtigen Informationen verzichten zu müssen. Zusätzlich zur reichhaltigen Information, welche der Literatur entstammt, flossen auch eigene Erfahrungen im Umgang mit lebensenergetischen Aspekten im Sinne einer selbst-reflexiven Methode in die Arbeit mit ein. Dies äußert sich schon in der Auswahl der Themen, welche jeweils eigenen Interessensbereichen entsprechen.

In ihrem Aufbau gliedert sich die Arbeit in drei Teile:

In *Teil A* erfolgt zunächst eine Vorstellung des Phänomens des Schamanismus. Es versteht sich von selbst, dass ein derart komplexes Gebiet hier nicht in seiner Gesamtheit erfasst werden kann, da es sonst den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde. Deshalb wird in einem angemessenen Rahmen auf Entstehung und Verbreitung eingegangen, um in der Folge die für diese Arbeit besonders interessante schamanische Reise im Zustand der Trance und den dazugehörigen Kontakt mit Geistern zu behandeln. Schließlich wird das äußerst prägende Initiationserlebnis thematisiert, aus dem der Schamane seine heilenden Kräfte schöpft. Energiearbeit präsentiert sich im Schamanismus daher als sehr eng mit dieser Initiation verbunden. Der erste Teil der Arbeit wird schließlich mit einer Untersuchung über die verschiedenen Formen schamanischer Energiearbeit abgeschlossen. Ein wichtiger Beitrag zur verwendeten Literatur stammt von Mircea Eliade, dessen *Schamanismus und archaische Ekstasetechnik* als meistzitiertes Werk auf diesem Gebiet gilt. Aber auch andere Erforscher des Schamanismus wie etwa Piers Vitebsky, Roger N. Walsh oder Holger Kalweit lieferten mit ihren Arbeiten einiges an verwertbarem Wissen. Für das Kapitel über Energiearbeit im Schamanismus war der Band *Pflanzen der Götter* von Richard E. Schultes und Albert Hofmann besonders hilfreich.

*Teil B* befasst sich mit dem New Age, einem spirituellen Phänomen, welches sich ab den 1950er Jahren besonders in den industriellen Nationen auszubreiten begann. Auch hier wird auf die Entstehung sowie auf bestimmte Charakteristika eingegangen, um anschließend den Aspekt der Initiation im Rahmen des New Age zu beleuchten. Schließlich werden drei Systeme angewandter Energiearbeit vorgestellt. Obwohl diese



schon jahrtausendlang erprobt worden sind, vermochten sie erst durch das Aufkommen der New-Age-Bewegung vermehrt ins Bewusstsein des modernen Menschen zu rücken. Bei den untersuchten Systemen handelt es sich um den indischen Yoga, das aus China stammende Qigong sowie um eine Betrachtung über den Zusammenhang von Mystik und Magie, wobei für diese Arbeit die so genannte *hohe Magie* von besonderem Interesse ist. Während es sich bei Qigong um ein ursprüngliches System zur Bearbeitung der Lebensenergie handelt und sich eine Untersuchung dieses Phänomens von daher rechtfertigt, stellt der klassische Yoga einen Einwegweg dar, aufbauend auf eben den Erkenntnissen im Umgang mit der Lebensenergie. Darüber hinaus findet sich in den weiten Feldern von Mystik und Magie eine auch im Westen nachweisbare Tradition der Energiearbeit. Die Literatur zum New Age stammt unter anderem von Ken Wilber, Elmar Gurber und Steven Sutcliffe. Zum Thema Yoga waren wieder Eliades Schriften sehr hilfreich. Das selbe trifft auf Nevill Drury bei der Behandlung der Phänomene Mystik und Magie zu.

In *Teil C* wird anfangs kurz auf die Geschichte der Begegnung unserer Kultur mit dem Schamanismus eingegangen. In den letzten Jahrzehnten führte dieser Austausch von Wissen zum Aufkommen einer modernen anthropologischen Schamanismusforschung, welche sich durch eine erhöhte Bereitschaft zur teilnehmenden Beobachtung auszeichnet, die manchmal soweit geht, dass manche Forscher sich selbst zum Schamanen ausbilden lassen. Damit verbunden entstand in dieser Zeit auch das Phänomen des Neo-Schamanismus, das die Sehnsucht des neuzeitlichen Menschen nach indigenen Lebensweisen und Seinserfahrungen erkennen lässt, indem versucht wird aus dem Erfahrungsschatz des Schamanen zu lernen und so Lösungen für aktuelle Probleme zu finden. Des weiteren finden sich im Rahmen der heutigen Psychotherapie Techniken und Inhalte, welche sich vom Schamanismus ableiten. Dem Thema dieser Arbeit entsprechend sollen diese Gebiete hier etwas genauer behandelt werden. In der Folge wird auch die jüngere Geschichte der im zweiten Teil der Arbeit behandelten Energiearbeitssysteme beleuchtet, um schließlich auf den Nutzen von Energiearbeit im Allgemeinen einzugehen. Auch für diesen Abschnitt der Arbeit waren Autoren wie Wilber und Drury sehr gewinnbringend, dazu noch unter anderen Robert J. Wallis oder Sylvester Walch.

In den abschließenden Schlussbemerkungen soll eine kurze Bilanz dieser Arbeit gezogen und dabei eventuelle Ausblicke vorgenommen werden.

## **Begriffsbestimmungen**

Vorab gilt es zwei wichtige und immer wiederkehrende Begriffe zu klären. Es handelt sich dabei um *Energiearbeit* und *Initiation*. Weitere Definitionen erfolgen im Laufe der Arbeit überall dort, wo es notwendig erscheint. Dem Begriff *Energiearbeit* liegt der Terminus *Energie* zu Grunde, der vom griechischen Wort *energeia* (*Akt* oder *wirkende Kraft*) abgeleitet wird. In unserer Kultur wird der Begriff zumeist im Rahmen eines physikalischen Weltverständnisses als quantitativer Faktor verstanden, wie nicht zuletzt die momentane Diskussion über das Versiegen verschiedener natürlicher Ressourcen (= Energie) zeigt. In der vorliegenden Arbeit bezieht sich das Verständnis von Energie aber auf das Vorhandensein einer subtilen, an sich selbst erfahrbaren Lebenskraft, welche das gesamte Universum erfüllt. Diese Vorstellung lässt sich in den meisten Stammeskulturen der Erde nachweisen, wie sie auch in den ostasiatischen Hochkulturen seit Jahrtausenden als wichtigste praktische wie philosophische Grundlage wirkt. Demgegenüber fand dieser Aspekt über lange Zeit kaum Resonanz im westlichen Denken, wie der Bioenergetiker Alexander Lowen feststellt: „*Westliche Auffassungen definieren (...) Energie zumeist mechanistisch als rein quantitativen Faktor. Weil bisher keine der Energien, die im Osten als gegeben angenommen werden, mit irgendwelchen Geräten gemessen werden konnte, weigert sich die westliche Wissenschaft, deren Existenz zu bestätigen.*“ (Lowen 1991: 30). Das Aufkommen des New Age ab den 1960er Jahren vermochte hier etwas zu verändern und veranlasste viele Menschen die althergebrachten Konzepte zu überdenken. Elmar Gruber und Susan Fassberg definieren in ihrem *New-Age-Wörterbuch* den Begriff *Energie* diesem neuen Verständnis entsprechend folgendermaßen:

*„Energie ist im Sprachgebrauch der ‚New Ager‘ der Ausdruck für die Manifestation der Gesamtheit einer Persönlichkeit als eine Art atmosphärischer Eindruck. Der Begriff Energie wird dabei frei mit dem psychischen Gesamtzustand, der Einstellung und damit der spezifischen Art, sich zu zeigen, ebenso in Verbindung gebracht, wie mit einem*

*quasiphysikalischen Energiebegriff, der auf die Vorstellung zurückgeht, dass auf einer ‚feinstofflichen‘ Ebene unser Körper tatsächlich von Energieströmen durchzogen ist (so etwa in den der Akupunktur zugrunde liegenden Annahmen von in Kanälen, sogenannten Meridianen, fließenden Energieströmen). In der New-Age-Alltagssprache werden meist momentane psychische Befindlichkeiten mit einer Eigenschaft der Energie beschrieben.“ (Gruber/Fassberg 1986: 37)*

Schon seit Urzeiten entwickeln und benützen Menschen Techniken, um diese (Lebens-) Energie kennen zu lernen und sich daran zu stärken. Nach schamanischer, ebenso wie unter anderem nach chinesischer Vorstellung, durchströmt diese Energie das gesamte Universum, ist somit in allem enthalten. *Energiearbeit* stellt nun die Möglichkeit dar, diese Lebenskraft willentlich zu beeinflussen. In erster Linie wird dies zur Stärkung der eigenen Vitalität und zum Vorbeugen vor Krankheiten, also zur Harmonisierung und Kräftigung der eigenen Energie(n) geschehen. In einem spirituellen Sinn kann Energiearbeit zur geistigen Transformation führen, wie es einige Traditionen Asiens zum Inhalt haben. Wie später noch zu sehen sein wird, kann auch Einfluss auf andere, außerhalb des eigenen Körper-Geist-Seele-Zusammenhanges liegende Energiefelder genommen werden. Dieser Aspekt wird besonders in den Heilungsseancen des Schamanismus deutlich. Aber auch im Bereich des magischen Wirkens, der seinerseits zweifellos stark durch schamanische Ideale und Techniken geprägt ist, gibt es diese Möglichkeit der willentlichen Veränderung der Außenwelt. Dies ist immer vom eigenen energetischen Zustand abhängig. In der Sprache der Alchimisten könnte man diesen Umstand mit der Beeinflussung des Makrokosmos (= Außenwelt) durch den Mikrokosmos (= Ich; eigenes Energiefeld) darstellen. Hierfür sind natürlich erst die eigenen Energien zu ordnen. Energiearbeit ist der Versuch, feine („unsichtbare“) Kräfte wahrzunehmen und in weiterer Folge mit ihnen umzugehen. Daher hat Energiearbeit auch immer mit einer gesteigerten Wahrnehmungsfähigkeit zu tun.

*Initiation* bezeichnet im Allgemeinen den Übergang von einem Lebensstadium in ein anderes, verbunden mit der Meisterung spezifischer, von Kultur zu Kultur verschiedener, zu diesem Zwecke gestellter Aufgaben. Damit verbunden soll es zu einer Steigerung der Fähigkeit kommen, persönliche ebenso wie überpersönliche Lebenszusammenhänge

besser verstehen zu lernen. Diese Einführung in eine neue Lebensphase wurde erstmals von Lafiteau mit dem Terminus *Initiation* bedacht (1724) (vgl. Streck 1987: 92). Eine auch heute noch gebräuchliche Definition kam Anfang des 20. Jahrhunderts von van Gennep. Er unterteilte in seinem Werk *Les rites de passage* das Initiationserlebnis in drei Phasen, die Trennungsphase (*Separation*), die Schwellenphase (*Marge*) und die Angliederungsphase (*Agrégation*) (vgl. van Gennep 1986: 21). Den Beginn stellt die Erfahrung der Loslösung vom alten Status dar. In der mittleren Phase der Übergangszeit erlebt der Initiand eine Art Gehirnwäsche, die ihn veranlasst, alte Gewohnheiten und Überzeugungen hinter sich zu lassen. Er befindet sich nun in einem kulturellen Bereich, der wenig bis gar nichts mit seinem bisherigen Sein gemeinsam hat. Individuen, die sich in dieser Liminalitätsphase befinden, haben das Alte noch nicht ganz abgestreift und das Neue noch nicht erreicht. Sie befinden sich zwischen den Welten. Für diese außergewöhnliche Erfahrung gibt es daher in vielen Gesellschaften eine Vielzahl von Symbolen um dies auszudrücken. Dieser Schwellenzustand wird oft mit dem Tod, der Dunkelheit oder auch mit dem Dasein im Mutterbauch gleichgesetzt. Die dritte und letzte Phase, welche nach van Gennep die Einführung in den neuen Status darstellt und von Fraser als eine *Wiedergeburt* bezeichnet wurde (1905), komplettiert den gesamten Initiationsprozess (vgl. Streck 1987: 93). Nach erfolgreich absolvierter Initiation befindet sich der Einzelne in einem für ihn gänzlich neuen kulturellen Bereich, mit spezifischen neuen Symbolen und Verhaltensregeln. Eine Transformation, welche den Bewusstseins-horizont der betreffenden Person zu erweitern vermochte, hat stattgefunden. Im Prinzip stellt eine Initiation zwar ein einmaliges Erlebnis dar, doch ist es genauso wichtig zu beachten, dass es sich bei angewandter Energiearbeit um eine lebenslange Beschäftigung handelt. Von Frasers Gedanke der Wiedergeburt ausgehend steht man nach einer Initiation erst am Anfang eines neuen Lebens, mit allen Anforderungen und Möglichkeiten die dieses bieten mag. So befindet auch Wladimir Lindenberg zu Beginn seines Buches *Riten und Stufen der Einweihung*: „Für den religiös gebundenen Menschen ist der Ablauf seines ganzen Lebens eine fortlaufende Kette von Entwicklungen und Einweihungen.“ (Lindenberg 1978: 16). Im Rahmen dieser Arbeit ist daher ein Übergang in ein neues Lebensstadium unbedingt auch als ein Beginn eines bewusster geführten Lebens, gestützt auf die Wahrnehmungsfähigkeit feinerer Energien, zu verstehen.

# A

## 1. Schamanismus

In der Begegnung mit dem Phänomen des *Schamanismus* und um es in seiner Gesamtheit erfassen zu können erscheint eine Herangehensweise, die nur auf wissenschaftlichen Gesichtspunkten basiert, unzureichend. Besonders die Wissenschaft der Anthropologie, welche sich mit dem Menschen an sich, mit seinen Vorstellungen vom Sein sowie den von ihm hervorgebrachten Kulturleistungen beschäftigt, läuft manchmal Gefahr, in ihrer (als Wissenschaft notwendigen) Verbundenheit dem Rationalismus gegenüber, zu teils unrichtigen Interpretationen zu gelangen. Der sri lankesische Anthropologe Stanley J. Tambiah befindet in seiner Arbeit *Magic, Science, Religion, and the Scope of Rationality* zu diesem Umstand: *“One must see (...) that the daunting double task of translation of cultures and their comparative study raises not only the question of the mentality of us and other peoples, but also ultimately the issue of ‚rationality‘ itself, and the limits of western ‚scientism‘ as a paradigm.“* (Tambiah 1990: 3). Die moderne Schamanismusforschung sieht sich mit der Notwendigkeit konfrontiert, ohne Unterlass an neuen Denkmodellen zu arbeiten, um so die Figur des Schamanen letztlich besser verstehen zu lernen. Dabei handelt es sich um Grenzgebiete des wissenschaftlichen Handelns, deren Inhalte Vertretern der rationalen Wissenschaft oft als sehr unwissenschaftlich erscheinen mögen. Diese Problematik beschreibt der Ethnopsychologe und Schamanismusforscher Holger Kalweit: *„Die Geschichte der Erforschung des Schamanentums ist die Geschichte einer Verschwörung gegen das a-rationale, unobjektive, nicht-kartesianische Denken. Medizinmann, Trancemedium, Visionär und Zauberer stellen für den aufgeklärten Geist seit jeher den Erzfeind des ‚vernünftigen‘ Denkens dar. Der Schamane ist für den wissenschaftlichen Verstandesdünkel die dunkelste Ausgeburt menschlicher Unvernunft.“* (Kalweit 2000: 10). Kalweit räumt zugleich aber auch ein, dass sich die Situation mittlerweile verbessert hat, was damit zu tun hat, dass: *„(...) die Grundwerte des abendländischen Denkens ins Wanken geraten sind und sich neue Bewusstseinswelten abzeichnen, (...)“* (ebd.: 10). Die sakrale Dimension der Natur werde uns so wieder näher gebracht, wie Kalweit über-

haupt den Beginn der Vereinigung von profaner Wissenschaft mit heiliger Inspiration und Weisheit zu einer meta-rationalen Wissenschaft feststellen will (vgl. ebd.: 11). Der Schamanismus kann so auch als wichtiges Erbe der gesamten Menschheit begriffen werden, welches bei der Erstellung zukünftiger Denk- und Handlungsmodelle hilfreich sein wird.

## 1.1. Etymologie

Der Terminus *Schamanismus* kommt aus dem innerasiatischen Raum. *Saman* ist ein Begriff aus dem Tungusischen und bezeichnet jemand, der/die *erregt, bewegt* oder auch *erhoben* ist. Dies leitet sich vom Verb *scha-* her, das für *wissen* steht. Somit ist ein Schamane ein Wissender, jemand, der sowohl mit der weltlichen als auch mit der geistigen Sphäre umgehen und bei Bedarf zwischen diesen beiden Welten vermitteln kann. Einer etwas anderen Betrachtungsweise folgend käme man bei der Übersetzung des Wortes *saman* zu Termini wie *rasend, exaltiert*. Dies weist auf einen dynamischen, feurig-energetischen Aspekt hin. Auch der Sanskrit-Begriff *samana*, der *sich erhitzen* bzw. *sich kasteien* bedeutet, zeigt die Fähigkeit zur Umwandlung von Energie an (vgl. Walsh 1992: 19). Die Verwendung des Begriffes *Schamanismus* findet heute weit über die Grenzen des Tungusischen hinaus Bedeutung, wie Merete Demant Jakobsen herausstreicht: „*Shamanism is ‚strictu sensu‘ pre-eminently a religious phenomenon of Siberia and Central Asia. Although the concept derives from the Tungus in Siberia, the role of the shaman as a mediator between the human world and the world of the spirits is known worldwide and therefore justifies the use of shamanism as a more general term.*“ (Jakobsen 1999: 1). Auch der große Schamanismusforscher Mircea Eliade will den Schamanismus als ein weltweit verbreitetes Phänomen verstanden wissen, vom dem sich aber die vollständigsten Formen wiederum in Zentral- und Nordasien finden lassen (vgl. Eliade 1989: 16).

## 1.2. Entstehung und Verbreitung

Über den Zeitpunkt der Entstehung des Schamanismus herrscht Uneinigkeit. So wird von einigen Forschern angenommen, dass sich schon in Jäger- und Sammlerkulturen des Jungpaläolithikums (ca. 40.000–10.000 v. Chr.) kultische Handlungen herausbildeten, die den Jagderfolg sichern und die Fruchtbarkeit innerhalb der Gruppe gewährleisten sollten. Der mit der Zeit immer komplizierter werdende Ritus verlangte schließlich nach einem geistlichen und weltlichen Führer, dem Schamanen. Andere Theorien stellen den zeitlichen Faktor dieses Ansatzes in Frage, so auch Mihaly Hoppal, der besonders auf die unzureichenden archäologischen Daten verweist, welche diese Theorie stützen sollen (vgl. Hoppal 2002: 42). Hoppal, der besonders im sibirischen Raum forschend tätig ist, sieht in Anlehnung an Arbeiten russischer Ethnologen einen bedeutenden Zusammenhang zwischen den dort entdeckten Höhlenzeichnungen und dem Aufkommen des Schamanismus. Demzufolge könnte der Ursprung des Schamanismus bis in die Jungsteinzeit (ca. 5.000–2.000 v. Chr.) zurückreichen (vgl. ebd.: 44). Für Piers Vitebsky wäre es zumindest *„(...) möglich, dass paläolithische Jäger Schamanen in ihren Gemeinschaften hatten, zu beweisen ist das nicht. Es steht außer Frage, dass bis zur Entwicklung des Ackerbaus alle menschlichen Gesellschaften die Jagd als Lebensgrundlage hatten und dass in der jüngeren Geschichte Schamanen ein besonders starkes Bindeglied zwischen Jagd und Leben darstellten.“* (Vitebsky 2001: 29). So führte die enge Verbindung zwischen Schamanismus und Jagd zu der Spekulation, dass es sich beim Schamanismus sowohl um die älteste Form von Religion, wie auch um die älteste geistige Disziplin und medizinische Praxis der Menschheitsgeschichte handelt (vgl. ebd.: 30).

Nach der lange Zeit gebräuchlichen diffusionistischen Theorie zur Entstehung und Verbreitung des Schamanismus fand ausgehend von innerasiatischen Jäger- und Sammlerkulturen eine Ausbreitung des Phänomens statt. Demgegenüber existiert die These, dass es zu einer unabhängigen Entwicklung an verschiedenen Orten kam. Diese Vorstellung unterstützt unter anderem der amerikanische Anthropologe und praktizierende Schamane Michael Harner. Seine Begründung klingt von einem praktischen Standpunkt aus gesehen durchaus einleuchtend: *„(...) weil Schamanismus*

*funktioniert. Über viele Tausende von Jahren, durch Erprobung und Irrungen, kamen Menschen in ökologischen und kulturellen Situationen, die oft grundverschieden waren, dennoch zu denselben Schlüssen hinsichtlich der grundlegenden Prinzipien und Methoden schamanischer Kraft und Heilung.*“ (Harner 1996: 71). Harner streicht besonders den Aspekt der Krafterlangung und jenen der Heilung (mit Hilfe der Kraft) hervor. Dabei handelt es sich nicht nur um zentrale Punkte des Schamanismus alleine, sie betreffen die gesamte Menschheit, da eine tiefer gehende Beschäftigung mit der Lebenskraft immer zu einer Energetisierung und Harmonisierung des persönlichen Energiefeldes des Menschen führen sollte. Dies entspricht in den meisten Kulturen der Vorstellung von Heilung. Da Heilung im Falle eines energetischen Ungleichgewichtes (= Krankheit) ein universales, weil notwendiges Bedürfnis darstellt, scheint es auch nur logisch wie sinnvoll, dass sich mit der Zeit überall Spezialisten dafür herausgebildet haben.

### **1.3. Charakteristika**

Hier soll der Frage nachgegangen werden, worum es sich beim Phänomen des Schamanismus im Besonderen handelt und wodurch es sich von anderen, zum Teil ähnlichen Phänomenen, wie dem Besessenheitskult oder jeder organisierten Religion unterscheidet. Der Aspekt der Heilung gilt dabei als ein zentrales Merkmal des Schamanismus. Wie im Folgenden dargestellt werden soll, begibt sich der Schamane dazu auf eine Reise der Seele, auf der es zu einem Kontakt mit verschiedenen Geistwesen kommt. Aus der Begegnung mit diesen anfangs fremdartigen Wesenheiten, welche die Geister der Ahnen, aber auch Tier- oder Naturgeister sein können, gewinnt der Schamane tiefere Einsichten in verschiedenste Bereiche des Lebens.

#### **1.3.1. Was ist Schamanismus?**

Wie Walsh dazu pointiert feststellt, gibt es in dieser Frage „(...) *herzlich wenig Übereinstimmung.*“ (Walsh 1992: 19). Sowohl in der Wissenschaft als auch in der



Alltagssprache wurde und wird der Begriff *Schamanismus* in einer inflationären Art und Weise verwendet. Dies ergibt sich aus der äußerst facettenreichen Figur des Schamanen, welche für die verschiedenen Beobachter oft kaum einzuordnen war. Ein Beispiel ist die Abgrenzung vom Schamanen zum Mediziner, wie er in vielen afrikanischen Gesellschaften anzutreffen ist. Auch der Schamane gilt schließlich allgemein als ein großer Heiler. Eliade stellt dazu fest, dass zwar jeder Mediziner heilt, der Schamane dazu aber doch bestimmte, nur ihm geläufige Methoden verwendet, die teilweise über die Möglichkeiten des Mediziners hinausgehen. So ist der Schamane auch begabter Zauberer und Meister im Erleben der Trance (vgl. Eliade 1989: 15). Ake Hultkrantz betont dahingehend, dass auch Mediziner, ähnlich dem Schamanen, Kontakte zur übernatürlichen Welt haben und daraus ihre Heilkräfte beziehen: *„Der gemeinsame Nenner der Heilungen bei Schamanen und Medizinern ist, dass jede Krankheit mit übernatürlichen Methoden beseitigt werden muss, da sie ja übernatürlichen Ursprungs ist.“* (Hultkrantz 1994: 47). Für ihn findet sich ein wichtiges Unterscheidungskriterium im Umgang mit der Trance: *„Auch der gewöhnliche Mediziner heilt den Kranken manchmal im Zustand leichter Trance, doch fällt er nicht in den tiefen Trancezustand, der die Voraussetzung für einen Kontakt mit der Welt des Übernatürlichen ist. Nur im Augenblick der Berufung für sein Amt hat der gewöhnliche Mediziner vielleicht eine solche Begegnung mit höheren Mächten.“* (ebd.: 47). Diese Position unterstützend, schlägt Roger N. Walsh vor, Definitionen unter Berücksichtigung der verschiedenen Bewusstseinszustände, in die ein Schamane willentlich ein- und austreten kann, zu benützen. Eine weite Definition des Schamanen schliesse so für ihn *„(...) alle Praktizierenden ein, die in kontrollierte veränderte Bewusstseinszustände eintreten, ohne Rücksicht darauf, um welche Bewusstseinszustände es sich handelt.“* (Walsh 1992: 21). Eine andere, berühmte Definition des Schamanen, welche auch auf Bewusstseinszuständen aufbaut, kommt von Eliade: *„Eine allererste Definition dieses komplexen Phänomens (...) wäre: Schamanismus = Technik der Ekstase.“* (Eliade 1989: 14). Der Begriff *Ekstase* kommt aus dem griechischen *ekstasis* und deutet auf den Zustand des *Außer-Sich-Seins* hin. Nach Eliades Definition ist ein Schamane nun ein Spezialist der Ekstase, des bewussten Verlassens des Körpers durch die Seele. Dieser Ansatz scheint seine Berechtigung zu haben, da dieses Außer-Sich-Sein als Voraussetzung für den Seelenflug während der schamanischen Reise, dem Um und Auf der

schamanischen Erkenntnisgewinnung, zu sehen ist. Vitebsky wirft dazu aber ein, dass ekstatische Zustände im schamanischen Repertoire wohl zu finden wären, dies aber in viel kleinerem Maße als jene der Trance (Vitebsky 2001: 65). Er verweist in Anlehnung an den Anthropologen Rouget darauf, dass eine Unterscheidung zwischen Ekstase und Trance notwendig wäre, da sie zu verschiedenen Arten religiöser Empfindungen gehören: *„Während Ekstase Stille, Schweigen und Einsamkeit erfordert, ist Trance abhängig von Bewegung, Lärm und Gesellschaft. Ekstase enthält sensorische Deprivation, Trance dagegen sensorische Überstimulation. Selbst wenn wir diesen Unterschied akzeptieren, können Trance und Ekstase in vielen Religionen und selbst in Individuen nebeneinander existieren.“* (ebd.: 65). Eliades obige Formel hätte dadurch zu lauten: *Schamanismus = Technik der Ekstase, wie auch der Trance.*

Eine andere, oft diskutierte Frage ist jene, worin der Unterschied zwischen Schamanismus und den verschiedensten Besessenheitskulten liegt. So wurde der Schamane in der Vergangenheit wiederholt als psychisch Kranker, von dämonischen Mächten Besessener dargestellt. Nach Meinung Eliades wäre es aber *„(...) leicht zu sehen, worin der Schamane sich vom ‚Besessenen‘ unterscheidet: er meistert seine ‚Geister‘, in dem Sinn, dass er als menschliches Wesen eine Verbindung mit den Toten, den ‚Dämonen‘ und den ‚Naturgeistern‘ zustande bringt, ohne sich dazu in ihr Instrument verwandeln zu müssen.“* (Eliade 1989: 15). Vitebsky vertritt hier die Auffassung, dass dieser besondere Umgang mit den Geistern *„(...) vielleicht mit der Natur der Initiation zusammenhängt, die durch rituelle Aufführungen wiederholt und entwickelt wird.“* (Vitebsky 2001: 64) Er weist darauf hin, dass schamanische Trance in hohem Grade kontrolliert abläuft, was im Gegensatz zu den bekannten Formen von Besessenheit steht. Die bewusste Überwindung der alten Persönlichkeit durch die Initiation wirkt dabei stellvertretend für alle weiteren Reisen in die unendlichen Regionen des Geistes.

Weiters einer Klärung bedarf die Frage, ob denn Schamanismus als eine Religion zu sehen sei, da der Schamane als Seelsorger der Gemeinschaft auch eine dem Priesteramt ähnliche Rolle einnimmt. Dazu befindet Vitebsky: *„(...) Schamanismus ist keine einheitliche Religion, sondern eine kulturübergreifende Form religiöser Wahrnehmung und Praxis.“* (ebd.: 11). Es handelt sich vielmehr um eine Sammlung von

Praktiken und Methoden, die jeweils von Einzelpersonen gelernt und ausgeführt werden, denn um ein klar definiertes, dogmatisch aufgebautes Glaubensgebäude, welches von einer Gruppe von Menschen geteilt wird. Einer ähnlichen Meinung ist auch Eliade:

*„Die Schamanen sind Wesen, die sich im Schoß ihrer jeweiligen Gesellschaft durch bestimmte Züge hervortun, welche innerhalb der Gesellschaft des modernen Europa die Zeichen einer ‚Berufung‘ oder doch einer „religiösen Krise“ sind. Sie sind von der übrigen Gesellschaft durch die Intensität ihres religiösen Erlebnisses abgesondert. Man würde also mit besserem Grund den Schamanismus unter die Mystiken einreihen als unter das, was man gewöhnlich mit ‚Religion‘ bezeichnet. Wir werden dem Schamanismus innerhalb vieler Religionen begegnen, denn er bleibt immer eine Technik der Ekstase, die einer gewissen Elite zur Verfügung steht und in gewisser Weise die Mystik der betreffenden Religion konstituiert.“ (Eliade 1989: 17)*

Wie Eliade weiter beschreibt, ordnet diese mystische Elite nicht nur das religiöse Leben der Gemeinschaft, sondern fungiert auch als Bewacher der Seele: *„Der Schamane ist der große ‚Spezialist‘ für die menschliche Seele; er allein ‚sieht‘ sie, denn er kennt ihre ‚Gestalt‘ und ihr Schicksal.“* (ebd.: 18). In all jenen Bereichen, in denen es nicht um den Umgang mit der Seele selbst ginge, wäre der Schamane entbehrlich. So gesehen spielen sich ein großer Teil des religiösen Lebens ohne ihn ab (vgl. ebd.: 18). Eliade reiht somit den Schamanismus unter die Mystiken, die vor einer spezifischen Religion stehen und so für diese formgebend sein können. Der Schamane erfüllt daher seine priesterlichen Funktionen ganz einfach deshalb, weil er der *Seelenspezialist* der Gemeinschaft ist und nicht um ein gemeinsames Glaubensbekenntnis aufrecht zu erhalten.

### **1.3.2. Die schamanische Reise**

Bei der schamanischen Reise handelt es sich um ein herausragendes Merkmal des hier behandelten Komplex des Schamanismus. Ausgehend von einem Berufungserlebnis, auf das später genauer eingegangen wird, entwickelt der Schamane die Fähigkeit zu einer visionären Seelenreise, während der Kontakt mit der Welt der Geister und Ahnen

aufgenommen wird. Dazu bemerkt Nevill Drury, eine weitere Annäherung an das Phänomen Schamanismus gebend: *„Schamanismus ist im Grunde Animismus in praktizierter Form. Da die ganze Natur von Göttern und Geistern belebt ist und alle Erscheinungsformen des Kosmos als miteinander verbunden wahrgenommen werden – denn das Universum besteht aus einem Netzwerk von Energien, Formen und Schwingungen –, wird vom Schamanen verlangt, dass er als Vermittler zwischen den verschiedenen Wirklichkeitsebenen wirkt.“* (Drury 2003: 16). Eine Voraussetzung für diese Vermittlerfunktion ist die willentliche Erlangung eines veränderten Bewusstseinszustandes visionärer Natur. Dieser ist vom *common sense* der Alltagsrealität zu unterscheiden. Nur in diesem anderen Bewusstseinszustand ist die so genannte schamanische Reise verwirklichtbar:

*„In gewissem Sinne kann man die schamanische Seelenreise als einen kontrollierten Akt geistiger Auflösung betrachten. Dieser Zustand lässt sich auf viele Arten erreichen: Manchmal wird er durch heilige psychedelische Pflanzen ausgelöst, in anderen Fällen ist die Geistsuche mit Perioden des Fastens oder der Einschränkung sensorischer Fähigkeiten, mit Gesang und Trommelschlagen oder mit einer besonderen Reaktion auf einen mächtigen visionären Traum verbunden.“* (ebd.: 21)

Ausgehend von der *mittleren Welt*, dem Diesseits, führt die Reise entweder in die *Oberwelt* (die auch als *Himmel* bezeichnet wird) oder in die *Unterwelt* (dem Bereich der Geister und Toten) Dabei begegnet der Schamane den verschiedenartigsten Szenerien und Wesenheiten. Walsh dazu: *„Was den Schamanen zum ‚kosmischen Reisenden‘ macht, ist seine Erfahrung, sich in diesem Kosmos mit seinen vielen Etagen nach Belieben bewegen zu können.“* (Walsh 1992: 143). Die drei Welten sind, wie in zahllosen Mythen beschrieben, durch eine Mittelachse, der *axis mundi*, miteinander verbunden. Eine Beschreibung dazu kommt von Eliade: *„(...) diese Achse gilt als ‚Öffnung‘, als ‚Loch‘; durch dieses Loch steigen die Götter auf die Erde herab und die Toten in die unterirdischen Gefilde, durch dieses Loch vermag die Seele des in Ekstase befindlichen Schamanen aufzufliegen oder abzustiegen, wie er es bei seinen Himmels- oder Unterweltsreisen bedarf.“* (Eliade 1989: 249). Wie Eliade weiter beschreibt, handelt es sich dabei um ein in weiten Teilen der Welt nachweisbares Phänomen:

*„Obwohl das schamanische Erlebnis im eigentlichen Sinn dank der kosmologischen Vorstellung von den drei kommunizierenden Zonen zum mystischen Erlebnis werden konnte, gehört diese kosmologische Vorstellung nicht ausschließlich der Ideologie des sibirischen und zentralasiatischen oder eines beliebigen anderen Schamanismus an. Es handelt sich hier um einen allgemein verbreiteten Gedanken, der aus dem Glauben an die Möglichkeit einer direkten Verbindung mit dem Himmel erwachsen ist.“ (ebd.: 254)*

Diese Öffnungen zu Ober- und Unterwelt haben von Kultur zu Kultur verschiedene Erscheinungen und Eigenarten. Vitebsky bringt das Beispiel einer Sora-Schamanin, die einen riesigen mythischen Baum hinunterklettern muss, um von der Erde in die Unterwelt zu gelangen. Oder die verschiedenen Wege, in Sibirien in die Oberwelt zu gelangen – der Khant-Schamane hat dafür einen vom Himmel herabhängenden Ast zu erklimmen, während der *kosmische Reisende* bei den Nenets über eine Brücke aus Rauch geht und jener der Tschuktschen entweder zu Fuß in den Himmel gelangt oder auf einem Rentier dorthin reitet (vgl. Vitebsky 2001: 70).

Abgesehen von der Erlangung persönlicher Kraft und Weisheit besteht der Hauptzweck einer schamanischen Reise zumeist darin, der Gesellschaft und deren Mitgliedern zu helfen. Ohne der Seelenreise ist es dem Schamanen nicht möglich diese Aufgaben zu erfüllen; sie dient so dem Überleben der Gruppe als Ganzes (vgl. Müller 1997: 87). Eliade schreibt hierzu:

*„Als unersetzlich erweist sich der Schamane (...) bei jeder Zeremonie, welche die Erlebnisse der menschlichen Seele als solcher betrifft, als der gefährdeten Einheit Seele, die dazu neigt den Körper zu verlassen und die leicht zur Beute von Dämonen und Zauberern wird. Das ist der Grund dafür, dass (...) der Schamane die Funktion des Arztes und Heilenden innehat; er sagt die Diagnose, er sucht die flüchtige Seele des Kranken auf, fängt sie ein und lässt sie mit dem Körper, den sie eben verlassen hat, wieder vereinigen. Immer ist er es, der die Seele des Verstorbenen in die Unterwelt führt, denn er ist in besonderer Weise ‚Psychopomp‘, Seelenbegleiter.“ (Eliade 1989: 177f.)*

In diesen Worten Eliades erscheint der Schamane erneut in erster Linie als Spezialist der Seele, wobei sich aber auch zeigt, wie eng dieser Aspekt schamanischen Wirkens mit seiner Funktion als Heiler verbunden ist. Sergius Golowin zufolge bringt der Schamane hier eine besondere Fähigkeit von seiner Wanderung zwischen den Welten mit: *„(...) nämlich den Kranken zeigen zu können, wie man seine eigene Lebenskraft wieder ins Gleichgewicht bringt und dadurch gesund wird.“* (Golowin 1998: 137). Auch der amerikanische Anthropologe Richard Grossinger betont die Wichtigkeit der Seelenreise in Verbindung mit traditioneller indigener Heilweise: *„Spiritual medicine assumes the priority of the spiritual origin of diseases and so attempts to cure them on a parapsychical plane. Native doctors (as a class) examine lethal wounds, dissect corpses, and learn as much physiology firsthand as some contemporary physicians, but almost all of them regard the physicalization of pathology as a secondary effect of the ‚real‘ supernatural intrusion.“* (Grossinger 2000: 191f.). Nach dieser Sichtweise, welche auch der schamanischen Perspektive entspricht, entsteht Krankheit zuerst in der geistig-seelischen Welt, um sich erst dann auf der materiellen Ebene, dem Körper, zu manifestieren. Der Schamane begibt sich aber nicht nur zur Behebung energetischer Unregelmäßigkeiten, welche sich beim Menschen in Form von Krankheit äußern, in diese fantastischen Regionen der Seele. Jagd- und Wetterzauber wären beispielsweise weitere Gründe, sich im Auftrag der Gesellschaft auf die Reise zu machen. Auch hier ist der Aspekt der (erwünschten) energetischen Veränderung zu erkennen, der Schamane versucht aber einen größeren Organismus zu heilen, wenn er seine Kräfte dafür aufbringt, Regen über ausgetrocknetes Land herbei zu beschwören oder beispielsweise Nahrung in Form von Wild oder einer guten Ernte für das Volk zu bringen.

### **1.3.3. Geisterwelten**

Unerlässlich für jeden Schamanen ist es, einen guten Kontakt zu den Geistern herzustellen und diesen zu gewissenhaft pflegen. Die Geister sind mit dem Schicksal des Einzelnen ebenso wie mit jenem der Gesellschaft als Ganzes eng verbunden, wie Walsh ausführt: *„Das Universum des Schamanen ist erfüllt von Leben, Bewusstheit und Geistern. Diese Geister – allgegenwärtig, mächtig und gelegentlich übelwollend – haben*

einen enormen Einfluss auf alle Stammeskulturen. Was immer geschieht, Gutes und Schlechtes, Glück und Unglück, Erfolg und Fehlschlag, es wird meist dem Wirken von Geistern zugeschrieben. (...). Der Schamane ist es, der Kontrolle über die Geister hat.“ (Walsh 1992: 147f.). Für manche Anthropologen, darunter Drury, handelt es sich dabei sogar um die wichtigste Aufgabe eines Schamanen: „Der Hauptfaktor der Tätigkeit des Schamanen liegt (...) in seiner Fähigkeit, die Kontrolle über seine Vision zu bewahren. Im Gegensatz zum Medium begegnet er willentlich den Geistern und Göttern seines mythischen Pantheons und lernt von ihnen.“ (Drury 1989: 32). Es ist ein primäres Ziel im Schamanismus, diese Kontrolle über die Geister zu erlangen, und so leichter Zugang und Kenntnis über die verborgenen Welten zu bekommen. Vitebsky weist in diesem Zusammenhang auf mögliche Gefahren hin, denen sich ein Schamane durch den Kontakt mit den Geistwesen aussetzt: „(...) selbst wenn der Schamane unter kontrollierten Bedingungen in Trance fällt, bleibt bei seiner ‚Herrschaft‘ über die Geister ein hohes Risiko bestehen. Der Beruf des Schamanen muss als außerordentlich gefährlich betrachtet werden, mit einem konstanten Risiko zu Krankheit oder Tod.“ (Vitebsky 2001: 10f.). Es ist daher von größter Wichtigkeit, eine gesunde Beziehung zur Geisterwelt zu unterhalten, im Sinne des gegenseitigen Gebens und Nehmens. Dies äußert sich von Seiten des Schamanen besonders in den Opferungen, die jeweils am Anfang eines Rituals, also vor Antritt der Reise dargebracht werden. Auf seinen ersten Reisen, zu Beginn der schamanischen Laufbahn, findet der Schamane seinen Schutzgeist, von dem Harner meint, dass es ohne ihn praktisch unmöglich wäre, ein Schamane zu sein. Dieser wirke besonders im Bestreben gegen feindlich gesinnte Wesenheiten oder Kräfte während der Reise zu bestehen als Basiskraftquelle (vgl. Harner 1996: 72). Neben dem Schutzgeist bringen es erfahrene Schamanen auf eine beträchtliche Anzahl von Hilfsgeistern, deren Gesamtheit ihrem Besitzer große Macht verleihen kann. Sie haben spezielle Kräfte, um in bestimmten Situationen ihrem Träger größtmögliche Dienste zu leisten. Oft treten sie in tierischer Gestalt auf. Man nennt sie dann *Krafttiere*, deren Form und Eigenschaften der geübte Schamane bei Bedarf annehmen kann. Andere Geister können verschiedener Pflanzen entstammen oder auch eine menschliche Form besitzen, in diesem Fall handelt es sich um Ahnengeister. Wiederum andere mögen wie von einem anderen Planeten stammend aussehen. Auf seinen Reisen und dem dazugehörigen Kontakt mit den Geistern erlangt der Schamane

jenes Wissen, jene Kraft und Hilfe die ihn zu all den verschiedenen Diensten an der Gemeinschaft befähigen. Besonders zu Beginn der schamanischen Laufbahn üben die Geister einen instruierenden und lehrenden Einfluss auf den Adepten aus. Müller weist daher auf die Wichtigkeit einer funktionierenden Beziehung mit der Geisterwelt hin: *„Um aus der Erfahrung seiner Hilfsgeister auch gebührend zu schöpfen, sich ihrer Spezialkenntnisse erfolgreich bedienen zu können, musste der Schamane freilich eine besonders enge und vor allem auch ungetrübte Beziehung zu ihnen besitzen, das heißt sie ebenso geschickt wie behutsam zu lenken, zu kontrollieren, ja zu meistern verstehen.“* (Müller 1997: 42f.). Solcherart Erfahrungen mit Geistwesen macht der Schamane zumeist in veränderten Bewusstseinszuständen, wie sie der Traum, die Trance und eben die schamanische Reise darstellen (vgl. Walsh 1992: 155). Die gutgesinnten Geister sind dem Schamanen beim unerlässlichen Erstellen der Karte des menschlichen Geistes behilflich und zeigen ihm in weiterer Folge, welche Verhaltensformen und Strategien sinnvoll sein können. Erst so gewinnt der Seelenreisende einen Überblick über diese verschiedenartigsten Regionen und die darin vorkommenden Wesen des schamanischen Universums. Dieses schamanische Streben nach Kraft und Weisheit ist nach Meinung vieler Forscher grundlegend für alle okkulten, magischen und mystischen Systeme, wie sie seit Jahrtausenden von der Menschheit praktiziert werden. So meint auch Idries Shah, ein Kenner auf dem Gebiet der Magie: *„Erst seit dem noch nicht weit zurückliegenden viktorianischen Zeitalter hat die Archäologie die bemerkenswerte Tatsache nachgewiesen, dass magische Quellen aus Zentralasien Völker auf der halben Welt beeinflusst haben.“* (Shah 1984: 11). Durch Völkerwanderungen soll sich laut Shah dieses Wissen nach Westen ausgebreitet haben, was den Autor wohl als Vertreter der diffusionistischen Verbreitungstheorie des Schamanismus ausweist. Aber auch jener Ansatz, der besagt, dass Schamanismus unabhängig an verschiedenen Orten entstanden ist, widerspricht nicht unbedingt der Idee, dass der Schamane als Prototyp jeglichen spirituellen Wirkens zu verstehen ist.



## 2. Die Initiation im Schamanismus

Die Berufung zum Schamanen kann sich auf mehrere Arten einstellen. Oft wird die Schamanenschaft vererbt, in manchen Kulturen findet eine Weitergabe innerhalb einer Familie statt. In anderen Fällen kommt es zu einer Vererbung innerhalb einer größeren Gruppe. Wie Hoppal beschreibt, ist im Schamanismus Vererbung so zu verstehen: „(...), dass die Seele des toten Schamanen in den lebenden einzieht. Das äußert sich oftmals in Form einer Krankheit. Die Schamanenkrankheit ist ein sicheres Zeichen dafür, dass der Kandidat von den Geistern auserwählt wurde.“ (Hoppal 2002: 13). In manchen Kulturen können laut Walsh die Initianten: „(...) aufgrund irgendeines auffallenden Merkmals oder Erlebnisses ausgewählt werden, sei es ungewöhnliches Aussehen, eine Krankheit wie etwa Epilepsie, unverhofftes Genesen von einer schweren Krankheit oder irgend ein anderes Omen. Sie können auch seltsame Symptome, Gefühle und Verhaltensweisen zeigen, die so dramatisch sein können, dass man sie die ‚schamanische Initiationskrise‘ genannt hat.“ (Walsh 1992: 55). Auch kann der Ruf während eines Traumes oder einer Visionssuche laut werden. In der Regel entsteht in diesen Fällen ein Kontakt zu einem Geist, durch den der Initiant erste Unterweisungen erhält, wie er sich in dieser für ihn neuen Situation zu verhalten hat. Es empfiehlt sich diesem Ruf aus der Geisterwelt nachzukommen, auch wenn das anfangs nicht im eigenen Interesse liegen mag. Wie Walsh berichtet sind viele Schamanen „(...) von der Aussicht auf ihren Beruf alles andere als begeistert und widersetzen sich den Anfangszeichen und -symptomen auf das heftigste. Dabei riskieren sie einiges; viele Stammesmythen berichten, dass, wer dem Ruf nicht folgt, krank wird, den Verstand verliert, stirbt.“ (ebd.: 120). In Joan Halifax' Buch *Die andere Wirklichkeit der Schamanen* skizziert Arthur Amiotte diese notwendige Ergebenheit des Schamanen, seinem Schicksal bzw. den Geistern gegenüber, am Beispiel des Sioux-Medizinmannes Petaga Yuha Mani: „Petaga Yuha Mani, auch Pete Catches genannt, wurde für seine Aufgabe von den Donnerwesen erwählt: ‚Ich muss einfach in dieser Weise leben, die ich mir nicht ausgesucht habe, weil sie (die Donnerwesen) mich erwählt haben. (...). Mein ganzes Leben besteht darin, dem Geheiß der Donnerwesen und dem meines Volkes zu folgen und auf das acht zu haben, was mir die Großväter sagen.‘“ (Halifax 1984: 214). Der Vollständigkeit halber sei hier auch noch die Möglichkeit der Selbstberufung

erwähnt, wie sie beispielsweise bei den Jivaro-Indianern Südamerikas praktiziert wird. In Fällen wie diesem kaufen Novizen von etablierten Schamanen Teile deren Wissens oder auch Hilfsgeister ab. Diese Praktik wird von Hartmut Kraft aber als ein Zeichen des kulturellen Niedergangs gewertet (vgl. Kraft 1995: 20).

## 2.1. Die Schamanenkrankheit

Den zentralen Aspekt der schamanischen Initiation stellt eine Krankheit dar, in deren Verlauf es zumeist zu einer todesnahen Erfahrung kommt. Wie Kalweit darlegt, kommt dem Akt des Sterbens im Schamanismus eine überaus große Bedeutung zu. Diese Erfahrung gilt gleichzeitig als die Quelle schamanischer Kraft:

*„Eine ebenso einfache wie drastische Art und Weise, den Bewusstseinszustand eines Menschen zu verändern – und das dürfen wir als die radikalste Form des Bewusstseinswandels ansehen –, ist es, jemanden zu töten oder ihn in Todesnähe zu führen. Eine außerkörperliche Erfahrung oder eine Reise ins Jenseits gelten im schamanischen Universum als Höhepunkte der Bewusstseinsveränderung; sie bieten, (...) einem Schamanen die beste Voraussetzung, übersinnliche Erfahrungen zu machen.“ (Kalweit 2000: 20)*

Zur ersten dieser außerkörperlichen Erfahrungen kommt es während der Initiation. Diese wird in der Literatur zumeist als *Schamanenkrankheit* bezeichnet und stellt sich als wichtigste Voraussetzung dar, um zu schamanischem Wissen zu gelangen. Nach Ansicht Hoppals lassen sich die immensen Qualen, die ein Schamane während der Initiation durchzustehen hat, dadurch erklären: *„(...), dass der Geist des Schamanenvorfahren von Generation zu Generation vererbt werden muss. Der Schamanenkandidat muss auf diese Weise im Interesse und im Dienst der Gemeinschaft die Leiden ertragen und später die Schamanenschaft auf sich nehmen.“ (Hoppal 2002: 13).* Die Berufung im Schamanismus ist daher auch von großem gemeinschaftlichen Interesse, da in solchen Kulturen das Wohlergehen der Gruppe immer eng mit der Macht und den Fertigkeiten des Schamanen verbunden ist. Wie im Folgenden dargestellt wird, lassen sich bei der

Untersuchung der Schamanenkrankheit alle drei Stufen einer Initiation nach van Gennep feststellen. Die erste Phase der *Separation*, das Loslassen von alten Gewohnheitsstrukturen, drückt sich dabei in Form einer Absonderung von der Gemeinschaft aus.

### **2.1.1. Einsamkeit**

Zu Beginn der Schamanenkrankheit bekommt der Initiand zumeist hohes Fieber, das mit Visionen einhergeht. Dazu sondert er sich von der Gesellschaft ab und begibt sich an einen abgelegenen Ort. Wenn auch sein sonderbares Verhalten durch die Tradition gerechtfertigt scheint, so ist es doch erst die Einsamkeit, die eine Neudefinierung des Einzelnen ermöglicht. Dies ist für den Betroffenen nicht unproblematisch, denn, wie Kraft bemerkt, ist die Initiation *„(...) im Allgemeinen die Folge einer Berufung durch die Geister und mit einer Vereinzelung verbunden, was in diesen Kulturen mit einem Gruppen-Ich und starken identifikatorischen Neigungen einen hohen Stellenwert hat. Neben dem Schutz durch die Gruppe entfällt auch der Schutz durch die haltgebenden Älteren und durch die Ritualisierungen.“* (Kraft 1995: 28f.). Die Notwendigkeit der absoluten Abgeschiedenheit betont auch Eliade im Zusammenhang mit Initiationen in Sibirien. Die Schamanen liegen dabei tagelang ohne Bewusstsein an einem einsamen Ort: *„Während dieser Zeit sprechen und essen sie nicht. Einige scheinen sogar das Atmen eingestellt zu haben und wären beinahe begraben worden.“* (Eliade 1988: 169). Es ist der Wille der Geister, dass ein Schamane anfänglich durch diese schwierige Phase der Einsamkeit gehen muss. In der Abgeschiedenheit, welche einen radikalen Umbruch in seinem bisherigen Leben darstellt, kommt es auch zu den ersten Visionen des Initianden. Dadurch kann die zweite Stufe der Initiation beginnen, die so genannte *Marge*. Diese zeichnet sich durch die Erfahrung eines Schwellenzustandes aus, wobei das Alte an Wert verloren hat und das Neue noch nicht definiert ist. Die hier auftretenden Visionen können daher äußerst schrecklich und beängstigend sein.

### 2.1.2. Das Motiv der Zerstückelung

Eine oft vorkommende Vision ist die Beobachtung der eigenen Zerstückelung. Sie symbolisiert das Abstreifen der alten Identität auf sehr eindrucksvolle und, vor allem für den Schamanen, einprägsame Art und Weise. Eliade berichtet von diesen Visionen:

*„Wenn sie zum Leben zurückkehren, erzählen sie, sie seien von den Dämonen oder den Geistern der Vorfahren zerstückelt worden: Ihr Fleisch sei abgekratzt, ihre Knochen seien gereinigt, ihre Körpersäfte seien entfernt und ihre Augen ausgerissen worden. Bei manchen wurde das Fleisch mehr oder weniger lange gekocht; andere haben neues Fleisch und frisches Blut erhalten. Schließlich seien sie wieder zu neuem Leben erweckt worden, aber mit einem völlig erneuerten Körper und mit der Gabe des Schamanisierens ausgestattet.“* (Eliade 1988: 169f.)

Wie auch Hoppal ausführt, ist es gerade dieses Erlebnis, welches den Schamanen zum Wissenden macht: *„Diese Vision ermöglicht es ihm, die Grenzen zwischen den Kategorien zu überschreiten. Das Kochen bringt eine andere Qualität zustande – der Gegensatz zwischen roh und gekocht ist im wesentlichen die Opposition von Natur zu Kultur –, das heißt, der Schamanenkandidat wechselt vom Zustand der natürlichen Unwissenheit in die Kategorie des Wissens hinüber.“* (Hoppal 2002: 13). Dieses Motiv der Zerstückelung ist daher in vielen Kulturen zu finden, wie Lindenberg anschaulich beschreibt: *„Wir finden diese Mythen bei dem Cu Chulainn der Kelten, der zerstückelt in einen Kessel geworfen und gekocht wird, um dann unversehrt wieder aufzuerstehen. Das gleiche gilt für den ägyptischen Gott Horus und den keltischen Gott Cernunos. Pelops wird von Tantalos getötet, den Göttern zur Speise vorgesetzt und ersteht als ganzes wieder auf.“* (Lindenberg 1978: 26). Dieser Prozess der Zerstückelung steht einerseits für das Zurücklassen der alten Identität, gleichzeitig aber auch für ein Kennenlernen des ureigenen Seins bis ins kleinste Detail. Diesen Umstand beschreibt Christian Robert Steinberger folgendermaßen: *„Was für uns meist Krankheit ist, entpuppt sich beim Schamanen als Voraussetzung für sein späteres Wirken. Man darf nämlich nicht vergessen, dass eine tief greifende psychische Veränderung nur dann möglich ist, wenn die Gewohnheitsstrukturen überwunden werden.“* (Steinberger 1999:

330f.) Ein umfassendes Überwinden dieser Gewohnheitsstrukturen setzt daher immer die Abtrennung vom Alten voraus: *„Analyse bedeutet immer Spaltung und Trennung, dass heißt, die Persönlichkeit soll in ihren Anteilen erfahren werden. Mit jeder Analyse ist das Leiden unter den inneren Gegensätzen verbunden, die schließlich zu einer Synthese gebracht werden sollen.“* (ebd.: 333). Das notwendige Leiden, das diese Phase der Analyse mit sich bringt, beschränkt sich im Übrigen nicht nur auf den Initianden, sondern schließt oft die ganze Familie oder auch andere Mitglieder der Gesellschaft mit ein. Die Ethnologin und Erforscherin des Schamanismus Ladakhs Amelie Schenk berichtet davon *„(...) wie wenig das Leiden nur eine Angelegenheit des Einzelnen ist, es bezieht bald alle, die mit dem Berufenen zu tun haben, mit ein und zieht seine Kreise wie ein ins Wasser geworfener Stein. Das Leiden, die Angst, die Unordnung, hervorgerufen durch das Umwandelungsgeschehen eines einzelnen, hören erst auf, wenn eine neue Ordnung etabliert ist; und die kommt mit der Initiation des neuen Schamanen.“* (Schenk 1994: 26). Die Überwindung des Leidens gipfelt schließlich in einer Wiedergeburt. Diese wurde von van Gennep als *Agrégation* bezeichnet.

### **2.1.3. Die Wiedergeburt als substantieller Neuanfang**

Der neue Schamane hat nun seinen symbolischen Tod und die nachfolgende Auferstehung erlebt und erst diese Erfahrung ist es letztendlich, die ihn zum Schamanen, zum Seelenspezialisten und Heiler macht. Wie Kraft beschreibt, ist es gerade diese extreme Erfahrung der Initiation, aus welcher der Schamane in der Folge Wissen und Macht schöpft: *„Anfangen bei dem Gefühl, dass die bisherigen Mechanismen der Lebensbewältigung nicht mehr greifen (Separation) über die Phase der schweren Verunsicherung und Umschichtung aller Werte und Einstellungen in der Marge bis hin zur Ausrichtung auf eine neue Sichtweise der Welt, eine neue Identität in der Agrégation – all diese Phänomene der Initiation finden sich in den Seancen der Schamanen in verkürzter, dramatisch dargestellter Form wieder.“* (Kraft 1995: 51). Kraft vergleicht dabei die für die Heilung von Krankheiten unternommenen Jenseitsreisen mit der ursprünglichen Marge der Initiation: *„Indem der Schamane seinen Stammes-*

*mitgliedern durch die Re-Aktualisierung seiner ursprünglichen eigenen Erlebnisse hilft, macht er immer die Erfahrung, den Kampf mit den Geistern zu bestehen, ihnen zum Wohle aller kämpferisch oder besänftigend entgegenzutreten, er festigt seine Identität.*" (ebd.: 51). Dies alles unternimmt ein Schamane aber nicht nur aus Pflichtbewusstsein oder Nächstenliebe, sondern es handelt sich dabei auch um eine Form von Selbstschutz: *„Ohne Hilfe für die Sorgen und Nöte der Gemeinschaft, für Krankheit und Ausbleiben des Jagdglücks, könnte für den Schamanen die Gefahr einer erneuten Erkrankung bestehen. Die Tätigkeit des Schamanen hat somit auch eine selbstheilende Funktion, ursprüngliche Selbst-Initiation und spätere altruistische schamanische Tätigkeit sind in ihrer Struktur und Funktion eng aufeinander bezogen.*" (ebd.: 51f.). Das Durchstehen der Initiationskrankheit bringt eine erste, umfassende Reinigung des persönlichen Energiefeldes des neuen Schamanen mit sich. Aber auch in der Folge sollte er durch Erfüllung seiner Pflichten innerhalb der Gemeinde sicherstellen, dass dieser Aspekt der Selbstheilung nicht zu kurz kommt. So entwickelt sich der Schamane immer mehr zu einem Spezialisten der verschiedenartigsten Kräfte und Energien, sowohl eigener als auch fremder. Ist die Phase der Erkrankung einmal überstanden, öffnen sich daher (im wahrsten Sinne des Wortes) Tore zu neuen Erfahrungen.

### 3. Energiearbeit im Schamanismus

In den meisten Kulturen mit Schamanismus stellt die Schamanenkrankheit den ersten und zugleich wichtigsten Teil der Initiation dar, erst durch das Ertragen und Überwinden dieser Phase wird man zum Schamanen. Das bedeutet für den Einzelnen, sich im weiteren Verlauf für neue, ihm bisher unbekannte Energieformen zu sensibilisieren, um so in den verschiedenen Welten des schamanischen Kosmos mit den darin vorkommenden Wesenheiten kommunizieren zu können. Energiearbeit ist im Schamanismus daher eng mit außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen verbunden, die das schamanische Ritual mit dem Seelenflug erst ermöglichen. Es handelt sich dabei zumeist um Zustände der Trance, welche durch verschiedene Stimuli erreicht werden können. Dazu schreibt Jakobsen: *„The state of trance is clearly a product of an alteration of the brain. This can be induced by using drugs, (...), or it can be created by the intake of large amounts of alcohol, (...). But there is no doubt that drumming is the most important tool in inducing trance. Drumming, dance and the already established expectation of being in contact with defined spirits seem in many cultures to suffice as a ‚drug‘.“* (Jakobsen 1999: 12). Die Geistwesen während der Reise im Zustand der Trance kennen zu lernen, mit ihnen zu kommunizieren und so zu neuen Einsichten und gesteigerten Kräften zu gelangen, ist die wichtigste Aufgabe eines Schamanen im anfänglichen Lernprozess, wie auch Harner bestätigt: *„Nachdem ein neuer Schamane die Grundprinzipien, Methoden und die Kosmologie des Schamanismus erlernt hat, baut er persönliches Wissen und Macht durch schamanische Praxis und Reisen aus. In dem Maße, wie dieses Wissen erworben wird, entwickelt sich der Schamane zum Führer für andere Menschen.“* (Harner 1996: 74). Der Kontakt mit den Geistern erweist sich dabei als wichtige Kraftquelle im Sinne einer Basis-Energiearbeit. Aber auch schon bevor sich der Schamane mit Hilfe verschiedener, im Folgenden dargestellter Stimuli auf eine Reise begibt, hat er spezielle Vorbereitungen zu treffen. Bereits hier setzt praktische Energiearbeit im Schamanismus an. Diese kann längeres Fasten, sexuelle Enthaltsamkeit oder andere Formen energetischer Reinigung beinhalten, auch auf spezielle Opferungen für die Geister sollte nicht vergessen werden. Ebenso muss der Ort, an dem das Ritual stattfindet, gereinigt werden, was zumeist durch spezielle Räucherungen geschieht. Sind die Vorbereitungen beendet, stehen dem Schamanen mehrere Möglich-

keiten zur Verfügung, die für den Übergang in die Geisterwelt notwendige Trance zu erlangen.

Bei Walsh findet sich ein auf den Arbeiten des Psychologen Charles T. Tart basierendes Modell zur Induzierung von Trance. Tart unterscheidet dabei in Anlehnung an van Gennep drei Stadien: die *Destabilisierung des ursprünglichen Zustandes*, eine *Stufe der Umformung* und schließlich die *Stabilisierung des neuen Zustandes*. Die Destabilisierung des ersten Stadiums kann auf mehrere Arten erreicht werden, beispielsweise durch den Einfluss von wirkungsvoller Musik, durch Schlafentzug und Hunger oder auf chemischer Basis durch den Gebrauch von Psychedelika. Durch Verwendung dieser Stimuli kippt der normale Bewusstseinszustand und eine Phase des Überganges setzt ein. Die Beschaffenheit dieses Zustandes hängt für den Einzelnen von verschiedenen Faktoren, von Tart in seinem Zusammenhang als *Formierungskräfte* bezeichnet, ab. Unter diesen Kräften versteht man etwa spezifische Glaubensvorstellungen, den Gebrauch von Drogen oder einfach die körperliche Konstitution. Sie drängen die Hirn-Psyche-Funktion formend und organisierend in bestimmte Richtungen. Im dritten und letzten Zustand restabilisiert sich die Psyche wieder. Ein neuer, veränderter Bewusstseinszustand kann sich verfestigen (vgl. Walsh 1992: 202).

Zu den verschiedenen Arten, wie Trance im Schamanismus erlangt werden kann, schreibt Ioan M. Lewis: „*Time-honoured techniques include the use of alcoholic spirits, hypnotic suggestion, rapid over-breathing, the inhalation of smoke and vapours, music, and dancing; and the ingestion of (...) psychotropic alkaloids. (...) Even without these aids, much the same effect can be produced, although in the nature of things more slowly, by self-inflicted or externally imposed mortifications and privations such as fasting and ascetic contemplation.*“ (Lewis 1998: 34). Eine Systematisierung bezüglich der Art der Tranceinduktion findet sich bei Adolf Dittrich. Er unterteilt in dem gemeinsam mit Christian Scharfetter herausgegebenen Buch *Ethnopsychotherapie* die Induktion außergewöhnlicher Bewusstseinszustände (ABZ) in zwei Hauptgruppen:



- Induktion durch pharmakologische Stimuli; hier sind Halluzinogene erster und zweiter Ordnung gemeint.
- Induktion durch psychologische Stimuli; von sensorischer Deprivation (der Entzug möglichst vieler äußerer Reize) bis hin zu erhöhter Rhythmicität oder Variabilität des Wahrnehmungsfeldes (Reizüberflutung). Hier werden in der Regel keine bewusstseinsverändernden Substanzen verwendet. Die Tranceinduktion wird auf der körperlichen Ebene hergestellt (vgl. Dittrich/Scharfetter 1987: 8)

Die folgende Untersuchung schamanischer Energiearbeit bezieht sich auf diese Unterteilung Dittrichs.

### **3.1. Schamanische Energiearbeit mit psychologischen Stimuli**

Zur Erlangung der schamanischen Trance mit Hilfe psychologischer Stimuli eignen sich im Besonderen Musik und Gesang, oft in Verbindung mit Tanz oder zumindest mit rhythmischen Körperbewegungen. Gerade dem Klang kommt in vielen Kulturen eine große Bedeutung zu, er wird als Erschaffer und Träger des Lebens und somit als dessen Basis verstanden. So schreibt Neville Drury: *„Heiliger Klang, ganz gleich, ob in Form von Musik, Gesang, Litaneien oder magischen Beschwörungsformeln manifestiert, wird in diesen Kosmologien als lebenswichtige Kraft oder Energie betrachtet, die alle Erscheinungsformen der Schöpfung durchdringt.“* (Drury 1985: 25). Hinzu kommen im Ritual die Wirkung von entzündetem Räucherwerk, beispielsweise Weihrauch, sowie die oft farbenfrohen Kostüme zur Verstärkung des theatralischen Aspekts der schamanischen Heilszeremonien. Nach der Unterteilung von Dittrich kommt es durch den Gebrauch von Rhythmusinstrumenten, wie sie etwa Trommel, Rassel oder Klanghölzer darstellen, zu einer Reizüberflutung durch rhythmisch-monotone Stimulation (vgl. Dittrich/Scharfetter 1987: 18ff.). Dazu kommt Reizüberflutung durch erhöhte Variabilität, die beispielsweise dann auftritt, wenn der Tanz immer furioser wird und sich der Verlauf des Rituals für den Betrachter in scheinbar jedem Moment verändern kann.

### 3.1.1. Rhythmus

Ein Standardrequisit im Ritual ist in den meisten Kulturen die Schamanen-Trommel. Sie ist weit verbreitet und wird in Sibirien, Mittelasien, den Himalayaländern, teilweise in Nordamerika und vereinzelt in Südamerika verwendet (vgl. Müller 1997: 74). Mit Hilfe des auf der Trommel geschlagenen Rhythmus, der in seiner Geschwindigkeit dem menschlichen Herzschlag angepasst ist und damit einer Art Lebens- bzw. Naturrhythmus entspricht, kann sich der Schamane in Trance versetzen, wie Vitebsky berichtet: *„Im Schamanismus ist die Erfahrung der Geisterreiche eng mit Musik verknüpft. Insbesondere gibt es mächtige Verbindungen zwischen Trance und der rhythmischen Regelmäßigkeit von Schlaginstrumenten. Tatsächlich ist in den meisten Regionen der Welt, wo man auf Schamanismus trifft, die Trommel das schamanische Instrument par excellence.“* (Vitebsky 2001: 78). Auch Eliade betont die außerordentliche Rolle, welche die Trommel sowohl in praktischer als auch in symbolischer Hinsicht für den Schamanen einnimmt: *„Ihre Symbolik ist komplex, ihre magische Funktion vielfältig. Sie ist zur Abwicklung der Sitzung unentbehrlich, ob sie nun den Schamanen zum ‚Zentrum der Welt‘ bringt, ob sie ihm ermöglicht in die Lüfte zu fliegen, ob sie die Geister ruft und gefangen setzt oder ob sie dem Schamanen zur Konzentration verhilft und zur Kontaktaufnahme mit der spirituellen Welt, in die zu reisen er sich bereitet.“* (Eliade 1989: 168). Nach der Initiation bekommt der Schamane im Traum oder während einer Reise Hinweise, aus welchem Holz er die Trommel schnitzen und auf welche Art er sie bespannen soll. So entsteht eine tiefe Verbindung zu den Geistern der Pflanze und des Tieres, aus denen das Instrument gefertigt worden ist. Der Schamane wird von nun an penibel auf seine Trommel aufpassen, da seine Kraft mit der ihren verbunden ist und sie als Wohnort der Geister gilt. Daher könnte eine Beschädigung des Instruments Krankheit, Wahnsinn, ja sogar den Tod für den Schamanen bedeuten (vgl. Müller 1997: 78). Bei Vitebsky findet sich die Geschichte, wie ein sibirischer Schamane namens Dyukhade zu seiner Trommel kam:

*„Die Geister führten mich zu einer Lärche, die so hoch war, dass sie den Himmel berührte. Ich hörte Stimmen: ‚Es wurde angeordnet, dass du eine Trommel aus dem Ast dieses Baumes erhalten sollst.‘ Ich hatte das Gefühl, mit den Vögeln des Sees durch die*

*Luft zu fliegen. Sobald ich den Boden verließ, rief mir der Herr des Baumes zu: ‚Mein Ast ist abgebrochen, (...) nimm ihn und mach daraus eine Trommel, sie wird dich für den Rest deines Lebens beschützen.‘ Ich sah den fallenden Ast und fing ihn mit einem Flügel auf.“ (Vitebsky 2001: 81)*

Diese kurze Erzählung zeugt von der tiefen Verbundenheit eines Schamanen mit seiner Trommel, die bei Hoppal auch als *mythische Weltkarte* oder als *Symbol des Universums* bezeichnet wird. Er weist damit auf den besonders bei sibirischen Schamanen beobachteten Umstand hin, dass das Fell der Trommel mit kreuzförmigen Zeichnungen verziert ist: *„Das Kreuz war der Schnittpunkt der vier Himmelsrichtungen, wo die Kraftlinien zusammentrafen, der Schnittpunkt der gegensätzlichen Kräfte, mit einem Wort, der Mittelpunkt der Welt“* (Hoppal 2002: 127). Die Trommel wird weiters von Darstellungen der Ahnen und Geister geschmückt, daher bezeichnet man sie auch als *Wohnort der Geister* (vgl. ebd.: 128). Durch die Zeichnungen auf der Trommel kommt zum tranceinduzierenden Rhythmus eine visuelle Komponente hinzu, welche ebenfalls beim Übergang in die Geisterwelt hilfreich sein soll. Ein weiteres wichtiges Instrument stellt die Rassel dar, deren Gebrauch in vielen Stammeskulturen weit verbreitet ist. Dies trifft besonders auf Völker Nord- und Südamerikas zu, die in Gebieten leben, in denen dafür die Trommel weniger bis gar nicht benützt wird. Genauso kommen Tamburin oder Glocke zum Gebrauch. In einigen asiatischen Bereichen wird das Gong oder eine Muschel zum Zweck der Kontaktaufnahme mit der Geisterwelt verwendet (vgl. Eliade 1989: 175). Wie sich zeigt, ist die Induzierung von Trance mit psychologischen Hilfsmitteln im Schamanismus eng mit dem auf Trommel, Rassel oder anderen Instrumenten erzeugten Rhythmus verbunden. Dieser wirkt in seiner Monotonie wie eine tragende Kraft auf welcher sich das Ritual in Szene setzen kann.

### **3.1.2. Gesang**

Mit dem Schlagen des jeweiligen Rhythmusinstruments einher geht der schamanische Gesang. Jeder Schamane hat seine eigenen Kraftlieder, die er durch Vererbung oder direkt von den Geistern erhält. Für Hoppal stellen die Schamanengesänge eine weitere

zentral wirkende Basiskraft im schamanischen Ritual dar. So wirken diese als Codes und tragen das Ritual und die damit verbundenen Bewusstseinsveränderungen. Diese Codes sind in erster Linie:

*„(...) sprachliche Texte, das heißt Schamanengesänge, Gebete, Hymnen und Segensprüche, die noch dazu meistens gesungen oder gesänglich und musikalisch codiert oder begleitet von irgendeinem Instrument (z.B. einer Trommel) vorgetragen werden. Zu dem Vortrag gesellt sich eine spezielle Bewegung, Gestikulationen, mimisches Spiel oder ritueller Tanz. All das sind Äußerungen der Bewegungssprache, des kinetischen Codes. Der Schamanengesang, verbunden mit der Tanzbewegung, dem Trommeln und eventuell bestimmten Halluzinogenen (Pflanzenextrakten oder Pilzen wie ‚Amanita muscaria‘) führt zu einem eigenartigen Bewusstseinszustand.“ (Hoppal 2002: 10)*

Aus Hoppals Beschreibung lässt sich der synergetische Aspekt des Rituals herauslesen. Das Zusammenwirken mehrerer Faktoren führt schließlich zur Trance.

### **3.1.3. Tanz**

In enger Beziehung zu den tranceinduzierenden Rhythmen und Gesängen stehen auch verschiedene Formen der Bewegung und des Tanzes. Anfänglich meist ein saches rhythmisches Wippen, kann sich der Tanz im Laufe des Rituals zu einer wilden Raserei entwickeln. Die Bewegung verstärkt den tranceinduzierenden Faktor des Rhythmus, verkörpert ihn sozusagen. Dazu schreibt Vitebsky:

*„Die Beziehung des Schamanen zu Geistern ist ebenso körperlich wie spirituell. Es ist manchmal schwer zu entscheiden, wo die ruckartigen Bewegungen des Schamanen in Trance enden und der Tanz beginnt. (...). Während die sibirischen Tänze die Beziehung zu wilden Tieren betonen, betonen die Tänze koreanischer Schamanen die Macht, die von königlichen Geistern stammt. Hier tanzt auch nicht nur der Schamane, sondern sowohl der Patient als auch seine Familie und seine Freunde. Jeder von ihnen hat einen persönlichen, den Körper regierenden Gott, der diese Person beherrscht und mit ihrem*

*Körper tanzt. Für den Patienten ist dieses Tanzen Teil der Therapie, während es den anderen Teilnehmern glückliche Zukunft verspricht." (Vitebsky 2001: 80)*

Der Tanz in Trance und der Kontakt zu Geistern kann sich also in bestimmten Fällen auch auf die weiteren Teilnehmer des Rituals übertragen, diese Erfahrungen sind nicht überall ausschließlich dem Schamanen vorbehalten. Daran ist der gemeinschaftliche Charakter, den schamanische Rituale sehr oft aufweisen, zu erkennen. Die im Ritual stattfindende Energiearbeit beschränkt sich dann nicht mehr nur auf den Schamanen, gestützt auf seinem Wissen und unter seiner Führung kommen auch andere Menschen in Kontakt mit Sphären nichtalltäglicher Wahrnehmung. Dabei ist es gerade der Tanz, der aufs Tiefste mit Rhythmus und Gesang verbunden, dem schamanischen Ritual seinen dramaturgischen Effekt verleiht. Die daraus gipfelnde Trance ist, wie Vilmos Dioszegi beschreibt, der Einstieg in andere Welten, wobei der Weg dorthin einem gut inszenierten Bühnenstück gleicht:

*„The performance always takes place in the evening. The theatre is the conical tent, or yurt; the stage is the space around the fire where the spirits are invoked. The audience consist of the invited members of the clan, awaiting the spirits in awe. The stage lighter and decorator, the shaman's assistant, tends the fire so as to throw fantastic shadows onto the wall. All these effects help those present to visualize everything that the recited action of the shaman narrates. The shaman is an actor, dancer and singer, and a whole orchestra.“ (Dioszegi 1998: 7)*

Erst in seiner Gesamtheit erreicht das schamanische Ritual seine angestrebte Wirkung. Das Zusammenspiel von Rhythmus, Gesang und Tanz kann daher auf psychologischem Weg die erforderliche Trance hervorrufen.

### **3.2. Schamanische Energiearbeit mit pharmakologischen Stimuli**

Schon von alters her ist die Verwendung visionserzeugender natürlicher Substanzen beim Menschen tief verwurzelt. Nach einer kurzen Definition des Ethnopharmakologen

Christian Ratsch handelt es sich bei psychoaktiven Pflanzen um: „(...) *Gewächse, die in Form einfacher oder aufwändiger Zubereitungen vom Menschen eingenommen werden, um auf seine Psyche einzuwirken oder den Bewusstseinszustand zu verändern.*“ (Ratsch 1998: 9). Das Wissen um Zubereitung und Einnahme geht wahrscheinlich bis in die paläolithische Zeit zurück. Goodman dazu, einem diffusionistischen Ansatz der Verbreitung von einer Region aus folgend:

*„The sophistication that many non-Western religious specialists demonstrate when preparing hallucinogens, as well as the detailed botanical knowledge necessary, suggest the presence of a science and related cult of great antiquity. It is thought that in Eurasia, this tradition may date back to the Upper Paleolithic, to the Old Stone Age, and to the hunter-gatherers of northeast Asia. From there it passed on to India, and then southwest to the Near East and the Mediterranean region. In the New World, the profusion of psychoactive plants, which outstrip those of Asia ten to one, makes it intelligible that a large number of societies institutionalized their use.“* (Goodman 1988: 41)

Im rituellen Gebrauch verhelfen diese psychoaktiven Substanzen Zugang zu anderen Wirklichkeiten zu erlangen und den Kontakt mit den Geistern herzustellen. Der Schamane verbindet sich mit dem Geist und dem Wissen der eingenommenen Pflanze und gelangt dadurch zu neuen und tieferen Einsichten. So schreibt auch Vitebsky: *„Für Schamanen sind Pflanzen geistige Lehrer, und durch die Einnahme übernimmt der Schamane ihre geistigen Fähigkeiten. Was die Pflanzen offenbaren, ist keine Abweichung von der Realität, sondern eine Wirklichkeit, die im normalen Bewusstseinszustand verborgen bleibt.“* (Vitebsky 2001: 85). Der Chemiker Albert Hofmann unterteilt die psychoaktiven Drogen in vier Gruppen: einerseits in Analgetika und Euphorika (Opium, Kokain), weiters in Beruhigungsmittel, in Hypnotika und schließlich in die Gruppe der Halluzinogene bzw. Psychedelika (vgl. Schultes/Hofmann 2001: 12). Während nach Hofmann die meisten dieser Drogen entweder auf anregende oder auf beruhigende Art und Weise lediglich die Gemütsverfassung zu beeinflussen imstande sind, verhält es sich mit den Halluzinogenen grundlegend anders:

*„(...) die letztgenannte Gruppe dagegen bewirkt tief greifende Veränderungen im Erlebnisbereich, in der Wahrnehmung der äußeren Wirklichkeit (selbst im Erleben von Raum und Zeit) und im Ichbewusstsein (bis hin zur Entpersönlichung). Ohne sein Bewusstsein zu verlieren, betritt der Betreffende eine Traumwelt, die ihm oft wirklicher erscheint als die normale Welt. Farben werden häufig in unbeschreiblicher Leuchtkraft wahrgenommen. Objekte verlieren ihren symbolischen Charakter: Sie scheinen von ihrer Umgebung losgelöst ein Eigenleben zu führen und erhalten dadurch eine tiefere Bedeutung.“ (ebd.: 12f.)*

Die Gruppe der Halluzinogene besteht aus zumeist pflanzlichen Produkten oder deren Derivaten, es gibt aber auch rein chemische, im Labor hergestellte Substanzen, wie beispielsweise Lysergsäurediäthylamid, kurz LSD. Die Kategorisierung psychotoxischer Substanzen nach dem psychopathologischen Bild von Hanscarl Leuner, die später auch Dittrich übernommen hat, unterteilt sie allgemein in Halluzinogene bzw. Psychotika erster und zweiter Ordnung (vgl. Leuner 1962: 49). Im schamanischen Bereich wird man auf Halluzinogene beider Ordnungen stoßen, wobei aber traditionellerweise nur pflanzliche Produkte zur gezielten Bewusstseinsveränderung herangezogen werden. Unter anderem fallen Phenyläthylamin-Derivate wie das Meskalin, die hauptsächliche halluzinogene Wirksubstanz des Peyote-Kaktus, oder auch Indol-Derivate wie das in verschiedenen Pilzen vorkommende Psilocybin unter die erste Kategorie. Halluzinogene zweiter Ordnung lassen sich ebenfalls im schamanischen Gebrauch nachweisen. Die beiden Isoxazol-Derivate Muscimol und Ibotensäure beispielsweise sind die wichtigsten halluzinogenen Wirksubstanzen des im Schamanismus besonders im zentralasiatischen Raum verwendeten Fliegenpilzes. Scopolamin und I-Hyoscyamin etwa lassen sich unter die Kategorie der Tropan-Derivate einordnen und kommen nebeneinander in verschiedenen Nachtschattengewächsen vor. Dittrich weist auch darauf hin, dass eine differenzierte Einteilung dieser Substanzen kaum möglich ist und daher deren chemische Struktur als Klassifikationsgrundlage herangezogen wird (vgl. Dittrich/Scharfetter 1987: 8f.).

Gemäß dem Spektrum ihrer Wirkfähigkeit finden besonders die halluzinogen wirkenden Substanzen ihre Verwendung im Schamanismus. Sie können entweder nur vom

Schamanen oder aber auch zusammen mit Mitgliedern der Gemeinschaft eingenommen werden. Stellvertretend für die große Anzahl aller im schamanischen Ritual verwendeter Halluzinogene werden in der Folge einige ausgewählte und in der ethnologischen Literatur oft erwähnte Substanzen vorgestellt. Es handelt sich hierbei einerseits um den *Fliegenpilz*, weiters um eine Reihe kleinerer Pilze, die von den Azteken mit dem Begriff *Teonanacatl* bezeichnet wurden. Abschließend wird das im Amazonasgebiet gebräuchliche *Ayahuasca* beschrieben. Mit diesem Begriff werden eine Lianenart und die daraus gewonnenen psychoaktiven Produkte bezeichnet.

### 3.2.1. Fliegenpilz

Der Fliegenpilz (lat. *amanita muscaria*) wurde und wird in manchen Völkern als bewusstseinsverändernde Droge verwendet. Man nimmt heute beispielsweise an, dass der altindische Soma-Kult auf den sakralen Gebrauch dieses Pilzes zurückzuführen sei (vgl. Schultes/Hofmann 2001: 82). Für seine psychotrope Wirkung ist nicht wie lange Zeit angenommen Muscarin verantwortlich, sondern die ebenfalls enthaltene Ibotensäure und das Alkaloid Muscimol (vgl. ebd.: 83). Im schamanischen Kontext gilt es bei der Beschäftigung mit dem Fliegenpilz das Hauptaugenmerk auf Sibirien zu legen. Der Gebrauch des Fliegenpilzes beschränkte sich hier auf zwei Gebiete, seine dokumentierte Geschichte als Rauschmittel geht bis ins 17. Jahrhundert zurück. Im Nordosten benutzten die Stämme der Tschuktschen, der Korjaken und der Kamtschadalen den Pilz ebenso zur Erlangung schamanischer Trance wie dies auch finnisch-ugrische und samojedische Stämme im äußersten Westen Sibiriens taten. Über seine diesbezügliche Verwendung in der Gegenwart fehlen aber neuere Zeugnisse (vgl. Rosenbohm 1991: 26f.) – wohl als Auswirkung davon, dass im Zuge der Kolonialisierung der Alkohol, im Besonderen Wodka, den Platz des Fliegenpilzes als wichtigstes Rauschmittel in Sibirien eingenommen hat. Im Folgenden beschreiben Richard E. Schultes und Albert Hofmann in ihrem Werk *Pflanzen der Götter*, wie der Pilz hauptsächlich eingenommen wurde:



*„Diese sibirischen Stämme kannten vor der Einfuhr des Alkohols keine anderen Rauschmittel neben den Pilzen. Sie trockneten diese an der Sonne und aßen sie trocken oder tranken sie mit einem Extrakt aus Wasser, Rentiermilch oder verschiedenen süßen Pflanzensäften. Wenn der Pilz in festem Zustand geschluckt wurde, feuchtete man ihn vorher in der Mundhöhle an oder gab ihn einer Frau, die ihn in ihrem Mund zu einer feuchten, pillenartigen Kugel formte, bevor man ihn hinunterwürgte.“* (Schultes/Hofmann 2001: 82f.)

Die Wirkung des Fliegenpilzes beschreiben Schultes und Hofmann als eine Verwirrung der Sinne, wobei Objekte der näheren Umgebung als übergroß oder auch als besonders klein wahrgenommen werden können. Weiters treten Halluzinationen auf, begleitet von impulsiven Bewegungen und starken Krämpfen (vgl. ebd.: 83). Eine ähnliche Darstellung der halluzinogenen Erfahrungen durch den Fliegenpilz findet sich auch bei Müller. In seiner Beschreibung folgt bald nach Einnahme des Pilzes ein einstündiger Tiefschlaf des Schamanen. Sobald er aus diesem erwacht, setzt er zu einem wilden Tanz an. In seiner Erregung ist der Schamane unempfindlich gegenüber äußeren Sinnesreizen wie etwa Schmerz (vgl. Müller 1997: 83). Müller dazu weiter:

*„Als bald setzten auch Halluzinationen ein. Die Wahrnehmung des Schamanen veränderte sich, alles erschien ihm in den Dimensionen vergrößert verschoben. Er hörte Stimmen, die ihn riefen, sich an ihn wandten – seine Geister kamen, denn erblickte er sie, antwortete, unterhielt sich mit ihnen. Dabei löste er sich allmählich vom Körper, den er jetzt unter sich sah, immer tiefer sinkend, denn er selbst, seine Seele flog nun mit den Geistern davon – er hatte sein ‚Flugerlebnis‘, um schließlich zuletzt, nach Stunden und völlig erschöpft, in einen langanhaltenden erneuten Tiefschlaf zu fallen.“* (ebd.: 83f.)

Wiederum bei Schultes und Hofmann ist folgende Legende der Korjaken zum heiligen Fliegenpilz zu finden:

*„Eines Tages fing der Große Rabe (der Kulturheroos) einen Wal. Er war jedoch nicht imstande, das schwere Tier wieder ins Meer zurückzutragen. Da befahl ihm der Gott Vahiyinin (das bedeutet ‚Existenz‘), Wapaq-Geister zu essen, um die nötigen Kräfte zu*

gewinnen. *Vahiyinin spuckte auf die Erde, worauf kleine weiße Pflanzen erschienen: die Wapaq-Geister. Nachdem der große Rabe die Wapaq-Geister eingenommen hatte, fühlte er sich ungeheuer stark. Er bettelte: ‚O wapaq, wachse für immer auf der Erde!‘ Darauf wies er sein Volk an, die Lehren der Wapaq-Geister aufmerksam aufzunehmen. Wapaq ist der Fliegenpilz, das Geschenk von Vahiyinin.*" (Schultes/Hofmann 2001: 82)

In Kulturen mit ritueller Verwendung des Fliegenpilzes wird dieser als ein Geschenk der Götter und so als willkommener Mittler zwischen den Welten verehrt. Neben dem sibirischen Raum gibt es laut Schultes und Hofmann in letzter Zeit vermehrt Hinweise, dass es auch in Mittelamerika (hier besonders beim Volk der Maya) und in Nordamerika (bei den Ojibway) zum rituellen Gebrauch des Fliegenpilzes kam bzw. kommt (vgl. ebd.: 84f.).

### **3.2.2. Teonanacatl**

Mit dem Begriff *Teonanacatl*, der lange Zeit mit der Bezeichnung *Gottes Fleisch* übersetzt wurde, laut Rosenbohm aber eher *göttlicher Pilz* bedeutet, bezeichneten die Azteken halluzinogene Pilze der Gattungen *Stropharia*, *Conocybe* und besonders *Psilocybe* (vgl. Rosenbohm 1991: 69). Die *Psilocybe*-Pilze verdanken ihre halluzinogene Wirksamkeit dem Gehalt von zwei Alkaloiden, dem *Psilocybin* und dem *Psilocin*. Es handelt sich bei diesen beiden Alkaloiden um Tryptamin-Derivate. Daher sind *Psilocybin* und *Psilocin* unter den Indolalkaloiden einzuordnen (vgl. Schultes/Hofmann 2001: 159). Schon die Namensgebung deutet daraufhin, dass diesen halluzinogenen Pilzen in Mesoamerika höchste Verehrung entgegengebracht wurde. Verschiedene 10 bis 40 Zentimeter hohe, so genannte *Pilzsteine*, die vor allem in Guatemala, aber auch in Süden Mexikos und in El Salvador gefunden wurden, weisen auf ein relativ hohes Alter des rituellen schamanischen Gebrauchs der Pilze hin. Man geht hier von einer etwa 3000-jährigen Verwendung *Teonanacatls* in dieser Region aus (vgl. Rosenbohm 1991: 66). Nach dem Einfall der Spanier verschwand der Pilzkult ab dem 16. Jahrhundert aus religionspolitischen Gründen in den Untergrund, um erst im 20. Jahrhundert, besonders durch die andauernde Forschungsarbeit von R. Gordon

Wasson, in den Blickpunkt wissenschaftlichen Interesses zu rücken. Auf Wasson ist auch die relative Berühmtheit der mazatekischen Schamanin Maria Sabina zurückzuführen, die diese Pilze zumeist im Rahmen ihrer Heilungs-Seancen verwendete. Schultes und Hofmann beschreiben diese Rituale:

*„Die Pilzzeremonie dauert eine ganze Nacht lang und schließt manchmal auch ein Heilungsritual ein. Der Hauptteil der Feier wird von Gesängen begleitet. Der Rauschzustand ist von phantastischen Farbvisionen in kaleidoskopischer Bewegung und Gehörhalluzinationen begleitet; die Berauschten verlieren sich auf Flügen, die sie in überirdische Phantasiewelten führen. (...). Der Schamane oder die Schamanin singt stundenlang und schlägt sich dabei immer wieder laut auf die Schenkel, im Rhythmus des Gesanges. Maria Sabinas Gesang wurde auf Tonband aufgenommen und dann übersetzt: Sie besingt die Fähigkeit, zu heilen und mit Hilfe der Pilze die göttliche Kraft zu verstehen.“* (Schultes/Hofmann 2001: 195)

Laut Rosenbohm ist es das Anliegen der *Weisen*, wie Schamanen im Mazatekischen bezeichnet werden: *„(...) durch Beten, Fasten, eine ehrbare und tapfere Lebensgestaltung und vor allem durch das Konsumieren halluzinogen wirkender Drogen mit den Geistern zu kommunizieren und auf diese Art die ‚kranke Seele‘ zu heilen.“* (Rosenbohm 1991: 71). Maria Sabina zufolge gibt es in ihrem Kulturkreis drei verschiedene Kategorien von Heilern (hier werden dazu nur die spanischen, nicht aber die mazatekischen Bezeichnungen angeführt). Sie selbst ist eine *Weise* (spanisch: *sabia*) und gehört zur höchsten und reinsten Klasse, zu jener der Pilzheiler. Weise wie Maria Sabina benutzen ihre Kräfte prinzipiell nur für gutartige Ziele. Der Pilz wirkt in diesem Fall unterstützend in Diagnose und Behandlung des Kranken. Mit dem spanischen Begriff *curandero* (weibl. *curandera*) wird ein Heiler der zweiten Kategorie bezeichnet. Die deutsche Übersetzung hier lautet *der/die erbaut*. Diese Klasse von Heilern benutzt in erster Linie medizinische Substanzen zur Heilung und führt weiters Beschwörungen mit Hilfe von Flüssigkeiten durch. Zur dritten Klasse gehören jene Heiler, die man mit *Zauberer* oder mit *Hexe* bezeichnet, spanisch *brujo*, *hechicero* oder *zahori*. Sie können sich in der Nacht in ein Tier verwandeln und im Bedarfsfall auch bösen Zauber ausüben (vgl. ebd.: 71). Die Einnahme des Pilzes während des Rituals

und der darauf folgende Kontakt mit den Geistern beschränkt sich aber nicht nur auf die Heiler: „Bei den Mazateca-Indianern nehmen sowohl Patient wie Schamanin heilige Pilze ein, damit auch der Kranke die heilenden Worte, die aus der Geisterwelt kommen, hören und seinen Beitrag zur Heilung leisten kann.“ (Drury 1989: 15). Obwohl die halluzinogenen Pilze in mehreren Gegenden der Welt zu finden sind, und einige Arten wahrscheinlich für die Wissenschaft erst noch entdeckt werden müssen, so scheint der traditionelle schamanische Gebrauch von Teonanacatl doch auf Mesoamerika beschränkt zu sein. Schultes und Hofmann weisen in diesem Zusammenhang aber darauf hin, dass möglicherweise auch in Kolumbien und Peru ein Pilzkult bestanden haben könnte (vgl. Schultes/Hofmann 2001: 162).

### 3.2.3. Ayahuasca

Bei *Ayahuasca* handelt es sich um einen Begriff der Quechua-Indianer, der eine Lianengattung und ein daraus gewonnenes Getränk bezeichnet. Wie Schultes und Hofmann darstellen, werden dazu die beiden wichtigsten Arten *Banisteriopsis caapi* und *Banisteriopsis inebrians* verwendet. Aber auch andere Unterarten kommen gelegentlich zum Gebrauch. Alle verwendeten Pflanzen gehören zur Familie der Malpighiaceen. Das Vorkommen dieser psychoaktiven Pflanze lässt sich im ganzen westlichen Amazonasbecken und im angrenzenden Orinoco-Gebiet nachweisen. Ayahuasca hat in verschiedenen Gesellschaften voneinander abweichende Namen: Caapi, Dapa, Mihi, Kahi, Natema, Pinde oder auch Yaje. Der Begriff *Ayahuasca* selbst wird mit *Liane des Todes* übersetzt. Der aus der Liane gewonnene Trank wird besonders zum Wahrsagen, für die Hexerei und zum Zwecke der Heilung verwendet und hat einen hohen Stellenwert in den Mythologien der ihn gebrauchenden Völker (vgl. Schultes/Hofmann 2001: 124). Über die Wirkung von Ayahuasca schreiben die beiden Autoren: „Die Einnahme von Ayahuasca erzeugt gewöhnlich Übelkeit, Schwindel und Erbrechen und bewirkt euphorische oder aber aggressive Zustände. Oft sehen sich die Indianer überwältigenden Angriffen von riesigen Schlangen und Jaguaren gegenüber. Diese gewaltigen Tiere lassen sie in demütigender Weise ihre Schwäche als Mensch erkennen.“ (ebd.: 126). Neben den teils sehr schrecklichen Visionen kann Ayahuasca aber auch zu wertvollen Einsichten führen:

*„Die Droge kann dem Schamanen auch dazu dienen, Krankheiten zu erkennen oder drohende Gefahren abzuwenden, die List eines Feindes zu erraten oder zukünftige Ereignisse zu prophezeien. Und es ist mehr als das: Ayahuasca erfüllt fast das ganze Leben der Eingeborenen, und es wird in einem Ausmaß eingenommen, wie dies bei kaum einem anderen Halluzinogen der Fall ist. Die mit der Droge berauschten Menschen – Schamanen oder gewöhnliche Stammesangehörige – lernen in ihren Visionen die Götter, die ersten menschlichen Wesen und die Tiere der Urzeit kennen, und verstehen ihren Platz in der menschlichen Gesellschaft, in die sie hineingeboren wurden.“ (ebd.: 127)*

Aus dieser Beschreibung wird die gesellschaftskonstituierende Kraft sichtbar, die Ayahuasca in Teilen Südamerikas besitzt. Diese Tatsache wird noch durch das vermehrte Aufkommen synkretistischer Kirchen in Amazonien unterstrichen, welche Ayahuasca als Sakrament benutzen.

## **Zusammenfassung**

Energiearbeit beginnt im Schamanismus im Initiationsprozess, beim ersten Kontakt mit den Geistern und der durchzustehenden Krankheit, welche gleichzeitig eine Reinigung darstellt. Dadurch beginnt der fruchtbare Austausch mit den Geistern. Hier lernt der Initiand erstmalig mehr über die energetischen Beschaffenheiten des Seins. Daraus entstehen im Laufe der Zeit erweiterte Fähigkeiten, einerseits im Umgang mit den verschiedenen Wesenheiten, andererseits zur Erfüllung der Aufgaben innerhalb der Gemeinschaft. So ist jede Form der Heilung oder beispielsweise der Regenzauber als ein Akt der Bearbeitung der alles-durchdringenden wie alles-umgebenden Lebensenergie zu verstehen. Praktische Energiearbeit findet sich daher im Schamanismus bei den Vorbereitungen auf das Ritual und äußert sich in den verschiedenen Wegen die notwendige Trance zu erlangen, um in weiterer Folge ein gewolltes Ergebnis (Heilung, Ernteerfolg, Wohlstand, etc.) zu manifestieren. Als Hilfsmittel, die den Übergang in die Geisterwelt erleichtern sollen, kommen einerseits psychologische Stimuli, wie das Schlagen der Trommel, Tanz oder Gesang zur Anwendung. Aber auch der Gebrauch

bewusstseinsverändernder Substanzen, die zumeist aus Pflanzen oder Pilzen gewonnen werden, stellt sich zu diesem Zweck im Schamanismus als weit verbreitet heraus. Die Beschäftigung mit Energiearbeit ist für jeden Schamanen eine lebenslang zu erfüllende Aufgabe und erweist sich in der Praxis immer wieder aufs Neue als sinnvoll wie auch notwendig für die ganze Gemeinschaft.

# B

## 1. New Age

*„When the moon is in the seventh house  
and Jupiter aligns with Mars  
then peace will guide the planet and love will steer the stars*

*This is the dawning of the age of Aquarius,  
the age of Aquarius,  
Aquarius, Aquarius*

*Harmony and understanding,  
sympathy and trust abounding,  
no more false-hoods or derisions,  
golden living dreams of visions,  
mystic crystal revelation  
and the mind's true liberation.“ (Aquarius aus dem Musical *Hair*)*

Der Song *Aquarius* aus dem 1967 uraufgeführten Musical *Hair* drückt viel vom Spirit des *New Age* aus. Man stößt bei der Betrachtung dieses Textes auf Elemente der Astrologie, wie auch zwischenmenschliche Ideale wie Vertrauen, Harmonie und Mitgefühl besungen werden. Am Ende des letzten Abschnitts begegnet man einem der Hauptanliegen des *New Age*, der wahrhaftigen Befreiung des Geistes. Eine erste Beschreibung des Phänomens liefert die Brockhaus Enzyklopädie. Darin wird der Terminus *New Age* (engl. *neues Zeitalter*) auf drei Weisen interpretiert (vgl. Brockhaus Enzyklopädie 1991/Band 15: 524):

1) die zentrale Botschaft einer im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts in den USA aufgekommenen weltanschaulichen Bewegung,

2) Bezeichnung dieser Bewegung selbst, in der sich in lockerer Form Gruppen, Strömungen, Traditionen und Inhalte höchst unterschiedlicher Herkunft zusammenfinden,

3) Umschreibung für das religiöse ‚feeling‘ dieses ‚New-Age-Syndroms‘ (G. Küenzlein), das sich in vielen diffusen und vagen Tendenzen und Grundanliegen gegenwärtigen Lebensgefühls, über diese Bewegung hinaus wieder findet: die Sehnsucht nach Überwindung der Krise des modernen, technologischen Zeitalters durch Wiedergewinnung der Einheit der Menschheit und der Einheit des Menschen mit der Natur auf der Grundlage eines epochal ‚neuen Denkens‘ und eines ‚neuen Bewusstseins‘.

Gemäß dieser Definition versteht man unter *New Age* sowohl eine lose miteinander verbundene Bewegung als auch einen diese Bewegung einenden Geist, der sich besonders im Glauben an eine neue, bessere Welt manifestiert. Neben dem Terminus *New Age*, der auf die Theosophin Alice Bailey zurückgehen soll (vgl. Gruber 1987: 15), werden u.a. auch die Begriffe *Wassermann-Zeitalter*, *Aquarius-Zeitalter*, *Sonnenzeitalter*, *Solarzeitalter*, *ökologisches Zeitalter* verwendet (vgl. Ruppert 1988: 11). Die Bezeichnungen *Wassermann-Zeitalter*, sowie äquivalent dazu *Aquarius-Zeitalter*, deuten auf den Glauben an die Wirkkraft astrologischer Zyklen auf die Geschehnisse der Menschheit hin. In ihrer Verwendung schwingt stets die Sehnsucht nach einer bestimmten Zeitenwende epochalen Ausmaßes mit, die ihren Grund in der Berechnung des so genannten platonischen Weltenjahres hat. Ein Weltenjahr hat eine Länge von etwa 25.200 Jahren, jene Zeit, welche die Sonne benötigt, um von der Erde aus gesehen den ganzen Tierkreis zu durchlaufen. Dies wird am Frühlingspunkt, dem 21. März, gemessen. So ergibt sich pro Tierkreiszeichen eine Dauer von ungefähr 2100 Jahren (vgl. ebd.: 12). Wie Elmar Gruber beschreibt, stellt sich das anbrechende Zeitalter des Wassermanns aus astrologischer Sichtweise als sehr verheißungsvoll dar:



*„Die Entwicklung der Menschheit soll, der Astrologie zufolge, durch die dem jeweiligen Tierkreiszeichen zugeordneten Eigenschaften geprägt werden. Wir stehen nun an der Schwelle zum Übergang vom Fische- in das Wassermann-Zeitalter. Allgemein wird dem Zeichen des Wassermanns die Chance zu einer erneuerten Humanität zugeschrieben, ferner die Transformation der Gesellschaft zu erhöhter Toleranz, Offenheit, zu einer geistigen Orientierung und einer höheren Bewusstheit.“* (Gruber 1987: 15)

Über den genauen Beginn des Wassermann-Zeitalters herrscht Uneinigkeit. So wurde dieser von Arnold Keyserling auf 1962 datiert. Andere Kommentatoren wiederum halten einen etwas früheren bzw. einen etwas späteren Zeitpunkt für wahrscheinlicher (vgl. Hemminger 1988: 7). Nach Ansicht Sir George Trevelyan, einem der geistigen Väter des New Age, handelt es sich hier weniger um einen fixen Moment der Veränderung, sondern vielmehr um einen voranschreitenden Prozess im Sinne eines fließenden Übergangs, wie er in seinem Buch *Eine Vision des Wassermannzeitalters* Mitte der 70er-Jahre enthusiastisch feststellte:

*„Es ist, als strömte eine frische Woge in unser Bewusstsein, wie ein inneres Überfluten aus irgendeiner geheimen Quelle, eine Welle von neuem Optimismus mit sich bringend. Diejenigen, die diese Energie wahrnehmen oder fühlen, sehen sich durch eine gewisse heitere Gelassenheit und Freude verbunden, durch die Überzeugung, dass ein neues Zeitalter unmittelbar bevorsteht. Paradoxe Weise ist es schon bei uns, es wirkt in den Herzen der Menschen, erfüllt unser Denken, durchdringt und bewirkt unser Verstehen.“* (Trevelyan 1986: 19)

Trevelyan vermittelt hier auch einen Eindruck vom neuen religiösen *feeling* obiger Brockhausdefinition. Dieses ist untrennbar mit der Zeitenwende und dem Aufbruch in eine Gesellschaftsordnung verbunden. Trotz des attraktiven Heilsversprechens, welches hier gegeben wird, empfiehlt es sich aber nicht, in freudiger Passivität auf den Umbruch zu warten: *„Eine der großen Gefahren des New Age besteht darin, vollkommen auf das Heil von außen zu warten. Aus eben diesem Grund wird der Idee des Wassermann-Zeitalters oftmals mit großer Skepsis begegnet.“* (Gruber 1989: 25). Einer manchmal naiv anmutenden, auf astrologischen Annahmen aufbauenden Heilserwartung stellt

Gruber den Aspekt der Eigenverantwortlichkeit gegenüber, so dass eine neue Epoche nur in dem Maße erreicht werden könne, wie wir selbst bereit wären, Schritte auf dem Weg zu einer höheren Bewusstseinsstufe zu gehen (vgl. ebd.: 25).

## 1.1. Entstehungsgeschichte

Um alle Einflüsse zu untersuchen, welche zur Entstehung des New Age führten, müsste man in der Geschichte weit zurückgehen. Paul Heelas beschreibt dazu in seinem Buch *The New Age Movement* eine große Bandbreite spiritueller Philosophien, welche dem New Age gedanklich vorausgehen sollen: *„New Agers are inclined to go back to the past. Some dwell on ancient India or Egypt; others on the pagan times of Europe. Some refer to the early Gnostics; others draw on the Christian mystical tradition, perhaps on its flowering in northern Europe during the Middle Ages. Some favour the Romantic Movement; others turn to the esoteric, metaphysical or occult.“* (Heelas 1999: 41). Heelas erkennt im New Age eine neuzeitliche Manifestation der alten und großen spirituellen Traditionen der Menschheit: *„(...), there is no doubting the fact that the New Age – so to speak – has been around for a very long time indeed. The Upanishads, for example, include much the same kind of spirituality as which is in evidence today. Or one might consider western occultism or esotericism.“* (ebd.: 41). Die drei wichtigsten Vordenker der jüngeren Geschichte stellen für ihn Helena Blavatsky, Carl Gustav Jung sowie G. I. Gurdjieff dar. Blavatsky war im 19. Jahrhundert die Begründerin der Theosophischen Gesellschaft, welche sich für eine Synthese des östlichen mit dem westlichen Denken einsetzte, und beeinflusste so unter anderem Rudolf Steiner, den Begründer der Anthroposophischen Gesellschaft, Alice Bailey, eine weitere wichtige Ideengeberin für das New Age, als auch den indischen spirituellen Führer Jiddu Krishnamurti. Während Gurdjieff ein spirituelles System erschuf, das den Menschen seine mechanische Natur überwinden lassen sollte, so war Jung der Brückenschläger zwischen alter Überlieferung und moderner Psychologie (vgl. ebd.: 44ff.). Zu weiteren Erkenntnissen verhilft hier Steven Sutcliffe in seiner zusammen mit Marion Bowman herausgegebenen Aufsatzsammlung *Beyond New Age*. Darin identifiziert er neben theosophischer Philosophien noch mehrere andere Faktoren aus der zweiten Hälfte des

19. Jahrhunderts, welche für die, wie er es nennt, *alternative Spiritualität* formgebend sein sollen: „(...), these (...) developments, whether countercultural or popular-cultural, were in fact anticipated from around the latter half of the nineteenth century by the careers of individuals involved in the closely interrelated networks of spiritualism, psychic research, theosophy, occultism and ceremonial magic that together make up the core historical constituents of alternative spirituality.“ (Sutcliffe 2000: 20). In einer anderen Arbeit mit dem Titel *Children of the New Age* führt Sutcliffe den Begriff *New Age* auf zwei Hauptquellen zurück: „(...) the counterculture serendipitously incorporated the expression ‚New Age‘ into an already variegated agenda. Using the UK as a case study, it is (...) to argue that the counterculture acquired the emblem ‚New Age‘ or its cognate form ‚Age of Aquarius‘ from two principal sources: the subcultural pioneers at Findhorn, Attingham Park, Glastonbury, and elsewhere; and the broader ‚occult revival‘ in popular culture.“ (Sutcliffe 2002: 108). Neben den hier erwähnten Beispielen der ersten Kommunen und Diskussionszentren, die schon seit den 50-er Jahren des letzten Jahrhunderts alternative Lebenskultur pflegten, sowie der Wiederbelebung okkulten Systeme, führt Sutcliffe in weiterer Folge das Auftreten der ersten Friedensaktivisten und Atombombengegner (aus welchen später die Bewegung der Hippies hervorging) als moderne soziale Triebfedern für die Entstehung dessen an, was man heute mit dem Begriff *New Age* bezeichnet. In seiner Auflistung kommen als weitere Einflüsse unter anderem Ufologen und deren Arbeiten, Theosophie, aber auch der extensive Drogengebrauch (im Speziellen von LSD und Cannabis) vor (vgl. ebd.: 108 ff.). Es gibt also viele verschiedene Triebkräfte, welche uns in ein neues Zeitalter führen sollen. Erst in ihrer Gesamtheit stellen diese den Bereich des *New Age* dar

## **1.2. Charakteristika**

Das Phänomen *New Age* präsentiert sich als ein wahres Sammelsurium von verschiedenen spirituellen Weltanschauungen. Obwohl in dieser Pluralität der Ansätze und Philosophien naturgemäß keine fixe wie einheitliche, alles beschreibende Linie existiert, so finden sich doch einige immer wiederkehrende Vorstellungen.

### 1.2.1. Alles ist Eins

Eine große Rolle für die Weltanschauung des New Age spielen ganzheitlich-holistische und monistische Theorien, auf deren Basis ein neues Zeitalter für die Menschheit möglich sein soll. Das Bewusstsein wird hier als die höchste Realität verstanden. Trevelyan beschreibt die Vision der Ganzheit als ein hervorstechendes Merkmal jeder spirituellen Weltsicht. Alles Leben wird dabei als eine Einheit verstanden:

*„Eine immer größere Zahl von Menschen kommt zu der Überzeugung, dass das Ganze lebendig ist und das Werk des Geistes, einer Intelligenz. Hinter jeder sich äußerlich manifestierenden Form befindet sich ein zeitloses Reich des absoluten Bewusstseins. Es ist die große Einheit, die all der Vielfalt, all den unzähligen Formen der Natur zugrunde liegt. (...) Von daher (...) stammen alle archetypischen Ideen, die sich in der Erscheinungswelt manifestieren. Denn diese Welt ist letzten Endes geistigen Ursprungs, und ihre Formen könnte man sich als gefrorenen Geist vorstellen. Die Qualität des Seins durchdringt und durchflutet alles. Göttlichkeit wohnt also allem inne.“ (Trevelyan 1986: 20f.)*

Nach holistischer (bzw. monistischer) Sicht der Dinge gibt es ein großes, schöpferisches Bewusstsein (= Gott). Von diesem leitet sich in direkter Verbindung jedes Leben ab. Die eigentlich illusorische Distanz zwischen *Ich* und *Gott*, wie wir sie im Normalfall empfinden, gilt es letztlich zu überwinden. Einen wichtigen Beitrag zur Entwicklung neuer holistischer Theorien lieferte die so genannte *Gaia-Hypothese*, laut der alles Leben auf unserem Planeten in einem Gesamtorganismus verbunden ist, wie Peter Clarke ausführt: *„(...) New Age concepts include the version of the Gaia hypothesis expounded by the scientist James Lovelock, according to which the planet earth is a complete and self-regulating system that along with its inhabitants comprises a single, living organism. This supposition forms the basis of New Age holism.“ (Clarke 2006: 29).* Der Psychiater Stanislav Grof entspricht diesem Geist, wenn er den Ergebnissen seiner holotropen Atemforschung folgend, zu der Annahme kommt: *„(...), dass Bewusstsein kein Produkt des Gehirns, sondern ein primäres Seinsprinzip ist und dass es bei der*

*Erschaffung der Erscheinungswelt eine entscheidende Rolle spielt.“ (Grof 2000: 21). Gemeinsam mit seiner Frau hat Grof eine Methode namens *holotrope Atemarbeit* entwickelt, welche außergewöhnliche Bewusstseinszustände durch eine Verbindung von beschleunigter Atmung, stimulierender Musik und zielgerichteter Körperarbeit herbeiführen kann. Grof befasst sich seit Jahrzehnten mit holotroper Atemarbeit und kam im Rahmen seiner Forschungen zu einer Reihe außergewöhnlicher philosophischer wie auch spiritueller Erkenntnisse, wie folgende Bemerkung zeigt:*

*„Ein weiteres überraschendes Ergebnis dieser Forschungen ist, dass sie darüber hinaus den Status der menschlichen Psyche in völlig anderem Licht erscheinen lassen. Sie zeigen, dass die Psyche eines jeden von uns, im weitesten Sinne verstanden, umfangsgleich mit dem gesamten Sein und letztlich identisch mit dem kosmischen schöpferischen Prinzip ist. So radikal dieser Schluss die Weltsicht moderner technisierter Gesellschaften in Frage stellt, so umfassend stimmt er mit dem Bild der Wirklichkeit überein, dass sich in den großen spirituellen und mystischen Traditionen der Welt findet, der ‚ewigen Philosophie‘ oder ‚Philosophia Perennis‘ wie sie der anglo-amerikanische Schriftsteller und Philosoph Aldous Huxley nannte.“ (Grof 2000: 21f.)*

Die im Rahmen der holotropen Atemarbeit stattfindenden Ganzheitserlebnisse stellten sich als sehr heilsam heraus. Auch der von vielen Seiten anerkannte Bewusstseinsforscher Ken Wilber spricht von der unbedingten Relevanz erweiterter Erfahrungen des Seins, wie sie von unzähligen Menschen schon gemacht wurden: *„Das Faszinierende an solchen erschreckenden und erleuchtenden Erlebnissen (...) ist der Umstand, dass der einzelne Mensch über jeden Schatten eines Zweifels hinaus das Gefühl bekommt, dass er im Grunde eins ist mit dem gesamten Universum, mit allen Welten, seien sie hoch oder niedrig, heilig oder profan. Sein ‚Identitätsgefühl‘ erstreckt sich weit über die engen Grenzen seines Leibes und seiner Seele hinaus und umfasst das gesamte Weltall.“ (Wilber 1984: 12). Wilber will in diesen Erfahrungen den ursprünglichen Kern jeglichen Religionserlebens ausgemacht haben: „Es gibt viele Beweise dafür, dass diese Art von Erfahrung oder Erkenntnis im Zentrum jeder großen Religion steht – im Hinduismus, Buddhismus, Taoismus, im Christentum, im Islam und im Judentum – so dass wir zu Recht von der ‚transzendierenden Einheit der Religionen‘ und der*

*Einmütigkeit der ursprünglichen Wahrheit sprechen können.*“ (ebd.: 13). Ebenso wie Grof versteht Wilber solche Erlebnisse und die damit verbundenen Eindrücke mit dem Begriff der *Philosophia Perennis*. Diese Einheitserfahrung, sich mit dem gesamten Kosmos verbunden zu fühlen, gilt als ein Hauptmotiv des New Age.

### **1.2.2. Der unpersönliche Gott**

Als eine weitere, immer wieder vorkommende Idee des New Age identifiziert Joachim Müller im Band *New Age – aus christlicher Sicht* ein neues Gottes- und Religionsverständnis (vgl. Müller 1987: 10ff.). Dieses ist eng mit den zuvor besprochenen ganzheitlichen Theorien über das Sein verbunden: *„In diesem Weltbild hat ein personales Gottesbild keinen Platz. Verkündet wird ein unpersonales, energetisches Gottesverständnis, gewonnen aus der Erkenntnis Gott und Welt, Gott und Mensch seien gleichen Ursprungs. Die Religionen werden als ‚Jenseits- und Weltfluchtreligionen‘ verstanden, die dem Menschen im Weg stehen, zur Selbstbestimmung und zur Versöhnung mit der Natur, mit dem Kosmos zu kommen.*“ (ebd. 1987: 12). Im New Age kann man sich Gott als eine Form von Energie vorstellen, oder vielleicht besser: fühlen. Der Einzelne kann daher, dieser Vorstellung folgend, durch die verschiedensten Formen von Energiearbeit Kontakt mit der göttlichen Sphäre aufnehmen. Eine Sichtweise, die bis vor kurzem noch von Geheimbünden, magischen Vereinigungen und religiösen Institutionen unter hermetischem Verschluss gehalten worden war. Erst die Vorläufer des New Age, wie der kaukasische Wahrheitssucher Gurdjieff, der Anthroposoph Steiner, die Theosophin Blavatsky, Okkultisten wie Eliphas Levi oder Aleister Crowley oder die den Westen erleuchtenden Yogis Indiens, führten diese Botschaft ab dem Ende des 19. Jahrhunderts der Aufmerksamkeit einer breiteren Masse zu. So genießt der Mensch seit geraumer Zeit die Freiheit, aus allen überlieferten Religionen und mystischen Richtungen wählen zu können, um so, den eigenen Vorlieben entsprechend, zu einem persönlichen spirituellen Verständnis zu gelangen.

### 1.2.3. Reise zum Selbst

Dieses in unserer Kultur neu aufgekommene Weltbild, welches den an sich selbst erfahrbaren All-Einenden Geist in den Mittelpunkt stellt, führte dazu, dass Menschen zu einer großen Anzahl nun ihr Leben gemäß dieser neu gewonnenen Einsichten zu gestalten begannen. Der Wunsch nach einer tief greifenden persönlichen Veränderung begann sich in vielen spirituell Suchenden auszubreiten. Die Reise zum Selbst soll daher im New Age, durchaus vergleichbar mit dem Schamanismus, in einer spirituellen Reinigung gipfeln. Der persönlichen soll schließlich die über-persönliche Transformation folgen, im Sinne einer positiven Veränderung der ganzen Menschheit. Dazu schreibt Trevelyan: *„Was wir letztlich zu vermitteln suchen, ist das Konzept einer grundlegenden Transformation, einer Verwandlung der Menschheit. Für jeden einzelnen muss diese ganz offensichtlich bei dem eigenen Selbst ansetzen. Dieses Selbst ist der einzige Teil des Kosmos, über den wir direkte Kontrolle und Verantwortlichkeit haben, und der einzige Moment, in dem wir es verändern können, ist das dahinfließende ‚Jetzt‘.“* (Trevelyan 1986: 81). Methoden wie Techniken dafür finden sich viele. So zeigt der, wie Gruber es nennt, *New-Age-Okkultismus* seine Besonderheit in eben dieser Bandbreite, welche *„(...) von Kristallheilen, über Auramassage, Astralreisen und ‚Löffelbiegen‘ bis zum schamanischen Ritual reicht. Dieses Erbe hat die New-Age-Bewegung von der Hippie-Kultur der 60er-Jahre angenommen, wie überhaupt viel wunderliche magisch-mythische Vorstellungskomplexe ihr entstammen.“* (Gruber 1989: 58). Gruber hebt dabei hervor, dass diese Beschäftigung mit paranormalen Inhalten ein gesteigertes Verlangen nach transzendenten Erfahrungen mit sich ziehen kann: *„Dementsprechend paart sich der Umgang mit dem Okkulten mit der Auslotung von Seelentiefen: beim schamanisch inspirierten Feuerritual, in der medial empfangenen Botschaft, beim Auslegen der Tarotkarten – bei allem geht es nicht eigentlich um die Resultate und Inhalte der Erfahrung, sondern um die ‚Erfahrung‘ selbst. Die Erfahrung nämlich, über das kleine Welt-Ich hinauszureichen, die Erfahrung des transpersonalen Menschen.“* (ebd.: 58). Die hier erwähnte transpersonale Erfahrung stellt daher so etwas wie den Hoffnungsträger der New-Age-Bewegung dar. Desto mehr Menschen an solchen befreienden, weil die Grenzen des beschränkenden Egos überwindenden Momenten Anteil haben, desto eher käme es zum angestrebten Wandel, so die im folgenden Kapitel dargestellte Vision.

### 1.3. Das Phänomen New Age – Aufbruch zu goldenen Zeiten?

Einer wichtigen Vorstellung des New Age folgend stehen wir zur Zeit an der Schwelle zu einem neuen Äon, dem Wassermann-Zeitalter. Dieses löst das Zeitalter der Fische ab, eine Periode, während der ein Aufkommen des rationalen Denkens und der Wissenschaft ebenso wie die Begründung vieler organisierter Religionen und Staaten zu beobachten war. Aus ideologischen oder territorialen Gründen waren so immer wieder Konflikte vorprogrammiert. Am Beginn eines neuen Zeitalters muss es daher zu einer gesellschaftlichen Transformation kommen, im Zuge derer die Werte und Symbole des alten Zeitalters ans neue angepasst werden. Marilyn Ferguson, eine Protagonisten des New Age, spricht daher von der Notwendigkeit diese Wandels:

*„Die Möglichkeit zur Befreiung liegt in dieser Zeit der Krise weder im Glück oder Zufall noch im Wunschdenken. Ausgerüstet mit einem besseren Verständnis dafür, wie Veränderungen vor sich gehen, wissen wir, dass dieselben Kräfte, die uns das Umherirren am Rande des Abgrunds beschert haben, den Samen zur Erneuerung in sich tragen. Das gegenwärtige persönliche und soziale Ungleichgewicht deutet eine neue Form der Gesellschaft an. Rollenverhalten, Beziehungen, Institutionen und alte Ideen werden neu untersucht, neu formuliert und neu gestaltet.“* (Ferguson 1982: 33)

Ferguson spricht in ihrem einflussreichen Buch *The Aquarian Conspiracy* von einer, dem Geist des Wassermann-Zeitalters entsprechenden, *sanften Verschwörung* (so auch der deutsche Titel ihres Werks) mit Mitverschwörern aus allen Bereichen des Lebens. Diese Verschwörung im Zeichen des Wassermanns erstreckt sich daher:

*„(...) über alle sozialen und intellektuellen Schichten. Es finden sich hier Schullehrer und Büroangestellte, berühmte Wissenschaftler, Regierungsbeamte und Gesetzgeber, Künstler und Millionäre, Taxifahrer und Berühmtheiten, führende Persönlichkeiten der Medizin, des Bildungswesens, der Rechte, der Psychologie. Einige bekennen sich öffentlich zu der Verschwörung, und ihre Namen mögen uns vertraut sein. Andere bewahren Stillschweigen über ihr Dazugehören, da sie glauben, der Sache mehr dienen zu können, wenn sie nicht mit Ideen identifiziert werden, die allzu oft missverstanden worden sind.“* (ebd.: 26)



Diese sich in den 1970er-Jahren bildende Verschwörung des Wassermanns war laut Ferguson anfangs nicht als solche geplant gewesen. Nachdem aus dem gesellschaftlichen Untergrund heraus operiert wurde, dauerte es eine gewisse Zeit bis das Ganze in seinen Ausmaßen sichtbar geworden ist. Anfangs hatten wohl nur die wenigsten eine Veränderung der Gesellschaft zum Ziel. Die Verschwörer bemerkten mit der Zeit aber, *„(...) dass ihr eigenes Leben zur Revolution geworden ist. Als die persönliche Transformation erst einmal begonnen hatte, erkannten sie sich selber als diejenigen, die alles neu überdachten, alte Voraussetzungen untersuchten, ihre Arbeit und ihre Beziehungen, die Gesundheit, die politische Macht sowie die sogenannten ‚Experten‘, Ziele und Werte neu zu überprüfen.“* (ebd.: 26). In Fergusons Vision vom neuen Zeitalter folgt der persönlichen Transformation eine gesellschaftliche. Nach Ansicht vieler Vertreter des New Age stehen wir daher vor einem transformativen Sprung zu einem höheren Bewusstsein. Diese verheißungsvolle Sichtweise drückt sich, wie Heelas bemerkt, schon im Begriff *New Age* aus: *„The term ‚new age‘ – together with similar formulations such as ‚new times‘, ‚new era‘ or ‚new world‘ – is typically used to convey the idea that a significantly better way of life is dawning.“* (Heelas 1999: 15). Heelas warnt aber vor einer falschen Interpretation des Wortes *new*, da die Philosophien und Praktiken, die im Rahmen des New Age vorkommen, einer teils sehr langen Tradition entstammen: *„(...), the word ‚new‘ should not be taken to imply that there is anything novel about the spiritual teaching under consideration. It might be new for many in the west in that increased numbers have adopted this form of spirituality during the last thirty or so years, the term gaining some of its currency from that fact. Nevertheless, the spirituality is found in many religions both east and west, (...).“* (ebd.: 16). Diese moderne Aufbereitung spiritueller Überlieferungen der Menschheit verlangt ihrerseits nach einem *neuen Bewusstsein*, welches sich in vielen Aspekten von bisherigen Seinserfahrungen unterscheidet. Gruber spricht hier von der Einsicht der New-Age-Bewegung, dass eine neue Welt nur durch einen neuen Menschen entstehen kann:

*„Allein aus diesem Wissen ist die Strahlkraft der Gegenkultur der 60er-Jahre verstehbar. In diesem Wissen erlebten sich jene, deren Seele schmerzhaft aufbrach und ihre Grundkomponenten mit Macht befreite, als sich selbst entfremdete, Heimatlose, denen die Luft zum Atmen zu schwer wurde aus Selbst-Vergessenheit. Plötzlich war die Welt*

voller Angebote, die helfen sollten, das erwachende, doch schläfrige Bewusstsein seiner Lethargie zu entreißen: Meditation, Buddhismus, Zen, Yoga, Schamanismus, Telepathie und Hellsehen, Biofeedback, Tarot-Karten, I-Ging, Theosophie, Esoterik, Gnosis und eine unzählbare Anzahl von Psychotechniken.“ (Gruber 1987: 16f.)

Dieses *neue Bewusstsein* der New-Age-Bewegung findet auch schon seit längerem einen eigenen Eintrag in der Brockhaus Enzyklopädie. Dort wird es in vier Punkte unterteilt folgendermaßen dargestellt (vgl. Brockhaus Enzyklopädie 1991/Bd.15: 525):

1) die *Drogenmystik* oder *psychedelische Religion*. Als deren wichtigste Vertreter gelten Aldous Huxley, Timothy Leary, Carlos Castaneda, John C. Lilly und Richard Alpert (besser bekannt als Baba Ram Dass);

2) die Renaissance östlicher Weltanschauungen (Hinduismus, Buddhismus, Taoismus) im Westen;

3) die Renaissance des Okkultismus, der Magie und archaischer Traditionen, wobei sich hier angeregt durch ethnologische Forschungen unter anderem von Carlos Castaneda und Joan Halifax besonders der Schamanismus und indianische Weltanschauungen großer Beliebtheit erfreuen;

4) das Aufkommen eines gewaltigen *Psychobooms*, gekennzeichnet durch Selbsterfahrungs- und Meditationsangebote im Rahmen der *Human Potential Bewegung* (Bewegung zur Entfaltung des menschlichen Bewusstseins) mit dem 1962 in Big Sur, Kalifornien, gegründeten Esalen-Institut als Zentrum.

Allen diesen Bereichen gemein ist, dass es sich jeweils um Formen der Innenschau handelt, der Aspekt der Selbsterfahrung wird hier großgeschrieben. In der Praxis kommt es, wohl der ganzheitlichen Natur des New Age folgend, öfters zu Überschneidungen, wie beispielsweise magische Rituale durch die Einnahme psychoaktiver Substanzen verstärkt werden können. Für den Einzelnen gibt es daher eine Reihe von Möglichkeiten, dieses neue Bewusstsein durch sich selbst Wirklichkeit werden zu lassen, und so Anteil an einer möglichen positiven Veränderung zu haben.

### 1.3.1. Nicht alles ist Gold was glänzt

In diesem neu geschaffenen spirituellen Supermarkt ist es für den Suchenden nun aber auch von immenser Bedeutung, ob des großen Angebotes nicht gleich die Orientierung zu verlieren. In der Einführung ihres gemeinsam herausgegebenen kritischen Buches *Meister, Gurus, Menschenfänger* weisen Ken Wilber, Bruce Ecker und Dick Anthony daher auch ausdrücklich auf die enorme Wichtigkeit der persönlichen Unterscheidungsfähigkeit betreffend spiritueller Fragen hin. Ihrer Meinung nach hat das vermehrte Aufkommen alter wie neuer spiritueller Systeme in den letzten Jahrzehnten unter anderem auch dazu geführt, zwei Lager entstehen zu lassen, nämlich kritische Opposition und enthusiastische Befürworter. Wie die Autoren weiter schreiben, sehen die Kritiker dabei die starke Ausbreitung des New Age als einen

*„(...) Ausdruck zweier pathologischer Tendenzen der heutigen westlichen Gesellschaft an: des Narzissmus und des Autoritarismus, wobei der zweite Faktor insbesondere bei der Kontroverse um destruktive Kulte und Deprogrammierungsbestrebungen in Vordergrund steht. Hingegen verstehen die Befürworter der neuen religiösen Bewegungen dieselben als Herolde des Anbruchs einer spirituellen Renaissance der westlichen Kultur und eines ‚Neuen Zeitalters‘ der Liebe und Weisheit, in welchem Männliches und Weibliches, Geist und Herz, Inneres und Äußeres zu einem noch nie erreichten Zustand des Gleichgewichts und der Harmonie gelangen werden.“* (Wilber, Ecker, Anthony 1995: 7)

Wilber, Ecker und Anthony selbst vertreten keinen dieser beiden gegensätzlichen Standpunkte alleine, sondern bemühen sich um eine Synthese davon, wenn sie meinen, *„(...) dass der kulturelle Pluralismus unserer Zeit dem Menschen völlig neue Möglichkeiten eröffnet, weshalb die Differenzierung des Unterscheidungs- und Urteilsvermögens in der heutigen Situation unerlässlich erscheint“* (ebd.: 8). Nach Ansicht der Autoren wäre es sehr wohl möglich zu einer direkten Erfahrung der höchsten Wirklichkeit zu gelangen. Sie warnen aber gleichzeitig auch vor den Schattenseiten der Psychoszene, wie Sekten und falschen Gurus, wen sie schreiben, *„(...) dass es (...) im Bereich der spirituellen Bewegungen viele problematische Erscheinungen gibt, die für den einzelnen fatale Folgen haben können.“* (ebd.: 8). Die

Autoren vertreten daher einen Standpunkt, der einen kritischen Rationalismus mit der Möglichkeit, über die Grenzen des Bekannten zu gelangen, vereint. So meinen sie auch, eine Untersuchung wie die ihrem Buche zugrunde liegende *„(...) kann nur in einer Atmosphäre des offenen Dialogs und der ironischen Loslösung gedeihen, welche der Schärfung des kritischen Urteilsvermögens zugute kommt.“* (ebd.: 10f.). Auf der Suche nach dem neuen Bewusstsein sollte also vor zu viel romantischer Schwärmerei keinesfalls auf den Verstand vergessen werden.

## 2. Die Initiation im New Age

*„Des großen LEBENS Inhalt  
folgt ganz dem SINN.  
Der SINN bewirkt die Dinge  
so chaotisch, so dunkel  
sind in ihm Bilder.  
Dunkel, chaotisch  
sind in ihm Dinge.  
Unergründlich finster  
ist in ihm Same.  
Dieser Same ist ganz wahr.  
In ihm ist Zuverlässigkeit.  
Von alters bis heute  
sind die Namen nicht zu entbehren,  
um zu überschauen alle Dinge.  
Woher weiß ich aller Dinge Art?  
Eben durch sie.“  
(Laotse, *Tao te king* – 1998: 21 ???)*

Angesichts steigender allgemeiner Orientierungslosigkeit, die immer mehr Individuen zu befallen imstande ist, stellt sich immer nachdrücklicher die Frage nach dem tieferen Sinn des Lebens. Zweifellos ist dies seit Anbeginn der Menschheit ein Grundthema, es gibt jedoch Zeiten, in denen dieser Sinnfrage erhöhte Aufmerksamkeit zukommt. Aktuell leben wir, bildlich gesprochen, in einer dunkleren Periode, besonders gekennzeichnet durch eine vom Kapitalismus gesteuerte Weltpolitik, in der zu oft das Recht des Stärkeren gilt. Daraus folgend entsteht spirituelle Orientierungslosigkeit, wobei erst diese oftmals zu einem Handeln entgegen jeder Nächstenliebe führt. Der tiefere, erfüllende Sinn des Lebens scheint abhanden gekommen zu sein. Die Auswirkungen menschlichen Handelns verändern mittlerweile den ganzen Planeten in negativer Hinsicht. Wie Paul Brunton im Rahmen seiner Ideensammlung schon vor Jahrzehnten dazu aufrief, ist es daher fraglos an der Zeit, sich mehr den alten und ältesten

Überlieferungen der Menschheit zuzuwenden: *„Jetzt, da die Lage der Menschheit so bedenklich ist, jetzt müssen diese Wahrheiten, die in früheren Zeiten gänzlich esoterisch gehalten wurden und ganz auf eine intellektuell privilegierte Schicht beschränkt waren, einem möglichst breiten Publikum zugänglich gemacht werden. Die alte, einst durchaus nützliche Geheimhaltung hat ausgedient.“* (Brunton 1996: 118). Im nachfolgenden Gedanken legt sich Brunton aber ausdrücklich darauf fest, dass dies nur aus Gründen pragmatischer Notwendigkeit geschehen soll:

*„Bei einer unterschieds- und wahllosen Verbreitung der Wahrheit in ihrer ganzen Weite, ist mit einem Gemisch von guten und schlechten Ergebnissen zu rechnen. Einige der schlechten Sorte sind bereits in jenem seltsamen Eintopf zu sehen, der zen-buddhistische Erleuchtungsstufen in Verbindung mit Alkohol, Drogen, sexueller Promiskuität und anti-gesellschaftlicher Ablehnung von Verantwortung gebracht hat. Wenn die Zeiten, in denen wir leben, nicht so kritisch wären, wäre es weder richtig noch klug, die Wahrheit jeden, selbst die, die charakterlich unreif und mangelhaft begabt sind, kennen zu lassen.“* (ebd.: 118)

Diese pessimistische Sichtweise Bruntons zur Lage der moderne Menschheit, welche auch von vielen Anderen geteilt wird (im Prinzip von allen sich mit dem New Age verbunden fühlenden Individuen, da ja eine Transformation zu etwas Besserem angestrebt wird) rechtfertigt die Frage nach sinnvollen Initiationsmöglichkeiten. Das *Tao*, der *Sinn*, des chinesischen Weisen Laotse ist unter anderem auch so zu verstehen, dass man, wie es besonders durch Initiationserlebnisse geschieht, tiefer in das Sein eintauchen muss, um dieses so besser verstehen zu lernen und dadurch zu einem gepflegteren Umgang damit gelangen zu können.

## **2.1. Der Wille zur Initiation**

Anders als in der Welt der Schamanen, wo ein Ruf aus der Geisterwelt ertönt und den Initianden auf die bevorstehende Initiation vorbereitet, bzw. ihn ihr aussetzt, basiert der Wille zur Initiation in der westlichen Kultur heute prinzipiell auf der freien Entscheidung

sich näher mit dem Wunder des Lebens sowie dessen Wirk- und Beziehungskräften auseinanderzusetzen. Eine Grundposition des New Age besagt in etwa, dass ein verfeinerter Umgang mit der Lebensenergie (bzw. dem eigenen Leben an sich) zu mehr Achtung allem Leben gegenüber führen sollte. Das Konzept von *Ego* und *Selbst* spielt dabei eine Rolle. Das *böse*, weil beschränkende *Ego* soll zu Gunsten des *göttlichen Selbst* überwunden werden. Jacob Needleman spricht in seinem Buch *Vom Sinn des Kosmos* davon, dass Wissenschaftler die Angewohnheit besitzen, das Universum auf die gleich nüchterne Weise zu betrachten, wie ein Gelehrter ein heiliges Buch betrachtet:

*„Als Folge davon leben wir in Konzepten, die die fragmentarische Welt der Erscheinungen aufrechterhalten, wie sie von der egoistischen Persönlichkeit errichtet wird, anstatt die Einheit der Realität in unserem Sein zu erfahren. Wir leben zwischen intellektuell gelösten Widersprüchen und nicht zwischen Gedanken, die nur durch einen engeren Kontakt zu unserem eigenen inneren Leben zu verifizieren sind. Die Energien im Universum strömen so wie ein Sieb durch uns hindurch.“* (Needleman 1993: 127)

Er plädiert dafür, sich genauer mit dem Wesen des Bewusstseins auseinanderzusetzen, um die Eigenschaften des Seins kennen zu lernen und sich so von festgefahrenen Bahnen zu lösen, welche das beengende Ego am Leben halten. Als Voraussetzung hierfür erachtet er die volle Aufmerksamkeit für die Ganzheit des eigenen Selbst, eine Eigenschaft des Bewusstseins, für die es in den verschiedenen Kulturen jeweils eigene Begriffe gibt:

*„Die Existenz dieser besonderen Begriffe, wie etwa ‚satori‘ (Zen-Buddhismus), ‚fana‘ (Islam), ‚pneuma‘ (Christentum) und viele andere mehr, könnte uns auch als ein Beweis dafür dienen, dass sich diese Eigenschaft des Bewusstseins schon immer von den gewöhnlichen, alltäglichen Dingen des geordneten sozialen und privaten Lebens abgehoben hat. Und auch wenn uns die traditionellen Lehren sagen, dass sich alle Menschen auf die Suche nach der Eigenschaft des Seins machen können, so ist auch bekannt, dass es nur sehr wenige gibt, die es auch tatsächlich tun wollen.“* (ebd.: 169)

Für jene aber, die ihren Willen zur Initiation ausdrücken wollen, ist es von großer Wichtigkeit, sinnvolle Systeme der Energiebearbeitung zu finden. Darauf aufbauend kann die notwendige Selbsterkenntnis, die gleichzeitig ein erweitertes Verständnis allem Leben gegenüber impliziert, Gestalt annehmen. Es soll, um es in den Worten des New Age auszudrücken, das grenzenlose Selbst an die Stelle des beengenden Egos rücken, um so ein bewussteres Leben zu ermöglichen, das frei von ehemaligen Zwängen ist. Soweit die schöne Theorie. In der Praxis aber stellt sich dieses Unterfangen als sehr anspruchsvoll und zeitaufwändig heraus, der Wille zur Initiation lässt sich daher erst rückwirkend als ein solcher identifizieren. Erst dann, wenn ein gewisses Stück des angepeilten Weges hinter sich gebracht worden ist, kann man von einer aufrichtigen und teilweise eingelösten Intention sprechen.

## 2.2. Viele Wege

Wir verfügen mittlerweile über eine große Ansammlung verschiedenartigster Philosophien wie auch spiritueller Einweihungswege, wobei die Verbreitung mittels Bücher und über das Internet stetig zunimmt (Stichwort *Esoterikwelle*). Ganz im Sinne des holistischen Grundgedankens des Wassermann-Zeitalters ist es nicht unbedingt wichtig, mit Hilfe welcher Technik im Speziellen spirituelle Reife angestrebt wird. Ferguson identifiziert hier eine Reihe von, wie sie es bezeichnet, *Psychotechnologien*, mit deren Hilfe Veränderungen der persönlichen Wahrnehmung erreichbar sind. In ihrer Auflistung dieser Technologien finden sich unter anderem (vgl. Ferguson 1982: 96ff.): Autogenes Training; Biofeedback; Meditationsformen jeglicher Art wie beispielsweise Zen, tibetanischer Buddhismus oder Tantra-Yoga; körperliche Disziplinen und Therapieformen wie etwa Hatha-Yoga, T'ai Chi Ch'uan oder auch Feldenkrais- und Alexander-Techniken; kreative Tätigkeiten wie musizieren, malen, bildhauern, usw.; Improvisationstheater; Hypnose und Selbsthypnose; zeitgenössische Psychotherapien; Techniken zur Wandlung der Bewusstheit wie jene von Gurdjieff oder den Theosophen, die sich als Synthesen verschiedener mystischer Systeme verstehen; sportliche Tätigkeiten (besonders in Verbindung mit der Natur). Dazu Ferguson: „*All diese Annäherungsmethoden können als ‚Psychotechnologien‘ bezeichnet werden – Systeme zu einer*



*ausgewogenen Veränderung des Bewusstseins. Unabhängig voneinander können Individuen möglicherweise einen neuen Weg entdecken, um wachsam zu sein, und sie mögen lernen, solche Bewusstseinszustände mittels selbstgefundener Methoden herbeizuführen.“* (ebd.: 98). Die verschiedenen (teilweise Initiationscharakter habenden) Techniken zur Veränderung der Wahrnehmung erweisen sich demnach als notwendig, um eine Transformation des Bewusstseins erreichen zu können.

### **2.2.1. 4-Stufenmodell der Transformation nach Marilyn Ferguson**

Nach Ansicht Fergusons stellt diese Transformation des Bewusstseins eine Reise ohne Endziel dar, deren Etappen quer durch die Kulturen wie auch historischen Epochen sehr ähnlich sind (vgl. Ferguson 1982: 99). In ihrer Darstellung, die hier als ein Beispiel moderner Ansichten zur Bewusstwerdung des Geistes (was in einem weiten Sinn einer neuzeitlichen Initiationsvorstellung gleichkommt) fungieren soll, finden sich vier Phasen. Diese sind in der Reihenfolge ihres Auftretens (vgl. ebd.: 100ff.): der *Einstieg*; die *Erforschung*; die *Integration* und schließlich, ganz im Sinne des konspirativen Grundgedankens von Fergusons Arbeit, die Phase der *Verschwörung*. Der Einstieg findet oft zufällig statt: „*Er kann durch alles ausgelöst werden, was unser altes Weltverständnis, die alten Prioritäten aufrüttelt.*“ (ebd.: 100). Ferguson nennt hier etwa ein gutes Buch, welches im Stande ist den Geist zu erhellen, ein spezielles Mantra oder auch psychedelische Drogen als mögliche Auslöser. Die folgende Stufe der Erforschung ist besonders von der Entdeckung der Psychotechnologien und deren Wirkweisen gekennzeichnet. Während der nächsten Phase, der Integration, lernt das Individuum sein eigener Lehrer zu werden. Die eigene Intuition entwickelt sich weiter und neue Interessensgebiete eröffnen sich dem Einzelnen. Die sich so erschließenden neuen Möglichkeiten des Bewusstseins führen zur letzten Stufe, jener der Verschwörung:

*„Beim Einstieg entdeckte das Individuum, dass es andere Wege gibt, um Wissen zu erlangen. Auf der Stufe der Erforschung sah der einzelne, dass Methoden zur Herbeiführung dieses anderen Wissens vorhanden sind. Nachdem er festgestellt hat, dass viele seiner alten Gewohnheiten, Ambitionen und Strategien nicht mit seinen*

*neuen Überzeugungen vereinbar sind, lernte er auf der Stufe der Integration, dass es andere Möglichkeiten des Seins gibt. Auf der vierten Stufe, jener der Verschwörung, entdeckte er nun andere Quellen der Kraft und verschiedene Möglichkeiten, dieselben zur Erfüllung und im Dienst der Mitmenschen anzuwenden.“ (ebd.: 105)*

Ferguson vertritt in der Folge die Meinung, dass mit den so erworbenen Einsichten und Fähigkeiten die ganze Gesellschaft verändert werden könne: *„Das neue Paradigma übt nicht nur auf sein eigenes Leben eine Wirkung aus – es scheint auch bei anderen Menschen seine Wirkung zu zeigen. Wenn das individuelle Bewusstsein heilen und transformieren kann, warum sollte es dann nicht möglich sein, dass sich das Bewusstsein vieler Menschen verbindet, um die Gesellschaft zu heilen und zu transformieren?“* (ebd.: 105). In Fergusons Modell folgt, dem großen Wunschbild des New Age entsprechend, der persönlichen eine gesellschaftliche Transformation hin zu einer besseren, weil äußert bewussten Menschheit. Kritik an diesem Modell kommt unter anderem von Ruppert. Er bezeichnet es als einen *„(...) ‚Stufen-Pfad‘, der im Vergleich zu den esoterischen oder östlichen Einweihungswegen durch seine Anspruchslosigkeit verblüfft.“* (Ruppert 1988: 64). Eine nachvollziehbare Ansicht, wenn man bedenkt, dass die großen traditionellen Einweihungswege zumeist eine lebenslange Aufgabe darstellen.

### 3. Formen der Energiearbeit

*„Wahr, wahr, ohne Zweifel und gewiss: Das Untere gleicht dem Oberen, und das Obere dem Unteren, zur Vollendung der Wunder des Einen. Und wie alle Dinge aus dem Einen sind, aus der Meditation des Einen, so werden auch alle Dinge aus diesem Einen in Abwandlung geboren. Sein Vater ist die Sonne, seine Mutter der Mond; der Wind hat es in seinem Bauch getragen; seine Säugamme ist die Erde. Es ist der Vater aller Wunderwerke der ganzen Welt. Seine Kraft ist vollkommen, wenn es in Erde verwandelt worden ist. Scheide die Erde vom Feuer und das Feine vom Groben, sanft und mit großem Verstand. Es steigt von der Erde zum Himmel empor und kehrt von dort zur Erde zurück, auf dass es die Macht der Oberen und Unteren empfangen. So wirst du die Herrlichkeit der ganzen Welt besitzen, und alle Finsternis wird von dir weichen. Dies ist die Kraft aller Kräfte, denn sie besiegt alles Feine und durchdringt das Feste. So wurde die Welt erschaffen.“* Grundthesen der *Tabula Smaragdina* des Hermes Trismegistos (in: Roob 2002: 8)

Der hier wiedergegebene berühmte Beginn der *hermetischen Mysterien* des sagenumwobenen Hermes Trismegistos betont vor allem die Einheit alles Seienden, von Gott und dem Menschen, dem Oberen mit dem Unteren. Dies stellt eine zutiefst pantheistische Sichtweise des Seins mit spezieller Hervorhebung der wirkenden, alles-durchdringenden Lebensenergie (*die Kraft aller Kräfte*) dar, die sich in den folgenden Beispielen angewandter Energiearbeit durchwegs widerspiegelt. Deren mehr oder weniger gemeinsames Ziel drückt Neville Drury wie folgt aus: *„Die gnostische Suche, die Reise der hohen Magie, ist im wesentlichen eine Rückkehr zur Quelle unseres Seins, eine Reise, die in der Realisierung des göttlich Einsseins gipfelt, das die Beschränkungen der Formen und materiellen Erscheinungen transzendiert.“* (Drury 2003: 87). Drurys *gnostische Suche* bzw. *Reise der hohen Magie* bezeichnet im Grunde genommen nichts anderes als den persönlichen Weg der spirituellen (Selbst-) Erkenntnis, welcher eine unumgängliche Voraussetzung für die Vereinigung mit Gott bzw. dem obersten Prinzip darstellt. Wenn man diesen Gedanken weiterverfolgt, sollte

Energiearbeit als ein stufenweises Gewährwerden der Lebensenergie bei gleichzeitiger Reinigung und Tonisierung des eigenen Energiehaushaltes verstanden werden. So hat, wie auch Gruber bestätigt, die spirituelle Praxis einen besonderen Stellenwert im New-Age-Bereich: *„Wenngleich in New-Age-Kreisen eine gewisse Bereitschaft besteht, auf die Buchstaben heiliger Texte anderer Traditionen zu starren, so ist doch das wesentliche Merkmal des Neuen Menschen der Weg der spirituellen Praxis. (...). Ob durch Kontemplation, Yoga, Zazen, Trance, Derwischentanz, durch Fasten, synthetische Drogen, oder als mediales Channel, die Übung hat in ihrer letzten Bedeutung nur den einen Sinn: sich dem Geist öffnen.“* (Gruber 1989: 48f.) Keiner der drei im Folgenden zu behandelnden Ansätze, oder besser: Wege, ist neu. Der indische Yoga geht in seiner ersten Erwähnung zumindest auf die vedische Zeit (ab 1200 v. Chr.) zurück, ähnlich verhält es sich bei der Arbeit mit der Lebensenergie im weiten Rahmen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Beide Kulturen besitzen somit eine reichhaltige Geschichte in der Erforschung solcherart energetischer Zusammenhänge des Seins. Wie Robert Svoboda und Arnie Lade in ihrer vergleichenden Arbeit *Ayurveda und Traditionelle Chinesische Medizin* schreiben, gehen dabei sowohl das indische als auch das chinesische Heilungswesen von der selben Grundannahme aus: *„Beide Systeme gehen von der Existenz einer durchdringenden Lebenskraft aus. Diese wird von den Chinesen als Qi und von den Indern als Prana bezeichnet. Auch die Vorstellung, dass diese Lebenskraft bzw. Energie durch subtile Pfade bzw. Meridiane (,nadis’/’jingluo’) in den Körper gelangt und im Körper auch auf diesen Wegen fließt, stimmt in beiden Systemen auf beeindruckende Weise überein.“* (Svoboda/Lade 2002: 150). Schließlich finden sich auch reichlich Belege, um die lange Historie mystischer Versenkungen als auch magischen Bestrebens in den unterschiedlichsten Kulturen nachzuweisen. Es handelt sich also um jahrtausendealte Vermächtnisse unserer Vorfahren, mit dem gemeinsamen Ziel, dem Leben den bestmöglichen Sinn zu geben.

### **3.1. Die Vitalenergie Qi**

Der Begriff *qi* (in einigen Publikationen auch: *chi* bzw. *ch’i*) bezeichnet im chinesischen Denken die grundlegende Lebenskraft, die alle Dinge durchdringt. Qi verbindet und

belebt alles im Universum. Es ist das Element, aus dem die ganze Natur bis hin zum obersten Prinzip (*tao*) besteht. Dieser Erkenntnis folgend hat die praktische Arbeit mit Lebensenergie in Ostasien eine lange und reiche Tradition, welche sich nicht nur auf China beschränkt, wie beispielsweise der Blick nach Japan zeigt. Dort findet sich mit dem lebensenergetischen Konzept des *ki* eine verwandte Sichtweise der Dinge, was sich schon anhand der großen phonetischen Ähnlichkeit der beiden Begriffe erkennen lässt. Dazu schreibt Takashi Nakamura:

*„Unterordnung unter die Gesetze der Natur ist im Osten der schlechthinige Ausdruck für das Leben selbst. Da das Säen und Ernten und vieles andere sich nach dem Rhythmus der Natur richtet, nehmen die Menschen die Ordnung der Natur als absolut gültig und betrachten die Natur als Gottheit. Die Menschen müssen der Natur jedoch nicht nur gehorchen, sondern auch danach trachten, sich mit ihr zu vereinigen. Das ist die Philosophie der Vereinigung des Menschen mit dem Himmel.“* (Nakamura 1995: 83)

Der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zufolge fließt das Qi im menschlichen Organismus in energetischen Leitbahnen (den *Meridianen*) durch den gesamten Körper. Wenn nun der Qi-Fluss behindert wird, manifestiert sich dies in Form von Krankheit, wenn er aber unbehindert und frei strömen kann, bedeutet dies demzufolge Gesundheit. In diesem Sinne schreibt Richard Grossinger: *„Any breaks in the chi will manifest as weakness, reduced vitality, pain, stiffness, pathology, neurosis, susceptibility to stress, an inability to carry out one’s natural creative impulses, and a general sense of something being wrong.“* (Grossinger 2000: 359). Wie Grossinger hier beschreibt, wirken sich Störungen des Qi-Flusses nicht nur negativ auf den körperlichen, sondern gleichsam auch auf den geistigen und seelischen Bereich des Menschen aus. In der chinesischen Medizin liegt daher das Hauptaugenmerk auf der Herstellung und Erhaltung eines harmonischen Qi-Flusses. So macht es eigentlich für jeden Menschen Sinn, sich etwas näher mit dem Konzept des Qi zu beschäftigen. Kenneth Cohen schreibt in seinem Buch *Qigong* folgendes über dessen Wesen: *„Die traditionelle chinesische Medizin befasst sich nicht mit Messungen und Quantifizierungen. Sie erkennt, dass Leben ein fließender Prozess ist; Qi wird mehr als Funktion denn als Substanz betrachtet. Am besten können wir es begreifen, wenn wir seine Funktionen im*

*Körper und in der Umwelt betrachten.“ (Cohen 1998: 75). Daher kann Qi als lebendige und, was besonders wichtig ist, an sich selbst erfahrbare Energie auch auf mehrere Arten wahrgenommen werden: „Der chinesische Terminus ‚Qi‘ ist der Oberbegriff für Lebensenergie. Für den Medizinwissenschaftler ist Heilung ein vielschichtiger Prozess mit chemischen, psychologischen, elektromagnetischen und umweltbedingten Komponenten. Auch für Qigong-Adepten gibt es verschiedene ‚Qi‘-Kategorien.“ (ebd.: 76f.). Die drei Hauptquellen des Qi sind der Atem, die Nahrung sowie die Konstitution:*

*„Luft oder Atem (...) und Nahrung (...) vereinen sich zur ‚Bauenergie‘ (...), die durch die Akupunktur-Leitbahnen in alle Gewebe des Körpers transportiert wird. Während Atem und Nahrung erworbenes Qi sind, ist die dritte Qi-Quelle angeboren. Im chinesischen ist der Terminus für diese ererbte – wir können sogar sagen: ‚genetische‘ – Lebensenergie Yuanqi, Primär-Energie, wörtlich: ‚ursprüngliches Qi‘. (...). Für das Primär-Qi ist im wesentlichen die Gesundheit der Eltern und die Versorgung verantwortlich, die das Kind im Mutterleib bekommt.“ (ebd.: 77)*

Bei den vielen Aspekten der Lebensenergie Qi handelt es sich bei *Atem-Qi*, *Nahrungs-Qi* und *Primär-Qi* um die drei zentralsten Erscheinungsformen. Laut Cohen ist es notwendig, vier weitere Hauptaspekte von Qi mit ein zu beziehen, um die Lebensenergie grundsätzlich theoretisch erfassen zu können. Diese sind: *Inneres Qi* (alles Qi im inneren des Körpers), *Äußeres Qi* (vom Körper ausgesandtes Qi), *Physiologisches (energetisches) Qi* (in den Leitbahnen fließendes Qi) und *Abwehr-Qi* (als energetische Barriere gegen schädliche Einflüsse von außen) (vgl. ebd.: 80ff.).

### **3.1.1. Die Drei Schätze**

In der taoistischen Praxis der inneren Alchemie begegnet man im Konzept der *Drei Schätze* einer Unterteilung der Lebensenergie, die sich besonders für die Bewegungs- und Meditationsübungen des Qigong als grundlegend erweist. Es handelt sich dabei um die elementaren Energieformen *jing* (*Essenz; sexuelle Energie*), *shen* (*Geist*) und *qi* (vgl. Cohen 1998.: 84). Wie Ulli Olvedi beschreibt, entsteht menschliches Leben durch die

Verschmelzung des Jing der Eltern beim Akt der Empfängnis. Jing, die Essenz, ist sowohl die Wurzel des Lebens (als *vorgeburtliches Jing*), wie es auch für Wachstum und Veränderung zuständig ist (als *nachgeburtliches Jing*). Während sich nachgeburtliches Jing durch die Ernährung und die Atmung kontinuierlich aufnehmen lässt, baut die Menge an vorgeburtlichem Jing mit Fortdauer des Lebens immer mehr ab. Um diesen Vorgang zu verlangsamen, wird im Taoismus großer Wert auf eine bewusste Lebensführung in Kombination mit bestimmten Übungen des Qigong gelegt (vgl. Olvedi 2001: 63ff.). Das Konzept des Shen beschreibt Olvedi folgendermaßen: *„Shen ist Qi auf der Ebene der geistigen Funktion, die Fähigkeit, die sinnlichen Wahrnehmungen und Emotionen zu interpretieren, die Fähigkeit zu beobachten, zu unterscheiden und zu entscheiden, zu analysieren und Schlüsse zu ziehen – diejenigen Funktionen, die unsere begriffliche Welt gestalten. Durch die Kultivierung des Qi gewinnt Shen an Kraft.“* (ebd.: 67). Qi besitzt im Rahmen des Konzepts der Drei Schätze vor allem den Charakter des Ausgleichens und des Verbindens, wie Cohen ausführt:

*„Sexuelle und spirituelle Energie sind ein Yin- bzw. Yang-Aspekt von Qi. ‚Jing‘ ist erdgebunden und wird mit der intimsten Form des körperlichen Kontakts assoziiert. ‚Shen‘, Geist, ist Yang und himmelsgebunden, er verbindet die Menschen mit dem Göttlichen. Wenn der Terminus Qi in Kontrast zu den beiden anderen Begriffen verwendet wird, gilt er als neutral, steht in der Mitte zwischen positivem und negativem Pol. Qi ist in sich weder Yin noch Yang, und doch kann es beide Eigenschaften verkörpern.“* (Cohen 1998: 84)

Qi weist hier eine unserem Denken etwas fremde Doppelfunktion auf. Es stellt dabei gleichsam die alles umfassende Lebenskraft dar, wie es auch gesondert als funktionaler Teil dieses speziellen Systems zu verstehen ist. In Olvedis Beschreibung stellt Qi innerhalb der drei Schätze den Impuls aller Bewegung bzw. die Bewegung an sich dar (vgl. Olvedi 2001: 66). Olvedi dazu weiter: *„Qi hält die lebendigen Prozesse im Körper in Ordnung, wärmt, bewahrt und schützt. Es sorgt für den Ausgleich von Yin und Yang, von Leere und Fülle. Es manifestiert sich auf körperlicher wie auf geistiger Ebene, vernetzt beide, ist, je reichhaltiger und ausgewogener, umso belebender, inspirierender (...).“* (ebd.: 66). Cohen vergleicht schließlich die Drei Schätze mit dem westlichen

Konzept von Körper, Geist und Seele und kommt dadurch zu einer interessanten Folgerung: *„In einigen Religionen wird das Körperliche oder ‚Fleischliche‘, in der Terminologie des Apostels Paulus, auf der Suche nach dem Spirituellen in den Hintergrund gedrängt. Die Philosophie des Qigong betont das genaue Gegenteil: Es ist danach nicht möglich, zum Spirituellen zu finden, wenn die Körpererfahrung nicht einbezogen wird.“* (Cohen 1998: 90). Diese Verbindung des materiellen mit dem spirituellen Aspekt des Menschen herzustellen ist daher ein zentraler Inhalt des Qigong.

### 3.1.1. Qigong

Der Terminus *gong* wird laut Clarke allgemein zur Bezeichnung von spirituellen Praktiken oder Techniken verwendet (vgl. Clarke 2006: 332). Im modernen Sprachgebrauch steht *Qigong* für die *Kunst der Qi-Kultivierung* (vgl. Cohen 1998: 46). Eine freie Übersetzung wäre daher *Energiearbeit* bzw. *Energieübung*. Der Begriff selbst wurde relativ spät eingeführt, höchstwahrscheinlich zur Zeit der Ming-Dynastie (1368-1644) (vgl. ebd.: 46). Olvedi zufolge setzte sich die Bezeichnung *Qigong* (je nach Publikation auch: *Qi Gong*; *Chi Gong*; *Ch'ikung*) schließlich erst in den letzten Jahrzehnten endgültig durch:

*„Qi Gong ist ein Begriff, der erst seit den fünfziger Jahren Verwendung findet und heute die Gesamtheit der traditionellen und modernen Methoden der chinesischen Energiearbeit umfasst. Die Methoden des Qi Gong, wie sie heute in den vielen verschiedenen Qi-Gong-Schulen Chinas und von Meistern im Osten und Westen gelehrt werden, sind zum Teil ganz neue Entwicklungen, doch haben sie ihre Wurzeln in der jahrtausendealten Tradition der Arbeit mit der ‚vitalen Energie‘ Qi.“* (Olvedi 2001: 44)

In alten Zeiten wurde der Begriff *dao yin* für alle Formen der Therapie verwendet, bevor es zu einer Unterscheidung in die verschiedenen Methoden kam (vgl. Dehn 2001: 388). Über die genaue Entstehungsgeschichte dieses ganzheitlichen Heilverfahrens herrscht Uneinigkeit. Der Qigong-Meister Wong Kiew Kit etwa meint, dass schon Höhlenbewohner der Jungsteinzeit anfängliches Qigong praktizierten (vgl. Wong 1995:



26). Auch Cohen geht hier von einem frühen Entstehen des Phänomens aus, indem er die Möglichkeit mit ein bezieht, dass die Tiertänze der frühen chinesischen Schamanen als Grundlage dienten (vgl. Cohen 1998: 47). Eine ähnliche Auffassung vertritt Eliade in *Schmiede und Alchemisten*:

*„Wie man weiß, hat das, was gewöhnlich ‚Taoismus‘ genannt wird, eine große Anzahl geistiger Überlieferungen von unvorstellbar hohem Alter in sich aufgenommen und umgewertet. So sind, um nur ein Beispiel zu nennen, die archaischen Methoden zur Wiederherstellung der Frische und Glückseligkeit des ‚animalischen Lebens‘ von den taoistischen Meistern übernommen und gewissenhaft bewahrt worden. Solche Praktiken lassen sich aber in gerader Linie von einem Proto-Schamanismus der Jägervölker ableiten, was schon ein Beweis für ihr hohes Alter ist.“* (Eliade 1992: 115)

Shen Shou weist darauf hin, dass bei Ausgrabungen in jüngerer Zeit in China das bisher älteste Dokument zum Qigong gefunden wurde. Es handelt sich um einen Jadestab mit einer Inschrift, welche als Anleitung zur richtigen Atmung und dem dazugehörigen Qi-Kreislauf dient. Das Alter des Jadestabes beträgt zumindest 2300 Jahre (vgl. Shen 1994: 100ff.). Ebenfalls sehr hohen Alters ist das berühmte Buch *Nei Jing*, in dem erste medizinische Ratschläge im Sinne von Qigong gegeben werden. Diese Ratschläge soll der Arzt Qi Bo dem berühmten *Gelben Kaiser* Huang Di (ca. 2600 v. Chr.) gegeben haben, wobei, den Regeln des Yin und Yang folgend, durch Mäßigung eine Verlängerung des Lebens angestrebt wurde (vgl. Dehn 2001: 388).

Allgemein betrachtet handelt es sich bei Qigong um die Kunst, Bewegung, Atmung und Aufmerksamkeit so einzusetzen, dass sowohl das Blut als auch die elementare Lebensenergie (Primär-Qi) im Fluss bleiben und so gereinigt und gestärkt werden. Daher nimmt Qigong seit jeher eine zentrale Position in der traditionellen chinesischen Medizin ein, wie Wong ausführt:

*„Die chinesische Medizin hat stets den Vorrang der Gesunderhaltung gegenüber der Heilung betont. Qi Gong ist Präventivmedizin par excellence. Aber sie ist noch mehr: Wenn man Qi Gong praktiziert, erfährt man dessen vorbeugende und heilende Funktion*

*zugleich. Wenn man eine Krankheit hat, wird Qi Gong sie heilen; wenn nicht, wird Qi Gong die Gesundheit kräftigen und das Leben verlängern. Durch diese vorbeugende und zugleich heilende Wirkung ist Qi Gong ein weltweit einzigartiges Heilverfahren.“*  
(Wong 1995: 95)

Qigong ist die Bewegungslehre der TCM und stellt neben der Akupunktur, der Tuina-Massage samt Akupressur, der Pflanzenheilkunde und der Diätetik mit der Ernährung nach den fünf Elementen eine der fünf Methoden oder auch Säulen des chinesischen Heilverfahrens dar. Die Qigong-Praxis besteht aus speziellen Übungen, die entweder im Stehen, im Sitzen oder im Liegen ausgeführt werden. Bei vielen dieser Übungen wird jeweils eine bestimmte Bewegungsform ausgeführt, wobei die Atmung zur Bewegung synchron sein sollte. Bei anderen Formen verharrt man mit ruhiger Atmung locker in einer bestimmten Stellung. Der Aspekt der Atmung besitzt in den ostasiatischen Heilverfahren und Energiearbeitstechniken generell einen sehr hohen Stellenwert. Nakamura beschreibt den Nutzen, welcher aus einer deutlichen Vertiefung des Atemzugvolumens (d.h. wie viel Luft man mit einem Atemzug aufzunehmen imstande ist) und gleichzeitiger Verlängerung jedes Atemzugs hervorgeht. Demnach käme es zu einer Vergrößerung der Vitalkapazität, wie auch zu einer Beschleunigung des Gasaustausches von Sauerstoff und Kohlendioxid und zu einer allgemeinen Anregung des gesamten Stoffwechsels. Weiters aktiviert eine solcherart feine und tiefe Atmung die Funktion des parasympathischen Nervensystems. Tiefenatmung vergrößert auch den Druck im Bauchraum und treibt so überschüssiges träges Blut aus den inneren Organen in die Adern zurück. Zudem wird das Sonnengeflecht angeregt, was wiederum zur Beruhigung des Geistes beiträgt (vgl. Nakamura 1995: 38). Mit Hilfe der feinen und tiefen Atmung in Kombination mit den verschiedenen Bewegungen soll eine tiefe Entspannung erreicht werden, bei der sich vorgefasste Vorstellungen leichter auflösen lassen, wodurch wiederum ein Zustand universeller Ganzheit bewirkt werden kann. Es wäre daher auch nicht zielführend, Qigong nur auf die physisch orientierten Übungen reduziert zu sehen, wie Grossinger bemerkt: *„The Chi Gung exercises are meant to facilitate chi activation, but they are not themselves the heart of Chi Gung“* (Grossinger 2000: 360). So gibt es eine Unterscheidung zwischen *Wai Dan*, den äußeren, körperbetonten Übungen, und *Nei Dan*, den inneren Übungen. Während Wai-Dan-

Übungen besonders im Bereich der Kampfsportarten zur Verwendung kommen, werden durch Nei-Dan-Übungen im Speziellen Atmung und Aufmerksamkeit geschult (vgl. Dehn 2001: 388f.). Die inneren, spiritueller orientierten Übungen des Nei Dan erweisen sich dabei als ein sehr direkter Zugang zur Lebensenergie Qi, wie anhand eines kurzen Exkurses dargestellt werden soll.

### **Exkurs 1: Der Kleine Energiekreislauf**

Der taoistische Meister Mantak Chia beschreibt in seinem Buch Tao Yoga den großen Nutzen, den das Erwecken des Kleinen Energiekreislaufs im menschlichen Körper bringen soll. Dieser besteht aus den beiden wichtigsten Meridianen, dem Lenker- und dem Diener-Gefäß. Dazu schreibt Chia: „Das Diener-Gefäß verläuft auf der vorderen Körperseite nach unten und ist Yin, weiblich und kalt; das Lenkergefäß auf der Rückseite des Körpers ist Yang, männlich und heiß. Vereint bilden diese beiden den Kleinen Energiekreislauf, an den alle lebenswichtigen Körperorgane angeschlossen sind.“ (Chia 2005: 64). Die Herstellung des Kreislaufs führt durch die harmonische Mischung von Yin und Yang zu einer Steigerung der Lebenskraft. Die von Chia beschriebene Methode, um dies zu verwirklichen, kommt aus dem Bereich der Nei-Dan-Übungen: „Um den Energiestrom entlang der Meridiane zu stimulieren, konzentrierten sich einige Taoisten auf leicht zugängliche Energiezentren, die den Akupunkturpunkten entsprechen.“ (ebd.: 64). In der Folge werden 13 dieser Energiezentren beschrieben, die sich, ähnlich den Perlen an einer Schnur, entlang der beiden zentralen Meridiane verteilen. Ausgehend von einem Punkt, welcher sich im Bereich des Nabels befindet und eines der wichtigsten Heilungszentren im menschlichen Körper ist, stellt man sich vor, wie die Energie entlang des Diener-Meridians nach unten bis ins Perineum fließt. Dabei wird ein Energiezentrum mit dem nächsten verbunden, um so entlang des Lenker-Meridians auf der Körperrückseite weiter nach oben zu fließen. Das Qi wird dann über den Scheitel auf die vordere Körperhälfte zurück gezogen, um schließlich wieder den Punkt beim Nabel zu erreichen (vgl. ebd.: 64ff.). Ziel ist es, den Fluss der Lebenskraft mit der Zeit unaufhörlich durch den Körper fließen zu lassen. Das bewusste und wiederholte Öffnen des Kleinen Energiekreislaufs und der darauf liegenden Akupunkturpunkte soll so die eigene Gesundheit und Vitalität nachhaltig verbessern.

Diese kraftvolle Form von Energiearbeit, wie sie im Speziellen die Übungen des Nei Dan darstellen, befähigt so manchen Arzt der traditionellen chinesischen Medizin dazu, Patienten auf für europäische Maßstäbe teils wundersame Art zu heilen. Dies geschieht in bestimmten Situationen sogar durch Fernübertragung des Qi vom Heiler auf den Kranken. Aber ähnlich dem Schamanen beschränkt sich die Rolle des Geübten in den Künsten des Qigong nicht nur auf die Tat der Heilung, wie Meister Wong berichtet:

*„Qi Gong im weitesten Sinne hat als Studium des Chi mit allen menschlichen Aktivitäten zu tun, die irgendwie mit Energie zusammenhängen, wie zum Beispiel Feng Shui oder Geomantie, okkulte Künste, spirituelle Wissenschaften, Physiognomie und Klimatologie. Aus praktischer Sicht geht es beim Qi Gong dagegen hauptsächlich um die Gesunderhaltung, um die Verbesserung der Fähigkeiten in den Kampfkünsten, um die Schulung geistiger Fähigkeiten und die Erlangung einer spirituellen Erfüllung.“* (Wong 1995: 59)

Im Prinzip sind die Anwendungsmöglichkeiten grenzenlos, wie Wong weiter feststellt, da es sich bei Qigong um die Beschäftigung mit der Essenz des gesamten Universums handelt. So finden sich auch viele Gemeinsamkeiten zwischen Qigong und verschiedenen außergewöhnlichen Zuständen des Bewusstseins:

*„Telepathie, Hellsichtigkeit, Psychokinese und außerkörperliche Erfahrungen sind Erscheinungen, die auch beim Qi Gong auftreten. Physiotherapie, Chiropraktik, Reflexzonenarbeit, Biofeedback, Reiki, Handauflegen, Glaubensheilung, Rebirthing und Chanelling benutzen ebenfalls Techniken, die im Qi Gong vorkommen. Es überrascht nicht, dass Qi Gong eine so umfassende Kunst ist, denn es handelt sich letztlich um einen Oberbegriff, der viele Künste abdeckt, die mit Energien umgehen. Wenn man also Qi Gong studiert und praktiziert, beschäftigt man sich nicht nur mit dem Kern des eigenen Wesens, sondern auch mit der Essenz des Universums.“* (ebd.: 59f.)

Qi ist auch die Kraft, die hinter den großartigen Künsten der berühmten Shaolin-Mönche steht, deren körperliche und geistige Höchstleistungen ohne das zugleich stärkende wie harmonisierende Training unmöglich wären. So verfällt Cohen bei einer generellen Reflexion über Qigong beinahe ins Schwärmen:

*„Im körperlichen Bereich lautet das Ziel, Qigong-Theorie und -Praxis zu meistern. Auf der geistigen Ebene gilt es, ein tiefes Gefühl für die Zusammengehörigkeit mit dem Universum zu entwickeln, ein Gefühl für das Einssein mit dem Lebensatem (Primär-Qi von Himmel und Erde). Qigong ist nichts Besonderes und doch etwas ganz Einzigartiges. Ich stehe, ich atme. Was ist natürlicher oder tiefgründiger? Qigong ist der Weg, das Dao, das uns in die Lage versetzt, das Geheimnis und die Schönheit im ganz Alltäglichen wahrzunehmen.“ (Cohen 1998: 554)*

Qigong stellt sich als Weg und Möglichkeit zur körperlichen wie auch geistigen Transformation dar. Unter Verwendung praktischer Energiearbeit soll es möglich sein, zum eigenen inneren Kern vorzustoßen und gleichzeitig mehr über die Wirkmechanismen des Universums in Erfahrung zu bringen. So erweist sich der fruchtbare Umgang mit der Lebensenergie als absolut grundlegend auf dem taoistischen Weg der spirituellen Selbsterkenntnis.

### **3.2. Prana und Kundalini – Der hinduistische Zugang zur Lebensenergie**

Im indischen Denken findet sich in der Vorstellung von *prana* ein dem chinesischen *qi* sehr ähnliches Konzept. In der hinduistischen Literatur wird Prana zumeist mit der Atmung und somit mit dem Element Luft gleichgesetzt. In einem größeren Kontext wird der Begriff aber auch für die Beschreibung der Lebensenergie herangezogen, wie Svoboda und Lade bestätigen: *„Bei Prana handelt es sich um die Lebenskraft, um die Kraft, die Körper, Verstand und Geist zusammenhält und sie dazu zwingt miteinander zu agieren.“* (Svoboda/Lade 2002: 84). Prana wird vom Menschen in erster Linie durch die Atmung und zusätzlich über die Nahrung aufgenommen:

*„Die Prana-Schicht, also der Vitalkörper, verbindet die Schicht der Nahrung mit der mentalen Schicht. Hierdurch werden die beiden Schichten befähigt, miteinander zu agieren. Die Prana-Schicht wird einzig vom Prana gebildet und ernährt. Zwar handelt es sich bei Prana um ‚Energie‘, betrachtet man Prana aber im Kontext von Bewusstsein, so*

*handelt es sich ebenfalls um eine Form der Materie. Das Prana des Organismus wird auf zweierlei Arten aufgefüllt, nämlich ‚direkt‘ und ‚verzögert‘. Bei der ‚direkten‘ Weise wird Prana aus der in die Lunge strömenden Luft absorbiert, bei der ‚verzögerten‘ Weise wird es durch den Dickdarm aus gut verdauter Nahrung absorbiert.“ (ebd.: 99f.)*

Daher besitzt eine bewusste und ausgeglichene Ernährung seit jeher einen hohen Stellenwert im indischen Denken und da besonders im Yoga. Diese Sichtweise etablierte sich aus sehr praktischen, weil energetischen Gründen, wie Georg Feuerstein erklärt: *„(...) food is not merely an aggregate of chemical compounds but contains the quintessence of organic matter, which is the life energy (prana)‘. While all types of food can be considered a form ‚of prana‘, however, there are not equally beneficial. Some kinds of food prove more or less toxic to the human system. The Yoga practitioner is therefore very circumspect about his or her nutrition.“* (Feuerstein 2003: 150). Vergleichbar mit der chinesischen Vorstellung vom Qi und den Meridianen bewegt sich das aus Atmung und Nahrung gewonnene Prana im Vitalkörper durch ein Netz von subtilen Leitungen und Nervengeflechten:

*„Diese subtilen Leitungsgefäße werden als Nadis bezeichnet, die Nervengeflechte als Chakras. Der Vital- bzw. Prana-Körper stimuliert die im Gleichklang mit den Nadis fließenden körperlichen Kanäle. Der wichtigste Nadi des Körpers wird als Zentralkanal (sushumna) bezeichnet. Er wird vom Durchschnittsmenschen am wenigsten genutzt. Entlang diesem Zentralkanal liegen die Chakras aneinander gereiht wie Blumen am Faden einer Girlande. Der Zentralkanal verläuft innerhalb der zentralen Furche des Rückenmarks.“* (Svoboda/Lade 2002: 100f.)

In einigen Arten des Yoga wird deshalb ein verstärktes Augenmerk auf die Erweckung dieses großen Energiepotenzials gelegt, so auch im Hatha-Yoga, wie Feuerstein ausführt: *„The objective of Hatha-Yoga is to conduct the life force along the body’s central axis to the crown of the head. The flow of the ‚prana‘ through the central conduit – called ‚sushumna-nadi‘ – is thought to awaken the full psychospiritual potential of the body. This potential is better known as the ‚serpent power‘ (kundalini-shakti)“* (Feuerstein 2003: 151). Die willentliche Erweckung der *kundalini*, dieser an sich am

untersten Ende der Wirbelsäule ruhenden Kraft, zieht für den Übenden eine Reihe positiver Effekte mit sich:

*„When the ‚kundalini‘ is awakend from its dormant state in the lowest center (‚cakra‘) at the base of the spine, it rushes up to the crown center. This ascent is accompanied by a variety of psychic and somatic phenomena. These include visionary states and, when the ‚kundalini‘ reaches the top center, ecstatic transcendence into the formless Reality, which is inherently inconceivable and blissful. As the ‚kundalini‘ force is active in the crown center, the rest of the body is gradually depleted of energy. This curious effect is explained as the progressive purification of the five elements (...) constituting the physical body – earth, water, fire, air, and ether.“ (ebd.: 151)*

Die Erweckung dieses großen psychoenergetischen Potenzials stellt, wie schon erwähnt, ein zentrales Element bestimmter Arten des Yoga dar, welches nun im folgenden Kapitel beschrieben wird.

### **3.2.1. Yoga**

Eliade vertritt die Ansicht, dass es zum besseren Verständnis vier Fundamentalbegriffe des indischen Denkens vorzustellen gelte, um so eine erste Standortbestimmung des Phänomens *yoga* innerhalb dieses Denkens liefern zu können. Es handelt sich dabei um die Konzepte von *karman*, *maya*, *nirvana* und *yoga*:

*„1. das Gesetz der allgemeinen Kausalität, das den Menschen an den Kosmos bindet und ihn zu unbeschränkter Wanderung verdammt – das Gesetz des karman; 2. der geheimnisvolle Prozess, durch welchen der Kosmos erzeugt und erhalten und die ‚ewige Wiederkehr‘ der Existenzen ermöglicht wird: die maya, die kosmische Illusion, welche der Mensch solange aufrechterhält (ja für wertvoll hält), als er verblendet ist durch die Unwissenheit (*avidya*).“ (Eliade 1985: 11)*

Diese kosmische Illusion wirkt dabei wie ein Schleier zwischen dem Menschen und der Erkenntnis von der höchsten Realität, die Eliade in der Folge beschreibt: „3. *die absolute Realität irgendwo jenseits des durch die maya erzeugten Gewebes der kosmischen Illusion und der durch das karma verursachten menschlichen Erfahrung – das reine Sein, das Absolute, mit welchem Namen man es auch bezeichnen mag: das Selbst (atman), das Brahman, das Unbedingte, Transzendente, Unsterbliche, Unzerstörbare, das Nirvana usw.*“ (ebd.: 11). Den Ausweg aus diesem ontologischen Dilemma bietet der Yoga: „4. (...) *die Mittel zur Erlangung des Seins und die Techniken zum Erreichen der Befreiung (moksa, mukti), welche in ihrer Gesamtheit den Yoga bilden.*“ (ebd.: 11). Aus dieser Darstellung Eliades wird schnell ersichtlich, welchen großen Stellenwert der Yoga sowohl in der indischen Philosophie, als auch in der spirituellen Praxis als Weg zum Heil einnimmt. Im Rahmen des indischen Denkens stellt Yoga eines der sechs *darshana* dar. Mit diesem Begriff werden die großen, von der Priesterkaste der Brahmanen anerkannten, Philosophiesysteme bezeichnet, die, wie im Falle des Yoga, auch eine sehr starke mystische Komponente innehaben können. Nach Jakob Wilhelm Hauer reichen die Anfänge des Yoga bis in die indoarische Frühzeit der vedischen Epoche zurück (ca. 1.000 Jahre vor Beginn unserer Zeitrechnung) (vgl. Hauer 1958: 19). Die erste gesicherte Erwähnung des Begriffes als ausgebildetes System findet sich etwas später in den Texten der Upanishaden (vgl. ebd.: 23). Manche Forscher vermuten, dass seine Anfänge sogar bis ins archaische Schamanentum zurückreichen könnten. Lindenberg etwa will im Yoga einen integrierenden Bestandteil schamanischer Einweihungsübungen wieder erkennen (vgl. Lindenberg 1978: 90). Der Begriff *yoga* stammt von der Wurzel *yuj* ab, die im Deutschen mit *zusammenbinden, fest zusammenhalten, anschnüren* oder auch *ins Joch spannen* übersetzt wird. Es entwickelten sich zwar mit der Zeit verschiedene Systeme des Yoga, im Allgemeinen dient der Terminus aber dazu, jede asketische Technik und Methode der Meditation zu benennen (vgl. Eliade 1985: 12). Nach Meinung Eliades ist es der Begriff des *yoga* selbst, der diese Bedeutungsvielfalt hervorruft: „*Wenn ‚yuj‘ etymologisch tatsächlich ‚binden‘ bedeutet, so muss das ‚Band‘, zu welchem diese Handlung des Bindens führt, das Zerreißen der Bande voraussetzen, welche den Geist mit der Welt vereinigen.*“ (ebd.: 12). Um die angestrebte Befreiung zu erlangen, ist es notwendig sich zuerst von der Welt der Erscheinungen loszulösen, wie Eliade weiter ausführt:



*„Auch in seiner ‚mystischen‘ Bedeutung, also mit dem Sinn von Vereinigung, enthält der Yoga die Loslösung von der Materie, die Emanzipation von der Welt. Der Ton liegt auf der Anstrengung des Menschen (‚ins Joch spannen‘), auf der Selbstdisziplin, durch welche er zur Konzentration des Geistes gelangt, noch bevor er – etwa in den mystischen Varietäten des Yoga – die Hilfe der Gottheit erbittet. Das ‚Zusammenbinden‘, ‚fest Zusammenhalten‘, ‚ins Joch spannen‘ – all das hat zum Ziel die Einigung des Geistes, das Ende der Zerstretheit und der Automatismen des profanen Lebens. Im ‚frommen‘ (mystischen) Yoga geht diese ‚Einigung‘ der wirklichen Vereinigung, nämlich der Vereinigung der menschlichen Seele mit Gott voraus.“ (ebd.: 13)*

Eliade beschreibt hier zentrale Aspekte des Yoga: Mit Hilfe bestimmter körperlicher wie geistiger Techniken soll es schrittweise zu einer Beruhigung des Geistes kommen. So wird langsam eine Loslösung von den Automatismen der Alltäglichkeit erreicht. Am Ende dieser Entwicklung, die im nächsten Abschnitt genauer untersucht werden soll, steht die persönliche Befreiung vom universalen Leid, welches durch die Vergänglichkeit allen Seins hervorgerufen wird. Ein Motiv, welches über den Yoga hinaus einen zentralen Aspekt in der indischen Geistesgeschichte darstellt: *„Sich vom Leiden ‚befreien‘ ist das Ziel aller indischen Philosophien und Mystiken. Ob man diese Befreiung direkt durch die ‚Erkenntnis‘ erlangt, z.B. nach der Lehre des Vedanta und des Samkhya, oder mit Hilfe von Techniken, wie es mit dem Yoga auch die meisten anderen buddhistischen Schulen glauben, die Hauptsache ist, dass kein Wissen einen Wert hat als das, welches das ‚Heil‘ des Menschen verfolgt.“* (ebd.: 20). In einer rein pragmatischen Sichtweise stellt diese Transzendierung des bisherigen Seins, wie es vom Yoga ermöglicht wird, die Fähigkeit zur absoluten Kontrolle über die eigenen Sinne dar. In einem spirituellen Kontext besteht die höchste Befreiung in der Vereinigung mit Gott. Dasselbe religiöse Motiv steht daher auch am Anfang der Entwicklung des Yoga. So schreibt Feuerstein über dessen Ursprung:

*„Vedic Yoga consisted primarily in techniques of mental concentration, breath control, chanting, and ritual worship. It served the purpose of invoking, envisioning, and even merging with various deities. The vedic male and female deities (deva) were considered great allies in the invisible realm without whose benediction life could not run smoothly.*

*Only by focusing attention, by turning it into a laser beam, could the barrier between the visible and the invisible be melted and the deities contacted.*“ (Feuerstein 2003: 4)

Trotz dieser uranfänglichen Verwobenheit mit der religiösen Sphäre im Speziellen, entwickelten sich mit der Zeit auch einige mehr philosophisch gefärbte Yoga-Systeme. Wie Feuerstein weiter berichtet, wandelte sich der Yoga so von einer polytheistischen Weltansicht zu einer Verbindung von religiösem Monotheismus mit metaphysischem Nicht-Dualismus:

*„Yoga operates with both a personalist conception of a Supreme Person (be it God or Goddess) and an impersonalist notion of an Absolute (often called brahman). Sometimes as in the Bhagavad Gita (Lord’s Song), an attempt is to be made to integrate both ideas. Thus some forms of Yoga are more religiously oriented, while others tend to be more philosophical. (...). However, Yoga’s growing technology of physical and mental practices came to be associated with a nondualist (advaita) metaphysics. According to the earliest teachings of Hindu nondualism as contained in the Upanishads, the multifaceted world is an emanation from the singular transcendental Reality called Brahman (‘that which thrives’). Yoga was introduced as a way back to this Singularity (eka).“ (ebd.: 4f.)*

Der hier von Feuerstein beschriebene Weg zurück zu dieser Einheit, zurück zu *brahman*, dem All-Einen, dem Ursprung allen Seins, ist als Mittelpunkt jeglicher yogischer Bemühungen zu verstehen, unabhängig welcher Yoga-Tradition gefolgt werden mag. Unter den bedeutendsten Formen hinduistischen Yogas finden sich unter anderem (vgl. ebd: 10): *Raja-Yoga* (königlicher Yoga), auch bekannt als *Patanjala-Yoga* oder *klassischer Yoga*; *Hatha-Yoga* (etwa: Yoga der Kraft); *Karma-Yoga* (Yoga der Tat); *Jnana-Yoga* (Weisheits-Yoga); *Bhakti-Yoga* (Yoga der Hingabe oder Liebe); *Mantra-Yoga* (Yoga des Klangs) und *Tantra-Yoga* (Yoga der Kontinuität), letzterer beinhaltet unter anderem *Kundalini-Yoga* (Yoga der Schlangenkraft) und *Laya-Yoga* (Yoga der Aufnahme bzw. Vereinigung).

### 3.2.2. Patanjalis achthgliedriger Weg

Wahrscheinlich im 2. Jhdt. v. Chr. (vgl. Eliade 1985: 16), anderen Interpretationen folgend im 2. Jhdt. n. Chr. (vgl. u.a. Lindenberg 1978: 91), verfasste Patanjali seine bedeutenden Yoga-Sutren. Dieser Text gilt als Klassiker und ist zum Maßstab aller späteren Yoga-Philosophie und -Praxis geworden. Wie Eliade hinweist, handelt es sich bei den von Patanjali dargestellten Askese- und Meditationstechniken keinesfalls um eine neue Entwicklung, vielmehr wurden diese Techniken schon einige Jahrhunderte davor erprobt. Patanjalis Hauptverdienst lag darin, traditionelle Lehren in der Sprache seiner Zeit zu formulieren (vgl. Eliade 1985: 17). Im Mittelpunkt von Patanjalis Schrift stehen acht Glieder oder Techniken, die den gewillten Übenden zur vollkommenen Selbsterkenntnis bringen sollen. Wie Eliade betont, besitzt dieser Weg zur Erlösung den expliziten Charakter einer Initiation:

*„Yoga lernt man nicht allein; ein Meister (Guru) ist immer nötig. Der Yogi beginnt damit, dass er die profane Welt (Familie, Gesellschaft) aufgibt und von seinem Meister geleitet die typisch menschlichen Verhaltensweisen und Anschauungen schrittweise überwindet. Er versucht, ‚in diesem Leben zu sterben‘. Hier wird die initiierende Natur des Yoga besonders deutlich. Wir haben es nämlich mit einem ‚Tod‘ zu tun, dem eine ‚Wiedergeburt‘ in eine andere Dimensionsweise folgt, jene der Freiheit, jene nicht alltägliche und so schwer beschreibliche Seinsweise, die die indischen Schulen mit verschiedenen Namen bezeichnen: ‚moksha‘, ‚nirvana‘, ‚asamskrta‘.“ (Eliade 1999: 16)*

Zu Beginn des Weges ist es unerlässlich, die eigene Konzentrationsfähigkeit zu stärken. Lade beschreibt hierzu einen fundamentalen Umstand, der sich ohne Einschränkungen auch auf die Gebiete Qigong und Magie anwenden lässt: *„Ein wichtiges Prinzip des Yoga besteht darin, dass die Energie dem Geist folgt. Was man denkt und worauf man sich konzentriert, leitet den Fluss der Energie. Je mehr Frieden in den Gedanken herrscht, desto weniger Blockierungen gibt es im Energiesystem.“ (Lade 2004: 218).* Im Yoga wird dazu im Speziellen die Technik von *ekagrata*, der Konzentration auf einen einzigen Gegenstand geübt, wie Eliade ausführt:

„Dieser Gegenstand kann alles mögliche sein, ein physisches Objekt (der Punkt zwischen den Augenbrauen, der Nasenspitze, ein leuchtender Gegenstand usw.), ein Gedanke (eine metaphysische Wahrheit) oder Gott (Isvara). ‚Ekagrata‘ hat als Ergebnis die sofortige Einstellung aller psycho-mentalenen Automatismen, die das Alltagsleben beherrschen, ja es überhaupt konstituieren. Die Aktivität der Sinne und des Unbewussten lassen dem Bewusstsein immer wieder Gegenstände zukommen, die es dominieren und verändern. Die Assoziationen zerstreuen das Bewusstsein, die Leidenschaften fügen ihm Gewalt zu. Selbst in seinen intellektuellen Bemühungen ist der Mensch passiv; zum größten Teil seiner Zeit ‚denkt‘ er nicht wirklich, sondern ‚lässt sich von den Sachen denken‘.“ (Eliade 1999: 63)

Das wahrhaftige Denken, sich also sozusagen nicht von einer Sache denken und damit unbewusst lenken zu lassen, ist die oberste Pflicht eines *yogins*. Aus diesem Grund beginnt die yogische Praxis mit *ekagrata*. Diese Konzentration auf einen Gegenstand bzw. Punkt lässt sich nur durch den Vollzug verschiedener Praktiken herstellen. Um *samadhi*, die höchste Konzentration, erreichen zu können, sollten sich Praktizierende mehrere Arten sowohl physiologischer als auch geistiger Übungen (*anga*) aneignen (vgl. ebd.: 64). „Diese ‚Glieder‘ des Yoga kann man sowohl als eine Gruppe von Techniken als auch als Etappen eines asketischen Wegs, an dessen Ende die endgültige Befreiung steht, ansehen.“ (ebd.: 64). Die acht Glieder (bzw. *angas*) mit *samadhi* (der Möglichkeit zur persönlichen Vervollkommnung) als krönenden Abschluss sind im Einzelnen (vgl. Eliade 1985: 56):

- 1) die Bezähmungen (*yama*)
- 2) die Disziplinen (*niyama*)
- 3) die Körperhaltungen und -stellungen (*asana*)
- 4) die Rhythmisierung der Atmung (*pranayama*)
- 5) die Emanzipation der Empfindungstätigkeit von der Herrschaft der äußeren Objekte (*pratyahara*)
- 6) die Konzentration (*dharana*)
- 7) die yogische Meditation (*dhyana*)
- 8) der *samadhi*

Rein funktional betrachtet haben diese Glieder eine vollständige Beruhigung der Bewusstseinsaktivitäten zum Ziel.

Die ersten beiden Stufen, *yama* und *niyama*, sollen zur Erlangung einer sittlich, ethisch und moralisch einwandfreien Lebenshaltung führen, welche im Stande sein soll, die Entwicklung der Einheit von Körper, Geist und Seele zu unterstützen. Hier finden sich verschiedene Anweisungen, so etwa zum Fasten, zur sexuellen Enthaltsamkeit oder auch zur rechten Rede und Tat. Diese verschiedenen Aspekte der Reinigung sollen zu einem besseren Verständnis des eigenen Geistes führen, wie Feuerstein feststellt: *„Purification of the body not only leads to health and inner balance but also affects the way in which a person perceives the world.“* (Feuerstein 2003: 151). Nach Eliade sind *yama* und *nyama* daher: *„(...) offensichtlich unvermeidliche Präliminarien einer jeden Askese und somit keine Eigentümlichkeit des Yoga.“* (Eliade 1985: 57). Die eigentlichen yogischen Techniken beginnen daher erst mit der Stufe der körperlichen Meditationsübungen, *asana*. Der wesentliche Punkt hier wäre: *„(...), dass das ‚asana‘ dem Körper eine starre Festigkeit gibt und zu gleicher Zeit die physische Anstrengung auf ein Minimum reduziert. Man vermeidet dadurch das störende Gefühl der Ermüdung und des Schwachwerdens der bestimmten Körperteile, man regelt die physiologischen Prozesse und ermöglicht es der Aufmerksamkeit, sich ausschließlich auf den fließenden Teil des Bewusstseins zu richten.“* (ebd.: 61). Die Disziplinierung des *asana* erscheint zuweilen unerträglich, doch mit Fortdauer des Übens stellt sich eine notwendige Erleichterung ein, wie Eliade weiter ausführt: *„(...) die Anstrengung muss, das ist von größter Wichtigkeit, überhaupt verschwinden, die Meditationsstellung natürlich werden, erst dann erleichtert sie die Konzentration.“* (ebd.: 61). Ziel ist es, eine feste Körperhaltung zu erreichen: *„Das ‚asana‘ ist ‚ekagrata‘ auf körperlicher Ebene, eine Konzentration auf einen einzigen Punkt; der Körper ist gespannt, in einer einzigen Stellung konzentriert. Wie die ‚ekagrata‘ dem Fluktuieren und der Zerstreuung der Bewusstseinszustände ein Ende macht, so das ‚asana‘ der Beweglichkeit und Verfügbarkeit des Körpers, indem es die unendliche Zahl möglicher Stellungen zu einer einzigen archetypalen, ikonographischen Positur reduziert.“* (ebd.: 62f.). Auf dieser Basis kann der Schritt zur nächsten Stufe, den Atemübungen des *pranayama*, erfolgen. Die lebensenergetische Konzeption des Prana wird im Speziellen mit dem Element Luft in

Verbindung gebracht, teils sogar gleichgesetzt. Dieses Exerzitium soll daher bewirken, jegliche Anstrengung beim Vorgang des Atmens zu überwinden: *„Durch diese Übung erwirbt man sogleich ein ‚kontinuierliches Bewusstsein‘, das zur yogischen Meditation unentbehrlich ist. Die Atmung des profanen Menschen ist im Allgemeinen unrhythmisch: sie variiert entweder nach den äußeren Umständen oder nach der inneren Spannung. Diese Unregelmäßigkeit erzeugt eine gefährliche psychische ‚Flüssigkeit‘ und damit die Unstetigkeit und Zerstreuung der Aufmerksamkeit.“* (ebd.: 65). Die Übung des *pranayama* verhilft zu einer rhythmisierten Atmung. Dieser Zustand sollte mit der Zeit leicht erreichbar sein. Auf dieser Basis wiederum ist in der Folge der mit dem Begriff *pratyahara* bezeichnete Zustand erreichbar. Hier soll es zu einer Loslösung von den Attraktionen der Außenwelt kommen: *„Dieser Entzug der Empfindungstätigkeit aus der Herrschaft der äußeren Gegenstände (‚pratyahara‘) ist die letzte Stufe der psychophysiologischen Askese. Von nun an wird der Yogin nicht mehr durch die Sinne, die Empfindungstätigkeit, das Gedächtnis, usw. zerstreut oder gestört werden. Alle Tätigkeit ist aufgehoben.“* (ebd.: 78). Die hier erlangte Eindämmung jeglicher Dynamik des Unbewussten ermöglicht es dem Übenden zu einer dreifachen Technik, *samyama* genannt, überzugehen:

*„Dieser Terminus bezeichnet die letzten Stufen der yogischen Meditation, die letzten drei Glieder des Yoga (...), nämlich Konzentration (‚dharana‘), Meditation im eigentlichen Sinn (‚dhyana‘) und Stase (‚samadhi‘). Diese geistigen Übungen sind erst nach hinreichender Wiederholung aller anderen physiologischen Übungen möglich, wenn der Yogin zu vollkommener Meisterschaft über den Körper, Unterbewusstes und psychomentalen Fluss gekommen ist. Sie werden als ‚subtil‘ (...) bezeichnet, um deutlich zu machen, dass sie keine neue physiologische Technik enthalten.“* (ebd.: 79)

Diese letzten drei Übungen gleichen einander so sehr, so dass es sich in der yogischen Praxis als schwierig gestaltet, nicht ungewollt von einem Zustand in einen anderen hinüberzugleiten (vgl. ebd.: 79). Das würde in einem von Kontrolle geprägten System, wie es der Yoga darstellt, einen unerwünschten Verlust ebendieser Kontrolle bedeuten. Die Meisterung von Konzentration und Meditation führt zum Endpunkt des achtpfadigen Yoga-Weges, zum Zustand des *samadhi*. Eine Darstellung von *samadhi* gestaltet sich

als äußerst schwierig, so schreibt Eliade: „*Wer wirklich verstehen will, worin diese yogische ‚Stase‘ genau besteht, begegnet unendlichen Schwierigkeiten. (...). Erstens ist der ‚samadhi‘ ein in jeder Hinsicht unbeschreibliches Erlebnis, und zweitens ist dieses (...) Erlebnis nicht einwertig; seine Modalitäten sind sehr zahlreich.*“ (ebd.: 86). Wie Eliade weiter ausführt, offenbart nicht jeder *samadhi* das Selbst, das Tor zur endlichen Befreiung. Daher werden mehrere Arten und Stufen dieser höchsten Konzentration unterschieden (vgl. ebd.: 89). Diese würden aber den Rahmen der Arbeit sprengen, wie die letzten drei Stufen dieses Weges dem westlichen Denken überhaupt stark entgegengesetzt zu sein scheinen. In diesem Fall können Beschreibungen nicht mehr als eine kleine Annäherung an das Phänomen geben, erst die unmittelbare Erfahrung vermag hier Lebendigkeit zu kreieren.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es sich um das große Versprechen des Yoga (und hier im Speziellen des achthgliedrigen Weges nach Patanjali) an die Menschheit handelt, nämlich durch beständiges Üben in Verbindung mit sittlicher Lebensführung zur Erlösung gelangen zu können. Diese endgültige Befreiung wäre dieser indischen Sichtweise zufolge gleichbedeutend mit dem Ausstieg aus dem Rad der Wiedergeburt, welches als Basis und Wurzel allen möglichen Leides gesehen wird.

### **3.3. Die mystisch-magische Vereinigung**

Der Titel dieses Kapitels scheint einen Widerspruch in sich zu bergen, da sich die Phänomene *Mystik* und *Magie* in einigen wichtigen Punkten stark voneinander unterscheiden. Wie etwa Drury in der Einführung zu seinem Band *Magie* schreibt, spielt in den magischen Künsten seit jeher die Absicht des Ausübenden eine überaus große Rolle. So sollen, mit dem eigenen Willen als wichtigstem Werkzeug, Veränderungen im eigenen Bewusstsein erzielt werden (vgl. Drury 2003: 6). Dazu Drury weiter:

*„Gerade die Frage des Willens ist es, wodurch sich die Magie von der Mystik und den größeren Mainstream-Formen der Weltreligionen unterscheidet. Anders als der Mystiker oder gläubige Anhänger einer Religion schöpft der Magier weniger aus der Hoffnung auf*

*Gnade, die von Gott gewährt wird, als aus dem Glauben oder sogar Wissen, dass man das eigene Bewusstsein durch Magie willentlich verändern kann, dass also die Götter oder Geister auf bestimmte rituelle Verfahren reagieren werden.“ (ebd.: 7)*

Diese Betonung des Willens, der Eigenermächtigung, setzt einen aktiven Zugang zur göttlichen Sphäre voraus, wie er oft in sehr aufwändigen Ritualen und Anrufungen seinen Ausdruck findet. Im Unterschied dazu wirkt der mystische Zugang, der sich besonders durch Hingabe und Vertrauen gegenüber Gott kennzeichnen lässt, sehr passiv. Als hauptsächliche Bestrebung des Mystikers erscheint, wie im Anschluss dargestellt wird, die Vereinigung mit Gott, welche dem Gläubigen als höchstes Geschenk zuteil werden kann. Dieses Motiv der Eins-Werdung mit der Quelle allen Seins lässt sich schlussendlich aber wiederum als vereinigendes wie auch höchstes Ziel sowohl der Mystik als auch einiger Formen der Magie ausmachen. Diese zentrale Übereinstimmung erklärt auch, wieso die teils konträren Phänomene Mystik und Magie in der Literatur immer wieder nebeneinander vorkommen.

### **3.3.1. Magie**

Viele Forscher vertreten die Meinung, dass die Beschäftigung des Menschen mit Magie fast genauso alt ist, wie die Menschheit selbst.. So befindet etwa Karl-Heinz Göttert: *„Die Geschichte der Magie beginnt vermutlich mit der Geschichte des Menschen. Niemals ist eine Kultur gefunden worden ohne Zeichen magischer Praxis.“* (Göttert 2001:13). Der Schamane als großer Meister der Ekstase, wie auch des Besuchs in anderen, für den Normalverstand undenkbaren Welten, wird hier sowohl von vielen Gelehrten als auch von Praktizierenden als Ahnherr der Magie angesehen, wie es Drury stellvertretend ausdrückt: *„Der Schamanismus ist eine Jäger-und-Sammler-Tradition, eine archaische Visionspraxis, die veränderte Bewusstseinszustände nutzt, um mit jenen Geistern in Kontakt zu treten, die über die Kräfte der natürlichen Welt herrschen. Als eine Kulturform, die bis auf die Jungsteinzeit zurückgeht, kann der Schamanismus den Anspruch erheben, die weltweit älteste Tradition der Magie zu sein.“* (Drury 2003: 10). Der Terminus *Magie* selbst, welcher im Allgemeinen die Kunst des Magiers



bezeichnet, stammt laut Drury vom altgriechischen *mageia* ab, welches später zum lateinischen *magia* wurde (vgl. ebd.: 32). Drury weiter:

*„Diese Bezeichnungen haben ihren Ursprung wiederum in Altpersien, wo der ‚magos‘ ein Priester oder Ausübender von religiösen Ritualen war. Herodot (um 490-425 v. Chr.) bezeichnet als ‚magoi‘ jene geheime persische Gruppe, die für königliche Opferzeremonien, Bestattungsriten und die Deutung von Träumen zuständig war. In der Zeit von Platon (427–347 v. Chr.) hatte der Begriff ‚magoi‘ jedoch bereits eine negative Bedeutung und bezeichnete Bettelpriester und Wahrsager, die reiche Häuser aufsuchten und behaupteten, sie besäßen besondere, von den Göttern verliehene Heilkräfte.“* (ebd.: 32)

Aus dieser Beschreibung wird ersichtlich, dass Magie schon sehr früh ein negatives Image besaß. Dieser Umstand ist laut Tambiah besonders auf die Anfänge des Judentums zurückzuführen, als der Glaube an einen allmächtigen, der Schöpfung vorstehenden Gott entstand: *„Sin is rebellion against the will of the creator and its punishment is God-willed. There is thus no automaticity or mechanical causality about this conception of man’s sinful acts and their results. It follows therefore that the bible places a relentless ban on ‚magic‘ (as a form of casual action of manipulating god), under pain of death, (...).“* (Tambiah 1990: 6f.). Wie Tambiah weiter ausführt, beschränkt sich nach dieser Glaubensauffassung der Kontakt zu Gott und dessen Verkündungen auf die erwählten Propheten, während die einfachen Gläubigen auf deren Mittlerdienste angewiesen sind, selbst keinen direkten Kontakt haben. Im Gegensatz dazu stehen die Grundsätze des polytheistisch-orientierten Heidentums: *„The pagan cosmology in contrast to the early Judaic is pictured as accepting the existence of a primordial realm and primordial stuff anterior to, or parallel with, or even independent of the gods. Thus pagan gods do not transcend the universe but are rooted in it and bound by its laws.“* (ebd.: 7). Diese Position dem Sein und den Göttern gegenüber ermöglichte im Vergleich zum damaligen Judentum grundsätzlich andere Handlungsweisen:

*„The existence of a primordial realm with its pre-existent autonomous force thus allows for, nay stimulates, the operation of ritual action of the type branded as ‚magic‘, and the elaboration of a rich mythology about gods and men. Gods as well as men are subject to*

*the order of the cosmos (Hindu ,rita', Greek ,moira', Persian ,asha'). There are no fixed bounds between gods and men so that men can aspire to be gods, and are open to the benefits of apotheosis. Magic comes into its own in this cosmology as a distinctive kind of ritual action.“ (ebd.: 7)*

Tambiah zeigt, wie, je nach vorherrschender Glaubensauffassung, verschiedene Zugänge zum Phänomen der Magie möglich sind. Wird Magie in der jüdischen Religion als gegen Gottes Willen handelnd verstanden wird, so ist sie im heidnischen Glauben Mittel zum religiösen Zweck. Während aber heidnische Ansichten im Laufe der Jahrhunderte mehr und mehr unterdrückt wurden, förderte gerade die lange Tradition des jüdisch-christlich-monotheistischen Glaubens unserer Kultur eine im Allgemeinen eher negative Besetzung des Begriffes *Magie*.

Ein weiterer Grund wieso heute viele Menschen eine Abneigung gegen Magie besitzen ist nicht zuletzt der Gebrauch von Magie für niedere Zwecke. Zum besseren Verständnis erscheint hier eine Unterscheidung zwischen *niederer* und *hoher Magie* hilfreich. In Drurys *Lexikon esoterischen Wissens* wird *niedere Magie* definiert als: „(...) *Magie, die auf praktische oder häusliche Belange ausgerichtet ist. Sie soll beispielsweise zu plötzlichem Reichtum, einem neuen Geliebten, einem neuen Arbeitsplatz oder einer Glückssträhne verhelfen.*“ (Drury 1988: 377). Es handelt sich dabei grob gesagt um jene Bereiche der Magie, welche wenig bis gar keine Gemeinsamkeiten mit dem Phänomen der Mystik besitzen. Im Gegensatz dazu wird *hohe Magie* als magische Praxis bezeichnet: „(...), *die die spirituelle Transformation des Ausübenden herbeiführen soll. Sie soll das Bewusstsein des Magiers auf das heilige Licht im Innern lenken, das sich häufig in Hochgöttern aus verschiedenen Kosmologien manifestiert. In der hohen Magie wird die Kommunikation mit dem persönlichen Schutzgeist oder höheren Selbst angestrebt.*“ (ebd.: 376f.). Wie Susan Greenwood darstellt, handelt es sich bei der hohen Magie um ein Kind der Renaissance, mit Vätern wie Marsilio Ficino und Pico Della Mirandola: „*Ficino, who was a physician and priest, developed a system of ,natural magic' which concerned the drawing down of the natural powers of the cosmos. (...). Pico was influenced by Ficino's natural magic but, in a bid to increase its power, incorporated the Jewish mystical Kabbalah (...) to tap higher powers of angels and*

*archangels in a form of esoteric Christianity. Pico's magical work laid the foundation for contemporary esoteric Christian high magic.*" (Greenwood 2000: 139). Die Inhalte und Ziele hoher magischer Praxis weisen, wie im Anschluss dargestellt werden soll, große Ähnlichkeiten mit bestimmten Idealen der Mystik auf. Desweiteren zeigt sich sowohl zum Yoga als auch zu Qigong eine Parallele. In beiden Systemen ist es, um im Vorankommen erfolgreich zu sein, unumgänglich, den Bereich des Materiellen (der Versuchung) zu meistern. Hohe Magie zeichnet sich durch eben diese Bestrebung aus, während im Rahmen der niederen Magie gerade das Materielle an sich Mittel und Zweck darzustellen scheint. Es handelt sich in manchen Fällen der Ausübung niederer Magie um eine Art persönlichen Missbrauchs der magischen Ausgabe der prinzipiell neutralen Lebensenergie. Letztendlich reduziert sich daher die wichtige Frage nach moralischen Kategorien wie *gut* und *böse* im magischen Wirken ausschließlich auf die Intention und die Reife des Einzelnen.

### **Exkurs 2: Wie funktioniert Magie?**

Frater V. D., nach eigenen Angaben Mitbegründer sowohl der Pragmatischen Magie als auch der Chaosmagie, soll hier stellvertretend einen Einblick in die Wirkweise moderner Magie geben. In seiner *Schule der hohen Magie* wird Magie als *Wissenschaft* und *Kunst* zugleich beschrieben (vgl. Frater V. D. 2004: 23). Er assoziiert den wissenschaftlichen Bereich unter anderem mit der linken Gehirnhälfte des Menschen, dem Verstand und dem Denken, alles Bereiche, die mit dem *Willen* zusammenhängen. Auf der anderen Seite sieht er die *Kunst* mit der rechten Gehirnhälfte, dem Gefühl und der Vision verbunden. Das ist der Bereich der *Imagination*. Als vorläufige Formel ergibt sich dadurch: *Magie = Wille + Imagination* (vgl. ebd.: 24f.). Wie Frater V. D. weiter ausführt, muss im nächsten Schritt der zwischen Bewusstsein und Unbewusstem liegende *Zensor* ausgetrickst werden. Dieser ist sowohl für die selektive Wahrnehmung der Reize der Außenwelt, als auch für den Schutz des Bewusstseins vor der Überflutung durch unbewusste Inhalte zuständig. Um den Zensor vorübergehend auszuschalten bedarf es einer *magischen* bzw. *gnostischen Trance* (vgl. ebd.:25ff.). Die erste und wichtigste Grundformel der Magie lautet demzufolge: *Magie = Wille + Imagination + Gnosis (magische Trance)* (vgl. ebd.: 28).

### 3.3.2. Die mystische Vereinigung

Eine allgemeine Definition des Terminus *Mystik* findet sich wieder in Drurys *Lexikon esoterischen Wissens*. Demnach bezeichnet der Begriff „das Streben nach Vereinigung mit dem Göttlichen“ (Drury 1988: 427). Drury schreibt dazu weiter:

*„Thomas von Aquin definierte die Mystik als ‚Gotteserkenntnis durch Erfahrung‘, während Evelyn Underhill darin die Kunst der ‚Vereinigung mit der Wirklichkeit‘ sah. Mystiker sind der Überzeugung, das Göttliche oder höchste Wesen erhalte das manifestierte Universum und sei für alle Erscheinungsformen verantwortlich. Dieses höchste Wesen wird entweder in menschenähnlicher Gestalt oder als Geist gedacht, aber auch Abstrakt als unendliche Wirklichkeit. Ungeachtet mancher Abweichungen haben alle mystischen Traditionen das Ziel, diesen transzendenten Seinszustand zu erleben und darin zur Erkenntnis zu kommen.“* (ebd.: 427f.)

Eine weitere Definition des Begriffs findet sich bei Annemarie Schimmel, die ihn in ihrem Buch *Mystische Dimensionen des Islam* vom griechischen *myein*, *die Augen schließen*, herleitet. Es soll damit etwas Geheimnisvolles, nicht mit gewöhnlichen Mitteln oder intellektuellem Bemühen zu Erreichendes, bezeichnet werden (vgl. Schimmel 1995: 16). Schimmel dazu ausführlicher: *„Mystik ist als der ‚große geistige Strom, der alle Religionen durchfließt‘ bezeichnet worden. Im weitesten Sinne kann Mystik als das Bewusstsein der Einen Wirklichkeit definiert werden, ganz gleich, ob man diese nun ‚Weisheit‘, ‚Licht‘, ‚Liebe‘ oder ‚Nichts‘ nennt.“* (ebd.: 16). Die Vereinigung mit der letzten Wirklichkeit, dem obersten Prinzip, welchen Namen man diesem auch geben mag, ist das zu verwirklichende Ziel des Mystikers:

*„Hat der Sucher sich einmal auf den Weg zu dieser letzten Wirklichkeit begeben, so wird er durch ein inneres Licht geleitet werden. Dieses Licht wird immer stärker, je mehr er sich von den Bezügen zu dieser Welt befreit, je mehr er, wie die Sufis sagen würden, den Spiegel seines Herzens poliert. Nur nach einer langen Zeit der Reinigung – der ‚via purgativa‘ der christlichen Mystik – kann er die ‚via illuminativa‘ erreichen, in der er mit Liebe und innerer Erkenntnis begnadet wird. Und von dort kann er vielleicht zum letzten Ziel allen mystischen Suchens gelangen, zur ‚unio mystica‘.“* (ebd.: 17)

Die *unio mystica*, die *Eins-Werdung-mit-Gott* kann daher als die letztendliche Erfüllung jeder mystischen Bestrebung begriffen werden.

### 3.3.3. Das Ziel der hohen Magie

Der Aspekt der spirituellen Transformation, welche in der *Eins-Werdung* gipfelt, findet sich auch in manchen Bereichen der Magie wieder, so etwa in den hermetischen Mysterien oder im weiten Feld der Alchemie. Drury, die Alchemie etwas näher beleuchtend: *„Die Alchemisten machten sich die hermetische Vorstellung zu Eigen, dass das Universum und die Menschen einander spiegeln – und dies ist der wesentliche Sinn hinter der Idee des Makrokosmos und dem Diktum ‚Wie oben, so unten‘. Die Alchemisten nahmen an, dass, was immer im Universum existiert, zu einem gewissen Grad auch latent oder präsent in jedem menschlichen Wesen vorhanden sein muss.“* (Drury 2003: 89). Für viele war und ist die Alchemie wohl nicht mehr, als der Versuch auf rein physikalischem Wege aus minderwertigen Metallen Gold zu gewinnen. Doch in einem tieferen Sinn verbindet sich gerade hier magische mit mystischer Praxis, denn für so manchen Alchemisten war die alchemistische Transmutation („Blei in Gold zu verwandeln“) gleichzeitig ein symbolischer Ausdruck des Potenzials zur Erneuerung des Menschen, wie wiederum Drury beschreibt: *„Das Gold symbolisierte die höchste Entwicklung in der Natur und wurde schließlich zur Personifikation zur Erneuerung des Menschen und der Regeneration des Geistes. Ein ‚goldener‘ Mensch glänzte vor spiritueller Schönheit und hatte über Anfechtungen und die lauernde Macht des Bösen triumphiert. Das niederste Metall Blei repräsentiert dagegen den sündhaften und reuelosen Menschen, der von den Mächten der Finsternis bereits besiegt worden war.“* (ebd.: 89f.). Erst nachdem der spirituell Suchende die Elemente der Außenwelt in Ordnung gebracht hat, der verfängliche Reiz der Erscheinungen seine Dominanz verloren hat, kann es im Inneren zu einer Transformation und weiters zu einer angestrebten Vereinigung kommen. An diesem Punkt scheint sich dann auch der Kreis zwischen Mystik und (hoher) Magie zu schließen, denn in der Geschichte der Magie finden sich einige Beispiele für das Streben nach dieser höchsten Vereinigung, wie etwa im Gnostizismus, der jüdischen Geheimlehre der Kabbala oder, wie eben schon

erwähnt, in der hermetischen Tradition und der alchemistischen Praxis der Reinigung des Geistes. Der Magier besitzt die Möglichkeit, sich auf diesen Weg der spirituellen Transformation zu begeben und so zur Vereinigung mit dem höchsten Prinzip zu gelangen. Drurys Beschreibung eines Rituals des *Hermetic Order of the Golden Dawn* soll diese Vorstellung verdeutlichen. Der *kabbalistische Lebensbaum*, welcher vielen Ritualen dieses magischen Ordens zu Grunde liegt und im Sinne eines spirituellen Wegweisers verwendet wird, weist eindeutige Parallelen zum Bild vom *schamanischen Lebensbaum* auf: „Im Ritual des Neophyten (...) sehen wir eine Verschmelzung esoterischen Wissens mit einer Symbolik des ‚Aufsteigens‘, die den Kandidaten auf *Tiphareth*, die Sphäre in der Mitte des Baumes, und die mystische Erneuerung vorbereitet.“ (Drury 1989: 67). Im Ritual unterzieht sich der Neophyt einem symbolischen Begräbnis:

*„Er identifiziert sich mit dem wiederauferstandenen Osiris und zeigt durch sein Heraus-treten aus dem Grab, dass er den Tod bezwungen hat. Für all das findet sich Entsprechendes im Schamanismus. Der Magier identifiziert sich in diesem Ritual auch eindeutig mit dem mythischen, auferstandenen Christus – der in der okkulten Literatur oft mit Osiris zusammengebracht wird –, dies nicht auf blasphemische Weise, sondern mit starker Betonung der kosmischen Rolle Christi als Lichtbringer.“* (ebd.: 67)

In diesem Fall scheint der Magier dem Mystiker ähnlicher zu sein, als jemandem, der, mitunter Andere missachtend, nur für persönliche Zwecke zaubert. Hohe Magie sollte dem Werk des Guten zugewandt sein, im Sinne einer geistig-transformativen Magie. So zeigen die bildlichen Darstellungen der Stufenleiter zu Gott, wie sie oft von Mystikern der vergangenen Jahrhunderte als Ausdruck ihrer spirituellen Innenschau angefertigt wurden, die unaufgeräumte Welt des Materiellen zu unterst (vgl. u.a. Roob 2002). Das Erkennen und die Überwindung dieser ermöglicht den Aufstieg in geistigere Sphären, hin zum Göttlichen. Die selbe Symbolik findet sich auch im Zusammenhang mit der alchemistischen Kunst oder dem Freimaurertum, beides der Magie mehr oder weniger verbundene Bereiche. Eine Magie der reinen Absichten kann, so verstanden, zum selben Pfad führen, auf welchem der Mystiker Gott entgegen wandelt.

## Zusammenfassung

Die angestrebte Vereinigung mit Gott (bzw. der Energie an sich) besitzt im New Age einen hohen Stellenwert. Dieses Bild ist gleichzusetzen mit dem Wunsch nach Befreiungen von den Fesseln des Irdischen, der Überwindung des *Ego*. Die im New Age angewandten Techniken, um diese Transformation zu erreichen sind zumeist älteren Ursprungs und kommen, wenn man den Schamanismus mit einbezieht, nahezu überall auf der Welt vor. Als ein wichtiges Sammelbecken energetischer Philosophien präsentiert sich Asien. Hier findet man zusätzlich zum, nach Meinung vieler Forscher, originären Schamanismus, die Konzepte von Prana (Indien), Qi (China) und Ki (Japan), welche allesamt die Lebensenergie an sich und damit das Wissen um das Funktionieren des Lebens zum Inhalt haben. In der spirituellen Anwendung stellt sich die Lebensenergie als Schlüssel zur Transformation dar. Daher ist es notwendig auf die eine oder andere Weise Energiearbeit zu betreiben, also durch eigene Erfahrung zu einem tieferen Verständnis über das Wesen und die Funktionsweisen dieser elementaren Kraft zu gelangen. Diese Erkenntnis wurde während der letzten Jahrtausende wiederholt in den heiligen Schriften mehrerer asiatischer Kulturen beschrieben. Im abendländischen Denken hatten solche nicht-materialistischen Philosophien lange keinen Platz. Erst die okkultistischen Zirkel des späten 19. Jahrhunderts und in weiterer Folge die Protagonisten des New Age sahen es als ihre Mission, das Wissen über die heilende Lebensenergie in unsere Kultur zu integrieren.

# C

*„Die Gleichartigkeit des Erscheinungsbildes der rituellen Trance überall auf der Welt weist (...) darauf hin, dass die Fähigkeit in Trance zu fallen aller Wahrscheinlichkeit nach Teil unserer genetischen Grundausstattung ist.“*  
(Goodman 1991: 36)

## **1. Schamanismus in der Begegnung mit der Moderne**

Die Art und Weise, wie das Phänomen des Schamanismus in den westlichen Kulturen wahrgenommen worden ist, hat sich über die Jahrhunderte stark verändert. In diesem Kapitel soll daher dargestellt werden, wie sich diese Veränderung vollzog und in welche Bereiche unseres Lebens der Schamanismus einziehen konnte.

### **1.1. Das Bild des Schamanen im europäischen Denken**

In ihrem gemeinsam herausgegebenen Sammelband *Shamans Through Time*, welcher die mittlerweile 500-jährige Begegnung mit dem Schamanismus behandelt, bieten Jeremy Narby und Francis Huxley eine gute Übersicht über die Rezeptionsgeschichte dieses Phänomens.

Die Geschichte der Begegnung mit dem Schamanismus war anfänglich von Vorurteilen wie Missverständnissen geprägt. Die ersten Kontakte von europäischen Missionaren und Entdeckern führten dadurch früh zu einem negativ besetzten Bild des Schamanen im abendländischen Denken. Es dauerte so bis ins letzte Jahrhundert, bis sich ein tieferes Verständnis für diese fremde kulturelle Erscheinung einstellte. dazu, Diese Darstellung soll nun verkürzt wiedergegeben werden.



### 1.1.1. Ein holpriger Anfang

Wie Narby und Huxley in der Einführung ihres Buches beschreiben, fand der erste größere Kontakt Europas mit dem Schamanismus durch die Entdeckung und Besiedelung Amerikas statt, als man auf die dort ansässige indigene Bevölkerung traf. Als Russland im 17. Jahrhundert Sibirien zu kolonialisieren begann, kam es auch von dieser Seite zur Begegnung mit diesen bemerkenswerten Menschen. In beiden Fällen waren es oftmals Priester und Missionare, welche erste Beschreibungen der Figur des Schamanen verfassten, in denen er wiederholt des Kontakts mit dem Teufel oder mit Dämonen bezichtigt wird (vgl. Narby/Huxley 2001: 1f.). So haftete dieses negative Image dem Schamanen auch in den Zeugnissen der Berichterstatter europäischer Entdeckungs- und Handelsfahrten an: *„The observers, who came from countries such as Spain, England, France, Russia, and Germany, referred to them in their respective language as jugglers, sorcerers, wizards and conjurers, and other, often derogatory, terms.“* (ebd.: 2). In der Epoche der Aufklärung, welche durch ihr Streben nach absoluter Objektivität gekennzeichnet war und so naturgemäß weit entfernt vom Verstehen der subjektiven Geisterwelt des Schamanen, wurde dieser als vom Irrationalen vergifteter Betrüger gesehen. Von der Aufklärung beeinflusst entstanden im 19. Jahrhundert mehrere neue Wissenschaften. Auch das Fach der Ethnologie war dabei anfangs von einigen falschen Annahmen geprägt: *„This new discipline got off a poor start. The first anthropologists believed that indigenous people were ‚savages‘ and ‚primitives‘ and belonged to ‚inferior societies‘.“* (ebd.: 2). Diese von vornherein ablehnende Haltung war der Erkenntnisfindung naturgemäß nicht sehr förderlich.

### 1.1.2. Auf dem Weg zu einem tieferen Verständnis

Mit der Zeit wuchsen das Interesse und der Respekt dem Schamanismus gegenüber und es kam zu einem ersten fruchtbaren Kontakt. Narby und Huxley heben hier Franz Boas und Knud Rasmussen als positive Beispiele hervor. Auch Claude Levi-Strauss wird genannt, der in der Diskussion über die geistige Gesundheit des Schamanen Partei für diesen ergriff, indem er ihn als Psychoanalytiker und nicht als Psychopathen

verstand (Narby/Huxley 2001: 3). Anfang der 1950er Jahre erschien Eliades bahnbrechendes Werk *Schamanismus und archaische Ekstasetechnik*, welches damals die Untersuchung des Phänomens des Schamanismus in ein breiteres Blickfeld zu rücken vermochte und bis heute einen großen Einfluss ausübt. In der ethnologischen Feldforschung entstand damals die Methode der *teilnehmenden Beobachtung*. Diese setzt eine aktive Teilnahme am Alltagsleben ebenso wie an den Ritualen einer untersuchten Gesellschaft voraus: „(...), *it involved living with people and taking part in their activities while attempting to observe them with detachment. This led anthropologists to take an active part in shamanic sessions in view of understanding them.*“ (ebd.: 4). Auch der Beginn der Erforschung halluzinogen wirkender Substanzen fällt in die Mitte des letzten Jahrhunderts. Dies wirkte sich wiederum auf ein besseres Verständnis für schamanische Lebenswelten aus, da die nun untersuchten Pflanzen und Präparate in vielen Kulturen einen wichtigen Bestandteil der Ritualkultur bilden. In diesem Geiste entstanden ab den 1960er Jahren die Bücher des Anthropologen Carlos Castaneda, welche seine Begegnung mit dem Yaqui-Schamanen Don Juan sowie die darauf folgende Ausbildung Castanedas zum Schamanen zum Inhalt haben. Castaneda hat auf seinem spirituellen Weg eine Reihe bizarr anmutender Situationen im schamanischen Kosmos zu bestehen (vgl. ebd. 4ff.). Auch wenn der Wahrheitsgehalt von Castanedas Erlebnissen umstritten ist, so zeigt sich doch in seiner unmittelbaren Herangehensweise an den Schamanismus eine neue Tendenz, welche sich langsam in der anthropologischen Forschung auszubreiten scheint. Er vermochte jedenfalls mit seinen Büchern Millionen von Menschen für den Schamanismus zu begeistern. Mittlerweile hat sich die Erforschung des Schamanismus so weit gewandelt, dass von Seiten der Forscher eine Position des respektvollen Umgangs und offenen Austauschs mit dem Schamanismus angestrebt wird: „*Researchers currently see shamans not just as healers but as sophisticated producers of meaning. Thus they have started putting shamans on the same intellectual footing as themselves.*“ (ebd. 6). Daher besteht heute in der modernen Schamanismusforschung auch eine größere Bereitschaft eigene Erfahrungen in die Ergebnisse einfließen zu lassen. Über die Jahre kam es so zu einer Verschiebung vom bloßen *Erforschen* hin zu einem teilnehmenden *Erleben* des Schamanismus.

### 1.1.3. Moderne Schamanismusforschung

Wie beschrieben, war die anthropologische Erforschung des Schamanentums lange Zeit durch ein oft sehr distanzierendes Verhältnis zwischen Forscher und Erforschten gekennzeichnet. So wurde bei der Beschreibung von Ritualen zumeist mehr Wert auf den theatralischen Aspekt (Form), als auf die Realität des Seelenfluges (Inhalt) gelegt. Diesen Umstand kritisiert beispielsweise Lewis:

*„(...) the majority of anthropological writers on possession have been equally fascinated by its richly dramatic elements, enthralled – one might say – by the most bizarre and exotic shamanistic exercises, and absorbed in often quite pointless debates as to the genuineness or otherwise of particular trance states. Their main interest has been in the expressive or theatrical aspect of possession; and they have frequently not even troubled to ask themselves very closely what precisely was being ‚expressed‘ – except of course a sense of identity with a supernatural power.“* (Lewis 1989: 22)

Mit der Zeit wurden daher die althergebrachten Methoden der teilnehmenden Beobachtung in ihrer Beziehung zu solchen Phänomenen wie sie Schamanismus, Magie oder auch Rituale im modernen Heidentum darstellen, überdacht. Robert J. Wallis, der sich seinerseits sowohl als Archäologen, als auch als praktizierenden Neo-Schamanen bezeichnet, schreibt in diesem Zusammenhang: *„In questioning the ‚science envy‘ in branches of anthropology and archaeology which demand scholarly ‚detachment‘, auto-anthropology opposes the dualism of the insider-outsider paradigm, experimental anthropology radically alters the field technique of participant-observation by bringing into question not only the notion of ‚going native‘, but also the seriousness with which we take the beliefs and practices of our ‚informants‘ (...).“* (Wallis 2003: 3f.). Die hier verwendeten Begriffe *auto-anthropology*, *experimental anthropology* wie auch *going native* verweisen allesamt auf die Notwendigkeit sich sozusagen noch tiefer in das jeweilige Phänomen hineinzustürzen, um es von innen heraus besser verstehen zu können. Diese selbstreflexive Methode beinhaltet eine aktive Teilnahme an Ritualen (anstatt nur beschreibender Beobachtung), wie auch der Forscher selbst zum Initianden in der untersuchten Tradition werden kann. Die Veränderung in der wissenschaftlichen

Herangehensweise an den Schamanismus begründet sich daher besonders auf den persönlichen, oft sehr tiefgehenden Erfahrungen, welche einzelne Forscher in ihrer Begegnung mit den von ihnen untersuchten religiösen Phänomenen machen: „(...) *there is a growing movement in anthropology for explicit confession of the unusual experiences which occur when studying the ‚religious‘ domains of other cultures. Such experiences highlight how the ‚irrationality‘ of the Other – be it shamans or neo-Shamans – by virtue of its Otherness, cannot be explored in scientific, rational terms which limit the interpretive possibilities open to us.*“ (ebd.: 8). Diese neue Bereitschaft, ganz und gar aktiver Teil der Untersuchung zu werden, ließ daher eine neue Generation von Wissenschaftlern entstehen, welche sich teils selbst zum Schamanen ausbilden ließen. Daher fungierte die moderne Schamanismusforschung auch als eine der Triebfedern zur Entstehung des Neo-Schamanismus.

## **1.2. Neo-Schamanismus**

In den letzten Jahrzehnten ist in der westlichen Welt das Aufkommen eines neuen Lebensstils zu beobachten, dem *Neo- oder Neu-Schamanismus*. Es handelt sich hier um die gelebte Begegnung der Moderne mit einem Phänomen, welches, gerade erst seiner Stigmatisierungen entledigt, nicht mehr zwangsläufig mit Schlagworten wie *Psychiatrie* oder *Irrsinn* in Verbindung gesetzt wird. Eine neue Generation von Wissenschaftlern und Praktikern hat sich beim Versuch gefunden, schamanische Techniken mit heutigen Lebenswelten zu verbinden:

*„The West’s reception of shamanisms is intertwined with the emergence of neo-Shamanisms: various people over the last four centuries, fascinated by the apparently bizarre antics of shamans, enthusiastically romanticised this called ‚savage‘ into a pristine religious specialist. Some people also directly associated themselves with these practices – sometimes naming themselves ‚a shaman‘ – so radically different from and exotic to Western attitudes and aesthetics, and became neo-Shamans.“* (Wallis 2003: 24f.)

Als wichtigste Einflüsse von anthropologischer Seite zur Entstehung dieses Neo-Schamanismus werden zumeist Carlos Castaneda und Michael Harner angegeben (vgl. u.a. Jakobsen 1999: 159ff.; Drury 2003: 214ff.) Deren Werke und Ansichten fanden zahlreiche Anhänger, wie Jakobsen darstellt:

*„Carlos Castaneda and Michael Harner are at present probably the most famous among the writers on neo-shamanism as they pioneered the idea of introducing shamanism into the life of Westerners. Carlos Castaneda claimed to present the traditional method used by the Mexican ‚brujos‘ whereas Michael Harner in his work ‚The Way of the Shaman‘ first published in 1980 introduced the concept of urban shamanism or core-shamanism, i.e. the kind of shamanism available to Westerners with no background in traditional shamanism.“* (Jakobsen 1999: 159)

Wallis erwähnt darüber hinaus Mircea Eliade, dessen Beitrag zur modernen Schamanismusforschung und damit auch zur Bildung neu-schamanischer Tendenzen seiner Meinung nach nicht hoch genug geschätzt werden kann (vgl. Wallis 2003: 33ff.). Er bringt weiters noch einige durchaus interessante Namen ins Spiel, welche seiner Meinung nach über die Jahrhunderte dem Neo-Schamanismus vorausgehen. Darunter finden sich die beiden berühmten Magier des 16. Jahrhunderts John Dee und dessen Assistent Edward Kelly, die Begründerin der Theosophie und Vorläuferin des New Age Helena Balvatsky, wie auch mit Austin Osman Spare ein bekannter und einflussreicher neuzeitlicher Magier in seiner Aufzählung vorkommen (vgl. ebd.: 25). Genauso förderte das Aufkommen des New Age fraglos ein gesteigertes Interesse an schamanischen Welten. Für die meisten Autoren zeugt daher nicht nur die zeitliche Überschneidung mit dem Beginn der New-Age-Bewegung von einer Nähe dieser beiden neuen Lebensstile. So schreibt dazu etwa Vitebsky:

*„Von den 70er-Jahren an entstanden in den USA und in Europa neue schamanische Bewegungen. Diese verbanden das Erbe der Drogenkultur der 60er-Jahre mit dem seit langer Zeit bestehenden Interesse an nicht-westlichen Religionen, Umweltorganisationen, New-Age-Bewegungen und verschiedensten Formen von Selbsthilfe- und Selbstverwirklichungsgruppen. (...). Diese Bewegungen vertraten den strengen Stand-*

*punkt, dass Schamanismus mit institutionalisierten Religionen und politischen Systemen unvereinbar sei, und sprachen von einer Demokratisierung des Schamanismus, bei der jeder befähigt wäre, sein eigener Schamane zu werden.“ (Vitebsky 2001: 150f.)*

Vitebsky vertritt hier einen sehr kritischen Standpunkt, denn er sieht in dieser Pluralität der Ansätze des New Age eine gewisse Unvereinbarkeit mit dem ursprünglichen Schamanismus: *„Traditionelle Kulturen bilden nahezu die gesamte Geschichte des Schamanismus und sind die Grundlage unseres Wissens über ihn, außerdem enthalten sie integrale Bestandteile, die mit Werten des New Age, etwa dem Vegetarismus, dem Feminismus und dem Wunsch, Krankenheilung völlig von Zauberei zu trennen, unvereinbar sind.“* (ebd.: 151). Auch Wallis thematisiert die Problemstellung inwieweit Neo-Schamanismus mit Schamanismus an sich vergleichbar wäre und kommt dabei zu einem an Harner angelehnten funktionalen Schluss: *„In essence, the authentication process itself is the core issue: simply put, neo-Shamanisms, in all their variety, become valid, when countless people practise the techniques and get results ‚for themselves and others‘, as Harner puts it.“* (Wallis 2003: 31). In seiner weiteren Argumentation nimmt Wallis eine Position ein, die Vitebskys Kritik und anderen ähnlichen Meinungen zuwiderläuft: *„It is not only inappropriate, but also beside the point to criticise neo-Shamans for not practising what academics think neo-Shamanisms or shamanisms should or do look like: the real issue is not one of authenticity or inauthenticity, but one of power.“* (ebd.: 32). An diese Position angelehnt, verstehen Dennis und Terence McKenna in ihrem Werk *The Invisible Landscape* moderne schamanische Bestrebungen daher durchaus als Möglichkeit, die Entfremdung vom Natürlichen, welche unsere Zivilisation im Negativen so sehr auszeichnen mag, wieder etwas rückgängig machen zu können:

*„(...) modern humans stand today at the very edge of the abyss of death and nothingness, and it is precisely here that one can perceive a useful role for a modern shamanism. Again there is a need for a doctor of the soul, a figure who can bring humankind into close and fruitful confrontation with the collective unconscious, the creative matrix of all that we are and ever have been. Naturally, the modern shaman will search for means of fulfilling his psychopompic functions, which are different from the relatively straightforward ritualistic techniques of his predecessor.“* (McKenna/McKenna 1994: 17)

In dieser Auslegung des modernen Schamanismus sollen die Kraft und die Weisheit des Schamanen zur Lösung so manchen Problems des neuzeitlichen Menschen herangezogen werden.

### 1.2.1. Durch Kursbesuch zum Schamanen?

Wie es scheint, schenken viele Menschen dieser Möglichkeit Vertrauen, denn mittlerweile hat sich in nahezu jeder größeren Stadt ein breit gefächertes Angebot an Kursen etabliert. Wie Jakobsen beschreibt, soll im Rahmen dieser Seminare Interessierten der Einstieg in das schamanische Bewusstsein erleichtert werden:

*„The urban shaman must be able to move between two realities. Harner uses the terminology ‚Ordinary state of Consciousness‘ (OSC) and ‚Shamanic state of Consciousness‘ (SSC), Carlos Castaneda uses the term ‚ordinary reality‘ and ‚non-ordinary reality‘. In this moving in and out of altered states of consciousness the urban shaman receives the information that is beneficial to his fellow human beings. This skill is essential to any shamanic behaviour. The aim of the courses is, therefore, to teach the participants how to make that transition.“ (Jakobsen 1999: 165)*

Der moderne Weg zum Neo-Schamanen ist weitgehend an die ursprüngliche schamanische Ausbildung angelehnt. Jakobsen schildert die Bandbreite der Kurse anhand des Beispiels eines Zentrums für schamanische Studien in Nordwesteuropa:

*„The emphasis of the basic course is on the journeying, the connection with Nature, the acquisition of spirit-helpers and teachers and the knowledge how to apply this method to life in modern society. The Advanced Courses for which the Basic Course is necessary include different themes on shamanism such as Spiritual Ecology, Soul Retrieval, Death and Dying, Nordic Shamanism, Spirit Voices, Moon Cycles in Shamanism (for women only), and Shamanic Counselling.“ (ebd.: 166)*

Im Rahmen dieser Kurse werden grundlegende schamanische Erfahrungen und Techniken, wie der Seelenflug oder das Aufsuchen der Schutztiere unterrichtet. Der

gravierendste Unterschied zum ursprünglichen Schamanismus ist dabei die Art der Berufung. Während sich der Schamane in Stammesgesellschaften für gewöhnlich ungewollt dem Initiationsdrama stellen muss, so basiert der Ruf zum modernen Schamanen mehr oder weniger auf der freien Entscheidung sich damit näher zu befassen und die notwendigen Techniken zu erlernen.

Für die ethnologische Forschung ergeben sich neue Betätigungsfelder durch das Aufkommen des Neo-Schamanismus. So gibt es eine ständig wachsende Anzahl an Forschungen und Publikationen zu diesem Thema. Auch der Wandel, dem die Menschheit momentan in vielerlei Hinsicht unterliegt, ist in diesem Zusammenhang von anthropologischem Interesse. Wie Vitebsky beschreibt, könnte dem Neo-Schamanismus dabei eine besondere Wichtigkeit zukommen:

*„In einer zunehmend unpersönlicher werdenden Welt bietet die Beschäftigung mit schamanischen Gesellschaften einen Einblick in menschliche Beziehungen, deren Grundlage die Intimität zahlenmäßig kleiner Gemeinschaften ist, die sehr bald ganz verschwunden sein werden. Neo-schamanische Bewegungen arbeiten vor diesem Hintergrund, und es wird sich zeigen, ob schamanische Vorstellungen den Bedürfnissen des modernen Menschen in einer immer stärker gespaltenen und wurzellosen Gesellschaft nützlich sein können.“ (Vitebsky 2001: 128)*

Im Sinne eines Wissenstransfers von ursprünglich schamanischen Weltansichten in die Moderne kann der Neo-Schamanismus daher auch als der Versuch des Bewahrens eines uralten Menschheitserbes verstanden werden. Das Phänomen des Neo-Schamanismus stellt sich so als Möglichkeit der Auseinandersetzung mit den eigenen schamanisch-magischen Wurzeln und damit als Zugang zur wahrscheinlich ursprünglichsten Form von Energiearbeit dar.



### 1.3. Schamanismus und Psychotherapie

Neben dem Fach der Ethnologie, welches sich seit seinen Anfängen mit dem Phänomen des Schamanismus auseinandersetzt, wird auch in der Psychologie dem Spezialisten der Seele große Aufmerksamkeit zuteil. Von speziellem Interesse im Zusammenhang mit dieser Arbeit ist dabei der Ansatz der Transpersonalen Psychotherapie.

#### 1.2.1. Die drei psychotherapeutischen Hauptrichtungen

Die moderne Psychologie kennt drei psychotherapeutische Hauptrichtungen, die behavioristische, die tiefenpsychologische und die humanistische Methode. Nach Sylvester Walch (vgl. Walch 2007: 24ff.) in Kürze dargestellt umfasst der behavioristische Ansatz die klassische Verhaltenstherapie sowie kognitive Ansätze der Verhaltenstherapie. Im Mittelpunkt des therapeutischen Bemühens stehen das Symptom und dessen Behandlung. Es soll zu einer Verstärkung erwünschten bei gleichzeitiger Verminderung unerwünschten Verhaltens kommen. In der tiefenpsychologischen Perspektive stellt sich das Symptom dagegen als nur oberflächliche Manifestation tiefer gehender innerer Konflikte dar. Der Therapeut soll in der Behandlung im Sinne eines Spiegels wirken, in dem sich Probleme mit früheren Bezugspersonen, wie Vater oder Mutter, abbilden. So sollen unbewusste, weil verdrängte Inhalte ans Licht des Bewusstseins geführt werden und dadurch persönliches Vergangenes aufgearbeitet werden. Während der Fokus von Sigmund Freud hauptsächlich auf der Erforschung des persönlichen Unbewussten lag, widmete sich Carl Gustav Jung besonders der Bedeutung kollektiver Archetypen sowie transpersonaler Aspekte der Seele. Walch zufolge stehen die meisten tiefenpsychologischen Ansätze dem Religiösen und Mystischen „(...) eher skeptisch gegenüber, fallweise betrachten sie es sogar als Zeichen von Krankheit“ (ebd.: 25). Die Ausnahme stellt hier C.G. Jung dar. Die dritte Methode der Psychotherapie bildet der humanistische Ansatz. Hier wird der Eigenverantwortlichkeit des Einzelnen ebenso ein hoher Stellenwert eingeräumt wie den im gegenwärtigen Moment auftauchenden leiblich gefühlten Empfindungen. Durch szenisches Ausagieren sollen in früheren Lebensstadien abgedrängte Gefühle erfahr-

und bearbeitbar gemacht werden. Der humanistische Ansatz umfasst Gestalttherapie, klientenzentrierte Psychotherapie, Psychodrama, Integrative Therapie, systemische Therapie wie auch verschiedene Formen der leiborientierten Psychotherapie (vgl. ebd.: 26). Nach Wilber bestünde das Ziel der meisten humanistischen Therapien darin:

*„(...) die Spaltung zwischen dem Ich und dem Körper zu heilen, Psyche und Soma wieder zu vereinen, um den Gesamtorganismus offenbar werden zu lassen. Darum nennt man die humanistische Psychologie (...) auch die Bewegung für das menschliche Potenzial (human potential movement). Wenn man die Identität des Menschen von seiner Geistseele oder seinem Ich auf seinen Gesamtorganismus ausdehnt, werden die riesigen Potenziale des Gesamtorganismus befreit und dem Menschen verfügbar gemacht.“ (Wilber 2008: 35).*

Das Hauptaugenmerk der humanistischen Therapie besteht daher im positiven Gewahrwerden von Körper, Geist und Seele als lebendiger Einheit. Darauf aufbauend sollen bis dahin ungenützte Potenziale des Einzelnen abrufbar werden.

### **1.2.2. Transpersonale Psychologie**

Die Transpersonale Psychologie (TP) ist als eine Weiterentwicklung des humanistischen Ansatzes der Psychotherapie zu verstehen. Bei Walch findet sich eine Auflistung mehrerer Strömungen, welche in der transpersonalen Bewegung zusammentreffen. Dabei handelt es sich um: Psychologie, Psychotherapie, interdisziplinäre Bewusstseinsforschung, Anthropologie, verschiedene spirituelle Richtungen, Schamanismus, Naturwissenschaften und Ökologie (vgl. Walch 2007: 128). Zu einem besseren Verständnis des Begriffes transpersonal verhilft vorerst Wilber: *„Transpersonal‘ bedeutet, dass im Individuum ein Prozess abläuft, der gewissermaßen ‚über‘ das Individuum ‚hinausgeht‘. Der einfachste Fall davon ist die außersinnliche Wahrnehmung (ASW). Parapsychologen erkennen mehrere Formen von ASW an: Telepathie, Hellsehen, Vorauswissen, Vergangenheitsschau. Wir könnten noch hinzunehmen: Erlebnisse außerhalb des eigenen Körpers, Erleben eines transpersonalen Selbst oder Zeugen, Gipfel-*

*erlebnisse usw.*“ (Wilber 2008: 25f.). Die Transpersonale Psychologie behandelt demgemäß Inhalte, die über die Erfahrung des mit dem Begriff des Ichs versehenen Bereich des Einzelnen hinausgehen. Dabei wird von einem heilsamen Charakter dieser transpersonalen Erfahrungen ausgegangen. Ganz im Gegensatz zu transpersonalen Erlebnissen, deutet die Erfahrung des Ich-Zustandes auf eine Wahrnehmung des Seins hin, welche sich gerade durch das Fehlen außergewöhnlicher Bewusstseinszustände auszeichnet. Erfahrungen dieser Art werden von der geordneten Position des Ich-Zustandes zumeist allzu kritisch beäugt, zuweilen sogar negiert. Wilber verweist hier auf jenes große Missverständnis, welches überhaupt erst zum Problem der Pathologisierung außergewöhnlicher Bewusstseinszustände führen konnte:

*„Die traditionelle Psychologie definiert das wirkliche Selbst des Menschen als sein Ich und muss daher das Bewusstsein der All-Einheit als einen Zusammenbruch der Normalität, als eine Bewusstseinsverirrung oder als veränderten Bewusstseinszustand bezeichnen. Aber sobald man das Bewusstsein der All-Einheit als das natürliche Selbst des Menschen ansieht, als sein einziges reales Selbst, kann man das Ich als unnatürliche Einschränkung und Beengung des Bewusstsein der All-Einheit begreifen.“* (ebd.: 146)

Auch Walch fordert, Erfahrungen wie sie in den Sitzungen der TP vorkommen, offen gegenüber zu treten, um diese dann in der Folge sinnvoll für den weiteren Therapieverlauf nutzen zu können:

*„Der alltägliche Bewusstseinszustand (gewöhnliches Wachbewusstsein) stellt nur eine Seite unserer Existenz dar. Jenseits dieser Grenzen werden uns (...) außergewöhnliche Erfahrungen zugänglich, die unser Sein tief beleben. Die transpersonale Psychologie plädiert dafür, diese Erfahrungen in eine Seelenkunde einzubringen und sich nicht irritieren zu lassen, wenn diese psychischen Inhalte für Außenstehende verrückt wirken. (...). Diese Erlebnisse sind nicht pathologisch, wie sie einem Psychiater erscheinen mögen, sondern in einem transpersonalen Sinn ganz normal.“* (Walch 2007: 118f.)

Der hier beschriebene alltägliche Bewusstseinszustand (im Prinzip gleichzusetzen mit der Erfahrung des Ich) hatte in unserer Kultur lange Zeit gewissermaßen eine Monopolstellung was die Vorstellung eines normalen Bewusstseinszustandes betraf. Walsh bezeichnet das Ich als den „(...) *Kapitän der Seele, der uns befähigt, gesamthaft zu empfinden, wahrzunehmen, bewusst zu machen und zielgerecht zu handeln.*“ (ebd.: 141). Dieses Prinzip der Gesamtorganisation der persönlichen Wahrnehmung bringt aber auch seine eigenen Begrenzungen mit sich, wie er weiter feststellt: „*Das Ich bildet auch Konzepte über die eigene Person und die Außenwelt aus. Diese können aus Angst und Misstrauen starr sein, spontane Regungen und Intuitionen abblocken, scharfe Grenzen ziehen und dominant über alles Kontrolle ausüben wollen. Hier kämen wir in die Nähe von dem, was spirituelle Traditionen unter Ego verstehen würden.*“ (ebd.: 142). Generell spielt die Ich-Entwicklung in der Entwicklungspsychologie eine wichtige und notwendige Rolle im Werdensprozess des Menschen, so Walsh weiter. Das Bewusstsein des Individuums wird so aus dem seelischen Kollektiv des Prä-Ichs herausgelöst:

*„Die Fähigkeiten zu Differenzierung und Diskrimination (Ich und die anderen), Objektivierung (Distanzierung) und Separation werden entfaltet. Die Separation ist die Grundlage der Individualität. Bei einem Verbleiben in der undifferenzierten wir-haften Ausgangslage wären wir lebensuntauglich. Wenn wir aber unsere Individualität und Persönlichkeit ausgelebt und eingebracht haben, wird es notwendig, schrittweise die Betonung der Ich-Persönlichkeit (die Herausstellung des Ich bin, Ich habe, Ich kann) abzubauen, um das Ich in die Totalität des Seins zurückzuführen, also die erworbenen und geschenkten Fähigkeiten nicht mehr im Eigenbesitz zu lassen, sondern dem Ganzen zur Verfügung zu stellen.“* (ebd.: 142)

Fixierungen und Verhärtungen des Ichs führen schließlich zur Ausbildung des Ego. In der TP wird versucht, durch ein Loslassen dieses Egos zu einer Transformation des Ichs zu gelangen. Im weiteren Verlauf soll es zur Erfahrung des grenzenlosen (transpersonalen) Selbst kommen. In den Therapien der Transpersonalen Psychologie kommt daher der, von Wilber als All-Einheit bezeichneten, natürlichen wie heilenden Erfahrung, die über die Begrenzungen des Ich hinausgeht und so eine Erfahrung der ganzheitlichen Verwobenheit des Kosmos darstellt, eine sehr große Bedeutung zu.

In dieser Zielsetzung zeigt sich auch die große Verbundenheit mit dem Schamanismus, wo das alte Ich durch Ertragen des Initiationsdramas der neu gewonnenen schamanischen Identität weichen muss. Dies ist die Voraussetzung für den Schamanen, um in der Folge an einer größeren, weil über-persönlichen, Seinserfahrung Teil haben zu können. In einem gewissen Sinn wird daher in der TP die Erfahrung der schamanischen Initiation als Vorlage verwendet. So verweisen auch manche im Rahmen der Therapien angewandte Methoden auf eine besondere Nähe zwischen der ältesten Heilkunst der Menschheit und diesem relativ jungen Ansatz. Beispielsweise finden sich in der holotropen Atemtherapie nach Stanislav Grof Bewusstseinsreisen, welche Ähnlichkeiten zum schamanischen Seelenflug aufweisen (vgl. ebd.: 194). Das uralte Wissen der ältesten Psychotherapeuten der Menschheit findet also gerade in den neueren Therapieformen zu seiner Anwendung und verhilft den Therapeuten der TP dabei zu so manchem Behandlungserfolg.

## 2. Qigong, Yoga und Magie im Wandel der Zeit

Seit dem Aufkommen des New Age erfreuen sich Energiewerkssysteme einer größeren Beliebtheit. Die drei hier behandelten Wege scheinen, trotz ihres jeweils hohen Alters, auch in den Zivilisationen der Moderne ihren Platz und ihre Anwendung zu finden. Mitunter kann es dabei auch zu einer starken Anpassung an die Bedürfnisse des Menschen von Heute kommen, wie sich am Beispiel des Yoga zeigt.

### 2.1. Qigong in der Gegenwart

In jüngerer Vergangenheit fristete die Kunst des Qigong in ihrer Heimat China zeitweise nicht mehr als ein Schattendasein. Wie Cohen berichtet, war es in den ersten Jahrzehnten nach Gründung der Volksrepublik China kaum möglich, diese Form von Energiewerk zu praktizieren und zu erforschen. Ein Zustand, der sich dann erst in den 1950er Jahren zum Besseren hin veränderte (vgl. Cohen 1998: 60). Während der Kulturrevolution (1966–1976) unter Mao Zedong war es dagegen abermals angebracht Qigong unter Geheimhaltung zu praktizieren, da die individuellen, scheinbar übernatürlichen Fähigkeiten der taoistischen Qigong-Meister in krassem Widerspruch zur Philosophie des staatlich verordneten Kommunismus standen (vgl. Olvedi 2001: 45ff.). Dies änderte sich erst nach dieser politischen Phase, wie Olvedi beschreibt: *„In den achtziger Jahren brach in China ein regelrechtes Qi-Gong-Fieber aus. Im ‚Tauwetter‘ nach der Kulturrevolution entwickelten sich zwei Strömungen des Qi Gong: die Bewegungsformen (Dong Gong), vor allem das ‚Kranich-Qi-Gong‘ und ‚Wildgans-Qi-Gong‘, und das Qi Gong des geistigen Heilens durch Übertragen des Qi vom Heiler auf den Patienten (Wai Qi)“* (ebd.: 46). Eine wichtige Position nahm hier der Pionier der chinesischen Raumfahrt, Dr. Qian Xuesen, ein, welcher sich zu dieser Zeit für eine vermehrte Erforschung des Qigong einsetzte und alleine durch seinen ausgezeichneten Ruf viel zur geistigen Öffnung demgegenüber beitrug (vgl. Cohen 1998: 60f.). Mittlerweile hat sich Qigong auch außerhalb Chinas etabliert und wird von vielen Menschen als Therapieform wie auch als Kunst der Energiewerk hoch geschätzt. Cohen verweist

hier auf über eintausend wissenschaftliche Publikationen, welche bis Mitte der 1990er Jahre alleine im englischsprachigen Raum zu diesem Thema veröffentlicht worden sind und schätzt des weiteren, dass zur gleichen Zeit mindestens 100 000 Menschen außerhalb Chinas Qigong betrieben (vgl. ebd.: 62). Alleine angesichts des Booms, den gerade die TCM in den letzten Jahren in Europa und Nordamerika erlebte, kann diese Zahl heute nur sehr viel höher liegen.

## 2.2. Yoga auf dem Weg in den Westen

Die Rezeption von Yoga war lange Zeit von den Berichten Reisender und Handelstätiger geprägt, welche selbst oft in sehr oberflächlichem Kontakt zur indischen Kultur standen. Dazu war das öffentliche Bild des Yoga in Indien zu dieser Zeit eher negativ besetzt, wie Karl Baier ausführt: *„Bevor seriöse Yoga-Schulen im 20. Jahrhundert einen Aufschwung nahmen und die Hochschätzung des Yoga im Westen auch in Indien selbst das Image des Yoga verbesserte, war die Meinung, bei den Yogins handle es sich um Wahrsager, Magier und halbverrückte Außenseiter, die ihr Geld auf der Strasse verdienen, in der indischen Öffentlichkeit weit verbreitet.“* (Baier 1998: 83). Dieser Umstand in Kombination mit der relativen Unkenntnis der Verfasser der Reiseberichte trug dazu bei: *„(...), dass die in den frühen neuzeitlichen Reiseberichten vorherrschende Identifikation der Yogins mit Fakiren und einer Art von radikalen Büßern die europäische Vorstellung vom Yoga bis ins 20. Jahrhundert entscheidend geprägt hat. Bis zum ersten Weltkrieg war es üblich Yoga unter dem Stichwort des Fakirismus abzuhandeln, (...).“* (ebd.: 84). Diese Bild änderte sich besonders unter dem Einfluss einer mit Beginn des 20. Jahrhunderts einsetzenden Missionsbewegung, in deren Verlauf viele Yogins nach Europa und Nordamerika kamen, um dort ihre Einsichten und Techniken zu verbreiten. Am Beginn dieser Entwicklung steht laut Feuerstein der Guru Swami Vivekananda: *„Yoga entered the Western hemisphere mainly through the missionary work of Swami Vivekananda, who represented Hinduism at the Parliament of Religions in 1893.“* (Feuerstein 2003: 10). Seinem Beispiel folgten andere Weise Indiens, unter anderem Paramahansa Yogananda, Swami Muktananda, Maharishi Mahesh Yogi, Sri Chinmoy oder Jiddu Krishnamurti (vgl. ebd.: 11). Sri Aurobindo, ein weiterer Weiser Indiens,

wurde auf Wunsch seines Vaters im Westen ausgebildet und kam so erst nachträglich in tieferen Kontakt zur Geschichte seiner Vorfahren mit all deren Traditionen. In Indien nahm er später am Kampf gegen die englischen Kolonialherren um die Unabhängigkeit der Nation teil, um, wie es Ekkehard Markgraf darstellt, mit der Zeit ein noch größeres Ziel anzuvisieren:

*„Die neue Aufgabenstellung enthält die Entwicklung eines ‚Yoga für das Erdbewusstsein‘ und ergab sich aus einer radikalen Wandlung seiner Lebensanschauung, die nicht den Charakter einer abstrakten Negation, sondern den einer dialektischen Aufhebung hatte. Im Neuen ist das Alte noch enthalten, aber als qualitativ Anderes, auf eine neue Stufe gehobenes. Es umfasst die Arbeit an einer lebendigen Antithese zur Gesellschaftsordnung der wirtschaftlichen Barbarei, es enthält den Impuls zum Aufbau einer als keimförmig wachsend konzipierten Zelle von Leben – einer anderen Art, als es die herrschenden Verhältnisse überall zu erzwingen versuchen.“ (Markgraf 1983: 15f.)*

Ähnlich wie Sri Aurobindo war es vielen dieser Yogins ein wichtiges Anliegen, die Menschheit zu einem höheren Bewusstsein zu führen. So kam es zu einer schnellen Verbreitung der Yoga-Philosophie, die auch im Westen stetig neue Anhänger wie Befürworter fand. Von den großen Möglichkeiten des Yoga war beispielsweise auch C. G. Jung angetan, wenn er schreibt:

*„Ganz abgesehen vom Reiz des Neuen und von der Faszination des Halbverstandenen hat der Yoga aus guten Gründen viele Anhänger. Er gibt nicht nur den vielgesuchten Weg, sondern auch eine Philosophie von unerhörter Tiefe. Er gibt die Möglichkeit kontrollierbarer Erfahrung und befriedigt damit das wissenschaftliche Bedürfnis nach ‚Tatsachen‘, und überdies verspricht er vermöge seiner Weite und Tiefe, seines ehrwürdigen Alters und seiner alle Gebiete des Lebens umfassenden Lehre und Methodik ungeahnte Möglichkeiten, welche zu unterstreichen von Missionaren selten unterlassen wurde.“ (Jung 1995/1: 534)*

Diese von Jung so hoch geschätzte sehr alte Philosophie unterliegt momentan einem Wandel. Bedingt durch eben jenes Aufeinandertreffen des Yoga mit dem Westen entstand laut Clarke eine neuzeitliche Form von Yoga, welche 2004 von Elizabeth De



Michaelis mit dem englischen Begriff *Modern Yoga* versehen wurde (vgl. Clarke 2006: 94). Unter *Modern Yoga* versteht man: „(...), *a secularized form of yoga in the sense of its being detached from its spiritual roots which lay in classical Indian religion. From this point on Yoga began to be promoted as a way of life that anyone, believer or not, could usefully practise, and this is how it is seen by most people in Europe today.*“ (ebd.: 94). Für die allgemeine Rezeption und die Verbreitung von Yoga stellte sich diese Entwicklung trotz der relativen Entfernung von dessen Wurzeln als positiv heraus: „*Versions of Modern Yoga are endless and its popularity widespread. This popularity can be explained in part by its having become conflated with Western therapy and transformed in the process from its classical purpose, which was to provide the spiritual means to liberation, into a ‚secular‘ technique for coping with the stresses and strains imposed by modernity or for promoting relaxation.*“ (ebd.: 94). So verschieden die Formen des modernen Yoga sind, so unterschiedlich sind auch deren Zielsetzungen. In diesem Sinne betonen auch nicht alle Versionen explizit den spirituellen Aspekt. Diese Entwicklung führte daher zu einer teilweisen Entfremdung vom ursprünglichen Ideal des Yoga, welches die Erweckung des inneren Potenzials und dadurch die Befreiung aus dem Rad der Wiedergeburten zum Ziel hat. Feuerstein rät deshalb zu einer Verinnerlichung der traditionellen Sichtweise: „*Whatever our personal reasons for practicing Yoga may be, it is good to bear Yoga’s traditional goal in mind. This will prevent us from getting stuck with a particular limited achievement. Yoga seeks to tap into our ‚full‘ potential.*“ (Feuerstein 2003: 13). Schließlich erweist es sich als eine Frage der Zielsetzung, wie weit man das eigene Potenzial auszuschöpfen im Stande ist. Mit den Techniken des Yoga bietet sich dem Einzelnen jedenfalls eine gute Möglichkeit, die Reise zu sich Selbst in Angriff zu nehmen.

### **2.3. Magie in der Moderne**

Magie spielt eine nicht unwesentliche Rolle in der Erweckung des neuen Bewusstseins des New Age. Die spezielle Art und Weise, wie heute Magie betrieben wird, bezieht sich zu einem großen Teil auf Anschauungen und Philosophien, welche zur Zeit der Renaissance entstanden waren (vgl. Greenwood 2000: 137). Dazu berichtet Baier:

*„Insbesondere am Hof der Medici in Florenz wurden im 15. Jahrhundert Christentum, Neuplatonismus, hermetisches Schrifttum und Kabbala zu einer okkulten Philosophie verbunden, die Magie und Astrologie beinhaltet und als Synthese aller Philosophien und Religionen auftrat. Diese Art des Denkens, die in Italien, Frankreich, Deutschland und England zunächst in hohem Ansehen stand und viele Anhänger gewann, wurde seit dem 16. und besonders zu Anfang des 17. Jahrhunderts, als die Gegenreformation zur Herrschaft gelangte und die Zeit der großen Hexenverfolgungen anbrach, diffamiert, verfolgt und in den gesellschaftlichen Untergrund abgedrängt.“ (Baier 1998: 117f.)*

Diese Verbannung aus dem europäischen Geist dauerte bis zum 19. Jahrhundert an. Erst die Entstehung okkultur Gruppierungen und magischer Orden vermochte hier nachhaltig etwas zu verändern. Als wichtiges Bindeglied zwischen dem esoterischen Synkretismus der Renaissance und der Moderne gilt hier gemeinhin Eliphas Levi, wie Baier weiters beschreibt:

*„Man hat diesen ehemaligen Priester, der (...) als erster die Begriffe ‚Esoterik‘ und ‚Okkultismus‘ prägte, zurecht den ‚Spiritus rector der modernen Magie‘ genannt. Levis Werk trug wesentlich zu dem bald über die Grenzen Frankreichs hinausgehenden Wiederaufleben magischer Zirkel und Praktiken sowie zu einem verstärkten Interesse an den ‚Geheimwissenschaften‘ bei. Er war für viele andere Begründer esoterischer Lehren, wie etwa H.P. Blavatsky und A. Crowley, eine wichtige Inspirationsquelle.“ (ebd.: 121)*

Das Entstehen neuer esoterischer Gruppen und magischer Orden führte zu einer großen Pluralität der Ansätze, einerseits durch besagte Wiederentdeckung alter Lehren sowie andererseits durch Entwicklung neuer Modelle, wie Greenwood ausführt:

*„Modern magical practices are diverse and include many groups ranging from Druidism to anarchistic Chaos Magick; they do not form a systematic body of beliefs although they may be described as a western form of shamanism. (...). In its western form, shamanism has been interpreted broadly to mean any magico-religious practice involving trance or altered states of consciousness. Contemporary magicians employ ritual techniques aimed at changing consciousness which involve trance experiences of another realm of reality which is often called the ‚otherworld‘.“ (Greenwood 2000: 138)*

Die aus dieser Beschreibung hervorgehenden Gemeinsamkeiten zwischen Schamanismus und moderner Magie sind augenscheinlich. Auch in der Magie wird das Ritual dazu benutzt, um mit Hilfe der Trance auf eine innere Reise gehen zu können. Ebenso lässt sich der Aspekt der Schutzgeister in der magischen Praxis wiederfinden, wie Greenwood weiter ausführt: *„Ritual provides a channel of communication by which the powers of the otherworld (often expresses as deities or animals or a combination of both, as in the Egyptian Pantheon) are mediated by the magician by the use of the magical will – the direction of the mind and emotions to a particular magical objective. The communication with otherworldly beings – which might involve the magician embodying the deity – is seen to be the source of all the magician’s power.“* (ebd.: 138). Auch Drury verweist auf die Verbindung zwischen schamanischen Techniken zur Bewusstseinsveränderung mit jenen der modernen Magie:

*„Meditationstechniken und das Singen heiliger, den Mantras ähnelnder Gottesnamen bewirken im Wesentlichen dasselbe wie die Methoden der sensorischen Deprivation bei den Schamanen, ähnlich die Ausrichtung der Konzentration auf ein magisches und kosmologisches Ziel. Der Magier in seinem zeremoniellen Kreis tritt in einen heiligen Raum ein und nimmt die Gottesbilder sinnlich wahr, die er anruft. Das Singen der Gottesnamen und die Konzentration auf die Bilder und Symbole der Götter wirken stark auf die schöpferische Vorstellungskraft und stimulieren die Archetypen des Unbewussten.“* (Drury 1989: 49)

Ihm zufolge wäre es notwendig, zwei elementare Vorgehensweisen der modernen Magie zu unterscheiden: *„Einmal werden magische Kräfte durch Anrufung beschworen – die darauf vom Bewusstsein des Magiers Besitz ergreifen – oder der Magier setzt eine Technik der außerkörperlichen Erfahrung ein und ‚steigt in den Ebenen auf‘, um ihnen zu begegnen. Beide Vorgehensweisen lassen sich mit dem traditionellen Schamanismus vergleichen.“* (ebd.: 49f.). Diese kraftvolle Form von Energiearbeit, wie sie im Speziellen die Übungen des Nei Dan darstellen, befähigt so manchen Arzt der traditionellen chinesischen Medizin dazu, Patienten auf für europäische Maßstäbe teils wunderbare Art zu heilen.

### **3. Vom Nutzen angewandter Energiearbeit**

*Gott ist tot! Gott bleibt tot! Und wir haben ihn getötet! Wie trösten wir uns, die Mörder aller Mörder? (Friedrich Nietzsche, Die fröhliche Wissenschaft – der tolle Mensch)*

Nietzsches Worte stellen eine Beschreibung des Dilemmas des modernen Menschen dar, welches in anderen Worten eine unüberbrückbare Entfernung wie Entfremdung von unserer Quelle (und damit unserem innersten Sein) bedeutet. Diese moderne Gottlosigkeit scheint Hand in Hand zu gehen mit der Abkehr von der Natur, wie sie in der zivilisierten Welt seit längerem betrieben wird. Eine Wiederverzauberung des Menschen scheint aber nicht unmöglich zu sein, nämlich in dem Maße, wie sehr wir uns für bestimmte Seinserfahrungen öffnen können. Die Voraussetzungen dafür sind geschaffen.

#### **3.1. Der persönliche Nutzen**

In unserer Kultur lässt sich mit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts beginnend ein gesteigertes Interesse an den verschiedensten Formen von Energiearbeit feststellen. Dies hat natürlich viel mit dem Umstand zu tun, dass wir erst seit dieser Zeit vermehrten Zugang zu diesen Systemen haben. Gleichzeitig zeigt sich hier aber auch die dem Menschen innewohnende Sehnsucht nach einem tieferen Erleben des Seins. Die Reise zu sich Selbst wurde spätestens durch das New Age zu einem bestimmenden Motiv unserer Zeit.

##### **3.1.1. Das Hindernis der eigenen Vorurteile**

Trotz der vielen Veränderungen, die das New Age mit sich bringt, sind wir noch weit von einer vollständigen Erfassung der menschlichen Seele entfernt, gerade was deren

Grenzbereiche betrifft. Dieser Umstand mag die Reise einiger Suchender erschweren und für zusätzliche Verwirrung sorgen. Eine Beschreibung Goodmans soll dazu verdeutlichen, wieso beispielsweise das Phänomen der Trance oberflächlich betrachtet nur all zu leicht missverstanden werden kann: *„In diesem Zustand benehmen sich die Menschen ungewöhnlich. Es kann zu Benommenheit, Zittern, Krämpfen, ja sogar zu Ohnmachtsanfällen kommen.“* (Goodman 1991: 29f.). Diese körperlichen Begleiterscheinungen führten dazu, dass Trance in der Literatur der Psychiatrie, der Psychologie, wie auch der vergleichenden Religionswissenschaft über lange Jahre mit pathologischen Formen von Geisteskrankheiten gleichgesetzt wurde und manchmal auch noch wird. Wie Goodman feststellt, ist dies umso bemerkenswerter, da es sich innerhalb der betreffenden Kulturen um völlig normale Zustände des Geistes handelt (vgl. Goodman 1991: 30). Tart verweist in seinem Buch „Das Übersinnliche“ auf die Wichtigkeit einer gesicherten wissenschaftlichen Herangehensweise, um mit alten Mythen im Bereich des Paranormalen aufzuräumen. Er bezieht sich dabei auf eine Untersuchung des Soziologen Andrew Greeley, der Mitte der 1970er-Jahre eine breit angelegte Befragung durchführte, die darauf abzielte herauszufinden, wie weit paranormale Erlebnisse bei der US-amerikanischen Bevölkerung überhaupt vorkommen. Das überraschende Ergebnis war eine relativ große Zahl an Interviewten, die angaben, in der einen oder anderen Form übersinnliche Erlebnisse gehabt zu haben (vgl. Tart 1986: 33f.). Tart über eine weitere wichtige Erkenntnis dieser Befragungsreihe:

*„Greeley fand darüber hinaus nichts, was die eingewurzelte Überzeugung stützen könnte, dass wiederkehrende mystische oder parapsychische Erlebnisse ein Zeichen von Deprivation oder Psychopathologie seien. Seine für mystische Erlebnisse empfänglichen Personen waren im Durchschnitt gebildeter, im ökonomischen Sinne erfolgreicher, weniger rassistisch eingestellt und – was ihr psychisches Wohlbefinden anging – wesentlich glücklicher als diejenigen, die keine entsprechenden Erlebnisse gehabt haben. Aus Greeleys Bericht ergibt sich, dass es normal ist, offensichtlich paranormale Erlebnisse zu haben.“* (ebd.: 34)

Wie die Berichte von Goodman und Tart zeigen, gab und gibt es in unserer Kultur bestimmte Vorurteile gegenüber außergewöhnlichen Bewusstseinszuständen. Daher

braucht es oft eine Art Initialerlebnis um alte Glaubenssätze als solche zu enttarnen und dadurch Raum für Neues schaffen zu können.

### **3.1.2. Das persönliche Initialerlebnis**

Fritjof Capra, heute ein führender Autor hinsichtlich der Synthese aus Ansätzen östlicher Philosophien mit den Erkenntnissen der modernen Physik, beschreibt dazu in seinem Buch mit dem bezeichnenden Titel „Das neue Denken“, wie er 1974 auf einer einwöchigen Tagung in England auf eine für ihn bis dahin unbekannte ganzheitliche Sicht des Heilens stieß. Diese erfrischenden Erkenntnisse vermochten damals sein Denken nachhaltig zu beeinflussen. Für ihn war von diesem Moment an klar, dass zu jener Zeit ein neues Paradigma in der Medizin im Entstehen war (vgl. Capra 1998: 165ff.). Capra über die wichtigsten Punkte der Gespräche:

*„Aus den Diskussionen ergab sich ein Komplex ganz neuer Vorstellungen als Grundlage eines zukünftigen ganzheitlichen Systems der Gesundheitsfürsorge. Zu ihnen gehörte die Anerkennung der wechselseitigen Abhängigkeit von Geist und Körper in Gesundheit und Krankheit als Voraussetzung eines ‚psychosomatischen‘ Ansatzes bei allen Therapieformen. Weiterhin die Erkenntnis der fundamentalen Vernetzung zwischen Mensch und Umwelt und damit ein geschärftes Bewusstsein der sozialen und umweltbezogenen Aspekte der Gesundheit. Beide Formen der Verknüpfung – zwischen Geist und Körper und zwischen Organismus und Umwelt – werden dabei häufig als Energiemuster beschrieben.“ (ebd.: 167)*

Im Rahmen der Gespräche wurden laut Capra die Konzepte von Prana und von Qi wiederholt als Beispiele für diese allem zugrunde liegende Energie genannt. Er schreibt weiter: *„Diese alten Überlieferungen verstehen Krankheit als Ergebnis von Veränderungen in den Energiemustern und haben therapeutische Techniken zur Beeinflussung des Energiesystems des Körpers entwickelt.“ (ebd.: 167).* Auf dieser für ihn neuen wie fundamentalen Weltsicht aufbauend, ergaben sich für Capras Denken und Tun in der Folge viele neue Wege. Diese Tagung stellte dabei sein persönliches Initialerlebnis dar. Sobald eine diesbezügliche Sensibilisierung gegenüber der Lebensenergie erreicht

worden ist, setzt auch der praktische Nutzen ein, den der Einzelne aus der tieferen Beschäftigung mit Energiearbeit ziehen kann. In der Praxis fängt dies zumeist bei einer bewussteren Lebensführung an. Beispielsweise kommt es zu einer Umstellung der Ernährung oder es werden Techniken zur Reduzierung von Stress erlernt, wie angewandte Energiearbeit generell mehrere Formen der (Selbst-)Heilung umfasst. In allen Kulturen, in denen sich Konzepte der Lebensenergie nachweisen lassen, wird diese immer als äußerst heilsam beschrieben. Der Aspekt der Heilung des gesamten menschlichen Organismus findet sich so auch in allen Formen von Energiearbeit wieder. Von einem funktionalen spirituellen, wie auch von einem modernen psychoanalytischen Standpunkt aus gesehen, erweist sich Energiearbeit schließlich als notwendig, um die Transformation des Ego zu erreichen. So plädiert auch C.G. Jung für mehr Lebendigkeit in der spirituellen Erfahrung. Er ortet im Christentum dahingehend einen immer wieder zu beobachtenden Mangel: *„Die Forderung der ‚imitatio‘ Christi, nämlich dem Vorbild nachzufolgen und diesem ähnlich zu werden, sollte die Entwicklung und Erhöhung des eigenen inneren Menschen bezwecken, wird aber vom oberflächlichen und zu mechanischen Formelhaftigkeiten neigenden Gläubigen zu einem außenstehenden Kultobjekt gemacht, welches gerade durch die Verehrung daran verhindert wird, in die Tiefe der Seele einzugreifen und letztere zu jener dem Vorbild entsprechenden Ganzheit umzuformen.“* (Jung 1995/2: 21). In den östlichen Philosophien wird dagegen schon von vornherein großer Wert auf diese Erfahrung der Ganzheit gelegt. Die Philosophin und Zen-Meisterin Hisaki Hashi schreibt dazu in ihrem Buch „Was hat Zen mit Heidegger zu tun“ über die vielleicht monumentalste Möglichkeit des bewussten Menschseins, dem Erwachen zu einem wahren Selbst:

*„Wahres Selbst‘ umfasst eine Naturanlage der ursprünglichen Humanität, die trotz aller unterschiedlichen Charaktere und trotz unterschiedlicher Intelligenz für alle Menschen gemeinsam ist. Im Zen-Buddhismus betont man den Aspekt, dass im Dasein jedes einzelnen Menschen eine potentielle Möglichkeit verborgen ist: Jeder kann zu seiner eigenen Potenzialität des ‚wahren Selbst – Buddha‘ wach werden und sie als entelechiale Ganzheit im eigenen Leben entwickeln. Ent-deckt wird diese potentielle Anlage eines humanitären Selbst. Dies bezeichnet man im Buddhismus als ‚Buddha-Natur‘.“* (Hashi 2001: 23)

Dieser Aspekt der Erleuchtung findet sich im asiatischen Raum in mehreren Kulturen, während er unserer Kultur als etwas Fremdes, Abgehobenes erscheint. Wenn man sich aber entschließt, dieser Vorstellung von persönlicher wie über-persönlicher Ganzwerdung zu folgen, dann steht man vor der Aufgabe, das eigene Leben als eine einzige, lange Initiation begreifen zu lernen.

### **3.2. Nutzen für die Wissenschaft**

Die Geschichte der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Phänomenen, die das Konzept der Lebensenergie in der einen oder anderen Form beinhalten, ist von einer eher bescheidenen Tradition. Über lange Zeit wurden solche Inhalte von verschiedenen Seiten aus kritisiert oder auch einfach nur ignoriert. Diesen Umstand, dass das Innere, die Welt der Schamanen und Visionäre lange Zeit fast unbehandelt blieb, kritisiert daher auch Wilber:

*„Den Menschen steht ein außerordentliches Spektrum des Bewusstseins zur Verfügung, das von vorpersonalen über personale bis zu transpersonalen Zuständen reicht. Die Kritiker, die versuchen, dieses ganze Spektrum zu widerlegen, tun das nicht, indem sie Gegenbeweise vorlegen – sondern indem sie sich einfach weigern, das gewichtige Belegmaterial anzuerkennen, das bereits gesammelt vorliegt (...). Und das Material besagt, kurz gefasst, dass ein reich gestalteter Regenbogen des Bewusstseins existiert (...).“ (Wilber 2001: 25)*

Wenn man bedenkt, dass es sich bei modernen naturwissenschaftlichen Feldern wie der Chemie oder der Astronomie im Prinzip um die Nachfahren von Alchemie und Astrologie handelt, also von Bereichen, in denen der lebensenergetische Aspekt von hoher Bedeutung ist, so stellt sich die Frage, wieso alte und neue Wissenschaft so inkompatibel zueinander erscheinen. Das vielleicht größte Problem mag hier in den unzulänglichen Anwendungsmöglichkeiten naturwissenschaftlicher (sich mit der materiellen Erscheinungswelt befassender) Methoden auf Bereiche des Geistigen liegen. Aus historischen Gründen sind sowohl Philosophie als auch Wissenschaft heute



immer noch hauptsächlich materialistisch/positivistisch geprägt, mit Untersuchungen, die zumeist die Außenwelt betreffen und Wissenschaftlern, die oft genug ein gewisses Scheuklappendenken an den Tag legen. Den Extremfall bilden dabei laut Tart „(...) jene Wissenschaftler, die sich starr an ihre Ausbildung und an ihre Instrumente halten; sie betrachten überhaupt nur solche Dinge, für deren sorgfältiges Studium ihnen die Mittel und Werkzeuge bereits zur Verfügung stehen.“ (Tart 1986: 50). Jedes wissenschaftliche Grenzgebiet, wozu in einem gewissen Maße auch alle in dieser Arbeit behandelten Themenbereiche gehören, setzt aber eine bedingungslose Offenheit in der Herangehensweise voraus. Dass dies nicht immer der Fall ist, beschreibt Tart anhand der Hindernisse denen sich die Parapsychologie ausgesetzt sieht:

*„Die Geschichte der Parapsychologie liefert zahlreiche Beispiele dafür, dass Wissenschaftler anderer Disziplinen es nicht für nötig hielten, die Ergebnisse parapsychologischer Untersuchungen auch nur zu betrachten. Da sie bereits wussten, dass ‚nichts dran sein konnte‘, vergeudeten sie ihre Zeit gar nicht erst damit. Sie waren viel zu fest eingeschworen auf bestimmte Theorien über die Realität, in denen für Psi-Phänomene kein Raum war, als dass sie irgendwelche Beweise, die diesen Theorien vielleicht zuwiderlaufen würden, auch nur angeschaut hätten.“ (ebd.: 50f.)*

Diese von vornherein ablehnende Haltung einiger Wissenschaftler wurde daher auch zu einem wichtigen Thema in den Überlegungen der meisten New-Age-Philosophen, welche sich zumeist für den Versuch der Vereinigung der gegensätzlichen Anschauungen einsetzten.

### **3.2.1. Eine fruchtbare Synthese?**

Ein großes Problem der wissenschaftlichen Herangehensweise liegt nach Wilber in einer Überbetonung des Aspekts vom Vermessen und Quantifizieren der Natur. Dies führte schon früh beim Menschen zur Illusion vom getrennten Sein der Gegensätze. Dieses Klassifizieren der uns umgebenden Welt hatte die Ausbildung von Vorlieben und Abneigungen gegenüber den Dingen zur Folge. In seinem Buch *Wege zum Selbst* stellt

Wilber daher die Bereitschaft, Gegensätze zu trennen und sich in der Folge an die positiven Hälften zu klammern als ein besonderes Merkmal unserer fortschrittlichen Gesellschaft dar (vgl. Wilber 2008: 50.). Er schreibt dazu weiter:

*„Fortschritt ist schließlich einfach ein Fortschreiten auf das Positive ‚zu‘ und ‚weg‘ vom Negativen. Aber trotz der offensichtliche Bequemlichkeiten der Medizin und der Landwirtschaft ist nicht das geringste Anzeichen dafür vorhanden, dass die Menschheit, nachdem sie jahrhundertlang Positives betont und Negatives abzuschaffen versucht hat, glücklicher, zufriedener oder mehr im Frieden mit sich selbst ist. Tatsächlich weisen die verfügbaren Anzeichen auf genau das Gegenteil hin: Heute haben wir das ‚Zeitalter der Angst‘, des ‚Zukunftsschocks‘, der epidemischen Frustration und Entfremdung, der Langeweile inmitten von Reichtum und der Sinnlosigkeit inmitten von Fülle.“ (ebd.: 50f.)*

Der Kern des Problems liegt Wilber zufolge in unserer Tendenz, die Gegensätze als miteinander unvereinbar und voneinander abgetrennt wahrzunehmen, wobei sie in Wirklichkeit aber gänzlich untrennbar und voneinander wechselseitig abhängig sind (vgl. ebd.: 52). Im chinesischen Denken findet sich dagegen mit dem Symbol vom Ausgleich der Gegensätze *Yin* und *Yang* ein allseits bekannter Hinweis darauf, dass dieses Problem hier von Anfang an integriert worden war. So sind es heute auch besonders die asiatischen Kulturen, die uns hier Nachhilfe geben können. Aber auch bestimmte Bereiche unserer Wissenschaft sind schon etwas weiter vorgedrungen, wie Wilber feststellt:

*„Man kann die Idee von der inneren Einheit der Gegensätze kaum als etwas bezeichnen, das nur bei östlichen oder westlichen Mystikern vorkommt. Wenn wir uns der modernen Physik zuwenden, dem Gebiet, auf dem der abendländische Verstand seine größten Fortschritte gemacht hat, finden wir eine weitere Version von der Realität als Vereinigung des Gegensätzlichen. In der Relativitätstheorie z.B. sind die alten Gegensätze Ruhe und Bewegung völlig ununterscheidbar geworden, d.h. ‚jedes ist beides zugleich‘. (...). Selbst die uralte Trennung von Masse und Energie ist Einsteins  $E=mc^2$  zum Opfer gefallen, und diese ehemaligen ‚Gegensätze‘ werden heute als lediglich zwei Aspekte einer Realität angesehen, (...).“ (ebd.: 54)*

Dieses Argument, welches auch von vielen anderen Kommentatoren in diesem Zusammenhang gerne verwendet wird, weist darauf hin, dass sich gerade in der Physik, dem Kernbereich der materialistischen Weltanschauung, schon seit längerem die Beweise häufen, dass die Realität keinesfalls nur den Gesetzen von Materialismus und Logik und den sich darauf aufbauenden Philosophien gehorcht. Hier kann man wieder bestimmte asiatische Ansichten ins Spiel kommen lassen, gibt es dort doch traditionell ein ausgeprägtes Verständnis für energetische Weltbilder. Ähnlich den westlichen mystischen und magischen Anschauungen findet hier eine Vereinigung von Energie und Materie statt, wobei man von einer allem zugrunde liegenden Energie ausgeht (vielleicht am besten im Sinne einer Ur-Schwingung zu verstehen), aus der in Abstufungen die Materie entsteht. Die Denker und Philosophen des New-Age-Bereichs verweisen daher auch immer wieder auf die Möglichkeiten, die in einer fruchtbaren Synthese des östlichen und des westlichen Weltbildes liegen. So schreibt Wilber: *„Im Grunde liegt die große Ähnlichkeit darin, dass sowohl die moderne Naturwissenschaft als auch die östliche Philosophie die Realität nicht als Grenzen und getrennte Dinge sehen, sondern als ein nicht-duales Geflecht untrennbarer Muster, ein Riesenatom, einen nahtlosen Mantel von Grenzenlosigkeit.“* (ebd.: 87). Ein Ansatz, welcher zu dieser Synthese führen könnte, kommt von Tart. Dieser schlug schon in den 1970ern eine Neuorientierung in Richtung zustandsspezifischer Wissenschaften vor (vgl. Tart 1987: 227ff.). Er verwendet dabei die Abkürzungen SoC (engl. state(s) of consciousness), welche allgemein einen (oder mehrere) Bewusstseinszustand(-zustände) bezeichnet, und ASC (engl. altered state(s) of consciousness) für veränderte(r) Bewusstseinszustand(-zustände). Tart vergleicht in seinen Ausführungen zunächst den Begriff des SoC mit dem, von Thomas Kuhn in den 1960ern geprägten, Begriff des wissenschaftlichen Paradigmas. Er schreibt dazu: *„Ein Paradigma ist ein intellektuelles Konstrukt, das die Basis herkömmlicher Wissenschaft bildet und der Arbeit ihrer Anhänger und Verfechter die Richtung vorgibt. Es ist eine Art ‚Supertheorie‘, so weit gefasst, dass es die meisten wichtigen Phänomene seines Geltungsbereichs berücksichtigt und organisieren kann, aber auch noch Raum bietet für bisher nicht gelöste Probleme.“* (ebd.: 228). Zur Bildung eines Paradigmas kommt es, wenn sich eine übergreifende Theorie durchsetzen kann. Die erfolgreiche Theorie erhält so einen besonderen, weil sehr einflussreichen Status, worin

Tart aber eine gewisse Problematik erkennt. Wie er weiter ausführt, wird ein Paradigma so zum: *„(...) ein für allemal akzeptierten Ordnungsrahmen und schreibt schließlich vor, welche Art, die Dinge zu betrachten und zu tun, die ‚natürliche‘ ist. Den Anhängern eines Paradigmas kommt gar nicht mehr in den Sinn, es in Frage zu stellen (...).“* (ebd.: 229). Ähnlich verhält es sich mit dem menschlichen Bewusstsein. Tart spricht hier von einer paradigmatischen Voreingenommenheit, welche im wissenschaftlichen Bereich zu falschen Forschungsergebnissen führen kann: *„Der Wissenschaftler ist verpflichtet, so gut wie möglich zu beobachten und ständig nach feineren Beobachtungsmethoden zu forschen. Aufgrund unserer paradigmatischen Voreingenommenheit, unserer SoC, neigen wir jedoch dazu, nur bestimmte Teile der Wirklichkeit zu beachten und andere zu ignorieren oder fehlerhaft zu beobachten.“* (ebd.: 231). Diese Voreingenommenheit in der wissenschaftlichen Herangehensweise führte in der Vergangenheit zu einer Geringschätzung veränderten Bewusstseinszuständen gegenüber. Diese stellten lange kein ernsthaftes Forschungsthema dar und wurden daher auch nicht als Methode zur Beobachtung anerkannt. Aber gerade im Ausschöpfen der verschiedenartigen Möglichkeiten des menschlichen Bewusstseins, wie sie besonders die ASCs darstellen, sieht Tart eine große Bereicherung für den Prozess der wissenschaftlichen Erkenntnisgewinnung. Er fordert daher die Etablierung zustandsspezifischer Wissenschaften. Dazu schreibt er:

*„Um solche Wissenschaften entstehen zu lassen, brauchten wir hochqualifizierte und engagierte Fachleute, die in bestimmte SoC eintreten können und in der Lage sind, sich darüber zu verständigen, dass sie gemeinsam in einem bestimmten SoC sind. Während sie in diesem SoC sind, können sie sich dann ihrem Forschungsgegenstand zuwenden, seien es die rein internen Phänomene dieses Zustands, die Interaktion dieses Zustands mit der physischen äußeren Wirklichkeit oder Menschen in anderen SoC.“* (ebd.: 235f.)

In Tarts Vorstellung einer zustandsspezifischen Wissenschaft soll die große Bandbreite an verschiedenen Bewusstseinszuständen nicht nur anerkannt, sondern auch als eine Form der Methode mit einbezogen werden. Dabei würde besonders spirituellen und mystischen Inhalten eine erhöhte Bedeutung zukommen, da diese besonders gut mit den ASCs korrespondieren.

Die Erfahrung der verschiedenen veränderten Bewusstseinszustände und die dadurch folgenden Erkenntnisse könnten zukünftig so manchen Wissenschaftler dazu bringen, neue Zusammenhänge zu entdecken, welche bis dahin wegen der scheinbaren Unvereinbarkeit der Weltbilder als voneinander abgetrennt, zuweilen sogar opponierend wahrgenommen wurden. Wie jedem anderen Menschen, steht auch einem Wissenschaftler die Möglichkeit offen, irgendeine Form von Energiearbeit zu betreiben oder sich einer bewusstseinsverändernden Initiation zu unterziehen. Der Effekt könnte ein tieferes Verständnis für das Sein darstellen. Dies hätte möglicherweise eine qualitative Verbesserung der wissenschaftlichen Fragestellungen und damit schlussendlich auch der gewonnenen Ergebnisse zur Folge.

## Konklusion

*„Nach einer Zeit des Verfalls kommt die Wendezeit. Das starke Licht, das zuvor vertrieben war, tritt wieder ein. Es gibt Bewegung. (...). Es ist eine natürliche Bewegung, die sich von selbst ergibt. Darum ist die Umgestaltung des Alten auch ganz leicht. Altes wird abgeschafft, Neues eingeführt, beides entspricht der Zeit und bringt daher keinen Schaden.“* (aus dem I Ging, dem großen chinesischen Buch zu Divination und Weisheit)

Der Alltag der meisten Menschen in den Industrienationen hat im Normalfall sehr wenig mit angewandter Energiearbeit zu tun. Das Entstehen einer immer stärker werdenden Konsumgesellschaft trug über die Jahre zu einem fortschreitenden Verfall des Bewusstseins dem eigenen Körper gegenüber bei. Übermäßiger Konsum, wie er uns von der Wirtschaft durch Werbung praktisch auferlegt wird, steht aber im genauen Gegensatz zum Kern der in dieser Arbeit untersuchten Systeme zur Bearbeitung der Lebenskraft. Das Aufkommen des New Age konnte hier teilweise für ein neues Bewusstsein sorgen. In dessen Sogwirkung begannen sich immer mehr Menschen für spirituelle Inhalte zu interessieren. So kam dem Schamanismus als der wohl ältesten Form zur Bearbeitung der Lebenskraft ein erhöhtes Interesse bei der Suche nach unseren magischen Wurzeln zu. Aber auch einige andere, zum Teil sehr alte Systeme der Energiearbeit, wie sie besonders im asiatischen Raum zu finden sind, rückten so in das Blickfeld einer breiteren Öffentlichkeit. In der von mir vorgenommenen Untersuchung lebensenergetischer Aspekte zeigten sich dabei große Ähnlichkeiten zwischen dem Schamanismus und hoher Magie einerseits, wie auch den asiatischen Formen der Energiebearbeitung andererseits. Diese sollen noch einmal kurz dargestellt werden.

Die Überwindung des eigenen Egos, um an dessen Stelle das grenzenlose Selbst zu erfahren, ist hier ein grundlegendes und überall auftretendes Motiv. Im Bereich des Schamanismus ist diese Transformation die wichtigste Voraussetzung, um das Initiationsdrama erfolgreich beenden zu können. Erst durch die Etablierung der neuen schamanischen Identität ist es dem Initianden möglich, seiner zukünftigen Rolle als Mittler zwischen den Welten nachzukommen. Auch das Ziel der hohen Magie orientiert

sich an diesem Motiv, wie vor allem die Ausführungen von Nevill Drury zeigen konnten. Viele Forscher sind daher der Meinung, dass sich im Bereich der hohen Magie einiges an schamanischem Wissen wieder finden lässt. Im Yoga schließlich ist diese grundlegende persönliche Veränderung notwendig, um den angestrebten Zustand von *samadhi* zu erreichen.

Des Weiteren zeigten sich einige Übereinstimmungen in den Methoden zur Erlangung bestimmter außergewöhnlicher Bewusstseinszustände, welche im Umgang mit der Lebensenergie grundlegend sind. Im Schamanismus, wie auch in der Magie, ist es vor allem das Ritual mit der dazugehörigen Trance, welches den Kontakt mit den Geistern oder anderen Wesenheiten erst zustande kommen lässt. Die Macht des Schamanen (wie auch des Magiers) hängt dabei vom ordnungsgemäß durchgeführten Ritual und dem damit einhergehenden Erkenntnisgewinn ab. Im hinduistischen Yoga, als auch im chinesischen Qigong kommt dem Ritual dagegen keine explizite Bedeutung zu. Trotzdem finden sich auch hier Zustände veränderten Bewusstseins, welche zumeist meditativer wie auch kontemplativer Natur sind, wobei auch hier auf lange Sicht eine anhaltende Veränderung des Bewusstseins das Ziel ist. Als Beispiel soll hier noch einmal Patanjalis achtfacher Weg fungieren, der, rein funktional betrachtet, eine große und allumfassende Reinigung vor der geistigen Transformation darstellt.

Diese allumfassende Reinigung, sowohl körperlicher als auch geistiger Natur, wie sie im schamanischen Initiationsritual und eben auch anhand Patanjalis Wegbeschreibung sichtbar wird, besitzt schließlich im New Age einen großen Stellenwert. Dem uns alle betreffenden Aspekt der Heilung kommt hier eine überaus große Bedeutung zu, in dem Maße, wie sich immer mehr Menschen für die verschiedenen Möglichkeiten sich selbst und andere zu heilen zu interessieren beginnen. Hier lässt sich eine neu gewonnene Bereitschaft zur Eigenverantwortung über das eigene Wohlergehen erkennen. Immer mehr Interessierte beginnen zu erkennen, dass sich eine gesteigerte Vitalität auf lange Sicht nur in dem Maße erreichen lässt, wie sehr man selbst gewillt ist, sich mit der Lebensenergie zu beschäftigen.

Eine weitere Fragestellung war jene, ob der Mensch von Heute Initiation braucht. Diese Frage müsste in Hinblick auf die neu gewonnenen Perspektiven (New Age) bejaht werden. Die neuen Einsichten in den Bereich feinerer Energien ziehen sogar die Notwendigkeit der gewählten Auseinandersetzung mit diesen nach sich, um so zu einem besseren Verständnis dahingehend zu kommen. Durch eine Initiation erfährt das Bewusstsein eine Erweiterung, welche sich gerade in der Auseinandersetzung mit lebensenergetischen Inhalten als grundlegend erweist.

Die Beziehung zwischen Energiearbeit und Wissenschaft stellt sich auf den ersten Blick als etwas komplizierter heraus. Es scheint, als ob es hier eine gewisse Unvereinbarkeit im Sinne der Frage der Objektivität gäbe, wobei aber immer mehr Wissenschaftler, wie auch Philosophen des New Age am Zustandekommen einer fruchtbaren Synthese dieser beiden Bereiche arbeiten. Die vorurteilsfreie Begegnung mit östlichen Weltanschauungen könnte so auch nach Meinung des Qigong-Meisters Zhi-Chang Li der wissenschaftlichen Forschung neue wie großartige Möglichkeiten erschließen: *„Es ist mein großer Wunsch, dass auch die Wissenschaft sich dem Qi Gong öffnen möge. Die gesamte Einstellung zur Zielsetzung und Vorgehensweise der Naturwissenschaften könnte dadurch positiv beeinflusst werden.“* (in: Olvedi 2001:10). Diese Synthese, wie sie besonders im Rahmen der teilnehmenden Schamanismusforschung, als auch in den Ansätzen der Transpersonalen Psychologie angestrebt wird, könnte zu einem vertieften Verständnis der uns umgebenden Welt der Erscheinungen führen. Aber auch die Welt des Inneren, die psychologischen und psycho-energetischen Strukturen des Menschen, könnte so besser erfahrbar und dokumentierbar werden.

Ein besonderes Ziel der Untersuchung war für mich, zu zeigen, dass der Umgang mit der alles-umfassenden und alles-beinhaltenden Lebenskraft außerhalb der Industrienationen der Neuzeit eine große und lange Tradition besitzt. Genau aus diesem Grund der jahrtausendealten Beschäftigung des Menschen mit Energiearbeit, lässt sich die Forderung nach einer umfassenderen wissenschaftlichen Auseinandersetzung solcher Inhalte erheben.



Ein besonderer Grund für diese Arbeit war schlussendlich, dass man als denkendes wie fühlendes Individuum unmöglich die Augen vor der momentanen Situation auf unserem Planeten verschließen kann. Ein allgemeiner Paradigmenwechsel im Bewusstsein der modernen Menschheit scheint unumgänglich, um in Zukunft wieder besser in Einklang mit unserer Umwelt leben zu können. Von lebendiger Spiritualität getragene Weltbilder, in denen das Konzept der Lebensenergie eine tragende Rolle spielt, scheinen dafür sehr geeignet zu sein, da sie die Verbundenheit allen Seins anerkennen. In Anbetracht der momentanen Lebensumstände auf unserer Erde sollte daher die Aufforderung, statt noch mehr Energie zu missbrauchen, selbige gebrauchen zu lernen, nicht ungehört verhallen.

## **Bibliographie**

BAIER, Karl: Yoga auf dem Weg nach Westen. Beiträge zur Rezeptionsgeschichte. Würzburg, Königshausen & Neumann, 1998

BRUNTON, Paul: Philosophie als Einwegweg. Grafing, Aquamarin Verlag, 1996

CAPRA, Fritjof: Das neue Denken. Die Entstehung eines ganzheitlichen Weltbildes im Spannungsfeld zwischen Naturwissenschaft und Mystik. München, Knauer, 1998

CHIA, Mantak: Tao Yoga. Praxisbuch zur Erweckung der heilenden Urkraft Chi. 2. Auflage, München, Heyne, 2005

CLARKE, Peter: New Religions in Global Perspective. A Study of Religious Change in the Modern World. London, Routledge, 2006

COHEN, Kenneth: Qigong. Grundlagen, Methoden, Anwendung. Frankfurt am Main, Krüger, 1998

DEHN, Ulrich: Suche nach der eigenen Mitte – östliche Religiosität im Westen, in: Reinhard Hempelmann (Hrsg.): Panorama der neuen Religiosität. Sinnsuche und Heilsversprechen zu Beginn des 21. Jahrhunderts. Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus, 2001, S. 310–408

DIOSZEGI, Vilmos: Shamanism. Selected Writings of Vilmos Dioszegi. (Ed. by Mihaly Hoppal), Budapest, Akademiai Kiado, 1998

DITTRICH, Adolf und Christian Scharfetter: Ethnopsychotherapie. Psychotherapie mittels außergewöhnlicher Bewusstseinszustände in westlichen und indigenen Kulturen. Stuttgart, Enke, 1987

DRURY, Nevill: Musik – Pforte zum Selbst, Brücke zum Kosmos.  
Anwendungsmöglichkeiten in Meditation und gelenkter Phantasie. Freiburg, Bauer, 1985

DRURY, Nevill: Lexikon esoterischen Wissens. München, Knaur, 1988

DRURY, Nevill: Der Schamane und der Magier. Reisen zwischen den Welten.  
Basel, Sphinx Medien-Verlag, 1989

DRURY, Nevill: Magie. Vom Schamanismus und Hexenkult bis zu den Technoheiden.  
Aarau, AT-Verlag, 2003

ELIADE, Mircea: Yoga. Unsterblichkeit und Freiheit. Frankfurt am Main, Suhrkamp,  
1985

ELIADE, Mircea: Das Mysterium der Wiedergeburt. Versuch über einige  
Initiationstypen. Frankfurt am Main, Insel-Verlag, 1988

ELIADE, Mircea: Schamanismus und archaische Ekstasetechnik. 6. Auflage, Frankfurt  
am Main, Suhrkamp, 1989

ELIADE, Mircea: Schmiede und Alchemisten. Mythos und Magie der Machbarkeit.  
Freiburg, Herder, 1992

ELIADE, Mircea: Der Yoga des Patanjali. Der Ursprung östlicher Weisheitspraxis.  
Freiburg, Herder, 1999

FERGUSON, Marilyn: Die sanfte Verschwörung. Persönliche und gesellschaftliche  
Transformation im Zeitalter des Wassermanns. Basel, Sphinx-Verlag, 1982

FEUERSTEIN, Georg: The Deeper Dimension of Yoga. Theory and Practice.  
Boston, Shambhala, 2003

FRATER V. D.: Schule der hohen Magie. 4. Auflage, München, Ansata im Heyne Verlag, 2003

GÖTTERT, Karl-Heinz: Magie. Zur Geschichte des Streits um die magischen Künste unter Philosophen, Theologen, Mediziner, Juristen und Naturwissenschaftlern von der Antike bis zur Aufklärung. München, Fink, 2001

GOLOWIN, Sergius: Die großen Mythen der Menschheit. Freiburg, Herder, 1998

GOODMAN, Felicitas D.: Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality. Religion in a Pluralistic World. Bloomington/Indiana, Indiana University Press, 1988

GOODMAN, Felicitas D.: Ekstase, Besessenheit, Dämonen. Die geheimnisvolle Seite der Religion. Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus Mohn, 1991

GREENWOOD, Susan: Gender and Power in Magical Practices, in: Steven Sutcliffe und Marion Bowman, 2000: Beyond New Age. Exploring Alternative Spirituality. Edinburgh, Edinburgh University Press, 2000, S. 137–154

GROF, Stanislav: Kosmos und Psyche. An den Grenzen menschlichen Bewusstseins. Frankfurt am Main, Fischer, 2000

GROSSINGER, Richard: Planet Medicine. Origins. 7th Edition, Berkeley, North Atlantic Books, 2000

GRUBER, Elmar R.: Was ist New Age?, Freiburg, Herder, 1987

GRUBER, Elmar R.: Sanfte Verschwörung oder sanfte Verblödung? Kontroversen um New Age. Freiburg, Herder, 1989

GRUBER, Elmar R. und Susan Fassberg: New-Age-Wörterbuch. Freiburg, Herder, 1986

HALIFAX, Joan: Die andere Wirklichkeit der Schamanen. Erfahrungsberichte von Magiern, Medizinmännern und Wahrsagern. Bern, Scherz, 1984

HARNER, Michael: Der Weg des Schamanen. Ein praktischer Führer zu innerer Heilkraft. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1996

HASHI, Hisaki: Was hat Zen mit Heidegger zu tun? Der komparative Denkweg von Ost und West. Wien, Edition Doppelpunkt, 2001

HAUER, Jakob Wilhelm: Der Yoga. Ein indischer Weg zum Selbst. 2. Auflage, Stuttgart, Kohlhammer, 1958

HEELAS, Paul: The New Age Movement. The Celebration of the Self and the Sacralization of Modernity. Oxford, Blackwell, 1999

HOPPAL, Mihaly: Das Buch der Schamanen. Europa und Asien. München, Ullstein, 2002

HULTKRANTZ, Ake: Schamanische Heilkunst und rituelles Drama der Indianer Nordamerikas. München, Diederichs, 1994

JAKOBSEN, Merete Demant: Shamanism. Traditional and Contemporary Approaches to the Mastery of Spirits and Healing. New York, Berghahn, 1999

JUNG, Carl Gustav: Zur Psychologie westlicher und östlicher Religion. Gesammelte Werke, Bd. 11. Düsseldorf, Walter, 1995/1

JUNG, Carl Gustav: Psychologie und Alchemie. Gesammelte Werke, Bd.12. Düsseldorf, Walter, 1995/2

KALWEIT, Holger: Traumzeit und innerer Raum. Die Welt der Schamanen. Bern, Barth, 2000

KRAFT, Hartmut: Über innere Grenzen. Initiation in Schamanismus, Kunst, Religion und Psychoanalyse. München, Diederichs, 1995

LADE, Arnie: Selbstheilung mit Qi. Das Standardwerk der Energiemedizin. Frankfurt am Main, Barth, 2004

LEUNER, Hanscarl: Die experimentelle Psychose. Ihre Psychopharmakologie, Phänomenologie und Dynamik in Beziehung zur Person. Berlin, Springer, 1962

LEWIS, Ioan M.: Ecstatic Religion. A Study of Shamanism and Spirit Possession. 2nd Edition, London, Routledge, 1998

LOWEN, Alexander: Die Spiritualität des Körpers. Innere Harmonie durch Bioenergetik. München, Heyne, 1991

LINDENBERG, Wladimir: Riten und Stufen der Einweihung. Schamanen, Druiden, Yogis, Mystiker, Starzen. Mittler zur Anderwelt. Freiburg im Breisgau, Aurum Verlag, 1978

MARKGRAF, Ekkehard: Freiheitsbegriffe aus der dritten Welt. Der Ertrag neuhinduistischer, neobuddhistischer und neuschamanistischer Entwürfe für die philosophische Anthropologie. Berlin, Dissertation, 1983

McKENNA, Dennis J. und Terence K.: The Invisible Landscape. Mind, Hallucinogens, and the I Ching. 2nd Edition, San Francisco, Harper, 1994

MÜLLER, Joachim: New Age – aus christlicher Sicht. Freiburg/Schweiz, Paulusverlag, 1987

MÜLLER, Klaus E.: Schamanismus. Heiler, Geister, Rituale. München, Beck, 1997

NAKAMURA, Takashi: Das große Buch vom richtigen Atmen, 7. Auflage, Bern, O. W. Barth bei Scherz, 1995

NARBY, Jeremy und Francis Huxley: Introduction: Five Hundred Years of Shamans and Shamanism, in: Jeremy Narby und Francis Huxley (Eds.): Shamans Through Time. 500 Years on the Path to Knowledge, London, Thames & Hudson, 2001, S. 1–10

NEEDLEMAN, Jacob: Vom Sinn des Kosmos. Moderne Wissenschaften und alte Wahrheiten, Frankfurt am Main, Insel-Verlag, 1993

OLVEDI, Ulli: Yi Qi Gong – Das stille Qi Gong nach Meister Zhi-Chang Li. Meditative Energiearbeit. Vitalisierung und Harmonisierung der Lebenskräfte nach taoistischer und buddhistischer Tradition. 3. Auflage, München, Heyne, 2001

RÄTSCH, Christian: Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen. Botanik, Ethnopharmakologie und Anwendung. Aarau, AT-Verlag, 1998

ROOB, Alexander: Das hermetische Museum – Alchemie und Mystik. Köln, Taschen-Verlag, 2002

ROSENBOHM, Alexandra: Halluzinogene Drogen im Schamanismus. Mythos und Ritual im kulturellen Vergleich. Berlin, Reimer, 1991

RUPPERT, Hans-Jürgen: New Age, Endzeit oder Wendezeit?, 6. Auflage, Wiesbaden, Coprint-Dr.-u.-Verl.-Ges., 1988

SCHENK, Amelie: Schamanen auf dem Dach der Welt. Trance, Heilung und Initiation in Kleintibet. Graz, Akad. Dr.- u. Verl.-Anst., 1994

SCHIMMEL, Annemarie: Mystische Dimensionen des Islam. Die Geschichte des Sufismu. Frankfurt am Main, Insel-Verlag, 1995

SCHULTES, Richard E. und Albert Hofmann: Pflanzen der Götter. Die magischen Kräfte der bewusstseinsweiternden Gewächse. 5. Auflage, AT-Verlag, Aarau, 2001

SHAH, Idries: Magie des Ostens. Die okkulte Überlieferung des Orients und Asiens. Basel, Sphinx-Verlag, 1984

SHOU, Shen: Der älteste Ch'ikung-Text, in: Frieder Anders: Taichi – Chinas lebendige Weisheit. 5. Auflage, München, Hugendubel, 1994, S. 100–104

STEINBERGER, Christian Robert: Das Initiatorische in der Depression. Eine ethno-psychologische Analyse der transformativen Kräfte in depressiven Lebenskrisen, unter besonderer Berücksichtigung des Religiösen. Wien, Dissertation, 1999

STRECK, Bernhard: Initiation. in: Bernhard Streck (Hrsg.): Wörterbuch der Ethnologie, Köln, DuMont, 1987, S. 92–95

SUTCLIFFE, Steven: „Wandering Stars“: Seekers and Gurus in the Modern World, in: Steven Sutcliffe und Marion Bowman (Eds.): Beyond New Age. Exploring Alternative Spirituality, Edinburgh, Edinburgh University Press, 2000, S. 17–36

SUTCLIFFE, Steven: Children of the New Age. A History of Spiritual Practices, London, Routledge, 2002

SVOBODA, Robert und LADE, Arnie: Ayurveda und Traditionelle Chinesische Medizin. Die beiden ältesten Heilsysteme der Welt im Vergleich. München, Barth, 2002

TAMBIAH, Stanley J.: Magic, Science, Religion, and the Scope of Rationality. Cambridge, Cambridge University Press, 1990

TART, Charles T.: Das Übersinnliche. Forschungen über einen Grenzbereich psychischen Erlebens. Stuttgart, Klett-Cotta, 1986



TART, Charles T.: Bewusstseinszustände und zustandsspezifische Wissenschaften, in: Roger N. Walsh und Frances Vaughan (Hrsg.): Psychologie in der Wende. Grundlagen, Methoden und Ziele der Transpersonalen Psychologie. Reinbeck bei Hamburg, Rowohlt, 1987, S. 227–243

TREVELYAN, George: Eine Vision des Wassermannzeitalters. Gesetze und Hintergründe des „New Age“, 3. Auflage, München, Goldmann, 1986

Van GENNEP, Arnold: Übergangsriten. (Les rites de passage), Frankfurt am Main, Campus-Verlag, 1986

VITEBSKY, Piers: Schamanismus. Reisen der Seele, magische Kräfte, Ekstase und Heilung. Köln, Taschen-Verlag, 2001

WALCH, Sylvester: Dimensionen der menschlichen Seele. Transpersonale Psychologie und holotropes Atmen. Düsseldorf, Patmos-Verlag, 2007

WALLIS, Robert J.: Shamans/neo-Shamans. Ecstasy, Alternative Archaeologies and Contemporary Pagans. London, Routledge, 2003

WALSH, Roger N.: Der Geist des Schamanismus. Olten, Walter-Verlag, 1992

WILBER, Ken: Integrale Psychologie. Geist, Bewusstsein, Psychologie, Therapie. Freiamt, Arbor-Verlag, 2001

WILBER, Ken: Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum. München, Wilhelm Goldmann Verlag, 2008

WILBER, Ken, Bruce Ecker und Dick Anthony: Das Dilemma der spirituellen Suche, in: Ken Wilber, Bruce Ecker und Dick Anthony (Hrsg.): Meister, Gurus, Menschenfänger. Über die Integrität spiritueller Wege. Frankfurt am Main, Wolfgang Krüger Verlag, 1995, S. 7–38

WONG, Kiew Kit: Die Kunst des Qi-Gong. Unsere Vitalenergie optimal aktivieren. München, Knauer, 1995

## **Abstract**

Das Phänomen des Schamanismus zeichnet sich besonders durch seine ausgeprägte Ritualkultur aus. Im Ritual findet ein Schamane Zutritt zu scheinbar verborgenen Lebenswelten mit teils phantastischen Lebensweisen bzw. Energieformen. Dies geschieht in einem außergewöhnlichen Bewusstseinszustand (ABZ) von Seiten des Schamanen, oft auch einiger bis aller Mitwirkenden am jeweiligen Ritual. Hier setzt praktische Energiearbeit im Schamanismus an. Nach Meinung vieler Forscher findet sich schamanisches Wissen bis heute in den meisten, wenn nicht in allen Kulturen in der einen oder anderen Form wieder, so auch in den asiatischen Systemen zur Energiebearbeitung und im Rahmen der Magie. Dabei wird überall dem Aspekt der Lebenskraft eine große Bedeutung eingeräumt. Daher soll in dieser Arbeit der Frage nachgegangen werden, wie weit energetische Bewusstseinsarbeit im Leben jedes Menschen sinnvoll ist, und ob dies in weiterer Folge zum wissenschaftlichen Erkenntnisprozess beitragen kann. Als forschungsleitende Fragestellungen ergeben sich daher:

Inwiefern ist es sinnvoll, sich mit Energiearbeit zu beschäftigen?

Was kann Energiearbeit im Leben des Einzelnen verbessern?

Wie verhält sich Energiearbeit zu Wissenschaft?

Als Methode der Darstellung wurde die vergleichende Literaturarbeit gewählt.

In ihrem Aufbau gliedert sich die Arbeit in drei Teile:

In Teil A erfolgt zunächst eine Vorstellung des Phänomens des Schamanismus. Dabei wird kurz auf Entstehung und Verbreitung eingegangen, wie auch die schamanische Reise im Zustand der Trance und der dazugehörige Kontakt mit den Geistern behandelt werden. In der Folge wird auf das äußerst prägende Initiationserlebnis eingegangen,

aus welchem der Schamane seine heilenden Kräfte schöpft. Energiearbeit präsentiert sich im Schamanismus daher als sehr eng mit dieser Initiation verbunden. Der erste Teil der Arbeit wird schließlich mit einer Untersuchung über die verschiedenen Formen schamanischer Energiearbeit abgeschlossen.

Teil B befasst sich mit dem New Age, einem spirituellen Phänomen, welches sich ab den 1950er-Jahren besonders in den industriellen Nationen auszubreiten begann. Es werden drei Systeme angewandter Energiearbeit vorgestellt. Bei den untersuchten Systemen handelt es sich um den indischen Yoga, das aus China stammende Qigong sowie um eine Betrachtung über den Zusammenhang von Mystik und Magie, wobei für diese Arbeit die so genannte hohe Magie von besonderem Interesse ist.

In Teil C wird zuerst auf die Geschichte der Beziehungen zwischen unserer Kultur und dem Schamanismus eingegangen. Diese führte letztlich zum Aufkommen des Phänomens des Neo-Schamanismus und einer teilweise damit verbundenen modernen anthropologischen Schamanismusforschung, welche sich durch eine erhöhte Bereitschaft zur teilnehmenden Beobachtung auszeichnet. Des Weiteren wird auch die jüngere Geschichte der im zweiten Teil der Arbeit behandelten Energiearbeitssysteme beleuchtet, um schließlich auf den Nutzen von Energiearbeit im Allgemeinen einzugehen.

In den Schlussbemerkungen wird eine kurze Bilanz dieser Arbeit gezogen.

## Lebenslauf

*Nikolaus Böhmig*

Geboren am 6. 12. 1973 in Hartberg

1980–1984	Volksschule in Krumpendorf
1984–1991	Realgymnasium Lerchenfeldstrasse in Klagenfurt
1991–1994	Bundesoberstufenrealgymnasium Klagenfurt
1994	Absolvierung der Reifeprüfung
1994–1995	Inskription an der Universität Klagenfurt. Hauptfach: Philosophie, Nebenfach: Medienkommunikation
1995	Wechsel an die Universität Wien. Hauptfach: Ethnologie, Nebenfach: Kunstgeschichte
1997	Studienwechsel im Nebenfach: Fächerkombination (Philosophie, Publizistik, Politikwissenschaft, kath. Theologie, Pädagogik)

Berufliche Erfahrungen während des Studiums in folgenden Bereichen:

- Marketing
- Gastgewerbe
- Kulturmanagement
- Tätigkeiten als Musiker im In- und Ausland