

Die Menschheit hat ihre Ursprünge im afrikanischen Raum. Dort lebten wir, jagten, sammelten und machten uns auf, dem Horizont entgegentzulaufen. Wir folgten den Tierherden, lebten in inniger Beziehung zur Natur und erhielten von ihr alles, was wir zum Leben brauchten. Wir waren gleichsam neugierige Kinder und wollten wissen, wie es in der Ferne aussieht, wie dieser Berg beschaffen war, wohin jener Fluss führte. Unsere nackten Füße berührten die Erde, brachten uns zunächst nach Norden, dann nach Westen und nach Osten. Wir konnten uns anpassen, konnten überall leben und zu Hause sein.

Gleichzeitig überlegten wir, was das große Gewölbe über uns sei, das tagsüber vom Licht der Sonne erfüllt war und nachts von Myriaden Sternen verziert wurde. Wir fragten uns, was nach dem Tod mit uns und was mit den Seelen der Tiere, die wir

töteten, geschehen würde. Wir sahen riesige Tierherden, erlebten Gewitter und Stürme, das Meer und die Wüste, spürten den Wind und den Schnee, Feuer und Eis. Überall, so wurde uns schnell klar, war das Leben gegenwärtig. Alles war lebendig, alles hatte eine Seele, alles war beseelt. Und aus dieser Erkenntnis, diesem Ahnen der Zusammenhänge der Welt erwuchs die erste Form von Spiritualität: Der Schamanismus war geboren und er verbreitete sich in unterschiedlichen Ausprägungen.

Dieser spirituelle Weg war lange Zeit der einzige Weg, den Menschen kannten, bis sich dann viel später andere – spirituelle und religiöse – Wege entwickelten, die, so sinnvoll manches war, was sie lehrten, doch oftmals den Kontakt zur Welt der Natur verloren.

Während schamanische Strukturen in

manchen Teilen der Welt verschwanden und durch neue Vorstellungen abgelöst wurden, hielten sie sich andernorts – wenn auch manchmal versteckt in Religionen – bis auf den heutigen Tag. Auch in Nord- und Mitteleuropa finden sich noch schamanische Vorstellungen und Praktiken im Volksbrauchtum. Als sich das Christentum durchsetzte und die alten Religionen verdrängte, blieben manche schamanischen Überlieferungen erhalten, beispielsweise bei Kräuterkundigen und Hebammen und überhaupt in dem, was von der Kirche gern als »Aberglaube« bezeichnet wird.

Nur wer wirklich in Kontakt
ist mit den eigenen
Wurzeln, kann Identität

entwickeln und dann viel
besser andere Kulturen
verstehen.

DOÑA EUFEMIA CHOLAC CHICOL |
MAYA-PRIESTERIN AUS GUATEMALA

GANZ ZUR WELT GEHÖREN

Ehrfurcht vor den Kräften der Natur war all diesen alten Wegen eigen, und ich bin überzeugt, dass diese Ehrfurcht heute wieder gebraucht wird. Zum einen, um der Zerstörung dieser Welt entgegenzuwirken, zum anderen aber auch, um den Menschen an seiner Seele gesunden zu lassen, sodass er sich wieder dieser Welt zugehörig fühlt und ganz und heil werden kann.



ÜBUNG

Spürbar Teil von allem sein

Es gibt eine Sache, die immer bei Ihnen ist und die Sie mit allen Lebewesen verbindet: Ihr Atem. Sie atmen frische Luft ein, die von den Meeren und den Bäumen gereinigt wurde – Luft, die schon durch Milliarden menschliche und tierische Lungen geatmet wurde und immer wieder geatmet werden wird. So sind Sie Teil eines riesigen Kreislaufs.

Eine sehr gute Übung, sich dies bewusst zu machen, ist es, ganz