

---

## Schamanismus: eine Entdeckungsreise zu uns selbst

Mal ehrlich – das Leben in der modernen Gesellschaft versorgt uns zwar mit vielen Annehmlichkeiten. Und doch fühlen wir uns manchmal leer, unerfüllt, oder sogar überfordert von alltäglichen Herausforderungen in Job, Freizeit und Beziehungen. Laufend müssen Alternativen abgewogen und verworfen, Entscheidungen gefällt und Konflikte gelöst werden. Eine Flut an Informationen und Angeboten verschließt unseren Blick auf die einfachen Lösungen und irgendwann auch auf die ursprünglichen Utopien unseres Lebens. Wir flüchten in oberflächliche Ablenkungen, Drogen, Arbeits-, Freizeit- oder Beziehungsstress.

Dabei ist ein Weg aus diesem Durcheinander ganz nah, in uns selbst zu finden. Wir stecken voller Wissens- und Kraftquellen, die nur darauf warten, von uns erschlossen und zum Leben erweckt zu werden. Im Schamanismus werden diese Quellen repräsentiert durch geistartige Helfer, die auf der individuellen Ebene eine besonders tiefe und kraftvolle Ebene unseres eigenen Bewusstseins repräsentieren.

Diese Helfer zeigen sich in der Regel entweder als Geistlehrer oder als Krafftier. Dabei ist der Geistlehrer unser Ansprechpartner für grundsätzliche, Richtung weisende Entscheidungen, er gibt uns Orientierung auf unserem Weg, steht auch für unsere innersten Wertmaßstäbe und hilft bei wichtigen Entscheidungen. Krafftiere hingegen sind unsere Helfer für die laufenden Herausforderungen des beruflichen und persönlichen Alltags, für den nächsten Schritt oder ein anstehendes Projekt. Beide, Geistlehrer und Krafftiere stehen mit ihren Qualitäten und Eigenschaften für Persönlichkeitsmerkmale, die uns selbst eigen sind, zu denen wir aber möglicherweise den Zugang verloren haben.

Geistartige Helfer können im Prinzip alle Lebewesen sein, die wir auch aus der diesseitigen Wirklichkeit kennen. Aber im Schamanismus ist alles möglich: Es gibt keine Grenzen zwischen Zeit und Raum, und die nicht alltägliche Wirklichkeit kennt keine Limitierungen. Und so kommen diese Helfer nicht selten aus einer anderen Epoche oder Kultur, oder es handelt sich um vergessene Ahnen. Aber auch Wesenheiten aus Fabeln oder Märchen sind möglich. Durch Schamanische Ritualarbeit können wir den Kontakt zu diesen Helferseelen erneuern und uns mit ihnen verbinden.

Es gibt ein Abziehbild der Schamanen: abgerissene und verrückte Typen, die berauscht von exotischen Drogen wild trommeln, umher tanzen und behaupten mit Geistern zu reden. Aber Schamanismus benötigt nur körpereigene Drogen und ist viel mehr ein Teil unserer vordergründig so sachlichen Welt, als wir uns derart vereinfachend vorstellen. Nicht zuletzt sind Schamanische Traditionen in fast allen Kulturen zu finden, und in jedem von uns steckt ein Schamane!

Über die Schamanische Arbeit erhalten wir konkrete Informationen und Lösungsangebote für alle Lebenslagen und Entscheidungssituationen. Durch Schamanische Rituale lernen wir, uns an die Traditionen unserer Vorfahren anzuschließen, verborgene Kraftquellen zu erschließen und sie mit Respekt für uns und Andere zu nutzen. Wir schulen eine andere, meist vergessene Ebene der Wahrnehmung und sind dadurch in der Lage, unsere Welt aus einer völlig anderen Perspektive zu betrachten. Wir erhalten einen Zugang zu einer neuen Ebene unseres Bewusstseins und damit zu einer unglaublich wertvollen Kraft- und Wissensressource. Wir begeben uns auf eine spannende Reise zu uns selbst und erschließen damit neue Horizonte. Wenn wir den Schamanen in uns entdecken, werden wir uns unseres Selbst bewusst und dadurch mehr selbstbewusst. Wir kommen wieder in Kontakt mit uns selbst und mit der Welt, in der wir leben.

Lernen wir diese Welt kennen: Gehen wir auf Entdeckungsreise zu uns selbst!

