

ALBERTO VILLOLDO
Das geheime Wissen der Schamanen



GOLDMANN

Buch

Die Inkas, eine der größten Zivilisationen des amerikanischen Kontinents, waren nicht nur berühmte Städtebauer, sondern besaßen auch ein außergewöhnliches Medizinsystem. Ihre Schamanen entwickelten vor mehr als 5000 Jahren eine Technik, Krankheiten mit Geist und Licht zu heilen. Alberto Villoldo studierte 25 Jahre lang die heilende Macht dieser energiemedizinischen Tradition. Aufbauend auf dem alten Heilsweg, stellte er ein praktikables Programm zusammen, das es ermöglicht, sich selbst und andere zu heilen und Krankheiten zu vermeiden. Kernstück seines Konzepts sind die lichtvollen Energiefelder, die den materiellen Körper umgeben und sich im Krankheitsfall verändern. Schritt für Schritt macht Villoldo den Leser mit den Techniken vertraut, die Aura zu sehen und das Energiefeld zu harmonisieren.

Autor

Dr. Alberto Villoldo lebt in Los Angeles und ist klassisch ausgebildeter medizinischer Anthropologe. 25 Jahre lang bereiste er die Hochländer der Anden und des Amazonas und studierte die schamanischen Heilpraktiken. In seinen Seminaren führt er alljährlich Tausende von Medizinerinnen und Laien in die energiemedizinischen Techniken ein. Er ist Autor zahlreicher Bücher, darunter »Seelenrückholung« und »Die vier Einsichten«.

Von Alberto Villoldo sind bei Goldmann außerdem erschienen:

- Seelenrückholung (21765)
- Die vier Einsichten (21805)
- Mutiges Träumen (21857)
- Das erleuchtete Gehirn (21963)
- Der Pfad schamanischer Heilung (22163)
- Erleuchtung ist in uns (als E-Book erhältlich, 04206)
- Das geheime Wissen der Schamanen (14216)

ALBERTO VILLOLDO

DAS GEHEIME
WISSEN DER
SCHAMANEN

Wie wir uns selbst
und andere mit Energiemedizin
heilen können

Aus dem Amerikanischen
von Burkhard Hickisch

GOLDMANN

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2000 unter dem Titel
»Shaman, Healer, Sage« bei Harmony Books, New York.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich
geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und
Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

24. Auflage

Deutsche Erstausgabe Dezember 2001

© 2001 der deutschsprachigen Ausgabe

Wilhelm Goldmann Verlag, München

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

© 2000 Alberto Villoldo

This translation published

by arrangement with Harmony Books,

a division of Random House, Inc.

Umschlaggestaltung: Design Team, München

Umschlagmotiv: AgenturHoll/Klaus Holitzka

Illustrationen: Nicole Kaufman

Satz/DTP: Martin Strohkendl, München

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Redaktion: Daniela Weise

WL · Herstellung: AS

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-14216-3

www.goldmann-verlag.de

Inhalt

<i>Danksagung</i>	9
<i>Vorwort</i>	11
Teil 1: Die Lehren der Schamanen	19
1. Heilung und Unendlichkeit.	25
2. Die leuchtenden Heiler	42
3. Das Leuchtende Energiefeld	62
Teil 2: Die leuchtende Welt.	93
4. Die Chakras	97
5. Die schamanistische Art des Sehens	147
6. Heiliger Raum.	183
Teil 3: Die Arbeit des Schamanen.	203
7. Der Illuminationsprozess	207
8. Der Extraktionsprozess	235
9. Tod, Sterben und darüber hinaus	275
<i>Epilog</i>	307

Meiner Mutter Elena, in Liebe

Danksagung

Es fällt mir schwer, meine Dankbarkeit gegenüber den Menschen, die dieses Buch möglich gemacht haben, in Worte zu fassen. An allererster Stelle steht mein Mentor Don Antonio, der die Vision, die Geduld und die Ausdauer hatte, einen jungen westlichen Anthropologen in die schamanistischen Künste einzuführen. Mein besonderer Dank gilt auch meiner Herausgeberin Patty Gift vom Verlag Random House, die tief in die alten Medizinlehren eingetaucht ist und mich auf die höchsten Gipfel der Anden begleitet hat, um dort mit den letzten Eingeweihten der Inka zu arbeiten. Ohne sie wäre dieses Buch nicht entstanden. Ich danke Laura Wood und Normandi Ellis von Herzen für ihre Hilfe bei der Gestaltung des Manuskripts. Mein Dank geht an Stanley Krippner, der immer an mich geglaubt und meine Forschungsarbeit in jungen Jahren unterstützt hat. Und an meine Agentin Sue Berger für ihre beharrliche Ermutigung. Zum Schluss möchte ich mich bei den Studenten und der Lehrerschaft der Healing the Light Body School dafür bedanken, dass sie die Techniken und Praktiken, die in diesem Buch vorgestellt werden, erprobt und damit zu ihrer endgültigen Ausformung beigetragen haben. Ein großes Dankeschön auch an Lisa Summerlot für ihre unermüdliche Liebe und Unterstützung.

Vorwort

Das vorliegende Buch ist das Ergebnis meiner Reisen mit den Schamanen der Inka und der Ausbildung, die ich durch sie erhielt. Die Inka sind eine der großen amerikanischen Zivilisationen. Als Erbauer von Machu Picchu lebten sie in Städten in den Wolken, deren gepflasterte Straßen jeden Abend mit Wasser aus dem städtischen Kanalsystem gereinigt wurden. Inka-Schamanen praktizieren energetische Medizin schon seit mehr als 5000 Jahren und geben ihr Wissen mündlich von einer Generation zur nächsten weiter. Ich bin 25 Jahre bei den besten Heilern und Heilerinnen der Inka in die Lehre gegangen. Die Rituale, denen ich mich in den Anden oder im Amazonasgebiet unterzog, entstammen einer uralten Tradition und erforderten manchmal monatelange Vorbereitung. Sie befreien den Anfänger von einem Leben in Angst, Gier, Gewalt und fehlgeleiteter Sexualität. Meine Ausbildung wurde von einem alten Inka namens Antonio Morales geleitet. Die Abenteuer, die ich mit Don Antonio im Amazonasgebiet und in den Anden erlebt habe, sind in meinen Büchern *Die Macht der vier Winde* und *Island of the Sun* dokumentiert.

Die Heilmethoden durch Spirit und Licht, die in diesem Buch vorgestellt werden, sind meine zeitgenössische Interpretation uralter Heilungspraktiken. Versionen der schamanistischen Art des Sehens, die ich die Zweite Wahrnehmung und den Extraktionsprozess nenne, sind in Nord- und Südamerika immer noch in Gebrauch. Die Sterberituale stammen aus dem Amazonasgebiet und sind Teil eines Wissens, das Männer und

Frauen entdeckt haben, die über unsere normale Wahrnehmung von Raum und Zeit hinausgegangen sind. Den Illuminationsprozess habe ich zusammen mit meinem Mentor Don Antonio aus Bruchstücken einer fast vergessenen Heilmethode der Inka entwickelt, die auf dem Leuchtenden Energiefeld beruht. Diese Methoden sind außerordentlich kraftvoll und effektiv. Man sollte sie nur benutzen, wenn man bereit ist, sich strengsten ethischen Maßstäben zu unterwerfen.

Im ersten Teil des Buches wird die Vorstellungswelt beschrieben, auf der diese Heilmethoden beruhen. Teil zwei befasst sich mit den Techniken, die notwendig sind, um die schamanistische Art des Sehens zu lernen und um einen heiligen Raum und heilige Praktiken zu schaffen, mit denen du in deinem persönlichen Heilungsprozess experimentieren kannst. Wende sie bitte niemals auf andere an, solange du keine entsprechende Ausbildung bei einem praktizierenden Meister genossen hast. Der dritte Teil enthält Techniken für Fortgeschrittene, die nur von einem praktizierenden Meister ausgeführt werden dürfen, der eine Ausbildung bei einem erfahrenen Lehrer gemacht hat. In den Kapiteln des dritten Teils werden Verfahren beschrieben, mit denen du die Immunreaktion des Körpers aufheben und eingedrungene Wesen und Energien entfernen, aber auch einer geliebten Person helfen kannst, in die Welt des Spirits zurückzukehren.

Die energetische Medizin birgt jedoch auch Gefahren in sich, und zwar sowohl für den Klienten als auch für den Heiler selbst. Zu viele schlecht ausgebildete Praktizierende führen die Energieheilung aus, ohne die Funktionsweise des menschlichen Energiefelds zu verstehen. Ich hatte mit Menschen zu tun, die Krebs hatten und deren Tumor mit »Energieheilung« behandelt wurde, mit dem Ergebnis, dass sich der Krebs auf den ganzen Körper ausbreitete. Sie konnten es nicht glauben, dass das Krebswachstum offensichtlich durch bestimmte Energie-

formen begünstigt wird. Ich kannte auch Menschen, die unter ernsthaften psychischen Problemen litten und von unqualifizierten Heilern behandelt wurden. Ihre neurotischen Symptome oder dysfunktionalen Wahrnehmungsweisen wurden dadurch nur verstärkt. In einem Fall suchte mich eine Frau auf, die ihr Kind bei einem Autounfall verloren hatte. Sie war bei einer Hellseherin gewesen, die zu ihr meinte, dass ihre kleine Tochter immer noch an ihrer Seite sei. Alles, was sie tun könne, sei »offen« zu sein, um die Gegenwart ihrer Tochter zu fühlen. Die Frau verspürte eine sofortige Erleichterung. Ein paar Tage später konnte sie jedoch nicht mehr einschlafen. Nach einer Woche ohne Schlaf kam sie zu mir. Als erstes meinte sie, dass sie sterben wolle und bereit sei, sich das Leben zu nehmen. Der Test auf die Anwesenheit eines eingedrungenen Wesens (siehe auch Kapitel 8) war positiv. Der verwirrte Spirit des Mädchens hatte sich an das Leuchtende Energiefeld der Mutter gehängt, in der Hoffnung auf Zuflucht nach einem traumatischen Tod. Der Rat der Hellseherin, »offen« zu sein – obgleich sicherlich gut gemeint –, hielt Mutter und Tochter in emotionalem Aufruhr und psychischem Schmerz.

In unserer ersten Sitzung übergab die Mutter ihre Tochter an leuchtende Heiler, die sie ins Licht der Spirit-Welt begleiteten. Es war nicht leicht für sie, ihre Tochter loszulassen. Während des Illuminations-Prozesses sah sie den Tod als Tor zur Unendlichkeit. Sie konnte fühlen, dass ihre Tochter von ihr nur durch einen dünnen Schleier getrennt war. Kurz darauf konnte sie wieder ruhig schlafen. Wir versiegelten die Öffnung in ihrem Leuchtenden Energiefeld, durch die der Spirit des Mädchens hereingekommen war. Wie eine offene Wunde war der Riss in ihrem Energiefeld eine Einladung an alle umherirrenden Geisteswesen und gestörten Energien. In den nächsten Sitzungen beschäftigten wir uns mit ihrer Trauer. Ich ermutigte sie, eine Psychotherapeutin aufzusuchen, die darauf spezialisiert war, Men-

schen zu behandeln, die einen großen emotionalen Verlust erlitten haben. Ich bin überzeugt, dass sie Selbstmord verübt hätte, wäre sie der Anweisung der Hellseherin weiterhin gefolgt. Stattdessen ging sie konsequent den Weg der eigenen Heilung. Heute ist sie eine talentierte und mitfühlende Heilerin, die anderen hilft, mit schmerzlichen Verlusten im Leben fertig zu werden.

Schwarze und weiße Magie

Ich war Anfang 20 und bereitete mich gerade auf eine Expedition ins Amazonasgebiet vor, als ich einen Anruf von der Stiftung erhielt, die meine Forschungsarbeit finanzierte. Sie brauchten einen Anthropologen, um eine Untersuchung über Voodoo-Heiler auf Haiti abzuschließen. Da ich nur sehr wenig über Heilmethoden afrikanischer Herkunft auf Haiti wusste, war ich nicht sehr begeistert. Man sagte mir, dass es nur zehn Tage dauern würde, dem leitenden Anthropologen bei der Fertigstellung eines Projekts zu helfen. Als man schließlich drohte, mein Forschungsvorhaben im Amazonasgebiet zu streichen, willigte ich ein. Fünf Tage später landete ich in Port-au-Prince. Der leitende Anthropologe war Ende 30 und schon seit einem halben Jahr auf Haiti. Er erklärte mir, dass die französischen Kolonisatoren der Insel die schlimmsten Sklaven-ausbeuter der Neuen Welt gewesen waren. Lag die durchschnittliche Lebenserwartung eines afrikanischen Sklaven nach seiner Ankunft in Amerika bei 30 Jahren, so hatte ein Sklave, der das Pech hatte, auf Haiti zu landen, im Durchschnitt nur noch zwei Lebensjahre vor sich. Der Anthropologe erzählte mir, dass Voodoo ursprünglich eine Heilmethode sei, die aus dem Afrika südlich der Sahara stammte. Auf Haiti werde sie jedoch auch dazu missbraucht, seinen Feinden Schaden zuzufügen, besonders den berüchtigten Sklaventreibern. Die Techniken seien identisch, er-

klärte er. Dieselben Methoden, die jemanden heilen, können auch jemanden verletzen. Techniken, mit denen man das Immunsystem stimulieren kann, um ein bösartiges Geschwür zu entfernen, können auch dazu benutzt werden, dem Immunsystem zu schaden, sodass das Opfer in nur wenigen Wochen an einer Lungenentzündung stirbt.

Ich war, wie gesagt, erst Anfang 20 und meinte, es besser zu wissen. Ich war davon überzeugt, dass schwarze Magie nur dann wirksam werden konnte, wenn man an sie glaubte. Wenn man sich nicht auf das dazugehörige Glaubenssystem einließ, konnte sie einem nichts anhaben. Ich erinnere mich, wie ich dem leitenden Anthropologen diese Tatsachen entgegenstellte, während wir in einem kleinen Café am Wasser saßen. Er schaute mich an und grinste. »Ich wette mein Geld, dass es anders nicht funktioniert«, sagte ich. »Akzeptiert«, antwortete er. Wir wetteten um 100 Dollar, dass Voodoo keine Auswirkungen auf mich hatte, und suchten einen Voodoo-Priester auf, mit dem er gearbeitet hatte. Der alte Mann lebte in einer klapprigen Holzhütte auf einem Hügel, von wo man einen herrlichen Blick über die Stadt hatte. Nach ein paar beiläufigen Begrüßungsfloskeln im lokalen kreolischen Dialekt, den mein Kollege fließend sprach, erklärte er dem Mann, dass ich ein Ungläubiger sei, der behauptete, der Zauber des alten Mannes sei nur Schaumschlägerei, und dass er mir eine Lektion erteilen solle. Ich verstand genug Französisch, um ein paar Worte aufzuschnappen. »Verletzen Sie ihn nicht«, sagte der Anthropologe. Woraufhin der alte Mann mich anschaute und lachte. »Du willst eine Kostprobe?«, fragte er in seinem gebrochenen Akzent und schüttelte sich vor Lachen. Wir einigten uns darauf, dass er seine Arbeit am Montag der kommenden Woche machen sollte, wenn ich wieder in Kalifornien sei.

An dem verabredeten Tag war ich abends mit Freunden zusammen essen, und ich erzählte ihnen von meinen Erfahrungen

auf Haiti und der Heilkraft des Voodoo. Ich prahlte damit, dass der Glaube ein wichtiges Glied in der Wirkungskette sei, und zwar sowohl in Bezug auf eine heilsame als auch auf eine schädliche Wirkung. Wenn man sich außerhalb des Glaubenssystem befände, erklärte ich großspurig, funktioniere es einfach nicht. Ich sei der lebende Beweis meiner These, denn gerade an diesem Abend versuchte der gemeinste Voodoo-Priester ganz Haitis, mir Schaden zuzufügen, aber – wie alle sehen konnten – ohne Erfolg. Die Anwesenden erhoben daraufhin ihr Weinglas und tranken auf meine Gesundheit. Dies geschah am Montagabend. Dienstag und Mittwoch ging es mir gut, aber am Donnerstagnachmittag bekam ich Kopfschmerzen, die sich bis zum frühen Abend zu einer Migräne ausweiteten. Um acht Uhr hatte sich mein Darm zu einem Knoten verschnürt. Ich hatte starke Krämpfe und musste immer wieder unkontrolliert würgen. Um Mitternacht klingelte das Telefon, und am Apparat war der Anthropologe aus Haiti. Leider konnten sie nicht, wie verabredet, am Montag mit mir arbeiten, aber heute hätten sie sich um mich »gekümmert«. Er sei gerade von der Voodoo-Zeremonie in sein Hotel zurückgekehrt und wollte wissen, ob ich irgendetwas fühlen würde. Ich stöhnte ins Telefon und sagte ihm, er solle sofort zum Voodoo-Priester zurückgehen und ihn auffordern, seinen Zauber von mir zu nehmen. Ich war an einem Punkt angelangt, an dem ich lieber sterben wollte, als die Schmerzen noch länger ertragen zu müssen.

Am anderen Morgen war mein Gesundheitszustand fast wieder normal, und ich redete mir ein, dass ich mir irgendeinen Eingeweidewurm eingefangen hatte. Ich ging zum Gesundheitszentrum der Universität und ließ mich ärztlich untersuchen. Die Testergebnisse zeigten, dass ich keinerlei Parasiten im Darm hatte. Die Lektion kostete mich 100 Dollar, was damals viel Geld für einen Studenten war, und die schlimmste Nacht meines Lebens. Ich musste erfahren, dass man Menschen mit energeti-

scher Medizin heilen, aber auch schaden kann. Später begriff ich, dass Energieheilung durch einen unqualifizierten Heiler oft das Gleiche ist wie schwarze Magie, auch wenn es der Heiler oder die Heilerin noch so gut meint. Schwarze Magie geschieht nicht nur auf Haiti oder im Süden von Louisiana, sondern überall dort, wo schlecht ausgebildete Personen ihre Hände auf andere Menschen legen und ihnen beim Versuch, sie zu heilen, unbewusst schädliche Energie übertragen. Oft höre ich von meinen Studenten, dass so etwas nicht geschehen kann, wenn du auf einen anderen Menschen Liebe überträgst, da die Liebesenergie rein und heilig sei. Ich erinnere dann diese Studenten an das viele Leid, das wir anderen im Namen der Liebe zufügen. Im Laufe der Zeit entdeckte ich auch eine Spielart der schwarzen Magie, die wir auf uns selbst anwenden: nämlich all die negativen Gedanken und Glaubenssätze, die uns von unserer persönlichen Kraft abschneiden und unser Immunsystem schwächen.

Aber ich lernte in jener Nacht eine wichtige Lektion, denn ich erkannte, welche entscheidende Rolle die ethische Grundeinstellung des Heilers spielt. Die oft jahrzehntelange Ausbildung des Schamanen gilt der Entwicklung einer hohen Ethik, eines Wertsystems, das in der tiefen Verbundenheit mit allem Leben wurzelt. Nur dann können die einzelnen Techniken wohlbringend angewendet werden. Auch ein Doktor der westlichen Medizin braucht mindestens fünf Jahre, bis er sein Handwerk zu beherrschen anfängt. Ist es daher sinnvoll, seine Gesundheit jemandem anzuvertrauen, der meint, Energieheilung in einem Wochenendseminar gelernt zu haben?

Mein Interesse am Schamanismus entsprang dem Wunsch, meine innere Zerrissenheit zu überwinden. Indem ich meine eigenen seelischen Wunden heilte, lernte ich, mich selbst und andere zu lieben. Ich folgte dem Pfad des verwundeten Heilers und lernte, Schmerz, Trauer, Wut und Scham in Quellen der Stärke und des Mitgefühls zu transformieren. Ich konnte den

Schmerz des anderen fühlen, weil ich wusste, was es bedeutete, verletzt zu werden. In der Healing the Light Body School lässt sich jeder Student auf einen Prozess ein, in dessen Verlauf er sich selber heilt, indem er seine seelischen Wunden in Quellen der Stärke verwandelt. Den Studenten wird beigebracht, dass die Entdeckung der Kraft, die im Schmerz liegt, eines der größten Geschenke ist, die sie später ihren Klienten anbieten können. Außerdem lernen die Studenten, dass Heilung nicht eine Handlung ist, die der Heiler oder die Heilerin ausführt, sondern vielmehr eine Reise, auf die sich der Klient aus eigenem Antrieb einlässt.

Zum Schluss möchte ich betonen, dass die Heilmethoden, die in diesem Buch angeführt werden, meine eigene Synthese uralter Heilungspraktiken sind, die ich auf meine Weise interpretiere. Ich spreche nicht für meine Lehrer und auch nicht für die Inka oder für indianische Schamanen. Obwohl ich das Privileg genoss, von den besten Heilern der Inka ausgebildet worden zu sein, erhebe ich nicht den Anspruch, eine bestimmte Tradition der Inka in ihrer Gesamtheit darzustellen. Die Heilmethoden, die ich beschreibe, stammen von meiner Ausbildung zum Schamanen, und ich übernehme die volle Verantwortung für ihre Schönheit und für ihre Mängel.

Teil 1

**Die Lehren
der Schamanen**

Auf dem amerikanischen Kontinent praktizieren Schamanen energetische Medizin schon seit über 5000 Jahren. Einige Heiler sind davon überzeugt, dass ihre spirituelle Linie sogar noch weiter zurückreicht. Sie erinnern sich an Geschichten, die von der Großmutter an die Enkelin weitergegeben wurden und von einer Zeit erzählen, als die Erde noch jung war. Obwohl die Ureinwohner Amerikas über ein komplexes astronomisches Wissen, eine höhere Mathematik und eine ausgefeilte Architektur verfügten, hat sich auf dem gesamten amerikanischen Kontinent niemals eine Schrift entwickelt. Die Gelehrten übersahen die spirituellen Überlieferungen der amerikanischen Ureinwohner und studierten hauptsächlich das Judentum, das Christentum und den Buddhismus, weil diese Traditionen schriftliche Aufzeichnungen hinterließen. Westliche Theologen befassten sich beispielsweise schon seit mehr als 200 Jahren mit dem Buddhismus, aber erst in den letzten 40 Jahren hat sich ein ernsthaftes Interesse entwickelt, auch die Spiritualität der amerikanischen Ureinwohner zu untersuchen. Das Studium des Schamanismus wurde den Anthropologen überlassen, die jedoch – mit ehrenwerten Ausnahmen von Persönlichkeiten wie Margaret Mead – nicht darin geschult waren, den spirituellen Bereich zu erforschen.

Die Zerstörung der indianischen Kultur durch die europäischen Siedler trieb die überlebenden Ureinwohner in krankheitsverseuchte Reservate, wo die spirituellen Überlieferungen von den Stammesältesten sorgsam gehütet wurden. Es ist nicht schwer zu verstehen, dass die Ältesten große Widerstände hatten, ihr Erbe mit den weißen Herrschern zu teilen. Den Inka in Peru erging es nicht besser. Zwar kamen die spanischen Konquistadoren in ihr Land, um Gold zu suchen, und kümmerten

sich nicht groß um die spirituellen Traditionen. Was die Konquistadoren jedoch außer Acht ließen, versuchten die mit ihnen gekommenen Missionare zu zerstören.

Der ungewaschene Haufen von Goldsuchern brachte bei seiner Ankunft auf dem amerikanischen Kontinent Vorstellungen mit, die den Indios völlig unverständlich waren. Die erste war, dass alle Nahrungsquellen der Welt durch göttliches Gesetz den Menschen – und speziell den Europäern – gehörten, die die Herrscher über Tiere und Pflanzen seien. Die zweite bestand darin, dass die Menschen nicht mit den Flüssen, den Tieren, den Bergen oder mit Gott sprechen konnten. Und die dritte Vorstellung war, dass die Menschheit bis ans Ende aller Zeiten warten musste, bevor sie in den Genuss der Unendlichkeit kam.

Diese Vorstellungen waren für die amerikanischen Ureinwohner völlig absurd. Während die Europäer glaubten, aus dem mystischen Garten von Eden vertrieben worden zu sein, verstanden sich die Indios als dessen Verwalter und Diener. Sie sprachen mit donnernden Flüssen und flüsternden Bergen und hörten noch die Stimme Gottes im Wind. Die spanischen Chronisten in Peru berichten von der ersten Begegnung zwischen Pizarro und dem Inka-Herrscher Atahualpa. Pizarro überreichte Atahualpa eine Bibel und erklärte ihm, sie sei das Wort Gottes. Der Inka hielt sich das dicke Buch ans Ohr und lauschte für ein paar Momente intensiv. Dann warf er das heilige Buch zu Boden und rief: »Was ist das für ein Gott, der nicht sprechen kann?«

Die amerikanischen Ureinwohner waren jedoch nicht nur vom Schweigen des europäischen Gottes verwirrt, sie konnten auch mit seinem Geschlecht nichts anfangen. Die Konquistadoren brachten ihnen eine patriarchalische Mythologie, die die eigene matriachale Tradition bedrohte. Vor der Ankunft der Spanier repräsentierten Mutter Erde und ihre weiblichen Formen – Höhlen, Lagunen und andere Öffnungen der Erde – das göttliche Prinzip. Die Europäer errichteten darüber das männ-

liche göttliche Prinzip – den Phallus oder den Baum des Lebens. Kirchtürme begannen in den Himmel zu ragen, und die weibliche Erde wurde nicht mehr verehrt oder respektiert. Bäume, Tiere und Wälder waren zur Ausplünderung freigegeben.

Auch heute noch hält uns dieses abgetrennte Weltbild gefangen. Wir halten alles, was nicht atmet, sich nicht bewegt oder nicht wächst, für leblos und betrachten Energie in Form von Holz, Öl oder Kohle als Brennstoff, den wir für unsere Zwecke einsetzen. Für die amerikanischen Ureinwohner ist Energie die manifestierte Schöpfung und gilt seit jeher als lebendiger Antrieb des Universums. Vielleicht wurde die wichtigste zeitgenössische Darstellung dieser Vorstellung durch Albert Einstein formuliert, als er die Beziehung zwischen Energie und Materie in seiner berühmten Gleichung $E = mc^2$ darstellte. Im Westen identifizieren wir uns mit der von Natur aus begrenzten und endlichen Seite der Materie, während sich der Schamane mit der Seite der Energie identifiziert, die von Natur aus unbegrenzt und endlos ist.

Es gibt einen weiteren fundamentalen Unterschied zwischen den überlieferten und den modernen Anschauungen. Wir sind es heute gewohnt, uns an bestimmte Regeln zu halten. Unsere Gesellschaft ist durch Vorschriften geprägt, die auf niedergeschriebenen Dokumenten beruhen, wie der Verfassung, den zehn Geboten oder all den Gesetzen, die von gewählten Regierungsvertretern erlassen werden, um Ordnung in unser Leben zu bringen. Wenn wir die Welt verändern wollen, verändern wir die Regeln (Vorschriften oder Gesetze). Im Gegensatz dazu orientierten sich zum Beispiel die alten Griechen an logischen Allgemeinbegriffen, denn sie waren mehr an Ideen als an Vorschriften interessiert. Sie glaubten, dass eine einzige Idee die Welt verändern könne und dass es nichts Kraftvolleres gäbe als eine Idee, deren Zeit gekommen ist. Wenn die Schamanen etwas verändern wollen, ändern sie ihre Sichtweise und bringen

sich so in eine neue Beziehung zum Leben. Sie stellen sich das Mögliche vor, das sich dann in der äußeren Welt manifestiert. Aus diesem Grund sitzen die Stammesältesten der Inka in Meditation, um sich die Welt vorzustellen, die sie ihren Enkeln hinterlassen wollen.

Die Praktiken der Energieheilung wurden deshalb so sehr behütet, weil sie fälschlicherweise oft für eine Ansammlung von Techniken gehalten wurden, genauso wie die westliche Medizin manchmal als ein System bestimmter Verfahren betrachtet wird. Wir machen den Fehler zu glauben, dass wir die Energieheilung beherrschen könnten, indem wir die Regeln auswendig lernen. Für den Schamanen geht es jedoch nicht um Regeln oder Ideen. Das Entscheidende sind für ihn die Vision und der Spirit. Während sich die Heilmethoden oft von Dorf zu Dorf unterscheiden, bleibt der Spirit immer das, was er ist. Wahre Heilung ist ein Erwachen zu der Vision von unserem gesunden Zustand und die Erfahrung der Unendlichkeit.

Heilung und Unendlichkeit

Wir waren schon tagelang unterwegs. Ich sagte zu Antonio, dass ich genug Geld hätte, um einen Bus oder sogar ein Taxi zu bezahlen. Aber er wollte mit all dem nichts zu tun haben. Er erlaubte mir noch nicht einmal, Pferde auszuleihen. »Meine Leute sind immer nur zu Fuß gegangen«, sagte er. Es machte ihm sichtlich Spaß, mir zu zeigen, dass er mit seinen fast 70 Jahren immer noch schneller und ausdauernder war als ich.

Habe meine Schuhe ausgezogen, sobald wir in Sillustani waren, und meine Füße im eiskalten Wasser des Titicacasees gebadet. Es ist ein unheimlicher Ort, ein Friedhof erstreckt sich über Dutzende von Meilen, wie das Tal der Könige in Ägypten. Ausschließlich Schamanen, Könige und Königinnen liegen hier am Ufer unter gigantischen Türmen begraben. Die besten Steinmetze stammten aus dieser Gegend. Warum entwickelte sich diese Technik ausgerechnet hier an einem See auf dem Dach der Welt?

Antonio erklärte mir, dass die Grabtürme oder *chulpas* nicht nur an die toten Schamanen erinnern sollen, sondern vorübergehend auch als ihre Heimstatt dienen, wenn sie zurückkehren und unsere Welt besuchen. Es handelt sich dabei um völlig freie, machtvolle Spirits, die sich überall und zu jeder Zeit materialisieren können. Die Vorstellung daran ließ mich erschauern. Wir waren gekommen, um hier die Nacht mit einer Zeremonie zu Ehren dieser uralten Schamanen zu verbringen.

»Sie sind aus der Zeit herausgetreten«, sagte Antonio. Er meinte, ein Blick in die Zukunft würde mich erschüttern, wenn ich annahm, dass die Zeit nur in eine Richtung lief. »Es bedarf großer Fähigkeit und Disziplin, in die Zukunft zu schauen, ohne dass dein Wissen ein Handeln in der Gegenwart unmöglich macht.«

Tagebucheintrag

Ich studierte Psychologie und später medizinische Anthropologie, weil ich vom menschlichen Geist fasziniert war. In den 1980er Jahren verbrachte ich Hunderte von Stunden in der Anatomie. Ich wollte wissen, wie der Geist den Körper beeinflusst, wie Gesundheit oder Krankheit zu Stande kommen. Damals hatte ich wenig Interesse an Spiritualität, weder in ihrer traditionellen Ausformung noch in der New-Age-Variante. Ich war überzeugt, dass die Wissenschaft die einzige verlässliche Methode sei, um Wissen zu erlangen. Eines Tages schnitt ich an der University of California Gehirngewebe in dünne Scheiben für die Untersuchung unter dem Mikroskop. Das Gehirn war für mich das geheimnisvollste Organ des Körpers, und seine Wölbungen erinnerten mich an eine überdimensionale Walnuss. Die tiefen Gehirnwindungen waren die einzige Möglichkeit für die Natur, die dünne Schicht des Neocortex (das Wort bedeutet »neues Gehirn«) in unseren Köpfen hervorzu bringen, ohne den Umfang unseres Schädels vergrößern zu müssen. Die menschliche Evolution war bereits an ein anatomisch unüberwindbares Hindernis in der Entwicklung eines intelligenteren Gehirns gestoßen, weil ein größerer Kopf nicht mehr durch den weiblichen Geburtskanal passte.

Unter dem Mikroskop kann man gut sehen, wie jede einzelne Gehirnzelle mit ihrer Nachbarzelle durch Millionen von Synapsen zu einem gigantischen Netzwerk lebender Fasern verbunden ist. Dieses neurale Netzwerk überträgt riesige Datenmengen, die für Bewegung und Wahrnehmung nötig sind.

Die Faszination des Gehirns ist jedoch eine Besonderheit der westlichen Kultur. Die Ägypter wussten nicht viel mit dem Gehirn anzufangen, sie verflüssigten es nach dem Tode und saugten es ab, obwohl sie sonst alle Körperorgane mumifizierten. Wir diskutierten oft im Labor die Frage, ob der menschliche Geist auf das Gehirn oder den Körper als solchen beschränkt ist. Selbst wenn das Gehirn einfach genug wäre, um es zu verstehen, waren *wir* noch lange nicht in der Lage, es zu tun. Und wie penibel wir auch die einzelnen Gehirnschichten untersuchten, dem Geist kamen wir dadurch nicht auf die Schliche. Je mehr ich über das Gehirn lernte, desto weniger wusste ich über den Geist.

Ich war fest davon überzeugt, dass die menschliche Art die Millionen Jahre vor dem Auftreten der modernen Medizin nur überleben konnte, weil der Körper-Geist wusste, wie er sich gesund zu halten hatte. Wir überlebten Schnittwunden, die sich infizierten, und gebrochene Knochen, als wir auf dem Weg zum Wasserloch in Bergschluchten fielen. Noch vor 50 Jahren war es gefährlicher, einen Arzt aufzusuchen, als zu Hause zu bleiben und den Körper-Geist sich selbst heilen zu lassen. Bis zur ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts war die Medizin nur auf dem Gebiet der Diagnose erfolgreich. Sie besaß noch keine effektiven Heilmethoden, wirksamen Medikamente oder operativen Eingriffsmöglichkeiten. Dies alles wurde erst während der Zeit vor und nach dem Zweiten Weltkrieg entwickelt. Penicillin zum Beispiel, das erste anwendungsreife Antibiotikum, kam erst 1940 in Gebrauch. Wie haben es unsere Vorfahren bei dem traurigen Stand der Medizin bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts nur geschafft, Tausende von Jahren gesund zu bleiben? Wussten die Naturvölker etwas über Geist und Körper, das so weit zurücklag, dass wir es vergessen hatten und nun in den Forschungslabors wieder zu entdecken hofften?

Die Vorstellung der psychosomatischen Krankheit ist inzwi-

schen Allgemeingut, aber sie wurde ursprünglich mit Hypochondrie – »es geschieht alles in deinem Kopf« – in Verbindung gebracht. Die offensichtlichen Auswirkungen des Geistes auf den Körper wurden von der Forschung bestätigt. Als Kinder waren wir doch alle Experten für psychosomatische Krankheiten. Mit sechs Jahren konnte ich innerhalb von Minuten alle Symptome einer Erkältung hervorrufen, wenn ich nicht zur Schule gehen wollte. Die psychosomatische Krankheit widerspricht jedem Überlebensinstinkt, den eine Evolution von 300 Millionen Jahren in den Körper programmiert hat. Wie mächtig der Geist doch sein musste, wenn er in der Lage war, all die Mechanismen des Überlebens und Selbstschutzes außer Kraft zu setzen. Kaum auszudenken, wir könnten diese Fähigkeit nutzen, um psychosomatische Gesundheit zu erlangen.

In den letzten Jahrzehnten ist der Bereich der Psychoneuroimmunologie, die den Einfluss von Stimmungen, Gedanken und Gefühlen auf unsere Gesundheit untersucht, immer größer geworden. Forscher entdeckten, dass sich der Geist im gesamten Körper befindet und nicht auf das Gehirn beschränkt. Dr. Candace Pert fand heraus, dass Neuropeptide – also Moleküle, die sich ständig in unserem Blutkreislauf befinden und im Raum zwischen den Zellen umherschwimmen – fast augenblicklich auf jede Stimmung und jedes Gefühl reagieren und so den ganzen Körper in einen vibrierenden und pulsierenden »Geist« verwandeln. Die Trennung zwischen Geist und Körper wurde durch die Entdeckung eines einzigen Moleküls aufgehoben. Unser Körper fühlt als Ganzes jede Emotion, die wir haben. Jede Zelle unseres Körpers spürt, wenn wir depressiv sind, denn unsere Immunabwehr wird dadurch geschwächt, und die Wahrscheinlichkeit, krank zu werden, steigt. Nicht umsonst sagt der Volksmund, dass Lachen die beste Medizin ist. Jahre nachdem ich den Forschungslabors den Rücken gekehrt hatte, entdeckten die Forscher, was die Schamanen schon immer wuss-

ten: Geist und Körper sind eins. Aber die Forscher ließen außer Acht, was das schamanistische Heilen erst möglich macht: den Spirit.

Die Suche nach dem Spirit

Als ich Mitte 20 war, war ich der jüngste Professor am Klinikum der San Francisco State University. Ich hatte mein eigenes Labor zur Erforschung der biologischen Selbstregulation und untersuchte die Auswirkungen von Energieheilung und Visualisierung auf die chemische Zusammensetzung des Gehirns. Es gelang uns, die Produktion von Endorphinen um fast 50 Prozent zu steigern, indem wir die Techniken der Energieheilung anwendeten. Endorphine sind chemische Stoffe im Gehirn, die auf natürliche Weise Schmerz reduzieren und ekstatische Zustände erzeugen. Obwohl ich mit meinen Studenten faszinierende Entdeckungen machte, wurde ich zunehmend unzufriedener. Wir waren zwar in der Lage, die Chemie des Gehirns zu beeinflussen, aber wir wussten nicht, wie wir jemandem helfen konnten, eine lebensbedrohende Krankheit zu überwinden. Wir waren wie Kinder, die entdeckt hatten, dass sie Wasser und Schlamm zu Lehm und Ton vermischen konnten. Ich wollte mehr als das. Ich wollte herausfinden, wie man daraus Häuser bauen oder zumindest Geschirr herstellen konnte.

Eines Tages wurde mir im Biologielabor klar, dass meine Untersuchungen einen größeren Bezugsrahmen brauchten, anstatt immer nur detaillierter zu werden. Das Mikroskop allein konnte mir nicht länger meine Fragen beantworten. Ich musste ein System finden, das größer war als das neurale Netzwerk des Gehirns. Während viele meiner Kollegen die Hardware untersuchten, wollte ich lernen, die Software zu programmieren. Wenn es irgendwo Experten gab, die wussten, wie man die