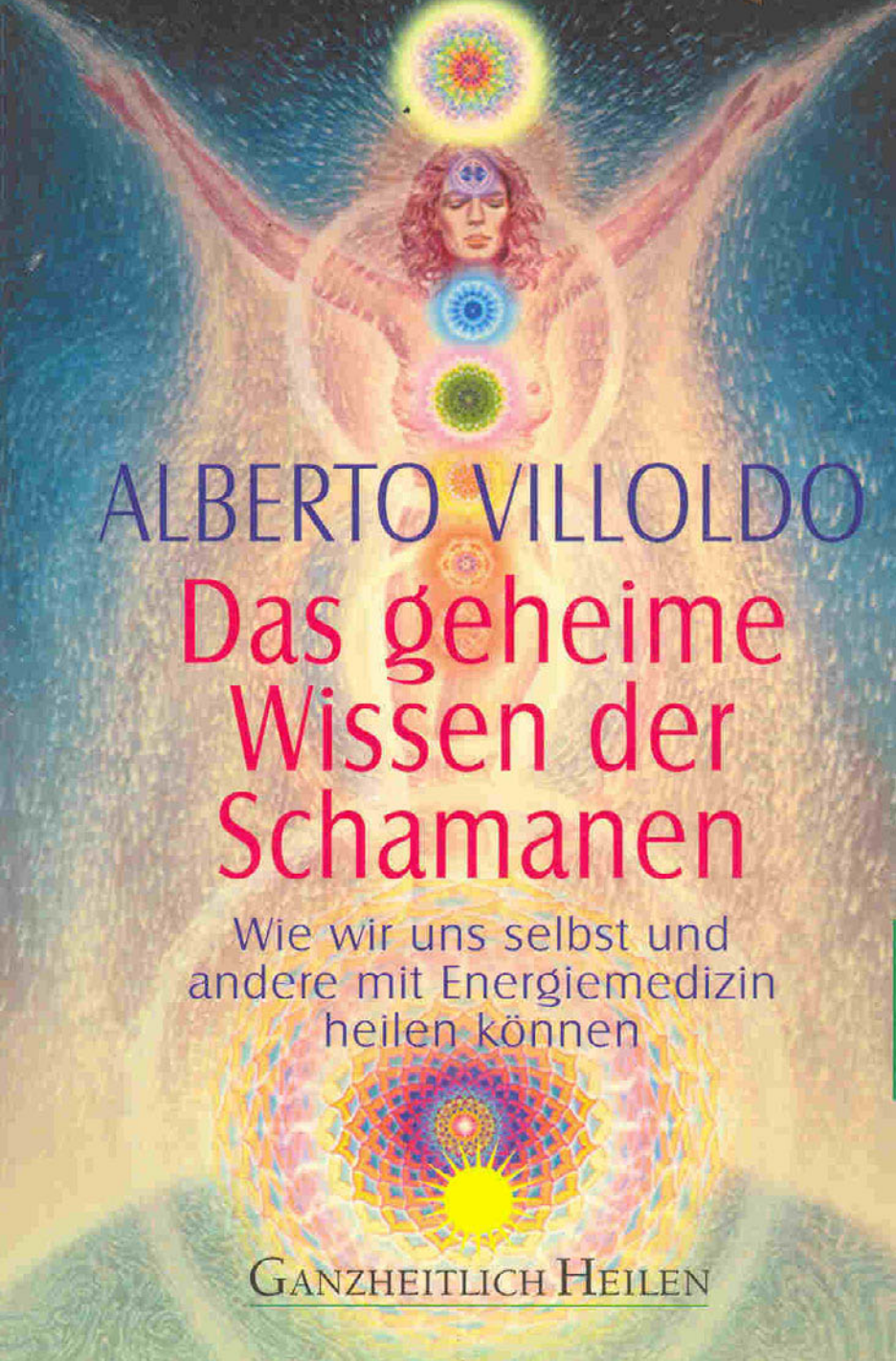


ALBERTO VILLOLDO

Das geheime Wissen der Schamanen

Wie wir uns selbst und andere mit Energiemedizin heilen können

GANZHEITLICH HEILEN

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 Medizinern und Laien in die energiemedizinischen Techniken ein. Er ist Autor zahlreicher Bücher, darunter »Tanz der vier Winde« und »Insel der Sonne«.

ALBERTO VILLOLDO

DAS GEHEIME WISSEN DER SCHAMANEN

Wie wir uns selbst
und andere mit Energiemedizin
heilen können

Aus dem Amerikanischen
von Burkhard Hickisch

GANZHEITLICH HEILEN

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

Umwelthinweis:
Alle bedruckten Materialien dieses Taschenbuches
sind chlorfrei und umweltschonend.

Deutsche Erstausgabe Dezember 2001
© 2001 der deutschsprachigen Ausgabe
Wilhelm Goldmann Verlag, München
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
© 2000 Alberto Villoldo
This translation published
by arrangement with Harmony Books,
a division of Random House, Inc.
Umschlaggestaltung: Design Team, München
Umschlagfoto: Agentur Holl/Klaus Holitzka
Illustrationen: Nicole Kaufman
Satz/DTP: Martin Strohkendl, München
Druck: GGP Media GmbH, Pößneck
Verlagsnummer: 14216
Redaktion: Daniela Weise
WL • Herstellung: WM
Made in Germany
ISBN 3-442-14216-4
www.goldmann-verlag.de

3. Auflage

Inhalt

Danksagung 9
Vorwort 11

Teil 1: Die Lehren der Schamanen 19

1. Heilung und Unendlichkeit 25
2. Die leuchtenden Heiler 43
3. Das Leuchtende Energiefeld 63

Teil 2: Die leuchtende Welt 95

4. Die Chakras 99
5. Die schamanistische Art des Sehens 149
6. Heiliger Raum 185

Teil 3: Die Arbeit des Schamanen 205

7. Der Illuminationsprozess 209
8. Der Extraktionsprozess 235
9. Tod, Sterben und darüber hinaus 275

Epilog 307

Scanned by KT2323
K-Leser: bw

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 Illuminations-

prozess 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 Energieformen begünstigt wird. Ich kannte auch Menschen, die unter ernsthaften psychischen Problemen litten und von unqualifizierten Hei-

lern 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 Geistwesen und gestörten Energien. In den nächsten Sitzungen beschäftigten wir uns mit ihrer Trauer. Ich ermutigte sie, eine Psychotherapeutin aufzusuchen, die darauf spezialisiert war, Menschen 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 Sklavenausbeuter 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 iden-

tisch, erklärte 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 einließe, konnte sie einem nichts anhaben. Ich erinnere mich, wie ich dem leitenden Anthropologen diese Tatsachen entgegenstellte, während wir in einem kleinen Cafe 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 zu-

sammen 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 da-

mals viel Geld für einen Studenten war, und die schlimmste Nacht meines Lebens. Ich musste erfahren, dass man Menschen mit energetischer 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, welch 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 des 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 astronomischen 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 befassen 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 sei-

ner 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 matriarchale 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 männliche göttliche Prinzip – den Phallus oder den Baum des Lebens. Kirchtürme begannen in den Himmel zu ragen, und die weibli-

che 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.

1

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 erschaudern. 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 hervorzubringen, 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 be-

schränkt 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 inzwischen 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 Krank-

heiten. 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 Psychoneuro-Immunologie, 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 wussten: 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 außergewöhnlichen Fähigkeiten des menschlichen Geistes nutzen konnte, um den Körper zu heilen, so musste ich sie finden. Ich war entschlossen, von ihrem Wissen zu lernen. Anthropologische Untersuchungen ließen den Schluss zu, dass es tat-

sächlich solche Menschen gab, die den Zusammenhang zwischen Geist und Körper kannten, zum Beispiel die Aborigines in Australien und die Inka in Peru.

Ein paar Wochen später räumte ich in der Universität meinen Schreibtisch. Meine Kollegen dachten, ich sei verrückt geworden, und waren der Ansicht, dass ich eine Erfolg versprechende akademische Karriere einfach wegwerfen würde. Ich tauschte mein Labor gegen ein paar Wanderstiefel und ein Flugticket zum Amazonas. Ich wollte von Forschern lernen, deren Blickwinkel nicht durch den Linsenrand eines Mikroskops begrenzt war und deren direkte Erfahrung über die messbare materielle Welt hinausging, die ich gelernt hatte als die einzige Realität zu betrachten. Ich wollte die Menschen treffen, die den Raum zwischen den Dingen spüren und die leuchtenden Fäden, die alles mit Leben erfüllen, wahrnehmen können. Nichts konnte mich mehr daran hindern, bei Forschern in die Lehre zu gehen, die die Energie-Seite von Einsteins Gleichung $E = mc^2$ kannten.

Meine Forschungen führten mich schließlich vom Regenwald des Amazonas zu den Anden in Peru, wo ich Don Antonio traf, der damals Ende 60 war. Sein Lebensumstand war fast gänzlich frei von westlichen Einflüssen. Er besaß keinen Fernseher, noch nicht einmal Strom. Aber er behauptete von sich, die Unendlichkeit gekostet zu haben. »Wir sind leuchtende Wesen auf der Reise zu den Sternen«, sagte Don Antonio bei einer Gelegenheit zu mir. »Aber du musst die Unendlichkeit selbst erfahren, um das zu verstehen.« Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich wohlwollend schmunzelte, als mir der Heiler das erste Mal erzählte, dass wir Sternenreisende seien, die schon seit Anbeginn der Zeit existierten. Verschrobene einheimische Folklore, dachte ich, die Grübeleien eines alten Mannes, der die Gewissheit des Todes nicht wahrhaben wollte. Ich

glaubte, dass Don Antonios Träumereien aus den archetypischen Strukturen der Psyche stammten, wie sie Carl Gustav Jung beschrieben hatte. Antonio nahm die archetypischen Mythen wortwörtlich und interpretierte sie nicht symbolisch, wie ich es tat. Aber damals widersprach ich ihm nicht. Ich dachte daran, wie ich meiner streng katholischen Großmutter erklärt hatte, dass die Jungfrau Maria keine jungfräuliche Geburt hatte, sondern dieses Bild nur als Metapher dafür stand, dass Jesus Christus im erleuchteten Zustand geboren worden war, als Sohn Gottes im vollsten Sinne des Wortes. Sie hat meine Erklärung niemals akzeptiert. Für sie war die jungfräuliche Geburt ein historischer Fakt. Ich empfand Don Antonios Träumereien über die Unendlichkeit ähnlich. Für beide war eine schöne Metapher zu einem Dogma geworden. Der Mythologe Joseph Campbell hat immer betont, dass die Realität aus Mythen besteht, die wir nicht durchschauen können. Daher ist es so leicht, in einer anderen Kultur Anthropologe zu sein. Für den Außenstehenden ist alles durchsichtig, wie des Kaisers neue Kleider.

Manchmal versuchte ich Don Antonio darauf hinzuweisen, dass der Kaiser »nackt« war und er Mythologie mit Tatsachen verwechselte. Als ich beobachtete, wie er eine Missionarin im Sterbeprozess begleitete, änderte sich jedoch meine Einstellung.

Das Dorf lag etwa eine Meile entfernt an einen Hang geschmiegt. Es war um eine gut erhaltene Inka-Ruine herumgebaut, die einen Teil des Dorfes bildete. Manche Mauerabschnitte bestanden aus Granitblöcken, die so meisterhaft behauen und zusammengefügt waren, dass die Reibung allein genügt hatte, um sie jahrhundertelang unverrückt am Platz zu halten.

Die Inka hatten hier, am Rande des *altiplano,* ein Dorf errichtet, einen Vorposten ihrer Zivilisation. Jetzt, ein Jahrtausend später, lebten

ihre Nachkommen in den Ruinen, bestellten die Terrassen, die sich den Berghang unterhalb des Dorfes hinabzogen, und besserten das Mauerwerk mit Lehm und Stein aus, weil die alte Kunst des Mauerns längst vergessen war. Diese große Tradition lag ebenso wie das ursprüngliche Dorf in Trümmern.

Im Innenhof liefen Hühner, Schweine und ein Lama herum. Eine Indiofrau zerrieb Mais in einem der Mörser. Sie hielt inne, als wir hereinkamen, nickte mit dem Kopf und verschwand.

Der alte Mann führte uns zu einer der Hütten. Im Hof wurden die Schatten länger, und es dauerte eine Weile, bis sich meine Augen an die Dunkelheit des Zimmers gewöhnt hatten. Eine Frau, deren Kopf von einem schwarzen Schal bedeckt war, stand mit einer Kerze murmelnd am Kopfende eines Bettes, einer Pritsche mitten im Zimmer, die auf zwei Holzkästen ruhte.

Eine Frau lag ausgestreckt auf der Pritsche, eine Indiodecke bis zum Kinn hochgezogen, die Arme frei zu beiden Seiten ruhend. Es war unmöglich, ihr Alter zu schätzen, so ausgezehrt war sie. Ihre Haut war gelb vor Gelbsucht und spannte sich über ihren Gesichtsknochen; die Sehnen an ihrem Hals traten wie Stränge hervor. Ihr Haar war kurz und grau; ihre Augen starrten leer aus eingesunkenen Höhlen zur Decke empor.

Sie rührte sich nicht, gab kein Zeichen von Bewusstsein von sich, nichts, um zu zeigen, dass sie unsere Anwesenheit zur Kenntnis genommen hatte.

Don Antonio wandte sich zu mir um und hob die Kerze, und ich trat vor und nahm sie. Er strich der Frau mit der Hand übers Gesicht, doch ihre Augen blieben auf die Decke fixiert. Ein silbernes Kruzifix an einem Rosenkranz lag auf ihrer Brust und um ihren Hals.

»Eine Missionarin«, flüsterte er. »Sie ist vor zwei Tagen von Indianern hierher gebracht worden.« Er deutete auf die Berge und den Urwald.

»Leberversagen«, sagte ich. »Ich glaube, sie liegt im Koma.«

»Ja.«

»Aber was können wir noch tun?«

»Nichts. Sie wird heute Nacht sterben. Wir können nur ihrem Spirit helfen, frei zu werden.«

Zwanzig oder dreißig Kerzen hatten die Lehm-und-Stroh-Hütte in

eine Art Kapelle verwandelt. Ich saß auf einem Sack Maisblätter neben der Tür und beobachtete meinen Gefährten, der auf der anderen Seite des Zimmers mir gegenüber saß. Der Raum war warm von den vielen Kerzen, vor der Kühle der Nacht durch die dicken Lehmwände geschützt.

Antonio ging zur Kopfseite des Bettes, hob ganz sachte ihren Kopf und nahm ihr den Rosenkranz vom Hals. Jetzt legte er ihr die Perlen auf die linke Hand und schloss ihre Finger darum. Er sagte: »Blas die Kerzen aus. Eine nach der anderen.«

Ich ging zu dem schmalen Vorsprung, der wie ein Sims rings an den Zimmerwänden entlangging, und blickte über meine Schulter hinüber; seine Augen waren geschlossen, seine Hand lag auf ihrer Stirn, und seine Lippen bewegten sich kaum wahrnehmbar.

Drei Kerzen waren noch übrig, und der Rauch der verloschenen hing in der Luft.

Don Antonio hielt seine Hände über ihr Herz, in einem Abstand von ungefähr drei Zentimetern zum Körper. Jetzt beschrieb er mit der Hand, deren Mittel- und Zeigefinger ausgestreckt waren, eine Kreisbewegung entgegen dem Uhrzeigersinn und bewegte die Hand in Spiralen aufwärts, hoch in die verräucherte Luft. Dreimal machte er das, dann ging er über zum dritten Chakra über dem Solarplexus. Er zog perfekte Kreise von fast einem Meter Durchmesser, erst langsam, dann schneller, wie eine Spirale nach oben. Danach wechselte er zur tiefen Mulde am unteren Ende ihrer Kehle, dann zu ihrem Bauch, zu ihrer Stirn und zum Schluss zum Scheitelpunkt ihres Kopfes.

»Sieh.«

Ich wandte die Augen von seinem Gesicht und schaute auf ihren Körper hinab, das leichte Steigen und Fallen ihrer Brust.

Da schlug Antonio zu.

Blitzschnell. Sein Ellenbogen fuhr hoch und versetzte mir einen harten, heftigen Schlag auf die Stirn. Mein Kopf wurde einen Augenblick von Schwindel erfasst. Ich fasste automatisch sofort an die Stelle

»Was zum Teufel...«

»Sieh!«

Es dauerte eine Sekunde lang, mehr nicht. Etwas war um ihren Körper herum. Etwas Milchiges, Leuchtendes umgab etwa einen Zoll breit die Umrisse ihres Körpers. Dann war es weg.

»Stell dich hierhin.«

Er packte mich mit festem Griff am Arm und dirigierte mich um das Bett herum zum Kopfende.

»Schau jetzt. Mit unscharfem Blick.«

Und da war es. Unscharf, aber eindeutig da, ein ganz schwaches Leuchten, das jetzt ungefähr zehn Zentimeter weit von ihrer Haut abstrahlte, als käme eine leuchtende Körperform aus ihrem Fleisch. Ich musste mich anstrengen, nicht scharf hinzuschauen. Ich spürte, wie mir ohne mein Zutun ein Schauer über den Rücken lief.

»Sehe ich das wirklich?«, flüsterte ich.

»O ja, du siehst es, mein Freund. Ein Anblick, den wir vergessen haben, den Zeit und Vernunft verdunkelt haben.«

»Was ist das?«

»Das ist sie«, sagte er. »Ihre Essenz, ihr Lichtkörper. Sie hätte es Seele genannt. Sie will loslassen. Jetzt bald. Wir werden ihr helfen.«

Antonio war noch eine volle Stunde mit ihr beschäftigt. Er wiederholte den Vorgang, den ich zuvor miterlebt hatte, wiederholte ihn mit der gleichen geduldigen Intensität, ohne zu zögern, vollkommen hingegeben an die vor ihm liegende Arbeit. Dann beugte er sich über ihren Kopf, die Lippen kaum einen Zoll von ihrem Ohr entfernt, und flüsterte. Plötzlich hob sich ihre Brust, und sie keuchte – als die Luft durch ihren Mund in ihre Lungen strömte. Sie blieb darin.

»Ausatmen!«

Und da war ein langes Pfeifen wie ein schwerer Seufzer, als ihr letzter Atemzug aus ihrer Brust wich und aus ihrem offenen Mund heraus. Und dann sah ich auf einmal wie aus dem Augenwinkel, dass sich das milchige Leuchten von ihr löste und zu etwas Amorphem ohne bestimmte Form zusammenschmolz; etwas, das durchscheinend und milchig war wie ein Opal, schwebte dort über ihrer Brust. Ich sah, wie die gestaltlose Form über ihre Kehle und ihren Kopf glitt und dann verschwand. Ein großer Friede erfüllte die Hütte.

»Was war das?« Meine Stimme war nur ein Flüstern.

»Was die Inka *wiracocha* nennen.« Er drückte ihr mit den Fingerspitzen die Augen zu. »Ich bin froh, dass du es gesehen hast.«

Aus: Villoldo und Jendresen, Die Macht der vier Winde[*]

[*] Das beschriebene Ereignis wurde von Villoldo neu überarbeitet und stark gekürzt.

Heute, mehr als 20 Jahre danach, verstehe ich den alten Indio und seine Behauptung, man könne die Unendlichkeit kosten. Ich habe gelernt, dass uns die Erfahrung der Unendlichkeit heilen und transformieren kann und dass sie uns aus den Zwängen der Zeit befreit, die uns an Krankheit, Alter und Gebrechlichkeit ketten. Im Laufe von zwei Jahrzehnten, die ich bei den Schamanen im Urwald und in den Anden verbrachte, habe ich entdeckt, dass ich nicht nur aus Fleisch und Blut bestehe, sondern aus Spirit und Licht gemacht bin. Dieses Verstehen durchströmt jede Zelle meines Körpers. Ich bin davon überzeugt, dass es meine Art zu heilen verändert hat, genauso wie meine Art, alt zu werden und zu sterben. Die Erfahrung der Unendlichkeit ist der Kern des Illuminationsprozesses, der wichtigsten Heilmethode in diesem Buch.

Heilen oder Behandeln

Meine Forschungsarbeit bei den Schamanen machte mir deutlich, dass es einen Unterschied zwischen »Behandeln« und »Heilen« gibt. Das Behandeln löst Probleme, die von außen kommen, zum Beispiel einen platten Reifen flicken, sich um einen Schlagenbiss kümmern oder Chemotherapie zur Kontrolle eines Tumors einsetzen. Eine solche Behandlung hilft nicht, den Nägeln auf der Straße oder den Schlangen im Wald auszuweichen oder die Krankheit, die den Tumor verursacht hat, zu vermeiden. Im Gegensatz dazu umfasst das Heilen wesentlich mehr. Es transformiert das eigene Leben und erzeugt – wenn auch nicht immer, so doch oft – eine körperliche Genesung. Ich habe viele medizinische Behandlungen miterlebt, in deren Verlauf keine Heilung eintrat. Ich kenne auch Beispiele, wo große Heilung stattgefunden hat, aber der Patient gestorben ist. Heilung ergibt sich aus der Erfahrung der Unendlichkeit.

Beim Heilen messen wir den Erfolg an einem gesteigerten Wohlbefinden, einem neu gewonnenen inneren Frieden, einer Stärkung der persönlichen Kraft und einem Gefühl der Verbundenheit mit allem Leben.

Ein paar Wochen nach dem Erlebnis mit der Missionarin fing ich mir in den Bergen unweit von Machu Picchu eine Lungenentzündung ein. Eine ganze Packung Antibiotika reichte nicht aus, um die Infektion zu stoppen, und die Hustenanfälle hörten nicht mehr auf. Jedes Mal, wenn ich hustete, verkrampften sich meine Bauchmuskeln. Ich kam zu Don Antonio mit akuten Schmerzen. Der alte Indio sagte, ich solle mich auf die Felldecke legen, die am Fuße seines Bettes lag. Er selbst setzte sich an meinem Kopf auf ein Kissen und begann mit mir eine Heilungszeremonie. Zuerst rief er die vier Himmelsrichtungen an, danach Himmel und Erde. Als Nächstes streckte er seine Arme hoch, so als ob er die Luft über seinem Kopf teilen wollte und nahm sie langsam wieder seitwärts herunter. Es schien als dehnte er die Haut einer unsichtbaren Blase. Er wiederholte die Bewegung, aber dieses Mal dehnte er die Haut der unsichtbaren Blase nach vorn, damit sie mich umhüllte. Ich fühlte mich sofort sicher und behaglich. Meine Gedanken wurden ruhig, und ich fiel in einen Zustand der Bewegungslosigkeit und Stille, den ich bislang nur aus der Meditation kannte. Von weit weg konnte ich Antonios Stimme hören, die mich anwies, mit ihm im gleichen Rhythmus zu atmen. Ich fühlte, wie mein Atem sich beschleunigte, um mit seinem Schritt zu halten. Ich konnte spüren, wie seine Finger sich entgegen dem Uhrzeigersinn über der Mulde am unteren Ende meiner Kehle bewegten und dabei eine klebrige Substanz herauszogen, die sich wie Zuckerwatte anfühlte. Ich bemerkte all das eher beiläufig, so als ob es jemand anderem geschähe oder ich es in einem Traum sehen würde. Nichts von alledem störte meine

innere Ruhe. Und dann begann mein Arm unkontrollierbar zu zucken. »Das ist die schädliche Energie, die aus deinem System entweicht«, sagte Don Antonio. »Hab keine Angst, lass einfach allem seinen natürlichen Lauf.« Das Zucken breitete sich schließlich auf meine linke Schulter aus und ging bis hinunter in mein rechtes Bein. All das geschah, ohne dass ich es hätte beeinflussen können, so wie Zuckungen, die man manchmal vor dem Einschlafen hat, nur mit dem Unterschied, dass dieses Zucken nicht nachließ, sondern an Intensität zunahm. Irgendwann hörte es dann jedoch genauso unvermittelt auf, wie es begonnen hatte, und ich schlief ein.

Als ich wieder aufwachte und auf meine Uhr schaute, war fast eine Stunde vergangen. Antonio saß immer noch neben mir, seine Hände hielten meinen Kopf. Er fragte mich, wie ich mich fühle. Ich spürte in meinen Körper hinein und bemerkte, dass ich ihn nicht bewegen konnte. Sonderbarerweise beunruhigte mich diese Beobachtung nicht im Geringsten. Ich fühlte mich, als ob ich in einem warmen, ruhigen See umhertrieb. Antonio begann meine Schädeldecke zu massieren, und nach wenigen Augenblicken schon konnte ich meine Hände und Füße ausstrecken und mich aufsetzen. Ich hatte ein Gefühl, als ob ich eine ganze Nacht lang geschlafen hatte, und die Schmerzen in meiner Brust waren verschwunden. Ich fragte Antonio, was er getan hatte. »Was ich gemacht habe, nennt sich *hantpe* oder Energieheilung«, erklärte er. »Du hast fast die ganze letzte Stunde in der Unendlichkeit verbracht«, fügte er lächelnd hinzu, »aber das ist nur ein Versuch, es mit Worten zu beschreiben, denn niemand kann sich für einen festgelegten Zeitraum in der Zeitlosigkeit aufhalten.«

Er behandelte mich nur ein einziges Mal, aber dennoch hörte mein Husten fast schlagartig auf. Mein Immunsystem war wieder voll in Gang gesetzt worden, und ich fühlte mich auf dem

Weg der Genesung. Viel wichtiger war jedoch die tiefere Heilung, die weit über die erfolgreiche Behandlung hinausging. Nach der Heilungszeremonie fühlte ich eine größere Gelassenheit und Klarheit, die ich nur beschreiben kann als einen Zustand von Gnade, Vergebung und Segen, der mich noch jahrelang begleitete. Ich hatte gefühlt, wie es ist, wenn ich frei bin von den Ketten, die mich an die Vergangenheit fesseln, an meine schmerzhafte Geschichte, meine Schuld und mein Bedauern, aber auch an die Zukunft mit all meinen Hoffnungen und Ängsten. Ich hatte das Gefühl des Friedens gekostet. Ich bin erzogen worden zu glauben, dass solche Gnade nur durch Gebet und Gottes großzügige Liebe empfangen werden kann.

»Ich schenke niemandem Gnade oder so etwas Ähnliches«, erklärte Don Antonio schnell. »Ich öffne nur einen heiligen Raum, in dem du Unendlichkeit erfahren kannst. Die eigentliche Arbeit hast du selbst getan.« Er verdeutlichte mir, dass er einen heiligen Raum geschaffen hatte, in dem Heilung geschieht. Die Energie in diesem Raum und die Hilfe leuchtender Wesen aus der Spirit-Welt hatten es mir ermöglicht, mich selbst zu heilen.

Ich begriff, dass der Weg des Schamanen ein Pfad der Kraft ist, auf dem man unmittelbar mit den Kräften des Spirits zu tun hat. Bis dahin hatte ich noch nie etwas vom Pfad der Kraft gehört. In meiner christlichen Erziehung hatte ich beten gelernt und konnte meine Abendgebete fehlerfrei aufsagen. Später befasste ich mich intensiv mit Meditation. Beten und Meditation sind auch heute noch wichtige Praktiken in meinem Leben. Aber der Pfad der Kraft ist anders. Er erfordert die direkte Erfahrung des Spirits in dessen eigenem Bereich, der Unendlichkeit. Außerordentliche Heilungen treten auf, wenn wir uns mit den kraftvollen Energien der leuchtenden Welt verbinden. In diesem Prozess streifst du die Identität mit dem getrennten

Selbst ab und erfährst das grenzenlose Einssein mit dem Schöpfer und der Schöpfung.

Die Heilmethoden, die ich von meinen indianischen Mentoren erlernte und zusammen mit ihnen verfeinerte, sind uralte Techniken zur Erzeugung von heiligen Räumen, in denen Wunder geschehen können. Sie ermöglichen dir, den Bereich der Unendlichkeit zu betreten und die Illumination im zeitlosen Moment zu erfahren. Wenn wir in den Bereich der Unendlichkeit eintreten, sind Vergangenheit und Zukunft verschwunden, und nur das Hier und Jetzt existiert. Wir sind nicht mehr an die schmerzhaften Ereignisse der Vergangenheit gebunden, und die Zukunft wird nicht länger von unserem bisherigen Werdegang bestimmt. Dabei wird die Vergangenheit nicht einfach magisch ausgelöscht. Der Verlust, der Schmerz und die Trauer, die wir durchlebt haben, sind jedoch bloß noch Erinnerung; sie definieren nicht länger, wer wir sind. Wir erkennen, dass wir nicht unsere Geschichte sind. Darüber hinaus zerschmettert die Unendlichkeit die Illusion der Krankheit, des Alters und des Todes. Es handelt sich dabei nicht nur um einen psychologischen oder spirituellen Prozess; jede Zelle in unserem Körper ist daran beteiligt und verändert sich. Unserem Immunsystem wird freier Lauf gelassen, und körperliche und emotionale Heilungen geschehen auf einer beschleunigten Stufe. Wunder werden alltäglich, und spontane Genesungen, jene mysteriösen und irritierenden Ereignisse, die die Schulmedizin immer wieder verwirren, sind nichts Besonderes mehr. Eine spirituelle Befreiung oder Illumination findet statt. In der Gegenwart der Unendlichkeit können wir erleben, was wir vor unserer Geburt waren und nach unserem Tod sein werden.

Der Schamane, von dem ich lernte, war überzeugt davon, dass er seine leuchtende Natur – was wir die Seele nennen – genauso gut durch die Zeit hindurch verfolgen konnte wie ei-

nen Hirsch im Wald. Er behauptete, er hätte die leuchtenden Fäden seines Wesens bis zum Urknall, dem Beginn der Zeit, zurückverfolgt. Und ebenso in die Zukunft, wo er einen Eindruck von dem bekommt, was aus ihm wird, und darüber hinaus bis ans Ende der Zeit, wenn das Universum wieder zu der Singularität wird, aus der es entstanden ist.

Wir dürfen jedoch die Unendlichkeit nicht mit der Ewigkeit verwechseln. Ewigkeit bedeutet eine endlose Anzahl von Tagen. Sie ist an den Ablauf von Zeit gebunden, an das Altwerden und Sterben. Die Unendlichkeit geht der Zeit als solcher voran und existiert, bevor die Zeit überhaupt entsteht. Und da Unendlichkeit niemals geboren wird, kann sie auch nicht sterben. Unser unendliches Selbst ist jenseits von Leben und Tod und betritt nie den Zeitstrom selbst. Es wurde nicht mit unserem Körper geboren und stirbt auch nicht mit ihm. In der Unendlichkeit verlässt du die lineare Zeit und betrittst das Heilige. Weil du dich nicht länger nur mit der Zeit identifizierst, und dadurch mit einer physischen Form, die alt wird und stirbt, verliert der Tod am Ende unserer Tage seinen Schrecken. Dieser Zustand der Befreiung ist der Kern von vielen mystischen Traditionen der Welt. Die Schamanen haben praktische Methoden entdeckt, um dieses Ziel zu erreichen. Mein Mentor wusste, dass seine leuchtende Natur niemals aufhörte. Wir alle würden gern glauben, dass dies wahr ist, aber nur sehr wenige von uns wissen es mit solch einer unerschütterlichen Gewissheit. Es reicht nicht, in einem Buch darüber zu lesen. Antonio erklärte mir einmal, dass es für den Schamanen einen Unterschied gibt zwischen Information und wirklichem Wissen. Wer Information besitzt, weiß zum Beispiel, dass Wasser aus zwei Wasserstoffatomen und einem Sauerstoffatom besteht. Wer aber wirkliches Wissen besitzt, kennt die Natur des Wassers so genau, dass er es regnen lassen kann.

Im Laufe der Jahre haben Don Antonio und ich den Illuminationsprozess entwickelt und immer mehr verfeinert, der auf einer Praxis des Heilens beruht, die von den Konquistadoren und der Kirche fast völlig zerstört worden war. Der Illuminationsprozess öffnet uns das Tor zur Unendlichkeit und erfrischt uns aus der Quelle, die alles Leben hervorbringt und aufrechterhält. Wenn du dir nur das Schienbein aufgeschlagen hast, brauchst du keine göttliche Offenbarung. Du säuberst einfach die Wunde und klebst ein Pflaster darüber. Aber wenn dein Immunsystem nicht mehr ausreichend funktioniert oder der Mensch, den du liebst, von einer tödlichen Krankheit bedroht ist oder du dieselben schmerzvollen Lebensmuster immer und immer wiederholst, dann ist es vielleicht an der Zeit, über das Konkrete und Begrenzte hinauszublicken und sich auf eine Heilmethode einzulassen, die auf der direkten Erfahrung der Unendlichkeit beruht.

2

Die leuchtenden Heiler

Während des Mittagessens erzählte uns Professor Lancho die Geschichte der gigantischen Zeichen in der Wüste. Als Chefarchäologe der Region Nazca ist er der mächtigste Mann weit und breit. Er genehmigt jede archäologische Grabung und befehligt eine Polizeieinheit, die die Ausgrabungsstätten vor Plünderern schützt. Ich kannte ihn schon seit Jahren. Wenn er Plünderer inhaftiert, konfisziert er ihre Beute und übergibt diese dem örtlichen Museum. Die Grabräuber wandern ins Gefängnis. Einige der Stücke, die sie ausgegraben haben, sind mehr als tausend Jahre alt. Wenn Professor Lancho auf einen Gegenstand stieß, von dem er annahm, er würde mir gefallen, legte er ihn für mich zurück. Das ist die Art und Weise, wie es in Lateinamerika läuft. Er repräsentierte nicht nur das Gesetz, er war das Gesetz. Und wir waren Freunde. Heute überreichte er mir ein Geschenk in einem Schuhkarton. »Noch nicht einmal die Museen haben so etwas«, meinte er. Als ich den Karton öffnete, fand ich den Unterarm einer Mumie. Das Handgelenk war mit den Zeichen einer hohen Schamanen-Priesterin tätowiert. In der Vergangenheit hatte mir Lancho schon oft interessante Sachen zukommen lassen, aber dieser Unterarm war das Seltsamste, was ich bislang von ihm erhalten hatte.

Antonio war nicht erfreut über die Entweihung eines Schamanengrabs. Heute Abend machen wir in der Wüste eine Zeremonie am Abbild eines riesigen Kolibris. Ich werde das Mumienstück mitbringen und begraben. Auf diese Weise kommt es wieder in die Erde, wo es hingehört.

Die Zeremonie dauerte bis Mitternacht. Wir waren zu den übergroßen Zeichen auf dem Wüstenboden gegangen, um dort die Energie des Kolibris zu empfangen, der die Eigenschaften verkörpert, die ein Schamane auf seiner heldenhaften Reise braucht. Ich legte den mumifizierten Unterarm auf den Altar, der einfach aus einem Stück handgewebten Stoffs bestand und auf dem Antonios Heilsteine lagen. Als

wir uns den Unterarm in der Dunkelheit ansahen, schienen sich seine Finger zu bewegen und uns zu rufen. Antonio schloss die Augen und begann, zu singen und seine Rassel zu schlagen. Dann wandte er sich mir zu. Seine freundlichen braunen Augen waren verklärt, und ich hatte das Gefühl, in die Augen eines Falken zu blicken. »Sie leidet«, sagte er mit resoluter Stimme. »Sie quält sich wegen ihrer Leute, die vor vielen Jahren an diesem Ort von den Spaniern massakriert wurden. Wir müssen ihr helfen.« Er wiederholte die Zeremonie und fing an zu pfeifen und zu singen, um die Spirits anzulocken.

Antonio traute seinen Augen kaum, als vor uns ein Wesen nach dem anderen erschien – Scharen von Spirits, die sich in der Wüste vor dem Altar aufreihten. Antonio sprach mit ihnen und erzählte jedem Einzelnen, dass es für ihn Zeit sei zu ruhen und in seine Heimat in der Spirit-Welt zurückzukehren. Er rief die Abstammungslinie der Medizinmänner und Medizinfrauen – alle leuchtende Spirits – an und bat sie, herbeizukommen und ihm zu helfen. Einer nach dem anderen wurde so von seiner Qual befreit. »Sie kann keinen Frieden finden, bis sie weiß, dass ihre Leute betrauert und geheilt sind«, meinte Antonio. Als die einzelnen Spirits näher gekommen waren, hatte ich das Gefühl, als könne ich ihren Schmerz spüren. Alle hatten etwas verloren: ein Kind seine Mutter und seinen Vater, eine junge Frau ihren Geliebten, ein Mann sein Zuhause.

So ging es die ganze Nacht. Bei Tagesanbruch, als der Letzte der Spirits geheilt war, wies Antonio mich an, den Unterarm zu begraben. »Nun kann sie ihren Frieden finden«, sagte er. »Deshalb wurde sie dir von dem Archäologen gegeben. Sie hat das alles von der anderen Seite aus arrangiert. Sie wusste, dass wir heute hier sein und helfen würden, ihre Leute zu heilen.«

Die Wege des Spirits sind ganz schön seltsam ...

Tagebucheintrag

Ich war der erste nordamerikanische Anthropologe, der intensiven Kontakt zum Volk der Qero hatte, den letzten überlebenden Inka, die in den Anden isoliert auf den Berggipfeln leben. Sie sprechen immer noch reines Qechua und hatten in den vergangenen 500 Jahren sehr wenig Kontakt zur Kirche

oder zum Staat. Ihre schamanistischen Praktiken sind seit der Zeit der Eroberung unverändert geblieben, sie vermischten sich nicht mit den Lehren der Missionare. Die Qero sind die legendären Hüter der Inka-Prophezeiungen. Ihre Heiler – einschließlich meines Mentors Don Antonio – glauben, dass ihre spirituelle Linie 100000 Jahre zurückreicht, und sie erinnern sich noch an Geschichten, die von der Großmutter an die Enkelin weitergegeben wurden und von der Zeit vor dem Erscheinen der Menschen erzählen. Die spirituelle Weisheit ihrer Vorfahren umfasste Lektionen über das Leben, die Reise über den Tod hinaus in die Unendlichkeit sowie Heilmethoden durch das Leuchtende Energiefeld.

Die grundlegende Zerstörung der indianischen Kultur durch die frühen Siedler löschte die spirituellen Traditionen der meisten Ureinwohner aus. Die Heilmethoden, die den Völkermord an den Indianern überlebt hatten, wurden sorgsam gehütet. Verständlicherweise zeigten die eingeborenen amerikanischen Schamanen kein Interesse, ihre Erbschaft mit den Weißen zu teilen. Die spanischen Konquistadoren und die sie begleitenden Missionare zerstörten die Heilschulen in Cuzco. Die Tempel wurden dem Erdboden gleichgemacht, und hinterher wurden die Kirchen an derselben Stelle mit denselben Steinen wieder aufgebaut. Die Heiltraditionen der Inka konnten nicht länger in einem organisierten Orden von Schamanen-Priestern bewahrt werden, da dieser rücksichtslos von der Inquisition verfolgt wurde. Die spirituellen Heilmethoden der Inka wurden mündlich weitergegeben. Als die katholische Kirche die Rituale und Zeremonien der Heiden verbot und ächtete, wurden die spirituellen Lehren zu Blättern im Wind der Zeit. Alles, was nach 500 Jahren übrig geblieben ist, sind Bruchstücke, die von den letzten Schamanen-Heilern sorgsam gehütet werden. Wir glauben immer, die Inquisition sei ein Ding der Vergangenheit, und

sind froh, dass diese brutale Organisation mit der Aufklärung ihr Ende gefunden hat, und das stimmt auch zum großen Teil. Die Inquisition hat ihre Tätigkeit schon vor vielen Jahren eingestellt, mit Ausnahme von einem Land: Peru – dem Land der Inka. Bis auf den heutigen Tag operiert ihr letzter Ableger unter der Führung der Dominikaner, jenem Orden, der die Jungfrau von Orleans in den Tod geschickt hat. Er ist bekannt unter dem Namen »Büro für die Ausrottung der Götzenanbetung« und konnte sich bis heute in den Anden halten, weil Peru das einzige Land in Nord- und Südamerika ist, in dem schamanistische Praktiken noch auf einer breiten Basis betrieben werden. Heutzutage ist Peru ein katholisches Land mit 24 Millionen Einwohnern. Mehr als 20 Millionen davon sind Indios, die zwar zum Katholizismus bekehrt worden sind, die aber immer noch zu den Schamanen gehen, um sich heilen zu lassen, und die immer noch zum Sonnengott Inti beten, fast genauso wie vor 500 Jahren.

Dass die Inquisition noch einen aktiven Arm in Peru hat, reichte aus, um meine Aufmerksamkeit auf die Nachfahren der Erbauer von Machu Picchu zu lenken. Die Vorstellung, dass ihre Heiler und Heilerinnen immer noch mit den Flüssen und den Bäumen und Gott redeten, machte sie noch interessanter.

Die Aussicht schließlich, dass Schamanen noch den Zugang zu uralten Praktiken der Heilung von Körper und Geist hatten, machte sie geradezu unwiderstehlich. So begann eine endlose Reise, die mich durch den unberührten Regenwald des Amazonas bis zu den höchsten Bergen der Anden führte. Dort stieß ich auf die uralte spirituelle Praxis, die besagt, dass jeder von uns fähig ist, Unendlichkeit zu erfahren, und dass diese Erfahrung uns ganz macht. Die Erde gehört nicht uns, sondern wir der Erde, und wir können immer noch mit Gott sprechen und Gottes Stimme in der gesamten Schöpfung hören.

Unter der Führung von Don Antonio ging ich zurück zu den Wurzeln der Inka-Zivilisation, um die Bruchstücke einer 5000 Jahre alten Energie-Medizin, die mit Spirit und Licht heilt, zu rekonstruieren. Verteilt in den Überbleibseln des einstigen Reiches, gab es ein paar weise Menschen, die sich noch an Teile der ursprünglichen Tradition erinnern konnten. Don Antonio und ich besuchten zahllose Dörfer und Weiler und trafen eine große Anzahl von Medizinmännern und Medizinfrauen. Wir destillierten die Essenz ihrer Rituale. Da es keine schriftlichen Aufzeichnungen gab, steuerte jedes Dorf seine Version der Heilmethoden bei, die überlebt hatten und noch lebendig waren. Wir bereisten auch das Amazonasgebiet, und über einen Zeitraum von mehr als zehn Jahren lernte ich von den Heilern des Dschungels. Wir zogen an der peruanischen Küste entlang, von Nazca mit den gigantischen Krafttieren und geometrischen Figuren auf dem Wüstenboden bis zu den legendären Shimbe-Lagunen im Norden, von wo die berühmtesten Zauberer des Landes stammen. Am Titicacasee sammelten wir die Geschichten und die Heilungspraktiken von den Menschen, von denen die Inka der Legende nach abstammen. Als mein Mentor zu alt zum Herumziehen wurde, setzte ich die Suche allein fort.

Antonio und ich rekonstruierten die vielen Stränge der Heiltradition der Inka. Antonio verglich unsere Arbeit mit dem Reparieren eines uralten Wandteppichs, den die Zeit und die Eroberung durch die Europäer ausgefranst hatten. Es war ein Wandteppich, von dem die Konquistadoren angenommen hatten, dass sie ihn völlig zerstört und in alle vier Ecken des zusammenbrechenden Inka-Reichs verstreut hätten. Nach fast 25 Jahren Forschungsarbeit mussten wir diese Fäden nur auf dem Webstuhl des lebendigen Wissens der Schamanen miteinander verknüpfen und die Teile des Teppichs neu weben, die durch den Lauf der Zeit zerrissen worden waren. Zum Vor-

schein kamen heilige Handlungsanleitungen, die den Körper transformieren, die Seele heilen und die Art und Weise zu leben und zu sterben grundlegend verändern können. Sie machen deutlich, dass wir von einem Leuchtenden Energiefeld umgeben sind, dessen Ursprung sich in der Unendlichkeit befindet; eine Matrix, die die Gesundheit und die natürliche Schwingung des physischen Körpers aufrechterhält.

Zu den weisen Schamanen, mit denen wir arbeiteten, gehörten Dona Laura, eine Heilerin aus dem Hochland, und Don Manuel Quispe, der Älteste der Qero-Heiler. Jeder dieser Weisen repräsentierte eine Wurzel der Inka, deren Vorfahren von der Küste, aus dem Dschungel und aus dem Hochland kamen. Viele dieser Meister und Meisterinnen sind inzwischen verstorben, nur Don Manuel, inzwischen über 90 Jahre alt, ist bis auf den heutigen Tag mein Lehrer. Als Anthropologe halte ich es für wichtig, die eigenen Quellen transparent und nachprüfbar zu machen. Da dies nicht alle Autoren tun, fehlt es bei einigen an Glaubwürdigkeit, da man davon ausgehen muss, dass sie ihre Quellen gar nicht getroffen haben. Auf den folgenden Seiten möchte ich die Heiler vorstellen, die meine Ausbildung geleitet haben. Alle sind Schamanen, die das Selbst wahrgenommen haben. Ihre Arbeit wurde zum Stoff von Legenden. Sie waren meine Lehrer.

Don Antonio Morales

Antonio gehörte zum Lehrkörper der Universität von Cuzco. Ich suchte einen Übersetzer, der mir bei meinen Feldstudien behilflich sein sollte; jemanden, der die Inka-Sprache Qechua fließend beherrschte und in der Lage war, die feinen sprachlichen Nuancen im Ausdruck der Schamanen zu verstehen und zu übersetzen. Professor Morales war dafür genau der richtige

Mann. Er hatte eine eher schmächtige Statur und trug Second-Hand-Jacken aus den 1940er Jahren sowie ein Kugelschreiber-Etui aus Plastik in seiner Hemdtasche. Er sprach nicht nur fließend Qechua, sondern war ein Gelehrter in der Entzifferung indianischer Dichtkunst und Philosophie. Aber er hatte eine angeborene Abneigung gegen Anthropologen, die er für die moderne Ausgabe der Konquistadoren hielt, die gekommen waren, um den spirituellen Reichtum seiner Leute zu plündern. Zuerst verstand ich nicht, warum er sich bereit erklärt hatte, mit mir zu arbeiten. Er weigerte sich, Geld für seine Arbeit als Übersetzer zu nehmen, und wollte nur für Unterkunft und Verpflegung bezahlt werden. Erst Jahre später verstand ich den Grund. Ich sollte sein Mittler sein. Er sah in mir eine Brücke, um die Lehren der Schamanen in die westliche Welt zu bringen. Erst das Ereignis mit der Missionarin machte mir klar, dass Don Antonio ein Doppelleben führte: Für die *civilizados* war er Universitätsprofessor und für die Indios Schamanen-Heiler. Er schwang Rassel und Feder genauso geschickt wie einen Füllfederhalter. Respektiert als Gelehrter, gefürchtet und geliebt als Schamane, war er der Heiler, den ich gesucht hatte. Gleichzeitig hatte er mich gefunden. Antonio war schon als kleines Kind zum Waisen geworden und wurde von Nonnen großgezogen. In seiner Kindheit machte er tagsüber die Kirchen von Cuzco sauber und brachte sich am Abend Lesen und Schreiben bei. Er verbrachte den Winter, die trockene Jahreszeit in den Anden, in dem Bergdorf Paucartambo im Qero-Hochland, wo er immer größeren Einblick in die traditionelle Heilweise bekam. Es gibt viele verschiedene Wege, die den Schamanen zu seiner Berufung führen. Der direkteste und oft tödliche ist der Blitzschlag. Mit zwölf Jahren wurde Antonio vom Blitz getroffen. Ein Teil seines rechten Ohrläppchens fehlte, und eine große Narbe lief von seiner rechten Schulter über

die Brust zu seiner linken Hüfte. Nach dem Vorfall konnte er zwei Jahre lang nicht laufen, und die Nonnen kamen zu der Überzeugung, dass er schwachsinnig sei. Aber mit 15 Jahren hatte er alle westlichen Klassiker gelesen und Latein und Spanisch gelernt. Die Energie des Blitzes hatte sein Gehirn neu verkabelt und schlafende Fähigkeiten in ihm geweckt, die es ihm nun möglich machten, sich perfekt unter die gebildeten Mestizen in Cuzco und die Indios der Berge zu mischen. Ich bin fest davon überzeugt, dass der Blitzeinschlag sein Gehirn in einen extrem feinen Schwingungszustand versetzt hat und ihn zu einer Art Auto der Extraklasse machte, das nur noch mit Superbenzin lief. Er vertrug keinen Alkohol; schon nach einem halben Glas Bier war er beschwipst. Er wurde gesprächig und erzählte mir Geschichten aus seiner Jugend. In solchen Momenten hat er mir all meine Fragen beantwortet. Das Problem war nur, dass er mit dem Sprechen aufhörte und einschlief, wenn er das Glas ganz ausgetrunken hatte.

Antonio war die ungewöhnlichste Person, der ich jemals begegnet bin. Ich hatte ihn mehrere Jahre lang nicht gesehen, als ich mit einer Gruppe Studenten nach Cuzco zurückkehrte. Er hatte davon gehört, dass ich in der Stadt war, und war um drei Uhr in der Früh in seinem Dorf aufgebrochen, um mich zu treffen. Selbst mit seinen 70 Jahren weigerte er sich noch immer, mit dem Bus zu fahren, und so hatte er die Stärke und Beweglichkeit eines Katers. Er erreichte unsere ländliche Unterkunft um kurz nach Sechs. Da er mich überraschen wollte, kam er herein, ohne anzuklopfen. Von der Dusche aus sah ich, wie er sich behändig meinem noch schlafenden Zimmergenossen Hans näherte. Hans war mein Freund und Meister der chinesischen Kampfkunst. Ich schloss meine Augen und befürchtete für meinen alten Lehrer das Schlimmste. Als ich sie wieder öffnete, sah ich beide händeschüttelnd auf dem Bett stehen und

wie alte Freunde lachen.

Antonio war ein *kurak akuyek* der siebten Stufe, des höchsten Grades, den ein Schamane erreichen kann.[*]

Er hatte mich als Lehrling angenommen und betrachtete mich dennoch im westlichen Sinn als gleichgestellt. Es war seine Überzeugung, dass der Schamanismus nicht länger allein den Indios gehörte, sondern dass der Westen die heiligen Lehren dringend benötigte, um eine neue Philosophie und Ökologie im 21. Jahrhundert ins Leben rufen zu können. Er hoffte, dass ich ihn nicht enttäuschen würde.

Don Manuel Quispe

Don Manuel Quispe ist 90 Jahre alt und der älteste lebende Inka-Heiler. Ich war auf Don Manuel zum ersten Mal 1962 in einem Bericht im *National Geographic* über Peru gestoßen. Er wurde dort – damals war er 52 Jahren alt – als einer der älte-

[*] Die erste Stufe im Schamanismus der Anden ist *ayni karpay*, auf der der Schüler in die richtige Beziehung zur Natur kommt und noch nicht als Schamane betrachtet wird. Die zweite Stufe ist *pampamesayok*. *Pampa* bezieht sich auf die weiter unten gelegenen Gebiete, und *mesa* ist der Altar des Schamanen. *Yok* bedeutet Kraft. Auf dieser Stufe wird der Lehrling zum *Mesa*-Träger. Er hat seine Sammlung heilkundlicher Gegenstände vervollständigt, und es ist nun seine Pflicht, der Erde zu dienen. Die dritte Stufe ist *altome-sayok* oder hoher Mesa-Träger. Ein *altomesayok* ist sowohl den *apus*, den heiligen Bergen, als auch der Heilkunde gegenüber verantwortlich. Innerhalb dieser Stufe gibt es drei unterschiedliche Grade, und in dem Maß, in dem die eigene Kraft und Weisheit wächst, kommt man unter den Schutz immer höherer Berge. Die vierte Stufe ist *kurak akuyek*. Das Wort *kurak* heißt »Ältester«, und *akuyek* bedeutet »kauen« oder »zerkleinern«. Wie eine Mutter, die eine Weintraube zerbeißt und von Kernen befreit, bevor sie sie ihrem Kind gibt, »zerkaut« der Schamane auf dieser Stufe das Wissen, sodass andere es verdauen können. Es kann ein ganzes Leben dauern, bis man diese Stufe erreicht hat, auf der man den Sternen gegenüber verantwortlich ist. Nur wenige Schamanen erreichen sie. Die Stufen darüber sind bekannt als *Inka Mailku* oder der Betagte; *Sapha Inka* oder der Leuchtende und *Tai-tanchis Ranti* oder derjenige, aus dem das Gottes-Licht strahlt. Die Läuterung nimmt mit jeder dieser Stufen zu, und die einzelnen Stufen werden durch die Kräfte wahrgenommen, die der Schamane entwickelt.

sten Qero-Schamanen erwähnt, der einzige, der noch wusste, wie man mit der *quipu* zählte, dem farbigen Ring geknoteter Fäden, mit dem im Inka-Reich gerechnet wurde. Als ich ihn 1989 traf, konnte er die *quipu* nur noch zum Erzählen von Geschichten benutzen. Er hatte die Rechenkunst der Inka bereits vergessen. Legenden waren das Einzige, an das er sich erinnern konnte.

Don Manuel wurde unter den Qero als Sohn eines Bauern geboren. Mit 15 Jahren wurde er sehr krank, und sein Vater brachte ihn zu den Heilern des Dorfes, aber niemand war in der Lage zu helfen, noch nicht einmal die Ärzte der medizinischen Station in Cuzco. Als er seinen abgemagerten Sohn zu den Qero zurückbringen wollte, machte er Halt am Heiligtum Huanca, einem heiligen Ort, an dem sich die Naturkräfte ersammelten. Das Heiligtum von Huanca stand bei den Inka in so hohem Ansehen, dass die katholischen Priester eine Kirche über den Ort bauten, um die Indios zu bekehren. Ein Wunder geschah, und Don Manuel begann wieder zu essen und seine Kräfte zurückzugewinnen. Huanca liegt auf halber Höhe an der Südseite des Berges Pachatusan, dessen Name »Achse der Welt« bedeutet. Die Spirits des Berges forderten Manuel auf, zu einem anderen *apu* oder heiligen Berg zu reisen, mit Namen Ururu, direkt auf der anderen Seite des Tals. Der junge Manuel lebte die nächsten paar Monate wie ein Einsiedler. Er trank das Wasser, das durch die Wände der Höhle sickerte, und machte allein ausgedehnte Wanderungen in den Bergen, wo er erstmals mit dem *apu* zu sprechen begann. Der Berg als solcher wurde sein Lehrer. Er hatte dem Tod ins Angesicht geschaut, die Kontinuität des Lebens auf der anderen Seite erfahren und war zurückgekommen. Nach seiner Rückkehr zu den Qero beendete er seine Lehrzeit, indem er formell die Übergangsriten unter einem legendären Schamanen der Qero absolvierte.

Als ich ihn zum ersten Mal traf, hatte er vorne fast keine Zähne mehr im Mund. Er kannte meinen Mentor Antonio und war damit einverstanden, mein Lehrer zu sein. Das Einzige, was er dafür von mir haben wollte, waren neue Zähne. Sein Wunsch entwickelte sich für mich zu einer harten Feuerprobe. Der Zahnarzt musste die restlichen Zähne ziehen, und zwar immer gleich mehrere auf einmal. Don Manuel hatte nach jedem Eingriff große Schmerzen, und zweimal wäre er fast an der Betäubung gestorben. Er machte mich für jeden gezogenen Zahn verantwortlich. Als er schließlich sein neues Gebiss hatte, betrachtete er es im Spiegel und strahlte. In der nächsten Woche begann er damit, mich alles zu lehren, was er wusste. Wir gingen zu dem Berg Ausangate, und er gab mir seine große spirituelle Übertragung *hatun karpay*. Und dann forderte er mich auf, in die Otorongo Warmi Choca, die Lagune des weiblichen Jaguars, zu springen.

»Was soll ich tun?«, fragte ich und schaute ihn ungläubig an.

»In die Lagune springen«, antwortete er. »Als Wiedergutmachung für all die Schmerzen, die mir der Zahnarzt zugefügt hat.«

Wir waren fast 5000 Meter hoch, es war mitten im Winter, und um uns herum fiel leichter Schnee. Das Thermometer an meinem Rucksack zeigte zehn Grad unter Null. Das Wasser der Lagune stammte von einem bläulich schimmernden Gletscher der Mitte des Beckens. Ich war überzeugt, dass ich bei der Temperatur und der Höhe einen Herzschlag bekommen würde.

»Es ist nicht meine Schuld, dass dir der Zahnarzt nicht genügend Betäubungsmittel gegeben hat«, sagte ich im Versuch, ihn davon überzeugen, einen anderen Test für mich zu finden.

»Bevor der *apu* mir das Leben zurückgegeben hat, bin ich am Fuße dieses Berges beinahe gestorben«, sagte Don Manuel, und ein leichtes Grinsen ließ seine glänzenden neuen Zähne

zum Vorschein kommen. »Ich habe dich zum heiligen Berg mitgenommen und habe dir mein *karpay* gegeben. Wir wollen sehen, ob der *apu* dir dein Leben schenkt.« Und dann erklärte er mir, dass ich das Eis am Fuße des Beckens mit meinen Lippen berühren sollte. Obwohl das bläuliche Eis nur knapp zwei Meter unterhalb der Wasseroberfläche lag, hatte ich Zweifel, ob ich den Atem lange genug anhalten konnte, um den Boden auch tatsächlich zu berühren.

»Du musst nicht lange im Wasser bleiben«, sagte er.

Ich bin zu alt für so was, dachte ich. Aber irgendetwas in mir hatte sich selbstständig gemacht und die Kontrolle übernommen. So sah ich mir zu, wie ich mich auszog: die Bergsteigerjacke, die gefütterte Schneehose, die Thermo-Unterwäsche. Beißende Kälte drang durch meine Haut. Unschlüssig stand ich mit fest über meiner Brust verschränkten Armen auf einem Stein am Rand des eisigen Wassers. Mein Körper war eine einzige Gänsehaut. Über die Situation nachzudenken half nicht im Geringsten. Ich tauchte in das Becken und spürte, wie mir das eiskalte Wasser den Atem verschlug. Ich schaffte es, in die Mitte des Beckens zu schwimmen, konnte aber anfangs meinen Atem nicht lange genug anhalten, um zu tauchen. Schließlich jedoch gelang es mir, wie in einem Traum, und ich küsste den Gletscher.

Hinterher erklärte mir Don Manuel, wie die Schamanen der Anden initiiert wurden. Es gab sieben Stufen oder Hauptrituale der Initiation. Der Heiler musste sich nur den ersten beiden unterziehen; der Meister-Schamane brauchte die ersten vier. Nur sehr wenige Menschen haben alle sieben Stufen geschafft. Don Manuel, Dona Laura und Don Antonio waren die einzigen übrig gebliebenen Schamanen, die alle sieben Stufen der Einweihung durchlaufen hatten.

In der ersten Stufe erhält der Schüler die sieben Archetypen

oder Organisationsprinzipien des Universums in Form von Schlange, Jaguar, Kolibri und Kondor für die vier unteren Chakras. Für die drei oberen empfängt der Schüler drei leuchtende Wesen als die ordnenden Prinzipien der unteren, mittleren und höheren Welten. Er erhält auch den »Verbund der Kraft«, einen Schutz für den Heiler, sodass er keine negative Energie von seinen Klienten aufnimmt. Danach unterzieht er sich dem *kawak*, einem Ritual, das seine Augen für den schamanistischen Weg des Sehens öffnet. Ich habe aus diesem Ritual eine Technik gewonnen, um die Zweite Aufmerksamkeit zu erwecken, mit deren Hilfe man die leuchtende Seite des Lebens wahrnehmen kann (siehe Kapitel 5).

Die zweite Stufe ist in den Anden *pampamesayok*. Während dieses Einweihungsrituals empfängt der Schamane die Abstammungslinie der Medizinmänner und Medizinfrauen, die der Erde und allen fühlenden Wesen dienen. Nachdem er diese Stufe erklommen hat, arbeitet der Heiler nicht mehr allein. Er wird beim Heilen von einer Gemeinschaft leuchtender Spirits unterstützt. Diese leuchtenden Wesen transzendieren Kultur und Zeit. Das Ritual verbindet den Schamanen mit dieser Linie leuchtender Heiler, die ihn anerkennen und zur Stelle sind, wenn er um Hilfe bittet.

»Eigentlich gab es keinen Grund, um in die Lagune zu springen«, sagte Don Manuel, während ich am ganzen Leib zitterte und versuchte, wieder in meine Kleider zu kommen. »Ich habe nur deine Entschlossenheit geprüft.«

In dieser Nacht schlich ich mich, als Don Manuel schlief, heimlich in sein Zelt und versteckte sein Gebiss. Er hat zwei Tage gebraucht, um es wieder zu finden.

Don Manuel und ich lehrten den Weg von *kurak akuyek* fast sieben Jahre lang in Nordamerika, bis er zu gebrechlich geworden war, um weiterhin unterwegs zu sein. Der Höhepunkt un-

serer Reisen war eine Heilungszeremonie für die Erde auf dem Hauptaltar der St.-John-Kathedrale in New York, der größten gotischen Kathedrale der Welt. Mehrere hundert Menschen nahmen an der Zeremonie teil. Don Manuel grinste den ganzen Abend lang. Er hätte es nie für möglich gehalten, dass er einmal eine Zeremonie an einem christlichen Altar halten würde.

Dona Laura

Dona Laura war Antonios Partnerin beim Heilen. Sie hatten ihre Kunst im Hochland bei denselben Lehrern erlernt. Während er danach in die Stadt gegangen war, zog sie noch weiter in die Berge und ließ sich oberhalb der Schneegrenze in der Nähe des Ausangate, des heiligen Berges der Inka, nieder. Sie war ein scharfzüngiges altes Weib, eine der Furcht erregendsten Personen, denen ich jemals begegnet bin. Sie konnte mitten durch jemanden hindurchsehen, und im Kerzenschein schienen sich ihre Konturen zu transformieren. Aus ihrer Nase wurde ein Krummschnabel, und ihr Blick nahm die Gestalt von Falkenaugen an. Sie war nicht damit einverstanden, dass Antonio mich unterrichtete, und warf ihm vor, dass er sich wie ein Indio verhielt. Erst als ich alle Übergangsrituale von einer Stufe in die nächste durchlaufen und selbst ein *kurek akuyek* geworden war, hörte sie auf, mich »Junge« zu nennen, und wir wurden Freunde.

Ich nahm ihre Verächtlichkeit niemals persönlich. Mit ihren eigenen Schülerinnen und Schülern war sie überaus streng, sie schlug sie mit dem Stock, wenn sie sich allzu dumme Fehler erlaubten. Ihr zustimmendes, wenn auch oft nur kurzes Lächeln zu erhalten war mehr wert als das Lob irgendeines anderen Lehrers. Sie war der Kopf der Medizingesellschaften und hatte den gleichen Rang und die gleiche Stellung wie Don Antonio.

Und sie war in der Lage, ihre Gestalt zu verändern. Während die meisten Schamanen im Traum in Gestalt eines spirituellen Adlers oder Jaguars reisten, konnte Laura dies auch im Wachzustand bei hellstem Sonnenschein. Sie konnte sich mit einem Kondor verbinden und den riesigen Vogel nach ihrem Willen fliegen lassen, entweder hinab in die Schluchten oder hoch hinauf in den Himmel, von wo aus sie die Landschaft unter sich betrachtete. Einmal war sie am Fuße des Ausangate von einem ihrer Schüler herausgefordert worden. Es handelte sich dabei um einen untersetzten Indianer namens Mariano, der immer zu Späßen aufgelegt war und ein gutes Gespür für das Auffinden von Heilkräutern hatte, ansonsten aber fast alles falsch machte. »Wie kann ich sicher sein, dass du tatsächlich im Körper des Kondors bist und es dir nicht nur einbildest?«, fragte er. Ich war zusammen mit Don Antonio nur ein paar Meter entfernt in unserem Zeltlager. Die Luft vibrierte auf einmal, und ich bemerkte ein breites Grinsen auf Antonios Gesicht. Wir alle hätten es niemals gewagt, die alte Frau herauszufordern, warteten nun aber gespannt, was sie wohl tun würde.

»Gibt es überhaupt einen Unterschied zwischen Realität und Vorstellung?«, antwortete sie mit ruhiger Stimme. Wir sahen uns enttäuscht an.

Es wurde schon langsam dämmrig, und ein paar von uns waren ausgeschwärmt, um Brennholz zu sammeln sowie *masto,* trockenen Lamadung, der hier oben in den Bergen als Brennmaterial benutzt wird. Eine halbe Stunde später waren wir alle wieder im Lager, mit Ausnahme von Mariano. Die meisten Schüler von Laura waren Frauen, und diese hatten den beiden Männern unter ihnen Mädchennamen gegeben, die sie nutzten, wenn die Männer nicht in der Nähe waren. »Wo steckt denn nur unsere Maria?«, spotteten sie scherzhaft. »Vielleicht hat sie

sich verirrt.«

Antonio fing langsam an, sich Sorgen zu machen, denn es war mitten im Winter und wir waren am zweithöchsten Berg Südamerikas. In einer halben Stunde würde die Temperatur unter Null fallen. Er gab mir und noch einem anderen einen Wink, mit ihm zu kommen, um Mariano zu suchen. Wir wollten gerade los, da kam Mariano mit blutüberströmtem Gesicht auf das Lager zugestolpert. Ich hatte für solche Situationen immer einen Erste-Hilfe-Kasten im Rucksack. Mein Mentor benutzte nicht gerne westliche Arzneien, aber in dieser Höhe gedeihen keine Heilkräuter mehr. Wir waren so weit oberhalb der Baumgrenze, dass hier überhaupt nichts Grünes mehr wuchs. Nur eine kahle, eisige Landschaft umgab uns, aufgelockert mit freien Stellen aus Felsgestein. Wir brachten Mariano in unser Zelt und sahen, dass seine Jacke hinten auf dem Rücken aufgerissen war. Die weiße Füllung war rot vor Blut. Der tiefe Riss ging durch seine Kleidung hindurch bis in die Haut und hinterließ dort drei tiefe Wunden auf seinem Rücken, die so aussahen, als stammten sie von den Krallen eines Raubtieres. Wir fragten Mariano, was geschehen war, aber er schüttelte nur den Kopf und meinte, er sei hingefallen und habe sich das Gesicht im Eis aufgeschnitten. Später am Abend hörten wir zufällig mit, wie er sich bei Dona Laura entschuldigte. Anscheinend war ein großer Kondor vom Himmel herabgestürzt und hatte versucht, ihn davonzutragen. Kondore sind dafür bekannt, dass sie ein ausgewachsenes Schaf in die Luft heben können und mit dem Tier in ihren Klauen 100 Meter hoch fliegen, um es danach hinunter auf die Felsen fallen zu lassen.

Im Laufe der Jahre wurden Dona Laura und ich immer engere Freunde. Eines Tages verriet sie mir, dass das Geheimnis des Formwandels in der Erkenntnis läge, von nichts im Universum verschieden und nicht besser oder schlechter als irgendetwas

anderes zu sein. Wenn du erst einmal bis in jede einzelne Zelle deines Körpers verstanden hast, dass du genauso viel wert bist wie alles andere auch und nicht wichtiger bist als ein Insekt und nicht unwichtiger als die Sonne, dann kannst du jede Gestalt annehmen, die du möchtest, sei es ein Baum oder ein Kondor. Du kannst sogar für andere unsichtbar werden. Sie meinte, der Schamane müsse die Kunst des Unsichtbaren meistern, um nicht die Aufmerksamkeit auf sich selbst zu lenken. Antonio beherrschte diese Kunst meisterhaft, denn für die katholische Kirche war er unsichtbar. Niemand wusste, wo er sich aufhielt, und so war er frei, die Welt zu verändern. »Du kannst alles erreichen«, sagte Dona Laura einmal zu mir, »solange du nichts dagegen hast, dass es sich andere als ihr Verdienst anrechnen.«

Don Eduardo

Eduardo Calderon war Fischer und lebte an der peruanischen Nordküste, unweit der legendären Shimbe-Lagunen. Er besaß die natürliche Gabe, die leuchtende Natur des Lebens sehen zu können. Eduardo war ein Nachkomme der Moche-Indianer, einer großen Zivilisation, die vor 1000 Jahren geblüht hatte. Er hatte seine Gabe durch jahrelanges Training weiterentwickelt und konnte dich anschauen und dir deine eigene Lebensgeschichte erzählen. Und zwar sowohl die oberflächliche Geschichte für die Öffentlichkeit als auch die intime Geschichte mit all den Geheimnissen, die wir in uns tragen. Don Eduardo genoss als Seher und Heiler große Anerkennung in ganz Peru. Selbst Mitglieder des Senats waren bei ihm gewesen.

Antonio hat mich immer wieder dazu ermutigt, Don Eduardo aufzusuchen, um mit ihm zu arbeiten. Die Schamanen der Küstenregion waren berühmt für ihre Fähigkeit, in die spirituelle

Welt hineinblicken zu können. Diese Kunst war in den Anden verloren gegangen. Die meisten verließen sich, mehr oder weniger geschickt, auf das Lesen von Kokablättern. Ich war anfangs nicht allzu sehr begeistert von Antonios Vorschlag, denn ich war voll mit meiner Ausbildung bei ihm beschäftigt und hatte bereits viel Zeit im Amazonasgebiet verbracht, um die Totenrituale und die Reise über den Tod hinaus zu lernen.

Aber dann war Antonio plötzlich verschwunden.

Ich war zurück nach Peru gekommen, um mit ihm zusammen drei Monate lang das Hochland zu bereisen. Er hatte sich an der Universität ein Jahr frei genommen, und niemand wusste, wohin er gegangen war und wann er zurückkommen würde. Unten im Amazonas war jetzt Regenzeit, was ein Reisen dort unmöglich machte. Widerwillig packte ich meine Sachen und machte mich auf, Don Eduardo zu besuchen, mit dem ich vor Jahren schon einmal gearbeitet hatte. Am Tag nach meiner Ankunft wollte er eine Heilzeremonie durchführen. Abends erschienen Kranke und ihre Familien, zusammen ungefähr 30 Leute, am Strand und versammelten sich in einem Kreis. Eduardo hatte an jeder Seite einen Assistenten. Nach einer Stunde hatte ich das Bedürfnis, mir die Beine zu vertreten, und spazierte den Strand hinunter. Als ich zum Kreis zurückkehrte, bemerkte ich, dass einer von Don Eduardos Assistenten verschwunden war. Der Mann war krank geworden und lag in eine Decke gewickelt am Boden. Eduardo winkte mich zu sich und bat mich, seinen Assistenten zu vertreten.

Kaum hatte ich neben Don Eduardo Platz genommen, hatte ich das Gefühl, eine klarere und hellere Welt betreten zu haben, so als ob jemand das Licht angemacht hatte und ich sehen konnte. Die leuchtenden Umrisse, die ich zusammen mit Don Antonio in den Anden gesehen hatte, waren im Vergleich dazu fast blass. Wenn ich mich nur ein paar Schritte entfernte, füllte

sich die Welt wieder mit der Dunkelheit der Nacht. Das Leuchtende Energiefeld von Don Eduardo machte mein eigenes Sehen kristallklar. Er wandte sich mir zu und meinte, auch ich hätte eine Gabe, aber ich müsste sie trainieren und lernen, selbst klar und deutlich zu sehen.

In dieser Nacht sah ich zum ersten Mal ein eingedrungenes Wesen. Dieser parasitäre Spirit hatte sich im Leuchtenden Energiefeld einer Frau eingenistet und saugte an ihrer Lebensenergie. Die Frau hatte Eduardo aufgesucht und darüber geklagt, depressiv und verzweifelt zu sein. Der Heiler stand auf, nahm ein Schwert und einen Kristall von seinem Altar und entfernte das eingedrungene Wesen, das den unglücklichen Zustand der Frau verursacht hatte.

»Wir müssen es heilen«, sagte er zu mir gewandt. »Es ist ihr Bruder, der vor ein paar Monaten bei einem Autounfall ums Leben gekommen ist. Er weiß nicht, dass er tot ist, und ist bei seiner Schwester, damit sie ihm hilft.«

Er machte dann eine Heilung für den verstorbenen Bruder, damit er aus dem Albtraum, in dem er sich befand, erwachte und seine Reise in die spirituelle Welt zum Abschluss bringen konnte.

»Ein Priester hätte einen Exorzismus vorgenommen und die Seele zurück in die Finsternis geschickt«, sagte Don Eduardo.

In dieser Nacht wurden meine Augen für eine Welt geöffnet, die wahrzunehmen ich mich bislang geweigert hatte. Ich hatte immer geglaubt, dass nur Engel und leuchtende Wesen in der spirituellen Welt wohnen. Das Letzte, was ich herausfinden wollte, war, dass körperliche und emotionale Zustände von eingedrungenen Spirit-Wesen verursacht werden konnten. Ich wollte mit derartigen »Niederungen« der spirituellen Welt nichts zu tun haben. Aber ich wollte sehen lernen, und Don Eduardo war im Sehen ein wahrer Meister. Was ich sah, lehrte

mich, dass eine Person nicht automatisch heilig wurde, nur weil sie gestorben war. Auf der anderen Seite gibt es genauso viele verwirrte Menschen wie in der physischen Welt. Eduardo lehrte mich die Übergangsrituale, in denen die Fähigkeit erweckt wird, in die unsichtbare Welt zu sehen. Diesen Teil des Puzzles hatten Don Antonio und ich seit langem gesucht: *kawak* oder die Rituale des Sehers.

3

Das Leuchtende Energiefeld

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass der San-Pedro-Trank mich nur krank macht. Die zähe Flüssigkeit erinnert mich an Schleim, und ich muss würgen, wenn ich versuche, sie hinunterzuschlucken. Schmeckt irgendwie künstlich ... Auch sind die Zutaten des Tranks nicht wirkungsvoll genug, um in mir oder den anderen Teilnehmern der Zeremonie Visionen zu erzeugen. Ich glaube, dass der veränderte Wahrnehmungszustand, in dem ich mich befinde, durch Don Eduardos Gesang hervorgerufen wird. Dazu kommt die Energie, die seiner Ansicht nach in den Zeremonieraum eintritt, wenn er die Spirits der Schlange, des Jaguars, des Kolibris und des Kondors herbeiruft. Ich bin mir nicht sicher, ob es sich nicht um eine subtile Form der Hypnose handelt, wenn er uns in andere Gefilde entführt. Vielleicht werden seine Klienten einfach nur gesund, weil sie gesund werden wollen und der Schamane es ihnen erlaubt. Posthypnotische Suggestion. Ich war einmal Zeuge, wie sich ein Mann in diesem Zustand vor einem vollen Auditorium bis auf die Unterhose ausgezogen hat.

Ich habe keine Erklärung dafür, warum ich Energie sehen kann, wenn ich mich in unmittelbarer Nähe von Don Eduardo befinde. Wenn ich mich nur ein paar Meter von ihm entferne, sehe ich nichts mehr. Er scheint von einem elektrischen Raum umgeben zu sein, in dem die Luft tatsächlich aufgeladen ist. Wenn ich mich in seinem Raum befinde, sehe ich das, was er sieht.

Letzte Nacht behandelte er eine junge Frau. Sie stand ungefähr zwei Meter vor uns und hielt ihr Kind in den Armen. Eduardo begann zu singen. Plötzlich kamen fünf oder sechs Fortsätze, die wie die Arme eines Oktopus aussahen, aus dem Bauch der Frau. Einer dieser Arme verband sich mit einem Bauch von milchiger Form, den wir neben ihr sahen. Eduardo beschrieb dieses Wesen als ihren früheren Ehemann, der ihre Tochter beschützen wollte.

»Dieser Mann fügt dir Schaden zu«, sagte Eduardo. »Er ist durch

deinen Schoß mit dir verbunden.«

Obgleich er groß und schwer war, sprang der Schamane hinter seinen Medizinsteinen hervor, nahm ein Schwert von seinem Altar und landete neben der Frau. Als er die Schwertspitze in Richtung ihres Unterleibs führte, fing ihr ganzer leuchtender Körper an zu brennen. Es war ein unheimlicher Anblick, so als ob plötzlich eine Lavalampe eingeschaltet worden war, deren »Lava« ein paar Zentimeter über ihrer Körperoberfläche in hellen und dunklen Strömen umherwirbelte. Dann trennte er den dunklen Strang mit einem kurzen Schwerthieb ab, woraufhin dieser sofort im Unterleib des Wesens verschwand. Direkt in dessen Eingeweide.

Eduardo fing nun an, die verbleibenden dunklen Fortsätze vom Bauch der Frau abzusaugen, wobei er die giftigen Stränge lauthals in seinen Mund zog. Er tat das fast eine Minute lang und entfernte sich dann abrupt aus dem Kreis. Ich hörte ihn heftig würgen.

Als ich wieder zur Frau hinschaute, waren alle dunklen Stränge verschwunden. Ich sah, wie ihr zweites Chakra sich langsam drehte und dann plötzlich schneller wurde, bis es wieder eine konische Gestalt angenommen hatte. Don Eduardo ging zurück zum Altar und ließ sich erschöpft neben mich fallen.

»Hast du gesehen, *compadre?«,* fragte er.

Tagebucheintrag

Wir alle haben ein Leuchtendes Energiefeld, das unseren physischen Körper umgibt und ihn in gleicher Weise beeinflusst, wie das Energiefeld eines Magneten Eisenspäne auf einer Glasplatte ausrichtet. Unser Leuchtendes Energiefeld hat schon vor dem Beginn der Zeit existiert. Es war eins mit dem nicht-manifesten Licht der Schöpfung und wird ewig weiter bestehen. Es hat seinen Ursprung außerhalb der Zeit, aber es manifestiert sich in der Zeit, indem es Leben für Leben neue physische Körper hervorbringt.

Stell dir vor, du bist eingebettet in eine lichtdurchlässige, vielfarbige Hülle, die mit blauen, grünen, roten und gelben Farben pulsiert und dich in einer Stärke umgibt, die bis zu dei-

nen ausgestreckten Armen reicht. Knapp über deiner Haut schimmern Ströme goldenen Lichts und fließen durch die Akupunktur-Meridiane. Zwischen deiner Haut und der Membrane des Leuchtenden Energiefelds wirbeln glitzernde Ströme, die in strahlenden Lichtstrudeln zusammenlaufen. Dieses Reservoir an Lebenskraft ist ein Ozean lebender Energie, der für unsere Gesundheit genauso unerlässlich ist wie der Sauerstoff oder die Nährstoffe, die in unserem Blut zirkulieren. Die Energien des Leuchtenden Energiefelds sind der reinste und wertvollste Brennstoff des Lebens. Wenn die vitalen Reserven im Leuchtenden Energiefeld durch Krankheit, Umweltgifte oder Stress aufgebraucht sind, ist unser Wohlbefinden ernstlich bedroht. Wir können unsere Gesundheit und Vitalität stärken und unsere aktiven Jahre verlängern, wenn wir diese grundlegende Energiequelle immer wieder auffüllen.

Indianische und tibetische Mystiker haben die Existenz des Leuchtenden Energiefelds schon vor Tausenden von Jahren dokumentiert und es als eine Aura oder einen Lichtschein beschrieben, der den physischen Körper umgibt. Zuerst schien es merkwürdig zu sein, das Konzept eines menschlichen Energiefelds bei den amerikanischen Schamanen sowohl des Urwalds und als auch der Berge vorzufinden. Nachdem ich jedoch die Universalität des menschlichen Energiefelds begriffen hatte, war mir klar, dass es eigentlich jede Kultur entdeckt haben musste. Im Osten zeigen die Mandalas Buddha in blauen und goldenen Feuerkränzen, und im Westen erscheinen Christus und die Apostel mit einem Heiligenschein. In der mystischen Literatur steht, dass der Apostel Thomas die gleiche Strahlung hatte wie Christus. Legenden der amerikanischen Ureinwohner handeln von Personen, die im Dunklen so leuchten, als seien sie von einem inneren Feuer angezündet. In den Anden existieren Geschichten um den Herrscher Pachakutek, der als Sohn

der Sonne betrachtet wurde und das Licht der Morgendämmerung ausstrahlte.

Jedes Lebewesen auf der Erde besteht aus Licht. Die Pflanzen nehmen das Licht direkt von der Sonne auf und verwandeln es in Lebensenergie. Die Tiere fressen dann die grünen Pflanzen, die das Licht gespeichert haben. Licht ist also das »Fundament«, aus dem das Leben besteht. Wir sind Licht, das mit lebendiger Materie verknüpft ist. Jedes Lebewesen um uns herum besteht aus Licht, das sich in unterschiedliche Vibrationen und Formen verdichtet hat. Physiker, die sich mit subatomaren Teilchen beschäftigen, wissen, dass man nur tief genug in die Materie einzudringen braucht, um herauszufinden, dass das ganze Universum aus Vibration und Licht besteht.

Wir irren uns, wenn wir glauben, das Licht um Buddha oder Christus sei ein Beiwerk der Mythen und Legenden. Wir können die leuchtende Strahlung dieser Individuen auch keiner seltsamen Bioluminiszenz zuschreiben, die vom Körper produziert wird, als wäre der Mensch ein Glühwürmchen. Buddha wies uns den Weg zur Erleuchtung. Er lehrte, dass wir unserem Licht folgen sollten, um vom Leid befreit zu werden. Als Christus im Jordan getauft wurde, soll ein gleißendes Licht über ihm erschienen sein. Wenn wir glauben, dass Christus mit dem Licht seiner Liebe gestrahlt hat und *wir* nicht fähig sind zu strahlen, dann lassen wir außer Acht, wenn Christus sagt, dass wir noch größere Werke vollbringen werden als er. Gemeinhin betrachten wir die Bezüge zum Licht als reine Metaphern. Wir suchen die Illumination als eine Form höheren Verstehens. Durch meine Nachforschungen bin ich überzeugt, dass die uralten Beschreibungen von Lichtphänomenen Tatsachen darstellen, die durch heutige Erfahrung verifiziert werden können. Wenn wir unsere leuchtende Natur verstehen, können wir den Fallstricken der materiellen Welt ausweichen und die Unend-

lichkeit erfahren. Zuerst müssen wir uns allerdings ein Bild von der Anatomie des Leuchtenden Energiefelds machen.

Die Anatomie der Seele

Das Leuchtende Energiefeld ist eine unsichtbare Matrix, die die Anatomie des Körpers bestimmt. Während meiner Schulzeit war ich fasziniert von den schönen ovalen Mustern aus Eisenspänen, die durch das unsichtbare Feld eines Magneten auf einer Glasscheibe zum Vorschein kamen. Wenn ich den Magneten unter der Glasscheibe entlangzog, folgten die Eisenspäne ihm wie eine Karawane metallener Ameisen. Bewegte ich die Späne unter dem Finger, fielen sie sofort in ihre Ausgangsposition zurück, wenn ich den Finger anhob. Es hatte fast den Anschein, als ob die Späne ein eigenes Bewusstsein hätten. Was brachte die kleinen Eisenstücke dazu, immer wieder zu ihrem ursprünglichen Muster zurückzukehren? Viele Jahre später wurde mir der Grundansatz der westlichen Medizin klar. Im Bemühen, den physischen Körper zu verändern, bewegen ihre Vertreter die Eisenspäne lediglich auf der Glasscheibe hin und her. Operationen und Medikamente führten oft zu gewaltsamen und traumatischen Veränderungen des Körpers. Diese Herangehensweise schien mir grob und verletzend, als ob man die Eisenspäne willkürlich mit der Hand verteilt, anstatt sie dadurch zu beeinflussen, dass man den Magneten unter der Glasscheibe bewegt.

Der Magnet und die Eisenspäne wurden für mich eine Metapher dafür, wie Materie und Bewusstsein durch ein unsichtbares Energiefeld miteinander verbunden sind. Ich habe gesehen, dass der Krebs nach der operativen Entfernung eines Tumors Wochen oder Monate später zurückkehrte. Während die physikalische Masse, der Tumor, entfernt worden war, enthielt das

Leuchtende Energiefeld immer noch den Abdruck der Krankheit. Es war nur eine Frage der Zeit, wann die Krankheit wieder aufbrach, um dem immer noch existierenden Muster erneut eine körperliche Ausdrucksform zu geben. Wenn wir mit Hilfe des Illuminationsprozesses heilen, beeinflussen wir die Eisenspäne im Körper dadurch, dass wir das Energiefeld verändern, das für ihre Form und Lage verantwortlich ist. Wir heilen das Leuchtende Energiefeld, und der physische Körper folgt.

Das Leuchtende Energiefeld hat von der Körperoberfläche nach außen hin vier Schichten:

1. die kausale Schicht (Spirit)
2. die psychisch-ätherische Schicht (Seele)
3. die mental-emotionale Schicht (Geist)
4. die physische Schicht (Körper)

Jede Schicht beherbergt eine unterschiedliche Qualität von Energie. Die äußerste Schicht beinhaltet die Energie, die den physischen Körper versorgt. Die Schicht darunter erhält unsere mentale und emotionale Lebenskraft. Unterhalb dieser Schicht liegen die feineren psychischen Energien, und in unmittelbarer Nähe der Haut befindet sich die feinste Energie von allen, die für unsere spirituellen Reserven zuständig ist. In der mystischen Literatur werden diese Schichten »feinstoffliche Körper« genannt. In der Realität sind sie nicht voneinander getrennt, genauso wenig wie die Farben eines Regenbogens voneinander getrennt sind, sondern fließend ineinander übergehen.

Das Leuchtende Energiefeld enthält ein Archiv unserer persönlichen Erinnerungen, unserer frühkindlichen Traumata, ja sogar unserer schmerzlichen Wunden aus früheren Leben. Diese Aufzeichnungen oder Eindrücke sind in voller Lebendigkeit und Gefühlsintensität gespeichert. Sie gleichen inaktiven Com-

puterprogrammen, die uns – wenn aktiviert – zu bestimmten Gewohnheiten, Beziehungen, Unfällen und Krankheiten zwingen, die der ursprünglichen Verletzung entsprechen. Unsere persönliche Geschichte wiederholt sich so immer wieder. Physische Traumata werden in der äußersten Schicht des Leuchtenden Energiefelds gespeichert. Emotionale Erlebnisse befinden sich in der zweiten Schicht, Seeleneindrücke in der dritten und spirituelle Abdrücke in der vierten oder tiefsten Schicht. Die Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld bestimmen unseren Lebensweg, durch sie ziehen wir bestimmte Ereignisse, Erfahrungen und Menschen an. Sie zwingen uns erneut in schmerzhafte Dramen und zu herzzerbrechenden Begegnungen, führen uns aber letztlich auch an die Situationen heran, in denen wir unsere uralten Seelenwunden heilen können.

Ich zerbreche mir nicht den Kopf darüber, in welcher Schicht sich ein bestimmter Abdruck befindet, genauso wie ich mich nicht sonderlich darum kümmere, wo ein bestimmter Brief in meinem Computer abgespeichert ist. Mich interessiert nur, wie ich seinen Inhalt lesen und verändern kann. Genauso bin ich auch während des Illuminationsprozesses daran interessiert, den negativen Inhalt eines Abdrucks zu verändern. Alle Abdrücke beinhalten Information. Diese Information beeinflusst die Chakras, die dann die physische und emotionale Welt gestalten. Die Information eines Abdrucks wirkt sich auf das Leuchtende Energiefeld aus, das dann dementsprechend die Materie beeinflusst.

Das Leuchtende Energiefeld enthält die Schablone dafür, wie wir leben, wie wir älter werden, wie wir heilen und wie wir vielleicht sterben. Wenn es im Leuchtenden Energiefeld keinen Abdruck für Krankheit gibt, wird man nach einer Krankheit sehr schnell wieder gesund. Umgekehrt können Abdrücke für Krankheit das Immunsystem unterdrücken, und es kann da sehr

lange dauern, bis wir nach einer Krankheit wieder vollständig gesund sind. Niemand mag es, dass sich der Heilungsprozess monatelang hinzieht, wenn man auch schon nach Tagen oder wenigen Wochen wieder gesund sein könnte. Wenn wir den negativen Abdruck, der die Krankheit ausgelöst hat, entfernen, wird das Immunsystem schnell mit der Krankheit fertig.

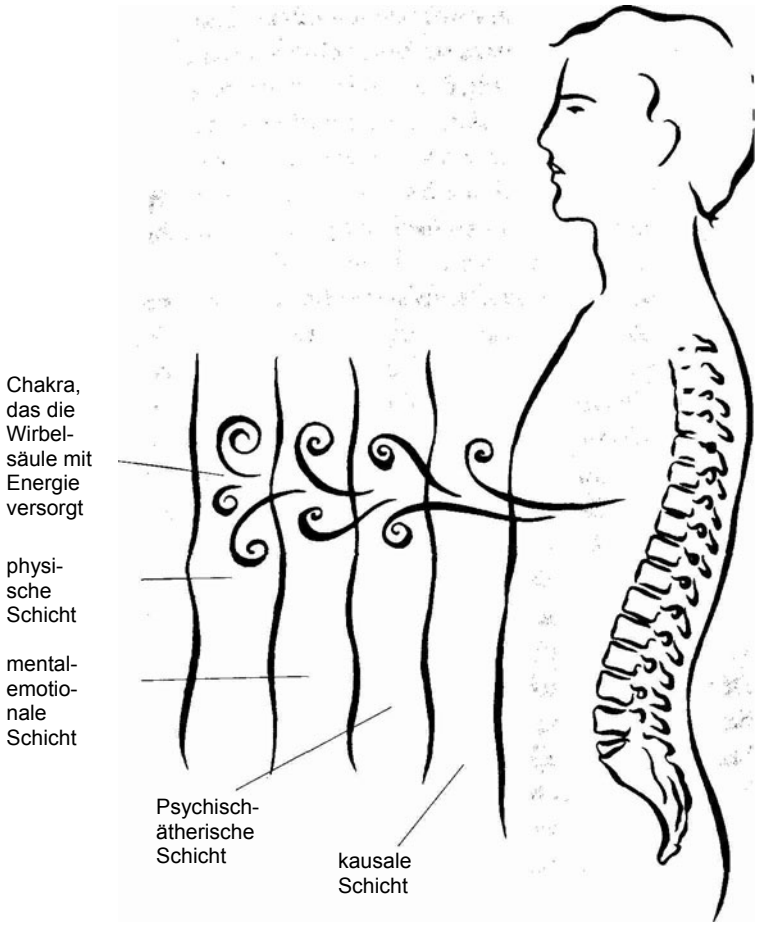
George, ein athletischer Mann Anfang 20, hatte große Probleme mit seinen Nieren. Nachdem ein Spender gefunden worden war, kam George zur Transplantation ins medizinische Zentrum der Universität von Kalifornien. Am Tag vor der Operation erhielt er Medikamente, die seine Immunabwehr unterdrücken sollten, damit sein Körper die fremde Niere nicht abstieß. Routinemäßig wurde das Organ vor der Transplantation sorgfältig untersucht, um sicherzustellen, dass sich keine Krebszellen einschmuggelten. Ein paar Krebszellen entwischten jedoch der Kontrolle und bildeten nach einer Woche Tumore von der Größe einer Grapefruit. George sah grotesk aus und hatte große Schmerzen.

Die Ärzte setzten daraufhin die Medikamente ab, die die Immunabwehr ausgeschaltet hatten. Weiße Blutkörperchen stürzten sich auf die Tumore und beseitigten sie innerhalb von Tagen. Das Problem bestand darin, dass sein Immunsystem die neue Niere abstieß. Also nahm George wieder Medikamente, und sein Körper begann, das neue Organ anzunehmen. Aber wieder entwickelten sich große Krebsgeschwüre, worauf die Medikamente erneut abgesetzt wurden. So ging es Wochen hin und her. In dieser Zeit kamen die Tumore siebenmal zurück. Nach zweimonatigem An- und Absetzen akzeptierte sein Körper endlich die neue Niere, und George konnte aufhören, Medikamente zu nehmen. Der Krebs war verschwunden. Ich glaube, dass George deshalb so schnell gesund geworden ist, weil sich in seinem Leuchtenden Energiefeld kein Bauplan für

Krebs befand. Sein Immunsystem hatte die Krebszellen sofort vernichtet, nachdem George aufgehört hatte, Tabletten zur Ausschaltung der Immunabwehr zu nehmen. Der Krebs trat nie wieder in Erscheinung.

Flüsse des Lichts

Die geometrische Form des Leuchtenden Energiefelds entspricht der des Torus, mit einem Tunnel in der Mitte, dessen Durchmesser kleiner als ein Molekül ist. In der Inka-Sprache heiß diese Form *popo* oder leuchtende Blase. Personen mit Nahtod-Erfahrungen berichten von der Reise durch diesen Tunnel bei ihrer Rückkehr ins Licht. Das menschliche Energiefeld ist ein Abbild des irdischen Magnetfelds, das dem Nordpol entspringt, den ganzen Planeten umströmt und am Südpol wieder in die Erde eintritt. In ähnlicher Weise treten die Feldlinien oder *cekes* des Leuchtenden Energiefelds oben aus dem Kopf aus und laufen am leuchtenden Körper hinab, wobei sie ein großes Oval mit dem Durchmesser der ausgestreckten Arme formen. Unser Energiefeld reicht ungefähr 30 Zentimeter in den Erdboden und tritt dann durch die Füße wieder in unseren Körper ein.



Die einzelnen Schichten des Leuchtenden Energiefelds

Obgleich die Stärke des irdischen Magnetfelds mit zunehmender Entfernung von der Erdoberfläche schnell abnimmt, ist sie doch niemals gleich Null. Das Magnetfeld reicht hunderte von Kilometern in den Weltraum, bevor es an Kraft verliert, und rast mit einer Lichtgeschwindigkeit von fast 300000 Kilometern pro Sekunde an den Rand unseres Universums.

Das menschliche Energiefeld scheint sich auch nur etwas mehr als einen Meter über unseren Körper hinaus auszubreiten, und genau wie das Magnetfeld der Erde verliert es schlagartig an Stärke. Dennoch rast auch das menschliche Energiefeld mit Lichtgeschwindigkeit von uns weg und verbindet uns auf diese Weise mit der leuchtenden Matrix des gesamten Universums die bei den Inka *texemuyo* hieß oder das alles durchdringende Netz.

Über die Erdoberfläche laufen Feldlinien oder *cekes*, die den Meridianen in der Akupunktur ähneln und die die Hauptchakras der Erde miteinander verbinden. Die Meridiane der Erde durchdringen den Globus und transportieren Energie und Information rund um den Planeten. Die Schamanen behaupten, sie könnten untereinander über die leuchtende Matrix kommunizieren, die von den Feldlinien der Erde erzeugt wird. Ein Heiler kann das leuchtende Gitternetz des Universums, das sich über die Erde hinaus bis zu den Galaxien erstreckt, fühlen und manchmal auch sehen.

In der technologischen Gesellschaft sind viele Menschen nicht mehr an die Matrix des Universums angeschlossen. Oft haben sich die Menschen, die mit Symptomen chronischer Müdigkeit zu mir kommen, völlig von der natürlichen Welt abgeschnitten. Sie gehen nicht mehr im Wald spazieren, pflanzen keine Tomaten mehr in ihrem Garten und riechen nicht mehr den Duft der Blumen. Ich will damit nicht behaupten, dass Waldspaziergänge allein chronische Müdigkeit heilen, die ein sehr komplexes medizinisches Phänomen ist. Dennoch benötigen Menschen mit diesem Krankheitssymptom den vitalen Wiederanschluss an das natürliche System als Teil ihrer Heilung.

Wie die Feldlinien an der Erdoberfläche laufen, so laufen die Akupunktur-Meridiane entlang der Hautoberfläche und verbin-

den die einzelnen Akupunkturpunkte (die in Wirklichkeit sehr kleine Chakras sind) miteinander. Diese Energie-Meridiane entsprechen dem Kreislaufsystem im Innern des Körpers. Sie sind die Arterien und Venen des Leuchtenden Energiefelds.

Die indigenen amerikanischen Heiler kennen diese Meridiane als *rios de luz,* Flüsse des Lichts, die innerhalb des leuchtenden Körpers strömen. Der Legende nach waren vor 5000 Jahren die ersten Akupunkteure in der Lage, diese Meridiane zu sehen, die die Körperoberfläche umspannen. Selbst heute sind die berühmtesten Akupunkteure Japans blind. Sie haben ihre diagnostischen Fähigkeiten entwickeln können, weil sie nicht von der physischen Erscheinung abgelenkt werden. Sie folgen dem Fluss von *chi* mit ihren Fingern und spüren so seinen Puls und Rhythmus entlang der Akupunktur-Meridiane. Indem sie wahrnehmen, wo der Fluss von *chi* blockiert ist und wo er kraftvoll strömt, diagnostizieren sie entweder Gesundheit oder Krankheit.

Die mystischen Traditionen sind voll mit Hinweisen auf Menschen, die das Leuchtende Energiefeld wahrnehmen können. Bei den Inka heißen sie *kawak,* Seher. In der Nazca-Ebene im Süden Perus gibt es eine verlassene Stadt namens Kawachi (»der Ort der Sehenden«), wo Menschen lernten, die leuchtende Natur des Lebens wahrzunehmen. Über die Jahre hinweg habe ich die Fähigkeit entwickelt, die Lichtströme zu sehen, die durch den leuchtenden Körper fließen. Ich kann die Abdrücke von Gesundheit und Krankheit lesen. Ich bin davon überzeugt, dass es sich hierbei um eine angeborene Fähigkeit handelt, die wir alle besitzen, aber entweder nicht entwickelt oder dadurch verloren haben, dass man uns im Alter von sieben oder acht Jahren erzählte, dass die materielle Welt die einzig »reale« Welt sei. Überall in Amerika verlassen sich die Schamanen auf ihre Fähigkeit, den energetischen Bereich wahrzunehmen.

Vor fast 20 Jahren hatte ich während eines Aufenthalts in Cuzco, der Hauptstadt des Inka-Reichs, die Gelegenheit, einen Heiler namens Maximo dabei zu beobachten, wie er eine indianische Frau behandelte. Die alte Frau litt an Asthma und bekam Hustenanfälle, wenn sie schon die kleinste Treppe hochlaufen musste. Nach den gewöhnlichen Begrüßungen und Einführungen bat Maximo die Frau, sich hinzusetzen und ihre Bluse aufzuknöpfen. Er hockte sich hinter sie und begann mit seinem Zeigefinger einer unsichtbarer Linie auf der einen Seite ihres Rückgrats zu folgen. Immer wieder hielt er inne und drückte ihr mit der Fingerspitze tief ins Fleisch, wobei er sie anwies, ruhig zu bleiben und sich zu entspannen. Dann machte er weiter damit, bestimmte Linien auf ihren Rücken zu zeichnen und an verschiedenen Stellen so stark zu drücken, dass die Frau vor Schmerz zusammenzuckte.

Maximo stimulierte die exakten Punkte, die bei der Akupunktur für die Behandlung von Asthma benutzt werden. Nach der Behandlung drückte ich ihm meine Bewunderung aus, und die Reaktion des Heilers erstaunte mich abermals. Er meinte, dass er noch nie etwas von Akupunktur und der Existenz bestimmter Punkte gehört hätte. Er hätte diese Behandlungstechnik von seiner Großmutter gelernt, die ihm beigebracht hatte, die Flüsse des Lichts oder *cekes* auf der Haut wahrzunehmen und die Punkte zu massieren, wo der Energiefluss blockiert war, sodass das Licht wieder frei fließen konnte. Als sein letzter Patient gegangen war, fragte ich Maximo, ob er die Flüsse des Lichts beschreiben könne, damit ich ihn besser verstand. Er lächelte mich an und forderte mich auf, mich bis auf die Unterhose auszuziehen. Dann nahm er den knallroten Lippenstift seiner Frau Anita und kennzeichnete die Lichtflüsse auf meinen Körper. Ich stand auf dem Tisch im Esszimmer und Maximo fotografierte mich gerade, als Anita und ihre beiden

Töchter hereinkamen und sofort wieder schreiend aus dem Haus liefen. Hinterher fand ich heraus, dass Maximos Frau weniger darüber geschockt war, einen halb nackten Mann auf ihrem Esszimmertisch zu sehen, als vielmehr darüber, dass wir ihren einzigen Lippenstift verwendet hatten. Nach meiner Rückkehr nach Kalifornien verglich ich die Fotos mit Schaubildern der chinesischen Akupunktur-Meridiane – sie stimmten exakt überein. Für Maximo und andere Schamanen sind die Flüsse des Lichts im Körper nur Nebenflüsse, die mit den großen leuchtenden Flüssen verbunden sind, die auf der Erdoberfläche laufen.

Die Chakras

Viele Menschen überrascht es, dass Chakras auch in den ursprünglichen amerikanischen Traditionen existieren. »Ich dachte, Chakras kommen aus dem Hinduismus«, höre ich die Leute immer wieder sagen. Die Chakras sind Teil der Anatomie des Leuchtenden Energiefelds. Nur weil die Europäer ein bestimmtes Organ »Nieren« genannt haben, haben nicht nur die Menschen in Europa Nieren. Ebenso wenig sind die Chakras eine ausschließlich hinduistische Angelegenheit.

Jedes lebende Wesen hat Chakras. Grillen haben sie genauso wie Hirsche, Eichhörnchen und Menschen. Selbst Bäume haben Chakras. Bei den Tieren verlaufen die Chakras wie bei den Menschen entlang der Wirbelsäule. Im Gegensatz dazu sind die Chakras eines Baums beweglich, weil Bäume keine feste Linie haben. Du kannst die Oberfläche eines Baums mit den eigenen Händen abtasten. Wenn du ein Kribbeln spürst, das auf die Anwesenheit eines Chakras hindeutet, dann halte diese Stelle mit beiden Händen (sie hat ungefähr die Größe eines Basketballs). Indem du das Chakra leicht anstößt, um es mit einem

deiner eigenen Chakras zu verbinden, kannst du dich energetisch an den Baum anschließen.

In manchen Gebieten Südamerikas heißt das Chakra *ojos de luz* oder Auge des Lichts. Mein Inka-Mentor nannte sie *pukios* oder Lichtbrunnen. Mit Hilfe der Chakras nehmen wir die Welt auf. Wir nehmen Liebe in unserem Herzen wahr (viertes Chakra); Sexualität, Angst und Gefahr in unserem Bauch (zweites Chakra); und Einsicht und Verstehen zwischen den Augenbrauen (sechstes Chakra). In unliebsamen Situationen kann sich das zweite Chakra verkrampfen, sodass wir einen Knoten im Bauch spüren. Weil wir uns sicher sind, dass wir Gefühle mit dem Herzen wahrnehmen, assoziieren wir Liebe mit dem Herzen und Traurigkeit mit Herzschmerzen.

In den östlichen Traditionen geht man davon aus, dass sich die Chakras auf den menschlichen Körper beschränken. Für den Schamanen jedoch gehen von den Chakras leuchtende Fäden oder *huaskas* aus, die weit über den Körper hinausreichen und uns mit Bäumen, Flüssen und Wäldern verbinden. Diese leuchtenden Fäden verbinden uns auch mit unserem Geburtsort und dem Platz, an dem wir leben, sowie mit unserer individuellen Geschichte und Zukunft. Während die hinduistische Tradition von sieben Chakras ausgeht, lehrten mich die Schamanen, bei denen ich meine schamanistische Ausbildung erhielt, zwei weitere wahrzunehmen: das achte Chakra oberhalb des leuchtenden Körpers, aber noch im Leuchtenden Energiefeld, das *wiracocha* oder der Ursprung des Heiligen genannt wird; und das neunte Chakra außerhalb des Körpers, das im Unendlichen, in der Welt des Spirits liegt und mit der ganzen Schöpfung eins ist, bekannt als *causay*, der Punkt der nichtmanifesten Kreation – der Unendlichkeit. Ich beschreibe das Chakra-System im Detail in Kapitel 6.

Die Chakras sind die Organe des Leuchtenden Energiefelds.

Sie sehen aus wie wirbelnde Scheiben mit einem großen Mund in der Mitte, der sich ein paar Zentimeter außerhalb des Körpers dreht und durch den sie die strahlende Nahrung aus dem leuchtenden Körper aufnehmen, die unser spirituelles, emotionales und kreatives Leben versorgt. Das enge, trichterförmige untere Ende ist direkt mit der Wirbelsäule verbunden. Die Chakras übertragen Informationen über zurückliegende Traumata und Schmerzen, die sich als Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld befinden, an unser Nervensystem. Die Chakras bestimmen unsere Neurophysiologie, steuern unsere Stimmungen und beeinflussen unser emotionales und körperliches Wohlergehen. Die Chakras sind darüber hinaus mit den endokrinen Drüsen verbunden, die das gesamte menschliche Verhalten bestimmen.

Ein langes und strahlendes Leben

Wenn das Leuchtende Energiefeld von außen durch schädliche Umwelteinflüsse oder von innen durch negative Emotionen durcheinander gerät, verstopfen die Chakras. Dieser Vorgang lässt sich mit einer Maschine vergleichen, deren Kolben verdreckt sind. Die Chakras sammeln Rückstände an und drehen sich immer langsamer, sodass wir weniger Energie haben und schnell verwirrt und deprimiert sind. Schließlich hören sie ganz auf, sich zu drehen, und unser Immunsystem bricht zusammen. Die Qualität der Brennstoffreserven im Leuchtenden Energiefeld hat auch Auswirkungen auf unser Alter. Wenn unser Energienachschub giftig wird, leiten die Chakras diese Gifte weiter ans zentrale Nervensystem, wodurch wir ernsthaft oder sogar lebensbedrohlich krank werden können. Unsere weitere Gesundheit hängt dann davon ab, wie wirksam wir unseren Energiehaushalt wieder erneuern können. Die Qualität der leuch-

tenden Energie, die uns zur Verfügung steht, beeinflusst auch unseren Alterungsprozess.

Wissenschaftler, die sich mit dem Altern befassen, haben herausgefunden, dass die biologischen Uhren in unserem Körper nicht linear laufen. Unsere Zellen haben keine von vornherein begrenzte Lebenserwartung. Sie haben stattdessen eine begrenzte Anzahl von Teilungen, um sich selbst durch Duplikation zu erneuern. Eine Leberzelle kann sich, sagen wir 100 Mal selbst kopieren, bevor sie anfängt, nicht mehr richtig zu funktionieren. Wenn man ein paar von ihnen nach 49 Zellteilungen einfrieren und sie nach 100 Jahren wieder im Labor auftauen würde, würden sie sich noch 51 Mal weiter teilen. Obwohl jede Leberzelle sich beispielsweise 100 Mal erneuern kann, haben unser Lebensstil und besonders unsere Essgewohnheiten einen großen Einfluss darauf, ob wir die volle Lebensspanne der Leberzelle auch miterleben. Exzessiver Genuss von Alkohol kann die Lebensdauer unserer Leber verkürzen. Die Qualität der Reserven im Leuchtenden Energiefeld ist für unsere Langlebigkeit genauso wichtig wie unser Lebensstil und unsere Ernährung. Obgleich der Einfluss der Reserven im leuchtenden Körper auf die Lebensdauer der Zellen in keiner Laboruntersuchung berücksichtigt wird, sind die Schamanen davon überzeugt, dass die Reinheit dieser lebendigen Energie unser Lebensalter bestimmt. Wenn wir emotionalem oder körperlichem Stress unterliegen, brauchen wir diese Reserven sehr schnell auf. Unsere Energiedepots fallen auf einen gefährlichen Niedrigstand. Das Leuchtende Energiefeld kann nur so lange als volle Batterie funktionieren, wie es in der Lage ist, sich selbst zu regenerieren. Wir alle kennen Menschen, die nach einem traumatischen Vorfall in ihrem Leben plötzlich altern – sei es eine Scheidung oder der Tod eines geliebten Menschen. Je sorgfältiger wir mit unseren leuchtenden Reservoir umgehen

und je bewusster wir es immer wieder erneuern, desto gesünder und länger werden wir leben.

Der Illuminationsprozess, der in Kapitel 7 beschrieben wird, ist eine Möglichkeit, um die Reserven im Leuchtenden Energiefeld wieder aufzufüllen. Eine andere besteht darin, unsere Chakras zu säubern. Dies geschieht am besten am Morgen unter der Dusche. Leg deine linke Hand auf das untere Ende der Wirbelsäule und fühle mit der rechten Hand dein erstes Chakra ungefähr acht bis zehn Zentimeter über der Haut. (Siehe Kapitel 4 für die Anordnung der Chakras.) Dreh das Chakra mit den Fingerspitzen drei bis vier Mal entgegen dem Uhrzeigersinn. Halte danach deine Hände unter das Wasser. Auf diese Weise spülst du die Rückstände und Gifte fort, die sich an der Wand des Chakras abgelagert haben. Verfahre so mit allen Chakras, und vergiss nicht, zwischendurch die Hände gut zu waschen. Versuche die verdichtete Energie zu fühlen, die sich wie Zuckerwatte auf die Chakras gelegt hat. Geh jetzt wieder zum ersten Chakra und dreh es drei bis vier Mal im Uhrzeigersinn. Verfahre so mit allen sieben Chakras. Diese Übung erhöht die Rotationsgeschwindigkeit der Chakras und ermöglicht jedem Energiewirbel, sich in seiner optimalen Frequenz zu drehen. Ein sauberes Chakra ist in der Lage, natürliche Energie einzusaugen, um damit die Reserven im Leuchtenden Energiefeld aufzufüllen und uns in sehr guter gesundheitlicher Verfassung zu halten.

Der Illuminationsprozess kann auch dazu benutzt werden, um eine außergewöhnliche Langlebigkeit zu erreichen. Biologen vergleichen der Alterungsprozess der Zellen manchmal mit dem Herstellen einer Kopie von einer Kopie von einer Kopie. Bei der 99sten Kopie ist das ursprüngliche Bild schließlich kaum noch zu erkennen. Wenn wir auf die 40 zugehen, verliert unsere Haut an Elastizität, die Krähenfüße um unsere Augen

treten stärker hervor, und immer mehr Falten werden sichtbar. Könnten wir doch nur das ursprüngliche Aussehen wiederherstellen und duplizieren! Durch den Illuminationsprozess ist es möglich, eine Kopie vom Original zu erstellen. Wir können unsere verschiedenen Körper aus der Quelle speisen, die alles Leben mit Informationen versorgt. Wenn wir uns durch das Leuchtende Energiefeld heilen, sind wir an dieselbe Quelle angeschlossen, aus der Redwood-Bäume und die Spiralarme der Milchstraße ihre Informationen erhalten.

Abdrücke von Gesundheit und Krankheit

Das Leuchtende Energiefeld enthält Informationen, die uns entweder töten oder heilen können, genauso wie in der DNS Baupläne für Langlebigkeit oder erbliche Krankheiten gespeichert sind. So wie eine Architektenzeichnung den Entwurf eines Hauses darstellt, enthält das Leuchtende Energiefeld den Entwurf unseres Körpers. Aber im Gegensatz zu einer Bauzeichnung, die vom Alterungsprozess des Hauses nicht beeinflusst wird, ist der Zustand unserer leuchtenden Schablone abhängig von den positiven und negativen Erfahrungen, die wir im Leben machen. Ungelöste psychologische und spirituelle Traumata sind wie Kratzer in unseren leuchtenden Feldern eingraviert. Positive Erfahrungen hingegen führen zu keiner Markierung im leuchtenden Körper. Die Ruhe und Klarheit, die wir durch spirituelle Praxis entdecken, ist der Brennstoff für die innersten Schichten des Leuchtenden Energiefelds und damit energetische Nahrung für die Seele und den Spirit.

Die Blaupause, die uns bestimmt und sich schon im Mutterleib entwickelt, enthält Erinnerungen aus all unseren früheren Leben – wie wir gelitten und geliebt haben, welche Krankheiten wir hatten und wie wir gestorben sind. Im Osten werden

diese Abdrücke als Karma bezeichnet, als eine gewaltige Kraft, die durch unser Leben rauscht wie eine riesengroße Flutwelle, aus der wir uns nicht freischwimmen können. Die Abdrücke enthalten Anweisungen, die uns scheinbar dazu zwingen, bestimmte Ereignisse aus der Vergangenheit zu wiederholen. Wir müssen lernen, diese energetischen Abdrücke im leuchtendem Energiefeld aufzuspüren und zu beseitigen, damit Körper, Geist und Spirit wieder zum gesunden Zustand zurückkehren können.

Die äußerste Schicht des Leuchtenden Energiefelds ist die Membran oder »Haut« des leuchtenden Körpers. So wie die Haut unseren physischen Körper nach außen hin abschirmt, dient auch die Membran als schützender Kokon. Ähnlich wie man bestimmte Muster in Glas ritzen kann, sind die Abdrücke physischer Traumata und Krankheiten in diese Membran eingraviert. Wenn ich mit einem Klienten arbeite, der an einer langen Krankheit leidet, stoße ich fast immer auf einen energetischen Abdruck, der das Immunsystem unterdrückt. Wenn dieser Abdruck nicht beseitigt wird, kann sich die Genesung über Monate oder sogar Jahre hinziehen. Außerdem kann die Krankheit jederzeit erneut durchbrechen und wird auch als Abdruck ins nächste Leben mitgenommen. Abdrücke in der emotional-mentalen Schicht des Leuchtenden Energiefelds veranlagen uns zu einer bestimmten Lebensweise und führen uns mit bestimmten Menschen zusammen und in Beziehung. Solche Abdrücke diktieren unser emotionales Leben. Es ist sehr schwer, das Verhalten zu ändern, ohne die Abdrücke aus dieser Schicht zu entfernen. Die Abdrücke, die in der ätherischen Schicht gespeichert sind, bestimmen unsere körperliche Realität; diejenigen in der kausalen oder spirituellen Schicht choreografieren unsere Reise durch das Leben und sind verantwortlich für den Grad der spirituellen Ruhe und Erfüllung, den wir erreichen werden.

Ein Abdruck, der im leuchtenden Körper gespeichert ist, hat eine gewisse Ähnlichkeit mit einem gespeicherten Buchstaben eines Computers. Wenn du einen Schraubenzieher nimmst und damit auf die Festplatte losgehst und sie untersuchst, wirst du keine Wörter und keine Sätze aufspüren, da die Sprache des Computers nur aus Nullen und Einsen besteht. Das Leuchtende Energiefeld ist ähnlich kodiert. Missbrauch in der Kindheit ist nicht abgespeichert als Bild eines geschlagenen Kindes. Ebenso wenig erscheint ein Krebs im Energiemuster als Geschwür. Vielmehr erscheinen beide Abdrücke denen, die sie sehen können, als Stellen dunkler, stagnierender Energie. Wenn ein Abdruck aktiviert ist, spult er seine Programme ab und versorgt sie aus den Energiereserven des Leuchtenden Energiefelds. Dieser Vorgang ist nur sehr schwer zu unterbinden. Es ist, als befände man sich auf einem Floß in einem reißenden Strom. Es gibt keine Möglichkeit, das Floß zu steuern oder wieder ans Ufer zu steigen. Du musst durch alle Stromschnellen und Wasserfälle hindurch, bevor das Floß irgendwann und irgendwo ans Ufer gespült wird.

Die Abdrücke entstehen dadurch, dass die negativen Emotionen nach einem seelischen Trauma nicht geheilt werden. Eine Klientin erhielt einen starken Abdruck durch die Trennung ihrer Eltern. Susan war damals sieben Jahre alt und glaubte, dass ihr Vater gegangen war, weil sie etwas falsch gemacht hatte. Sie kämpfte mit heftigen Verlustängsten, die erst an die Oberfläche brachen, als sie schon zwei Jahre verheiratet war. Erst jetzt wurde der Abdruck plötzlich aktiviert. Obwohl sie ihren Mann liebte und er ihr niemals einen Grund gegeben hatte, an ihm zu zweifeln, war sie auf einmal davon überzeugt, dass sie sich nicht auf ihn oder irgendeinen anderen Mann verlassen konnte, wenn sie wirklich Hilfe brauchte. Ihr Mann konnte nichts tun, um sie von ihrer Überzeugung abzu-

bringen. Als ich ihr Leuchtendes Energiefeld abtastete, entdeckte ich ein Bündel verknoteter Fäden über ihrer linken Schulter, das aussah wie ein verheddertes Wollknäuel. Wenn ein Abdruck aktiviert ist, fängt er im Leuchtenden Energiefeld zu pulsieren an. Susans Feld vibrierte oberhalb ihrer Schulter. Jahrelange Psychotherapie hatte ihr geholfen, ihre Verlustängste zu verstehen, aber die Therapie allein vermochte den Abdruck nicht zu löschen. Krisen oder emotionaler Stress aktivieren das Skript, das sich in dem Abdruck befindet. Es fängt an, sich einfach wieder abzuspulen. So traten ihre Verlustängste erneut an die Oberfläche und wurden auf jeden Mann in ihrer Umgebung projiziert. Nach drei Sitzungen war Susan in der Lage, ihrem Mann wieder zu vertrauen. Sie hatte ihrem Vater vergeben und ihre Beziehung zu ihm wiederhergestellt.

Dennoch hatte ich auch mit Klienten zu tun, die körperlichen und emotionalen Missbrauch erlitten hatten – zum Beispiel Vergewaltigung und Folter während des Kriegs – und keine Abdrücke in ihrem Leuchtenden Energiefeld davontrugen. Sie waren in der Lage, ihren Schmerz und ihre negativen Gefühle, die mit dem Trauma einhergingen, zu heilen. Wir alle kennen Menschen, die großen Verlust erlitten haben, die Herausforderungen und Lektionen des Lebens jedoch akzeptierten und durch sie gewachsen sind. Anderseits kennen wir auch viele, die in ihrem Schmerz und ihrem Trauma versinken. Sie bleiben zutiefst verletzt, sind bitter und verärgert. Wie war es möglich, dass der Psychiater Jerome Frank während des Zweiten Weltkriegs nicht an seinem Aufenthalt in einem Konzentrationslager zerbrach, nachdem seine Familie von den Nazis umgebracht worden war? Wenn wir die emotionalen Auswirkungen einer schmerzlichen Situation noch in der Situation selbst heilen können, hinterlässt sie keinen Abdruck im Leuchtenden Energiefeld. Wenn wir mitten in unserem Schmerz dem Mitge-

fühl und der Vergebung Raum geben, absorbiert das Leuchtende Energiefeld keine zurückbleibenden negativen Energien.

Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld können seltsame und scheinbar zusammenhanglose Ereignisse in der äußeren Welt bewirken. Sie sind dafür verantwortlich, dass wir immer wieder Liebespartner finden, die die gleichen negativen Charaktereigenschaften haben. Sie können uns zu den verrücktesten Orten führen, um dort jemanden zu treffen, den wir treffen sollen. Sie können uns so programmieren, dass wir in dem Auto sitzen, das mit einem entgegenkommenden Fahrzeug zusammenstößt oder von dem Unfall unberührt bleibt. Die Geschichte von Magda verdeutlicht, wie Abdrücke in der ätherischen Schicht des Leuchtenden Energiefelds die physische Welt genauso beeinflussen können, wie sie Krankheiten in unserem Körper hervorbringen.

Magda kam zu mir, weil sie an etwas litt, das sie als »schreckliches Pech« bezeichnete. Sie war allein erziehende Mutter, als ihr einziger Sohn mit 17 Jahren bei einem Verkehrsunfall ums Leben kam. Jedes Mal, wenn sich sein Todestag jährte, befand sich Magda in einer lebensbedrohlichen Situation. In einem Jahr fuhr ihr jemand hinten auf, als sie vor einer Ampel anhielt, und sie musste sich einer Notoperation unterziehen. Im nachfolgenden Jahr brachten sie ernsthafte Verdauungsstörungen auf die Intensivstation, wo sie für eine Untersuchung eine Bariumlösung schluckte. Als daraufhin ihr Herz aussetzte, stellten die Ärzte erschrocken fest, dass sie gegen Barium allergisch war. Dieses Muster der Ereignisse wiederholte sich fünf aufeinander folgende Jahre. Magda verstand nicht, warum sie lebensbedrohliche Traumata immer nur am 26. Februar durchmachte.

Als Magda zum ersten Mal in meinem Büro erschien, meinte sie: »Warum bin nicht ich an seiner Stelle gestorben? Warum

muss ausgerechnet ich weiterleben?« Sie machte sich den Vorwurf, ihrem Sohn erlaubt zu haben, an jenem Abend mit seinen Freunden Auto zu fahren. Ohne ihn fühlte sie sich allein, ohne Aufgabe und Ziel, und es gab für sie keinen Grund weiterzuleben. Während des Illuminationsprozesses hatte Magda Muskelkrämpfe, aber auch Zustände körperlicher Entspannung. Mehrere Male weinte sie, und ihr Körper schüttelte sich dabei. Gegen Ende von einer unserer Sitzungen spürte sie eine tiefe Ruhe; sie konnte fühlen, dass es ihrem Sohn gut ging. Sie fühlte, dass er bei ihr war, um sie zu trösten. In mehreren Sitzungen löschten wir die Abdrücke, die sie immer wieder zu diesen Vorfällen geführt hatten und die in der Psychiatrie als Jahrestagseffekt bekannt sind. Sie fühlte, wie ihre Seelen vereint waren, und war sich sicher, niemals von ihrem Sohn getrennt zu sein. Magda war jetzt dazu fähig, den Verlust ihres Kindes zu betrauern, anstatt weiterhin seinen Unfall zu reaktivieren. Den nächsten 26. Februar verbrachte sie bei bester Gesundheit. Als das energetische Muster durchbrochen war, veränderte sich die Welt um sie herum.

Wenn ein Abdruck aktiviert ist, verseucht seine negative Energie ein Chakra und bewirkt emotionalen Aufruhr oder die Schwächung unserer Immunabwehr. In Magdas Fall wuchs ihr Leiden zu dunklen Sturmwolken heran, die sich immer am Todestag ihres Sohnes entluden. Wenn ich einen Abdruck im leuchtenden Körper feststelle, bemerke ich zuerst die Sturmwolken, die ihn umgeben. Diese dunklen Energien deuten immer auf die Gegenwart eines aktiven Abdrucks. Wenn dieser anfängt, seinen Inhalt auszuschütten, werden wir von Menschen und Situationen angezogen, die es uns möglich machen, diejenigen Umstände erneut zu erleben, die zur ursprünglichen Verletzung geführt haben, um dadurch die Chance zur Heilung zu haben.

Geerbte Abdrücke

Im Urwaldgebiet des Amazonas sprechen die Heiler von Flüchen, die ganze Familien heimsuchen und von einer Generation an die nächste weitergegeben werden. Während meiner Forschungen bei den Schamanen entdeckte ich, dass es sich bei den Flüchen um eine Metapher dafür handelte, dass Abdrücke auch mehrere Generationen lang wirksam bleiben können. Die bekannteste Form eines generationsübergreifenden Abdrucks sind die körperlichen Merkmale, die wir von unseren Eltern erben. Herzschwäche und Brustkrebs sind bekannt dafür, dass sie in den Familien weitergegeben werden. Wenn deine Mutter und deine Großmutter an einem Herzleiden gestorben sind, ist das genetische Risiko hoch, dass auch du etwas mit dem Herzen zu tun bekommst. Derartige Erbfaktoren sind auch im Leuchtenden Energiefeld archiviert.

Eigentlich kam Ken zu mir, weil er Probleme in seiner Beziehung hatte. Er und seine Frau taten sich schwer, sich an ihr neues Leben als Ehepaar zu gewöhnen, und wollten von mir beraten werden. Während unseres Gesprächs bemerkte ich einen dunklen Punkt in Kens Energiefeld, ungefähr 15 Zentimeter oberhalb seiner Brust. Als ich mir die Stelle genauer anschaute, sah ich eine Art Wurzel, die von diesem dunklen Punkt bis in Kens Herz reichte. Ich fragte ihn, ob es in seiner Familie Herzkrankheiten gegeben habe, aber er meinte, dass seine ganzen Verwandten stabile Herzen hätten und niemand an einer Herzkrankheit gestorben sei. Und er selbst fühle sich gesund und fit. Ich war überrascht, denn ich wusste, dass ich mich auf das, was ich sah, verlassen konnte. Ich empfahl Ken eine gründliche medizinische Untersuchung mit besonderem Schwerpunkt auf der Funktionstüchtigkeit des Herzens. Außerdem sollte er nicht so viel Fleisch essen, täglich Körperübun-

gen machen und sein Herz beobachten. Ich arbeitete zum Abschluss noch mit seinem Herz-Chakra und versuchte mir einzureden, dass er vielleicht nur unter emotionalem Stress litt, den ich irrtümlicherweise für einen physischen Herzzustand hielt.

Drei Tage später rief Ken an und erzählte, dass sein Bruder sich einer Notoperation unterziehen musste und einen vierfachen Bypass am Herzen erhalten hatte. Die Ärzte hatten während einer routinemäßigen körperlichen Untersuchung festgestellt, dass das Herz seines Bruders kurz vor dem Zusammenbruch stand. Kens Untersuchungsergebnisse zeigten, dass sein Herz in Ordnung war. Dennoch wusste ich, dass das Leuchtende Energiefeld bestimmte Zustände offenbaren kann, die sich erst Monate oder sogar Jahre später im physischen Körper manifestieren. Ich riet Ken, die vorbeugenden Maßnahmen zur Stärkung seines Herzens fortzusetzen. Zum Schluss ging ich mit ihm durch den Illuminations-Prozess, um die dunkle Stelle entfernen, bevor sie sich körperlich auswirken konnte. Auf diese Weise heilte Ken sich selbst und musste nicht am Herzen operiert werden.

Sieben Generationen

Die Abdrücke stehen auch in Verbindung mit den psychologischen Eigenschaften, die wir von unseren Eltern erben. Nancy Friday schreibt in ihrem Buch *Wie meine Mutter,* dass sie das Leben ihrer Mutter wiederholte, obwohl sie alles tat, was in ihrer Macht stand, um genau das Entgegengesetzte zu tun. Oft sind wir mit den gleichen Problemen konfrontiert wie unsere Eltern und folgen den gleichen Lebenswegen. Wenn deine Großmutter und deine Mutter viel mit aggressiven Männern zu tun gehabt haben, bist auch du dafür prädestiniert, in einer solchen Beziehung zu landen. Selbst die Bibel sagt, dass die Sün-

den des Vaters sieben Generationen lang weitergegeben werden. Diese Sünden sind keine Verurteilungen unschuldiger Nachfahren, sondern negative Energien, die von einer Generation auf die nächste übergehen. Psychologen glauben, dass die unbewussten Motive und Verhaltensweisen, die wir von unseren Eltern erben, im Bauplan des Gehirns verschlüsselt liegen und dass wir die Schaltkreise durch Psychotherapie neu programmieren können. Ich bin davon überzeugt, dass die Kodes dieser negativen Muster und Verhaltenweisen auch im Leuchtenden Energiefeld enthalten sind und dass durch den Illuminationsprozess oftmals schon in einer Sitzung ein Heilerfolg erzielt wird, für den die Psychotherapie unter Umständen Jahre braucht.

Psychotherapie arbeitet nur mit Worten, und das reicht oft nicht aus, um wirkliche Heilung stattfinden zu lassen. Psychologen glauben, dass man sich vom unbewussten Einfluss bestimmter »Antriebe« oder »Neurosen« befreien kann, wenn man sich ihre Wirkungsweise bewusst macht. Im Gegensatz dazu glauben die Schamanen, dass intellektuelles Wissen nur an der Oberfläche kratzt und keine dauerhafte Heilung hervorbringen kann. Wenn eine Frau zum Beispiel weiß, dass sie als Kind sexuell missbraucht worden ist, kann sie verstehen, warum sie keinen Männern traut. Aber dieses Verstehen allein hilft ihr noch nicht, eine glückliche intime Beziehung einzugehen. Wir wissen alle, dass wir uns mehr bewegen, weniger Süßes essen und öfter meditieren sollten, aber dennoch müssen wir uns immer wieder zu den Dingen zwingen, die gut für uns sind. Die rationale Vernunft hat wenig Einfluss auf unsere Gefühle und unsere körperlichen Bedürfnisse, Ängste und Sehnsüchte. Im Illuminationsprozess können Durchbrüche stattfinden, weil er an der kausalen Schicht des Leuchtenden Energiefelds ansetzt. Eine Gesprächstherapie hingegen arbeitet nur auf menta-

lem Gebiet und ist daher nicht in der Lage, uralte Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld zu verändern.

Es existiert noch eine andere Art von Abdruck, die von einer Generation an die nächste weitergegeben wird, vom Vater an den Sohn und von der Mutter an die Tochter. Ich lernte, ihn ernst zu nehmen, weil ich ihn in meiner eigenen Familie am Werk sah. Mein Großvater verlor mit 45 Jahren alles während der Großen Depression. Mein Vater war 46 und ein wohlhabender Rechtsanwalt in Havanna, als er seine Arbeit und seine weltlichen Besitztümer nach der Machtergreifung der Kommunisten verlor. Für meinen Vater war Erfolg gleichbedeutend mit materiellen Errungenschaften. Ihm war wichtig, wie viel er verdiente, welches Haus er sich leisten konnte und auf welche Schule seine Kinder gingen. Als wir nach der Revolution aus Kuba geflohen waren, war er fest entschlossen, alles noch einmal aufzubauen und den gleichen materiellen Wohlstand zu erreichen, zu dem er es schon einmal gebracht hatte. Die nächsten 25 Jahre schuftete er Tag und Nacht, sah kaum seine Familie und gönnte sich keinerlei Vergnügungen. Als er Anfang 70 war, zog er sich aus der aktiven Berufstätigkeit zurück und genoss einen relativen Wohlstand. Ein paar Monate nachdem er aufgehört hatte zu arbeiten, rief er mich an und erzählte mir, dass er am Morgen mit dem Gefühl aufgewacht sei, eigentlich noch gar nicht richtig gelebt zu haben. Kurze Zeit später begab er sich auf eine große Weltreise, die ihn nach Europa, China und zu anderen Orten führte, die er immer hatte sehen wollen. Es war zwar nicht zu spät dafür, aber er hatte bereits ein Vierteljahrhundert verloren.

Als mein Bruder 48 geworden war, entdeckten die Ärzte einen bösartigen Tumor in seinem Gehirn. Trotz intensiver Bestrahlung und Chemotherapie starb er wenige Monate später in der Blüte seiner Jahre und hinterließ eine wunderbare Frau und

zwei wunderbare Kinder. Als ich selbst 45 Jahre alt war, war ich auch mit dem Verlust all dessen konfrontiert, was ich liebte. Durch meine erfolgreichen Bücher war ich zu einem begehrten Redner und Lehrer geworden. Vier Tage pro Woche war ich unterwegs, um Vorträge über energetische Medizin und Schamanismus zu halten. Für meine Familie blieb nur wenig Zeit. Obwohl ich mich sehr bemühte, meine Ehe zu retten, und auch Therapie und Beratung in Anspruch nahm, ging unsere Beziehung auseinander. Kurz nach unserer Trennung fiel meine sechsjährige Tochter vom Pferd und musste sich mit einem Riss in der Leber einer Notoperation unterziehen. Ich leitete gerade eine Expedition in den Amazonasdschungel, als dies geschah, und suchte einen berühmten Medizinmann namens Don Ignazio auf. Der Schamane war ein großer Seher, und als ich ihm berichtete, was in den letzten sechs Monaten meines Lebens geschehen war, sprach er von einer dunklen Masse über meinem Herzen.

»Es ist die Trauer, die ich fühle«, meinte ich zu ihm.

»Nein«, sagte er, während er seine Hand ruhig über mein Herz legte. »Es ist das Unglück deines Großvaters.« Er erzählte, dass der Vater meines Vaters die Karriere eines anderen Mannes ruiniert und damit dessen Zorn auf sich geladen hatte. Dieser »Fluch« wurde auf meinen Vater übertragen, auf meinen Bruder und zuletzt auf mich.

»Du kannst versuchen, ihn loszuwerden, indem du dich für den Rest deines Lebens mit Widersachern herumschlägst«, erklärte Don Ignazio, »oder du kannst dein Herz heilen, und die äußere Welt verändert sich entsprechend.«

An diesem Abend half mir Don Ignazio, mein Herz zu heilen. Er reinigte den dunklen Nebel über meinem Herz-Chakra sowie den geerbten Abdruck, der in mein Leuchtendes Energiefeld gebrannt war. Am nächsten Morgen flog ich zurück in

die Vereinigten Staaten. Wenige Tage später verließ meine Tochter die Intensivstation des Kinderkrankenhauses und wurde wieder vollständig gesund. Es war zu spät, um meine Ehe zu retten, aber die Beziehung zu meinen Kindern ist gewachsen und enger geworden. Heute verbindet uns eine tiefe Freundschaft. Sie haben mir beigebracht, ein guter Vater zu sein. Durch diese Erfahrung wurde mir bewusst, wie ein Abdruck von einer Generation auf die nächste weitergegeben werden kann. Wenn wir die Abdrücke in uns beseitigen, heilen wir auch unsere Eltern und unsere Kinder. Ich glaube, ich habe es meinem Sohn erspart, im Alter von 46 Jahren in eine große Lebenskrise zu geraten, um seine männliche Abstammungslinie in den letzten paar Generationen zu heilen. Ich bin froh, dass ich alles mit einer intakten Familie überstanden habe, auch wenn meine Ehe in die Brüche ging. Ich brauchte nicht wie mein Vater 25 Jahre, um wieder auf die Beine zu kommen.

Das Entfernen der Abdrücke

Für uns gläubige Physiker ist die Unterscheidung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft eine Illusion, die sich hartnäckig hält.
Albert Einstein

Die Arbeit des Schamanen besteht darin, die negative emotionale Energie, die einen Abdruck umgibt, aufzulösen und danach den Abdruck selbst zu löschen. In den ersten Stufen der Ausbildung zum Schamanen wird das Leuchtende Energiefeld des Betreffenden gründlich gereinigt oder »poliert«. Da sich der Schamane nicht länger mit seiner persönlichen Geschichte identifiziert, kann die Heilerin der Navajo sagen: »Die Berge bin ich, die Flüsse bin ich.« Schamanen mögen Verlust, Hunger, Schmerzen und Missbrauch erfahren haben, aber ihrem

Verstehen nach befinden sie sich in erster Linie auf einer großen Reise durch die Unendlichkeit.

Dieses Verstehen ist das Ziel des Heilens durch den Illuminationsprozess. Ich lege keinen großen Wert darauf, wie ein Psychologe in die persönlichen Geschichten meiner Klienten einzudringen. Stattdessen möchte ich, dass meine Klienten begreifen, dass sie nicht ihre Geschichte sind und keine Schauspieler in einem Stück, das von ihrem Vater oder ihrer Mutter geschrieben worden ist und von der Kultur und Zeit geprägt wird, in der sie zufällig gerade leben. Ich möchte, dass sie verstehen, dass sie selbst Geschichtenerzähler sind. Um das zu erreichen, muss ich zu den bestimmenden Abdrücken im Leuchtenden Energiefeld Zugang haben. Es ist nicht leicht, diese Abdrücke direkt wahrzunehmen. Es ist, als schaue man sich einen Film an, indem man das Videoband aus der Kassette zieht. Wir können den Film nur verfolgen, wenn uns eine vermittelnde Technik zur Verfügung steht, in unserem Beispiel also ein Videorekorder und ein Fernsehbildschirm.

Die Verbindung zwischen der materiellen Welt und dem Leuchtenden Energiefeld sind die Chakras. Diese sich drehenden Energiewirbel sitzen quasi direkt auf dem Gleichheitszeichen in Einsteins Gleichung $E = mc^2$. Die Chakras stellen die Energien zur Verfügung, die unsere unmittelbare Umwelt gestalten und den physischen Körper veranlassen, entweder Gesundheit oder Krankheit zu erzeugen. Mit Hilfe der Chakras sind wir in der Lage, die Welt der Materie hinter uns zu lassen und in die Sphäre der Energie einzutreten.

Teil 2

Die Leuchtende Welt

Die Mysterienschulen der Vergangenheit lehrten die Geheimnisse unserer transzendenten Natur. Sie wurden gegründet von Visionären aus dem fruchtbaren Halbmond zwischen Euphrat und Tigris und von Schamanen aus China und Tibet. Ihre Lehren existieren bis auf den heutigen Tag. Viele Menschen haben sich mit der Kabbala, dem I Ging, dem Tantra und dem tibetischen Buddhismus befasst. Darüber hinaus gibt es ausgezeichnete Heilmethoden, die von Reiki-Meistern und anderen Praktizierenden der Energieheilung angewendet werden. Uns steht eine große Vielfalt spiritueller Praktiken zur Verfügung, einschließlich Yoga und Meditation, die uns auf unserem Weg unterstützen können.

Ähnliche Mysterienschulen existierten auf dem amerikanischen Kontinent bei den Maya, den Hopi, den Inka und anderen Volksstämmen. Sie alle sprechen von neun Toren oder Pforten, die diejenigen durchschreiten müssen, die zur Weisheit erwachen wollen. Jeder einzelne Durchgang entspricht einem Chakra. Die Inka-Schamanen, mit denen ich zu tun hatte, kannten neun Chakras. Auf seinem Weg zur Selbsterkenntnis muss der Weise durch all diese Energiezentren hindurch. Sieben von ihnen befinden sich im Körper, eines im Leuchtenden Energiefeld und ein weiteres außerhalb. Durch die beiden höchsten Chakras betritt der Schamane die transpersonale Realität.

In den nachfolgenden Kapiteln beschreibe ich die Anatomie des Leuchtenden Energiefelds aus schamanistischer Sicht. Sie beinhalten Übungen, um unsere Fähigkeit zu wecken, in die unsichtbare Welt der Energie hineinzuschauen. Ich nenne die Fähigkeit, Energie zu sehen, die »Zweite Wahrnehmung«, um sie von der gewöhnlichen Wahrnehmung im Alltag zu unterscheiden. Es handelt sich dabei um wirkungsvolle praktische Methoden, mit deren Hilfe man die Räume zwischen den Din-

gen und die leuchtende Realität, die uns umgibt, wahrnehmen kann.

Kapitel 6 enthält das Konzept des heiligen Raums. Mein Mentor hat mich immer daran erinnert, einen heiligen Raum zu öffnen und selbst aus dem Weg zu gehen. Er bezog sich damit auf die immense spirituelle Unterstützung, die uns durch Heiler aus der unsichtbaren Welt zur Verfügung steht. Nachdem ich alle Methoden erlernt hatte, begriff ich, dass ich selbst überhaupt nichts tun musste. Eigne dir die in Kapitel 6 beschriebenen Techniken an, um mit ihnen Räume zu öffnen, in denen der Spirit den Körper berühren und mit seiner Weisheit durchfluten kann. Probiere diese Methoden einfach aus und beobachte, was geschieht. Der Weg des Schamanen ist ein Entdekkungsprozess, und letztlich sind deine eigenen Erfahrungen auf diesem Gebiet die zuverlässigsten Quellen für wirkliches Wissen.

4

Die Chakras

Gestern Nacht beobachtete ich die *cekes,* die leuchtenden Fäden, die von meinem zweiten Chakra ausgehen. Wir befanden uns in einem üppigen Tal voller Kiefern und Eukalyptusbäume. Nach dem Abendessen dachte ich, wir machten noch einen kleinen Spaziergang, aber Antonio führte mich immer tiefer in den Wald. Der Mond war fast voll, und wenn sich die Wolken teilten, konnten wir gut unseren Weg finden. War der Mond jedoch hinter den Wolken, umgab uns eine fast totale Finsternis. Schließlich kamen wir an eine Lichtung, wo Antonio mich bat, auf einem großen runden Stein Platz zu nehmen und mich mit einer hoch gewachsenen Kiefer zu verbinden, die ungefähr zehn Meter von mir entfernt stand. Ich schloss die Augen und streckte mich geistig zu dem Baum hin aus.

»Nicht mit dem Kopf, *nino«,* sagte er.

Ich mochte es gar nicht, dass er mich »Kind« nannte, und er wusste es auch. Mir war klar, dass er diese Formulierung nur benutzte, wenn er mit dem, was ich tat, nicht einverstanden war.

»Mit deinem Bauch«, sagte er. »Lass einen Lichtstrahl von deinem *cosco* (zweiten Chakra) zum Baum gehen.«

Als ich das tat, spürte ich in den Eingeweiden eine Verbindung, die sich so real anfühlte, als würden wir uns berühren. Ich konnte die Beschaffenheit der Rinde spüren und sogar in den Baum selbst hineinfühlen. Als Antonio mich aufforderte, die Augen zu öffnen, sah ich einen Lichtfaden aus meinem Bauch herauskommen.

»Lass den Baum nun in Ruhe und verbinde dich mit deiner frühesten Erinnerung. Versuch dich daran zu erinnern, wie es war, als du ein kleines Baby warst und noch nicht laufen konntest. Verknüpf den Faden mit diesem Jungen«, sagte er.

Ich versuchte es fast eine ganze Stunde lang, und Antonio wurde langsam ungeduldig. »Du denkst zu viel«, meinte er. »Hör auf zu denken. Mach es einfach.«

Und dann gelang es mir plötzlich. Ich konnte die Haut des Jungen genauso fühlen, wie ich die Rinde des Baumes gespürt hatte. Ich schmeckte, was er schmeckte, und nahm wahr, wie groß sich die Welt anfühlte. Alle meine Sinne waren so aktiv, dass ich es kaum aushalten konnte. Das Ich, das ich wahrnahm, war nicht mehr das Ich, das ich kannte. Es war ein anderes, länger zurückliegendes, jüngeres Ich, das mir aber genauso vertraut war wie mein gegenwärtiges Ich.

Dann bat mich Antonio, dem leuchtenden Faden weiter zu folgen und alle Bilder und Gefühle in mich aufzunehmen. Ich ging auf diesem Faden entlang, als ob ich einem Pfad folgte, und stieß dabei auf Bilder meiner Kindheit und Jugendzeit, an die ich Jahrzehnte lang nicht gedacht hatte: das Kostüm, das ich zu Halloween trug, als ich fünf war; meine Lehrerin in der dritten Klasse, die ich so toll fand; die Zeit, in der unser Hund starb. Es war wirklich eigenartig, ich sah nicht nur die Ereignisse, sondern wurde gleichzeitig von Emotionen überwältigt. Ich sah jeden schmerzlichen und freudigen Moment in meinem Leben. Plötzlich tippte mir Antonio auf die Schulter. »Das nächste Mal«, sagte er, »verbinden wir dich mit dem, der du in 10000 Jahren sein wirst.«

Tagebucheintrag

Die Hopi im Südwesten der USA glauben, dass der Mensch das vollkommene Abbild seines Schöpfers ist. In seinem Werk *Das Buch der Hopi* schreibt Frank Waters: »Die lebendigen Körper von Mensch und Erde waren von gleicher Art. Durch jeden lief eine Achse. Die Achse des Menschen war seine Wirbelsäule, die das Gleichgewicht bei seinen Bewegungen herstellte. Auf dieser Achse lagen Schwingungszentren, welche den Urklang des Lebens durch das ganze Universum widerschallen ließen oder warnten, wenn etwas nicht gut war.« Hinweise auf die Chakras finden sich bei den Hopi, den Inka und den Maya, aber auch in vielen anderen indigenen Kulturen in anderen Teilen der Welt.

Die Beschreibungen der Chakras, die uns am geläufigsten sind, stammen aus dem Yoga. Die Yogaschulen lehren, dass

die Chakras der Spielplatz menschlicher Begierden sind. Jedes Energiezentrum symbolisiert Vergnügen und Leid, die uns an unser Karma binden. Das erste Chakra verbindet uns zum Beispiel mit der materiellen Welt, das zweite mit unserer Sexualität. Yoga ist der Weg der Tugend und Reinheit. Im Yoga überwindet man die Verlockungen der Sinne, um frei zu werden für das Transzendente. Das Wort »Yoga« stammt aus dem Sanskrit und bedeutet wörtlich »ans Joch spannen«. Im übertragenen Sinn meint das Wort »verbinden, was getrennt worden ist« – Körper und Seele werden wieder miteinander vereint; das Weltliche wird wieder eins mit dem Göttlichen. Im Gegensatz dazu leben die amerikanischen Schamanen in einer Welt, in der der Schöpfer nicht von seiner Schöpfung getrennt ist. Es gibt keine Trennung zwischen Himmel und Erde, Spirit und Materie durchdringen einander. Der Schamane glaubt nicht an eine Kluft zwischen dem Körper und dem Spirit oder zwischen der sichtbaren Welt der Formen und der unsichtbaren Welt der Energie. Es gibt nichts, was transzendiert oder wieder miteinander vereint werden müsste. Der Schamane spaltet sich weder von seinen Begierden noch von seiner Erleuchtung ab. Während einige Yogaschulen behaupten, der Mensch sei nicht sein Körper, sagt der Schamane, dass wir sehr wohl unser Körper sind, aber auch noch viel mehr. Er weiß, dass die sichtbare und die unsichtbare Welt ineinander verwoben sind und sich gegenseitig bedingen. Der Grund, warum wir so bereitwillig die östliche Vision akzeptiert haben, liegt darin, dass diese Vision gut zu unserem eigenen Mythos der Verstoßung aus dem Paradies passt. Wir sind im Bewusstsein aufgewachsen, von der Natur getrennt zu sein. Die Seele mag zwar im Körper wohnen, hat aber eigentlich nichts mit ihm zu tun. Westliche Philosophen kennen dieses Phänomen als die Spaltung in Körper und Geist. (Einige hinduistische Schulen – zum Beispiel

Tantra und Advita – lehren, dass es keine Trennung zwischen Körper und Geist gibt und dass wir immer mit der ganzen Natur verbunden sind.)

Diese beiden grundlegenden theologischen Ausrichtungen koexistieren schon tausende von Jahren, wenn auch nicht immer friedlich. Die erste geht davon aus, dass Materie und Spirit getrennt sind. Der Spirit mag zwar die Materie erschaffen haben, wohnt ihr aber nicht inne. Diese Denkrichtung hat die Religionen der Himmelsgötter hervorgebracht – Glaubenssysteme, in denen es einen himmlischen Schöpfer gibt, der männlich, von der Welt getrennt und fern von seiner Schöpfung ist (zum Beispiel Zeus und Jahwe). Die zweite Ausrichtung behauptet, dass alle Materie eine Manifestation des Spirits ist und von ihm durchdrungen wird. Diese Denkrichtung brachte die Religionen der Erdgöttinnen hervor, die eine irdische Schöpfergöttin verehren, die mit ihrer gesamten Schöpfung verbunden ist (zum Beispiel Hera, Inanna oder Pachamama). Schamanen gehören zu dieser Sichtweise. Ihre vollkommensten Meister transzendieren die Begrenzungen ihrer eigenen Glaubensvorstellungen und sehen in beiden Denkrichtungen Teile eines größeren Ganzen.

Die Chakras repräsentieren elementare menschliche Eigenschaften. Anstatt die instinktiven Begierden und Leidenschaften zu unterdrücken, transformiert sie der Schamane zu feingestimmten Instrumenten. Meiner Ansicht nach ist Angst der Keim für Mitgefühl. Wenn man die Angst heilt, bricht das Mitgefühl hervor. Das instinkthafte Selbst muss nicht zum Feind werden. Wut, Gier und Lust sind verborgene Ressourcen, die in Liebe, Weisheit und Mut verwandelt werden können. In der Natur ist alles heilig, und in jedem Chakra steckt der Keim für unsere Illumination und unser zukünftiges Sein.

Die Anatomie der Chakras

Jeder Mensch hat ein Skelett mit der gleichen Anzahl von Knochen, egal wo er geboren ist. Genauso haben wir die gleiche leuchtende Anatomie mit ihren Chakras und Akupunktur-Meridianen. Die Chakras sind drehende Energiescheiben. Das Wort »Chakra« bedeutet im Sanskrit »Rad«. Die Chakras drehen sich ungefähr zehn Zentimeter außerhalb des Körpers und stehen mit dem Rückgrat und dem zentralen Nervensystem in Verbindung. Die Chakras sind die direkte Verbindung zum neuralen Netzwerk des Menschen. Sie rotieren im Uhrzeigersinn, in der gleichen Richtung, in die sich auch die Spiralarme der Galaxien drehen. Jedes Chakra besitzt eine spezielle Frequenz, die wir als eine der sieben Farben des Regenbogens wahrnehmen. Bei einem Neugeborenen zeigen die Chakras ihre reinen Farben, die vom Rot des ersten bis zum Violett des siebten Chakras reichen. Je älter wir werden, desto mehr verblassen die Farben. Traumata und Verlust hinterlassen negative Abdrücke. Diese Ablagerungen heften sich an das Chakra und verhindern, dass es in seiner reinen Frequenz schwingt, wodurch sich der physische Alterungsprozess beschleunigt. Am Ende des eigenen Heilungsprozesses des Schamanen nehmen seine Chakras wieder klare Farben an. Sie drehen sich ungestört und schwingen wieder in ihrer ursprünglichen Reinheit.

Die Schamanen des Amazonasgebiets glauben, dass man einen »Regenbogenkörper« erhält, wenn man alle seine Chakras reinigt. Jedes Energiezentrum schwingt dann in seiner natürlichen Frequenz, und der Mensch strahlt dadurch die sieben Farben des Regenbogens aus. Der Legende nach kannst du mit dem Regenbogenkörper über den Tod hinaus in die Welt des Spirits reisen. Du kannst andere bei der Heilung unterstützen

und bist in der Lage, bewusst zu sterben, weil du den Weg zurück nach Hause bereits kennst. Die Schamanen des Urwalds glauben, dass der Tod ein großes Raubtier ist, das uns alle immerzu umschleicht. Sie sagen, dass viele Krankheiten dadurch entstehen, dass der Tod in uns nagt. Diese Heiler glauben, dass der Tod (oder die Leblosigkeit) immer mehr in uns eindringt, bis wir eines Tages feststellen, dass wir mehr tot als lebendig sind. Ich habe miterlebt, wie es vielen Menschen so ergangen ist, und ich halte diesen Zustand im heutigen Amerika für weit verbreitet. Wenn deine Chakras sauber sind, wirst du nicht länger vom Tod umschlichen. Du wirst stattdessen vom Leben in Besitz genommen, wodurch der Tod alle Ansprüche auf dich verliert. Die Fahne der Inka ist der Regenbogen, der in ihrer Mythologie einen besonderen Platz einnimmt. Selbst heute noch weht sie über den Dächern von Cuzco.

Während die Yoga-Praktizierenden von sieben Chakras ausgehen, lehrte mich Don Antonio die Existenz von neun Chakras. Sieben existieren innerhalb des physischen Körpers, und die beiden anderen außerhalb. Er nannte das achte Chakra *wirachocha.* Dies ist der Name des Schöpfers oder des Großen Spirits (das Wort selbst bedeutet »heiliger Ursprung«). Das achte Chakra befindet sich im Leuchtenden Energiefeld. Es sitzt als rotierende Sonne über dem Kopf und stellt unsere Verbindung zum Großen Spirit dar. Das achte Chakra ist der Ort, an dem Gott in uns wohnt. Die *civilizados* (das sind sowohl die Weißen als auch diejenigen Indios, die die westlichen Glaubensvorstellungen übernommen haben) tragen dort oben nur eine schwach schimmernde, blasse Sonne. »Das kommt daher, weil die *civilizados* aus dem Paradies hinausgeworfen wurden«, meinte eine Medizinfrau zu mir. Es ist verblüffend, dass im Gegensatz dazu das spanische Wort »Indios« »eins

mit Gott« bedeutet. Bei den Indios, die die westliche Mythologie nicht übernommen haben, leuchtet das achte Chakra wie eine goldene Scheibe. Wir finden dieses Chakra wieder in dem Licht, das Christus auf bildlichen Darstellungen umgibt, sowie in dem Feuer, das zu Pfingsten auf die Apostel herabkam, als sie das Geschenk des Heiligen Geistes empfingen. Wenn wir sterben, weitet sich das Chakra zu einer leuchtenden Kugel aus und umschließt die anderen sieben Chakras mit seinem Licht. Nach einer Periode der Versöhnung und Reinigung bildet das achte Chakra einen neuen Körper, wie es schon viele Lebzeiten zuvor immer wieder geschehen ist. Es führt uns zu unseren biologischen Eltern und zu den besten (nicht den einfachsten!) Lebensumständen für unser spirituelles Wachstum. Die traumatischen Erinnerungen an unsere letzte Inkarnation werden als Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld auf unseren nächsten Körper übertragen.

Der Ursprung des achten Chakras ist das neunte Chakra – der Spirit. Das neunte Chakra befindet sich außerhalb des Leuchtenden Energiefelds und umfasst den gesamten Kosmos. Es ist das Herz des Universums, eins mit dem Großen Spirit. Für meinen Mentor war das achte Chakra der Ort, an dem Gott in uns wohnt, und das neunte Chakra war der Teil von uns, der im Schöpfer zu Hause ist.

Das achte Chakra entspricht der christlichen Vorstellung einer begrenzten persönlichen Seele. Das neunte Chakra verbindet uns mit dem überpersönlichen und unbegrenzten Spirit. Die Religionen haben sich immer nur mit der Seele befasst und machten sich Sorgen um ihre Erlösung. Weil die Seele persönlicher Natur ist, scheint sie unabhängig und autonom zu sein. Wir gehen davon aus, dass wir entweder mit dem Spirit vereint oder von ihm getrennt sind. Das neunte Chakra ist eins mit der gesamten Schöpfung, und diese ist im Gegensatz zur

begrenzten persönlichen Seele unbegrenzt und ewig. Wenn ich mich auf dieses Energiezentrum beziehe, spreche ich vom achten Chakra, denn das Wort »Seele« ist für uns mit zu vielen verschiedenen Bedeutungen besetzt. Das achte Chakra manifestiert sich in der Zeit. Die Ägypter nannten es *ka*. Das neunte Chakra ist immer im zeitlosen Jetzt gegenwärtig; ein Punkt außerhalb der Zeit, frei von jeglicher Geschichte. Es existiert aus sich heraus im transzendenten Zustand und kann weder geboren werden noch sterben. Die Ägypter gaben ihm den Namen *kbu.*

Die Chakras wandeln die Lebensenergien aus der Natur um. Unsere sämtlichen Energien stammen aus fünf Quellen: (1) Pflanzen und Tieren, (2) Wasser, (3) Luft, (4) Sonnenlicht und (5) biomagnetischer Energie (im Osten bekannt als *chi* und bei den Inka als *causay).* Diese Nährstoffe reichen von der grobstofflichen Nahrung durch Pflanzen und Tiere bis zur feinstofflichen in Form von reinem Licht und reiner Energie. Zur Aufnahme von pflanzlichen und tierischen Stoffen sowie von Wasser steht uns der Verdauungstrakt zur Verfügung. Für die Sauerstoffaufnahme haben wir die Lungen, das Sonnenlicht nehmen wir durch die Haut auf und *causay* mit Hilfe der Chakras. Die leuchtenden Energien zirkulieren genauso durch die Chakras, wie Wasser und Nahrung als physische Energien durch unsere Körper strömen. Wenn unsere Verdauung blokkiert ist, können wir keine Nährstoffe aus unserer Nahrung aufnehmen. Dasselbe geschieht, wenn unsere Chakras nicht richtig funktionieren und wir nicht *causay* zu uns nehmen können, das im Leuchtenden Energiefeld gespeichert ist.

Die Chakras besitzen leuchtende Fäden, die weit über unseren Körper hinausreichen und uns mit Bäumen, Flüssen, Wäldern und anderen Menschen verbinden. Unsere Chakras sind dabei nur kurze Zeit mit unseren Körpern verbunden. Im Ster-

ben ziehen sie sich von dem physischen Körper zurück und verbinden sich wieder mit dem achten Chakra, und unsere Reise geht in der unsichtbaren Welt weiter.

Die Erdchakras

Die fünf unteren Chakras, von der Wurzel bis zum Kehlkopf, werden in erster Linie von der Erde versorgt. Stell dir einen Baum vor, dessen Wurzeln bis tief in den Erdboden reichen. Die Nährstoffe, die er aus der Erde zieht, werden bis hinauf in die höchsten Zweige transportiert. Das Sonnenlicht, das in den Blättern absorbiert wird, verwandelt sich in Energie, die den umgekehrten Weg bis hinunter in die feinsten Wurzeln nimmt. Die vier oberen Chakras werden hauptsächlich von den Energien der Sonne versorgt. Die Religionen der Himmelsgötter betonen die Entwicklung der oberen Chakras auf Kosten der unteren. Die Zivilisationen, die diese Religionen hervorbrachten, perfektionierten Technologie, Vernunft und Logik. Die Religionen der Erdgöttinnen legen den Schwerpunkt auf die unteren Chakras und vernachlässigen die Entwicklung der oberen. Ihre Zivilisationen blieben Agrarkulturen mit wenig Interesse am westlichen Fortschrittsdenken. Sie beschränkten sich auf die Entwicklung von Astronomie, Philosophie und Architektur (die Chinesen entdeckten zwar das Schießpulver, benutzen es jedoch nur für Feuerwerke; erst die Europäer verwendeten es im Krieg). Ich glaube, dass wir heute sowohl die Gaben der Erdchakras wie die der Himmelchakras weiterentwickeln müssen.

Wie die Organe des Körpers erfüllen auch die einzelnen Chakras bestimmte Funktionen. Das erste und zweite Chakra verdauen emotionale Energien, indem sie diese durchschleudern, um Nährstoffe aus ihnen zu ziehen. Sie können die Ener-

gien von körperlichen und emotionalen Traumata beeinflussen und in Quellen der Kraft und des Lichts verwandeln. Ebenso wie das Verdauungssystem Nährstoffe aus der Nahrung zieht und den unverdaulichen Rest wieder der Erde zuführt, geben die unteren Chakras der Erde die schweren Energien zurück, die sie nicht in Brennstoff umwandeln können. Wenn das erste Chakra nicht mehr mit der Erde in Verbindung steht, sind die unteren Chakras nicht mehr in der Lage, den emotionalen Müll abzuladen, weil kein Ausgangskanal mehr zur Verfügung steht. Der Müll verwandelt sich in giftige Rückstände, die sich an der Wand des Chakras festsetzen und dessen Drehmoment verlangsamen. Wenn solche nicht ausgeschiedenen Rückstände sich in unserem zweiten Chakra (wo entschieden wird, ob ich flüchte oder kämpfe) ablagern, halten wir die Welt für feindlich und aggressiv. Das dritte Chakra (Solarplexus), vierte Chakra (Herz) und fünfte Chakra (Kehlkopf) werden von den feineren Energien der Liebe, des Mitgefühls und des Einfühlungsvermögens genährt. Sie sind nicht in der Lage, irgendwelche Emotionen zu verarbeiten. (Wenn wir versuchen, schwere Emotionen und Gefühle mit unserem Herz-Chakra zu bewältigen, geraten wir in ernsthafte Schwierigkeiten und werden emotional feindselig.) Die Himmelchakras werden durch feinste spirituelle Energie genährt.

Zu meiner Ausbildung zum Schamanen gehörte auch ein Ritual mit dem Namen »Verbund der Kraft«, in dem mein Mentor unsichtbare Bänder um meinen Körper webte. Ich achte darauf, dass meine Studenten der Healing the Light Body School durch das gleiche Ritual gehen, da es einen sehr wichtigen spirituellen Schutz für den Heiler installiert. Fünf Bänder werden dabei in unterschiedlicher Körperhöhe angebracht. Das erste Band ist schwarz und steht für die reichhaltige, dunkle Erde und wird über das erste Chakra gewebt. Das zweite Band

ist rot und steht für das Wasser, das Blut der Erde, und wird über das zweite und dritte Chakra gewebt. Das nächste Band ist goldfarben und steht für das Feuer und wird über das Herz gewebt. Das vierte Band ist silbern und steht für den Wind und wird über dem Kehlkopf gewebt. Das letzte Band ist aus purem weißem Licht und steht für *causay* und wird über das dritte Auge gewebt. Die Bänder sind eine Verbindung zu den fünf Elementen und versorgen die Chakras direkt mit Erde, Luft, Feuer, Wasser und *causay.*

Das erste Chakra

Element:	Erde
Farbe:	rot
Körperliche Aspekte:	physische Stabilität; Ausscheidung; Rektum, Beine, Füße; Östrogen und Testosteron
Instinkt:	Überleben, Zeugung
Psychologische Aspekte:	Nähren, Schutz, Sicherheit; die Fähigkeit, für sich selbst zu sorgen
Drüsen:	Eierstöcke und Hoden
Anlagen:	Kundalini, Überfluss
Negativer Ausdruck:	Hamstern, Raubtierverhalten, gedankenlose Gewalt, chronische Müdigkeit, Geburtstrauma, Verlustängste

Das erste Chakra sitzt am unteren Ende der Wirbelsäule zwischen dem Anus und den Geschlechtsorganen. Es ist das Tor zu den weiblichen Leuchtfäden, die sich durch unsere Beine hindurch in die Biosphäre erstrecken. Wie eine Pfahlwurzel,

die bis hinunter zu den feuchten, nährstoffreichen Stellen von Mutter Erde reicht, versorgt uns das erste Chakra mit den wesentlichen Grundstoffen. Es erdet uns und ist das Fundament unseres leuchtenden Energiesystems. Wenn wir die Verbindung zur Erde verlieren, holen wir uns das Lebensnotwendige von der Oberfläche. Mit dem Ergebnis, dass wir wie Bäume mit flachen Wurzeln werden, die der nächste Sturm umwirft. Wir verlieren unsere Stabilität, unser Fundament und unsere Sicherheit.

Wenn das erste Chakra nicht mehr mit der weiblichen Erde verbunden ist, fühlen wir uns verlassen und mutterlos. Das männliche Prinzip dominiert, und wir suchen Sicherheit in materiellen Dingen. Individualität ist uns wichtiger als Beziehung, und selbstsüchtige Antriebe triumphieren über Familiensinn und soziale und globale Verantwortung. Je mehr wir uns von der Erde abtrennen, desto feindseliger werden wir gegenüber dem weiblichen Prinzip. Wir verleugnen unsere Leidenschaft, unsere Kreativität und unsere Geschlechtlichkeit. Schließlich wird die Erde selbst zu einem verhassten Ort. Ich erinnere mich, wie mir eine Heilerin vom Amazonas erzählte: »Weißt du, warum sie den Regenwald abholzen? Weil er nass und dunkel und verschlungen und weiblich ist.«

Das erste Chakra äußert sich unmittelbar und instinktiv. Wir suchen Schutz. Wir suchen Nahrung. Wir zeugen Nachkommen. Wir versuchen selbst in scheinbar ausweglosen Situationen zu überleben. Diese Antriebe sind grundlegende Instinkte. Es gelingt uns zwar, unseren Atem anzuhalten, aber wir können dem Körper nicht befehlen, nicht mehr Luft zu holen. Ebenso wenig können wir unsere Überlebensinstinkte bewusst ausschalten.

Die vier instinktiven Antriebe – Angst, Nahrung, Kampf und Sex – spiegeln die Möglichkeiten der beiden unteren Chakras.

Hier befinden sich die grundlegenden Programme für unser körperliches und emotionales Überleben. Der Zwang, sich mit Essen voll zu stopfen oder Geld oder Spielsachen zu horten, ist einer der negativen Aspekte des Nahrungsinstinkts. Wir können niemals genug bekommen, um zufrieden zu sein. Wenn das erste Chakra im Ungleichgewicht ist, entsteht das Gefühl, zu kurz zu kommen. Selbst wohlhabende Menschen haben oft Angst, alles zu verlieren. Ironischerweise sind die Armen oft großzügiger als die Reichen. Mit einem funktionierenden ersten Chakra verschwindet die Angst, nicht genug zu bekommen. Wir erkennen, dass es uns an nichts fehlt und wir im Überfluss leben. Intellektuelles Verstehen reicht jedoch nicht aus. Wir müssen mit jeder Zelle unseres Körpers fühlen, dass das Universum sich um uns kümmert und uns versorgt. Ist unser erstes Chakra zusammengebrochen, bauen wir Zäune, um unseren Besitz vor dem Nachbarn zu schützen. Ein ungesundes zweites Chakra lässt uns Steinhaufen errichten, um uns gegen sie zu verteidigen.

Östrogen und Testosteron sind die Hormone, die mit dem ersten Chakra in Verbindung stehen. Laborstudien haben gezeigt, dass Testosteron beim Mann für zwei grundlegende Reaktionen verantwortlich ist: Sex und Aggression. Wenn Frauen Testosteron verabreicht bekommen, beklagen sie sich darüber, dass sie nicht aufhören können, an Sex zu denken. Ein Ungleichgewicht im ersten Chakra verschärft die Wirkung des Testosterons und führt beim Mann dazu, dass er die beiden instinktiven Impulse dieses Hormons durcheinander bringt. Wenn das geschieht, fängt er an, die Frau, die er liebt, zu verletzen und schließlich die Intimität in seiner Liebesbeziehung zu zerstören. Dies führt zu sexuellem Missbrauch, der nicht nur in den USA, sondern auch in anderen Teilen der Welt weit verbreitet ist, besonders dort, wo sich ein Land in dem schwie-

rigen Übergangsprozess von einer dörflich zu einer städtisch geprägten Gesellschaft befindet. In Südafrika, das gerade diesen Entwicklungsschritt macht, wird alle 26 Sekunden eine Frau vergewaltigt. Wenn ich mit einer Frau arbeite, die in der Kindheit sexuell missbraucht worden ist, stelle ich häufig fest, dass ihr erstes Chakra verschlossen ist. Dies geschieht oft aus der unbewussten Angst heraus, dass sie andere genauso verletzen könnte, wie sie von ihrem Vater oder einem anderen männlichen Familienmitglied verletzt worden ist.

Östrogen, das von den Eierstöcken produziert wird, ist unverzichtbar für die Aufrechterhaltung der mineralischen Zusammensetzung der Knochen. Die Produktion von Östrogen sinkt in den Wechseljahren so stark, dass eine Frau anfällig für Osteoporose (Knochenerweichung) werden kann. In nichtindustrialisierten Gesellschaften erkranken offensichtlich nicht so viele Frauen an Osteoporose wie beispielsweise in Amerika. Einige Forscher meinen, es läge daran, dass Frauen in der Dritten Welt nicht lange genug leben, um einen entscheidenden Verlust des Mineralgehalts ihrer Knochen zu erleiden, der erst im fortgeschrittenen Alter eintritt. Ich bin jedoch davon überzeugt, dass die Frauen in nichtindustrialisierten Gesellschaften ihr ganzes Leben lang aktiv mit der weiblichen Erde verbunden bleiben. Das erste Chakra ist bei Frauen verantwortlich für den Wunsch nach Beziehung und Intimität sowie für das starke Bedürfnis, andere zu nähren. Ein Ungleichgewicht in diesem Chakra kann dazu führen, dass eine Frau in ihrer Partnerbeziehung ein überstarkes Sicherheitsbedürfnis hat, das auf Kosten ihrer Selbstständigkeit geht.

Stammeskulturen besitzen speziell auf das erste Chakra zugeschnittene Übergangsrituale, mit denen das Erwachsenwerden gefeiert wird. Durch die Zeremonie werden die Jugendlichen ermutigt, die Bindung an die eigenen Eltern loszulassen.

Während der Zeremonie empfangen sie die Erde als Mutter, die sie niemals verlässt, und den Himmel als standfesten, verlässlichen und duldsamen Vater. Dadurch ist sichergestellt, dass der junge Mensch auch weiterhin Eltern hat, aber jetzt handelt es sich dabei um Mächte, die größer sind als die biologische Mutter und der biologische Vater. Die Jugendlichen können nun an den Zeremonien und Darbietungen zu Ehren von Himmel und Erde teilnehmen und eine bewusste Verbindung zu diesen kosmischen Eltern pflegen. Da die westliche Kultur solche Übergangsriten in der Pubertät nicht kennt, sind die Jugendlichen dort spirituelle Waisen. Wir schlagen uns durchs Leben und fühlen uns ohne Mutter und ohne Vater und müssen uns später eingestehen, dass wir nicht wissen, wie wir selbst zuverlässige Eltern sein können.

Menschen, die aus ihrem ersten Chakra heraus handeln, befinden sich im ursprünglichen Zustand der Verschmelzung mit der Welt. Sie gehen voll in ihrer sinnlichen Wahrnehmung auf und nehmen die materielle Welt ganz in Besitz. Sie glauben, dass die Welt ihnen etwas schuldet und dass alle anderen ihre Besonderheit anerkennen müssen. Sie werden selbstbezogen und narzistisch und sind nicht in der Lage, wirkliche Liebe zu empfinden, weil sie sich nicht in andere hineinversetzen können. Sie halten es nicht aus, auch nur eine Meile in den Schuhen eines anderen zu laufen. Das erste Chakra entspricht den ersten sieben Lebensjahren. Die Traumata der frühen Kindheit, einschließlich Geburt und vorgeburtlicher Ereignisse, sind in diesem Chakra gespeichert und formen psychologische Konstellationen, die unsere spätere Entwicklung hemmen. Eine Person, die hauptsächlich aus ihrem ersten Chakra heraus lebt, wird wie ein kleines Kind darauf fixiert bleiben, dass sie immer alles hat, was zum Überleben notwendig ist, und dass es immer genügend Unterhaltung und Ablenkung gibt. Wenn diese Per-

son in die Enge getrieben ist, kann sie gewalttätig werden und physisch und emotional auf die wahrgenommene Bedrohung losgehen. Wer hauptsächlich aus dem ersten Chakra heraus lebt, wird immer darauf bedacht sein, schnelle sinnliche Befriedigung zu erreichen, koste es, was es wolle. Oftmals kann diese Person nicht sagen, wo ihr Körper aufhört und die Welt anfängt, sodass andere zu einem Teil von ihr werden und als eigenständige Wesen ihre Bedeutung verlieren. Wenn Menschen zu mir kommen, die in ihrer Kindheit missbraucht oder von einem Elternteil verlassen worden sind, schaue ich mir sofort ihr erstes Chakra an. Traumata aus früheren Leben sitzen oft im ersten oder zweiten Chakra. Die ganze Geschichte hindurch wurden Diktatoren, denen es darum ging, andere zu dominieren, von den negativen Antrieben des ersten Chakras gesteuert. Das erste Chakra besitzt jedoch auch bemerkenswerte positive Eigenschaften. Sein Überlebensinstinkt sichert den Weiterbestand der Art, indem es uns antreibt, einen Partner oder eine Partnerin zu finden und Kinder zu zeugen, und uns lebensbedrohliche Situationen überstehen lässt. Im Sanskrit heißt das erste Chakra *muladbara* und bedeutet »Fundament«. Unser energetisches Haus muss auf einem starken Fundament stehen. Im Yoga wird dieses Chakra als Sitz der Kundalini-Energie betrachtet. Ihr Symbol ist eine zusammengerollte Schlange, die am Fuß der Wirbelsäule ruht. Kundalini ist die aktive Kraft der großen Göttin Shakti, die die ganze Schöpfung hervorbringt. Für den Schamanen ist sie die Urschlange Uroboros, die ihren eigenen Schwanz verschluckt und für den unbewussten Zustand einer ausschließlichen Selbstbezogenheit steht. Für die Menschen im Amazonasgebiet steht *sachamama*, die Wasser-Boa, für diese ursprüngliche Kraft. In Nordamerika wird sie als Klapperschlange abgebildet. Sobald wir die Abdrücke aus dem ersten Chakra entfernen, erwacht die Kundali-

ni-Energie. Die Urschlange fängt an sich zu bewegen, und ihre weibliche Energie steigt durch die Chakras auf. Schamanen in Amerika, Indien und Tibet sind schon immer der Ansicht gewesen, dass die ganze Schöpfung durch die ursprüngliche Kraft des Weiblichen hervorgebracht wird. Von daher überrascht es auch nicht, dass es die Schlange war, die uns in der christlichen Schöpfungsgeschichte den Apfel vom Baum der Erkenntnis brachte. Ihre Energie, die in jedem von uns schläft, ist die Energie der Mutter Erde und der Herzschlag des Planeten.

Das zweite Chakra

Element:	Wasser
Farbe:	orange
Körperliche Aspekte:	Verdauung, Darm, Niere, Blase, sexuelle Potenz, Adrenalin, Schmerzen im unteren Rückenbereich, Menstruationsbeschwerden, mangelnder Appetit
Instinkt:	Sexualität
Psychologische Aspekte:	Macht, Geld, Sex, Kontrolle, Angst, Kämpfen, Leidenschaft, Selbstachtung, sexueller oder emotionaler Missbrauch, von den Eltern Geerbtes, Inzest
Drüse:	Nebenniere
Anlagen:	Kreativität, Mitgefühl, Familiensinn
Negativer Ausdruck:	Angst, Kämpfen

Das zweite Chakra sitzt vier Finger breit unterhalb des Bauchnabels. Es steht in Verbindung mit den Nieren und dem Element Wasser. Das zweite Chakra aktiviert die Nebennieren, die die Stressverarbeitung im Körper regulieren. Die Nebennierenrinde, der äußere Teil der Drüse, stellt mehr als 100 verschiedene Steroide her, einschließlich der Geschlechtshormone. Das Nebennierenmark, der innere Teil, produziert Adrenalin, das der Leber mitteilt, Blutzucker zu bilden, der uns munter und wachsam macht. Adrenalin ist das Hormon, das die Reaktion, zu kämpfen oder zu fliehen, steuert. Weiter oben habe ich erwähnt, dass das erste Chakra Zäune zum Schutz errichtet, während das zweite Chakra Steinhaufen türmt, um sich zu verteidigen. Das Problem dabei ist, dass wir immer größere Steine brauchen. Die andere Seite hat scheinbar immer einen mächtigeren Steinhaufen, sodass die angebliche Bedrohung eskaliert. Der Kalte Krieg war ein gutes Beispiel für ein weltweit verbreitetes Denken, das auf dem zweiten Chakra beruhte. Als sich die USA auf den Kalten Krieg einließen, glaubten viele, die Russen hätten eine bessere Flotte und bessere Kampfflugzeuge. In Wirklichkeit rostete die russische Flotte vor sich hin, und die russischen Kampfflugzeuge konnten es mit den amerikanischen niemals aufnehmen. Aus dem zweiten Chakra speisen sich Tyrannen und Feiglinge. Prahlen und Angeberei haben ihren Ursprung in diesem Chakra. Hierzu passt das Bild eines großen männlichen Gorillas, der seine Zähne fletscht und sich gegen die Brust trommelt.

Das zweite Chakra wandelt die energetischen Nährstoffe aus dem Leuchtenden Energiefeld um. Alle Formen von Energie stellen für dieses Chakra Nahrung dar. Es leitet die Erdenergie weiter, die vom ersten Chakra aufgenommen wird, und verarbeitet die emotionalen Energien im Nervensystem. Wenn dieses Chakra einwandfrei funktioniert, macht es negative Energi-

en wie Wut und Angst unschädlich und scheidet sie durch das erste Chakra aus. Wenn es jedoch im Ungleichgewicht ist, verfaulen diese negativen Energien in unseren Eingeweiden und zersetzen sich langsam. Wir alle kennen Menschen, die ihre Wut nicht loslassen können und ihren Groll für Wochen oder gar Jahre mit sich herumschleppen. Solche negativen Emotionen lagern sich im zweiten Chakra ab und vergiften es. Schließlich werden diese emotionalen Gifte dann auch vom Leuchtenden Energiefeld aufgenommen. Das zweite Chakra ist der Sitz der Leidenschaft und drückt sich durch Kreativität und Intimität aus. Mit dem ersten Chakra reproduzieren wir uns. Mit dem zweiten lieben wir unseren Partner oder unsere Partnerin. Der Name für dieses Chakra lautet im Sanskrit *svadhisthana*, der »Sitz des Selbst«. In chronologischer Abfolge korrespondiert dieses Chakra mit dem Alter von acht bis vierzehn. Wenn Erwachsene sich nach romantischen Abenteuern sehnen, hat das seine Ursache in einem Anstieg der Aktivität des zweiten Chakras. Dieses Chakra ist erotisch und voller Lust und Fantasien. Es ist immer auf romantische Erlebnisse aus. Wenn Erwachsene während ihrer Pubertät keinen eindeutigen und positiven Sinn für das eigene Selbst entwickelt haben, kann das Wachstum des zweiten Chakras gehemmt werden. Eine solche Person steckt keine wirkungsvollen emotionalen Grenzen ab und kann nicht unterscheiden zwischen ihren eigenen Wünschen und den Wünschen anderer. Sie fühlt sich nicht wohl in Beziehungen mit anderen Menschen, weil diese niemals ihre Bedürfnisse erfüllen können. Negative Ausdrücke des zweiten Chakras sind Angst und Wut. Die Schamanen halten die Angst für einen großen Feind. Sie ist eine verschlagene Gegnerin, auf die du dich nicht einlassen darfst, denn in dem Moment, in dem du es tust, nimmt sie dir deine Stärke und geht als Siegerin hervor. Die Aufgabe besteht darin, deine Angst zu

kennen und zu besänftigen. Benutze sie als ein Warnblinklicht und mach sie nicht zu einem Auslöser von Kampf oder Flucht. Mein Mentor meinte immer, Angst sei fehlende Liebe. Ich war verwirrt, denn die Schamanen vom Amazonas gingen als Teil ihrer Disziplin nachts allein in den Dschungel, um auf ihre Angst zu stoßen. Das eine Mal, als ich es versuchte, kam ich am anderen Morgen völlig verängstigt zurück. Meine Nackenhaare standen die ganze Nacht hindurch senkrecht. Ich wähnte mich von allen Raubtieren des Urwalds umzingelt und von allen Geistern der Umgebung heimgesucht. Der alte Mann aber lächelte nur. Er meinte, es sei eine interessante Praxis, die ich da schildere, aber die wirkliche Aufgabe bestehe für einen Schamanen darin, die Angst als Teil des Lebens anzunehmen. »Wenn dir klar ist, dass der Jaguar, den du gehört hast, und die Geister, die du wahrgenommen hast, nur in deinem Kopf existieren, kannst du sie auch verjagen«, sagte er, »Und wenn du dich von der Angst befreit hast, kannst du der Dschungelkatze leibhaftig gegenüberstehen und gleichzeitig wissen, dass sie nicht von dir verschieden ist, weil ihr beide ein Ausdruck derselben Lebenskraft seid.«

Ich bin schon seit langem Vegetarier, und zwar einfach aus dem Grund, weil ich kein Tier essen will, das ich nicht bereit bin, auch vorher zu töten. (Außerdem beeinträchtigt der Fleischverzehr meine seherischen Fähigkeiten.) Während meiner Ausbildung bei den Amazonas-Schamanen sollte ich ein Tier – dessen Kraft ich mir einverleiben wollte – fangen, zeremoniell töten und dann verspeisen. Das Tier, das ich fangen sollte und das mein Lehrer für mich ausgesucht hatte, war eine Wasser-Boa *(sacbamama),* ein beeindruckendes, braun-gelbes Geschöpf, das sich gern in den flachen Nebenflüssen des Amazonas aufhält. Obwohl ich den Fleischverzehr nicht rigoros ablehnte (und Fleisch manchmal gegessen hatte, wenn die

Schamanen, bei denen ich zu Besuch war, es zu bestimmten Anlässen zubereitet hatten), weigerte ich mich lange Zeit, diese Übung auszuführen. Ich verließ sogar den Dschungel und flog zurück in die USA. Wenn zu meiner Ausbildung gehörte, ein Tier töten zu müssen, wollte ich sie lieber nicht weiterführen. Irgendetwas zog mich jedoch zum Amazonas zurück, und ich war damit einverstanden, erst einmal ein Tier zu fangen. Ob ich es auch töten und essen würde, konnte ich später noch entscheiden.

Boas können eine enorme Größe erreichen. Die größten sind bis zu sieben Meter lang und wiegen mehr als 250 Kilogramm. Sie sind relativ leicht im Wasser oder an Land auszumachen, aber es ist schwer, sie zu fangen, denn sie sind ziemlich schlau und halten sich oft für lange Zeit versteckt.

Ich verstand, dass *sachamama* Leidenschaft und Sexualität repräsentierte, aber auch Kreativität und die Fähigkeit, unter die Oberfläche der Dinge zu schauen. Ich verfolgte Boas schon seit einigen Tagen, schaffte es aber nicht, nahe genug heranzukommen und sie zu sehen. Aus lauter Verzweiflung setzte ich mich schließlich an das Ufer eines Flusses und starrte auf das Wasser, das lautlos an mir vorbeifloss. Ich fragte mich, warum ich so einen Widerwillen dagegen hatte, meine Nahrung zu töten. Es widerte mich zutiefst an, ein Lebewesen zu töten, das so schön wie eine Wasser-Boa war. Ich stellte mir vor, mit welcher Liebe ein Jaguar einem Hirschen, den er fressen will, in den Nacken beißt. Ich konnte keine Boshaftigkeit in diesem Akt erkennen. Plötzlich erkannte ich, dass mir das Töten einer Wasser-Boa nur deshalb grausam erschien, weil ich mich als von dieser großartigen Schlange abgetrennt empfand. Solange wir voneinander getrennt waren, bedeutete ihr Verzehr die Auslöschung ihres Lebens, um mich mit Nahrung zu versorgen. Das Töten war aus dieser Sicht ein Akt der Gewalt.

Es dämmerte mir allmählich, dass die Schlange und ich Manifestationen derselben Lebenskraft waren. Wir waren nicht voneinander verschieden. Das Leben ernährte sich selbst. Die Schlange würde in mir weiterleben, und dadurch würden wir beide zu einem Teil einer viel stärkeren Kraft. Als ich aus meinen Gedanken erwachte, wanderte mein Blick hinüber zu einem nahe gelegenen Busch, wo Licht von einer Schuppe reflektiert wurde. Es war eine über zwei Meter lange Wasser-Boa, die gerade ein großes Nagetier verspeist hatte und ähnlich wie ich vor sich hin träumte. Ich traute meinen Augen nicht. Die Schlange lag zusammengerollt da und verdaute ihre Mahlzeit, die deutlich an dem Wulst im Schlangenkörper zu erkennen war. Eine Schlange dieser Größenordnung frisst nur alle paar Wochen. Nach einer Mahlzeit wird sie träge und kann sich während der Verdauung nicht bewegen. Hier also war die Antwort auf meine Suche.

Ich nahm die Schlange hoch, die sich langsam um meine Arme und Schultern wickelte, und ging zurück zur Hütte der Schamanin, um ihr das zusammengerollte Tier zu zeigen. Sie begann zu lachen und kicherte noch mehrere Minuten lang. Ich fing schließlich an, ärgerlich zu werden, und fragte sie, warum ich die Boa essen müsste, um das Geschenk ihrer Kraft zu empfangen. Die alte Frau lächelte und meinte, dass Wissen nicht einfach durch die Verdauung aufgenommen wird. Sie grinste und forderte mich auf, einen geschützten Platz am Wasser zu finden, wo die Schlange in Sicherheit sei. Allmählich erkannte ich, dass ich die Gewalt in mir selbst besiegen musste und nicht außerhalb von mir, indem ich Regeln aufstellte über das, was ich essen konnte und was nicht. Ich hatte die Lektion, die ich lernen sollte, gelernt.

Persönlichkeitsstörungen, die vom zweiten Chakra ausgehen, können ein großes Ausmaß erreichen. Die Menschen leben

dann in einer Welt, in der es regnet, und glauben, dass der Himmel es persönlich darauf abgesehen hat, sie nass zu machen. Manchmal glauben sie, die ganze Welt habe sich gegen sie verschworen. Zugegeben, manchmal regnet es für uns, aber es regnet gleichzeitig auch für die Bäume, die Pflanzen, die Tiere und die Steine, und auch um seiner selbst willen. Menschen mit einem Ungleichgewicht im zweiten Chakra legen oft eine Anspruchshaltung an den Tag. Wenn sie ihr zweites Chakra heilen, entdecken sie, dass ihnen die Welt nichts schuldet. Im Gegenteil, sie schulden dem Leben etwas. Unter der Führung des zweiten Chakras, dem Zentrum der erotischen Liebe, erkunden wir unsere Leidenschaft und entdecken Intimität. Mangelnde Funktion dieses Chakras kann dazu führen, dass wir Liebe mit Sex verwechseln. Es ist die große Aufgabe des zweiten Chakras, Sex in Liebe zu verwandeln und Romantik in Intimität. Das ist nicht leicht, denn die negativen Antriebe dieses Chakras wollen andere Menschen durch Geld, Macht und Sex kontrollieren. Das zweite Chakra geht direkt durch den Unterleib, in dem das Leben entsteht. Dieses Zentrum birgt die Keime der Leidenschaft und der Kreativität in sich, die in unseren oberen Chakras zur Blüte kommen.

Das dritte Chakra

Element:	Feuer
Farbe:	gelb
Körperliche Aspekte:	Magen, Bauch, Leber, Bauchspeicheldrüse, aufnehmende und abgebende Energie, Milz
Instinkt:	Macht
Psychologische Aspekte:	Mut, Kraft, Ausdruck in der Welt

Drüse:	Bauchspeicheldrüse
Anlagen:	Autonomie, Individuation, selbstloses Dienen, Erfüllung von Träumen, Langlebigkeit
Negativer Ausdruck:	Magenleiden, Appetitlosigkeit, Trauer, Stolz, Egoismus, neurotische Symptome, wenig Energie, Opfermentalität, schlechte Laune, Scham

Das dritte Chakra sitzt über dem Solarplexus und steht in Verbindung mit der Bauchspeicheldrüse, die den Energiehaushalt des Körpers mit Hilfe der Glukose steuert. (Die Bauchspeicheldrüse stellt Insulin her, das Glukose aus dem Blut in die Zellen transportiert, wo sie als Brennstoff verwendet wird.)

Wenn das dritte Chakra ordentlich funktioniert, steht für alle Körperaktivitäten genug Energie zur Verfügung. Da das Gehirn am meisten Energie verbraucht, ist ein ausgeglichenes drittes Chakra eine Voraussetzung für klares Denken. Das dritte Chakra beeinflusst auch die Leber, die das Energielager unseres Körpers ist. Individuen, bei denen das dritte Chakra nicht richtig arbeitet, haben oft nicht viel Energie. Die Nahrungsstoffe, die sie zu sich nehmen, sind schon zerstört, bevor sie den Blutkreislauf erreichen. Auf der psychologischen und der spirituellen Ebene kann das Problem auftreten, sich nicht ausreichend versorgt zu fühlen. Wenn das dritte Chakra nicht richtig arbeitet, schlagen die Unternehmungen einer Person oft fehl. Obwohl sie alle Voraussetzungen für einen Erfolg in der Hand hält, hat sie nicht genug Durchhaltevermögen, um die Ziellinie zu überqueren.

Das dritte Chakra ist das Kraftwerk im leuchtenden Energiesystem. Seine Kraft kann konstruktiv eingesetzt werden, um

unsere Vorhaben in der Welt umzusetzen. Wenn sie destruktiv genutzt wird, kann sie unsere ursprüngliche Natur oder unsere Libido unterdrücken, was in neurotischen Symptomen wie Scham und Schuld zum Ausdruck kommt. Dieses Chakra entspricht dem Alter von 14 bis 21 Jahren – der Zeit also, die dem Erwachsensein unmittelbar vorangeht.

Die weibliche Kraft des ersten Chakras und die ursprüngliche sexuelle Energie des zweiten Chakras werden vom dritten Chakra in einen feinen Brennstoff transformiert, der der Erfüllung unserer Träume zur Verfügung steht. Dieses Chakra füllt die Reserven im Leuchtenden Energiefeld wieder auf. Wenn wir die Kraft des dritten Chakras nutzen, treten wir angstlos auf und lassen uns nicht von Feindseligkeit abschrecken. Die Hindernisse auf unserem Weg verschwinden. Die Gefahr dabei ist, dass sich das Ego dadurch aufbaut. Wir fangen an zu denken, dass wir allein unser Schicksal bestimmen und die Welt nach unserem Willen gestalten können. Wir fühlen uns dazu in der Lage, die Welt zu erschaffen oder zu zerstören, und werden diktatorisch und manipulativ in unserem Streben nach persönlicher Macht und persönlichem Ruhm. Menschen, die nicht gelernt haben, mit der Kraft des dritten Chakras richtig umzugehen, versuchen andere durch Einschüchterung zu kontrollieren. Wenn dieses Chakra gereinigt ist, werden unsere familiären und zwischenmenschlichen Beziehungen stabil. Wir haben etwas mitzuteilen und entdecken die Kraft des gesprochenen und geschriebenen Wortes. Dieses Zentrum verbindet uns mit unserer wahren Natur. Der Sinn unseres Lebens wird klar, und wir richten all unsere Aktivitäten auf ihn aus.

Es gibt Erzählungen von Inka-Kriegern, deren drittes Chakra wie eine goldene Scheibe geleuchtet hat. Der Legende nach konnten sie nicht getötet werden. Die Konquistadoren feuerten mit ihren Musketen auf sie, aber die Kugeln verfehlten immer

ihr Ziel. Ähnliche Legenden kreisen um die Indianer der Great Plains in Nordamerika. Unter ihnen soll es Tapfere gegeben haben, die von der Kavallerie beschossen und ebenfalls niemals getroffen wurden. Die Überlieferungen der Inka sprechen davon, dass diese leuchtenden Krieger immer dann, wenn sie einen Gegner getötet hatten, ein paar Tropfen ihres eigenen Blutes in die Erde vergossen, um den anderen auf diese Weise zu ehren. Ihnen war nämlich klar, dass sie unter anderen Bedingungen um ein Feuer herum zusammensitzen und sich Geschichten erzählen würden. Solche leuchtenden Männer und Frauen glaubten, dass man bereits tot war, wenn man wütend oder ängstlich in einen Kampf zog.

Als ich *Die Macht der vier Winde* schrieb, ging ich zusammen mit meinem Mitautor nach Rio de Janeiro, um ein paar Wochen ungestört arbeiten zu können. Ich hatte gerade eine Expedition zum Amazonas beendet, und ein Freund hatte mir seine Wohnung am Strand von Rio angeboten. An unserem letzten Abend gingen wir nach dem festlichen Abschiedsessen am Strand entlang zurück zur Wohnung, als wir von sechs Männern angegriffen wurden. Als wir anfingen, mit den Straßenräubern zu kämpfen, schien sich die Zeit zu verlangsamen, und ich verstand plötzlich die Lehren der leuchtenden Krieger. Ich hörte auf zu kämpfen und rief: »Halt!« Der Schrei durchschnitt die Nacht, und alles stoppte. Ich wandte mich an den Anführer und bot ihm meine Uhr mit den Worten an, dass er die Batterie alle zwei Jahre auswechseln müsse. Dann gab ich ihm meine Brieftasche und fragte einen anderen nach seiner Schuhgröße. Er antwortete 44. Ich sagte, das sei genau meine Größe, und bat ihn, meine Schuhe anzuprobieren. Sie passten ihm wie angegossen, und ein breites Lächeln erschien auf seinem Gesicht. Eric, mein Mitautor, traute seinen Augen nicht und begann sich erneut zur Wehr zu setzen. Sofort hatten ihn

drei Männer in den Sand gedrückt. Ich ging zu ihm hinüber und erklärte ihm, dass diese Menschen arm seien und unsere Uhren, Brieftaschen, Schuhe und Gürtel brauchten. Zum Schluss des Austauschs schüttelte der Anführer meine Hand, und alle anderen Diebe bedankten sich bei uns. Ich winkte ihnen zum Abschluss zu und wünschte ihnen alles Gute. Als sie gingen, fragte ich den Anführer, ob er ein Auto habe. Er verneinte, worauf ich meinte, dass er dann ja auch nicht meinen Führerschein benötigte. Er lächelte und sagte: »Natürlich nicht«, und gab ihn mir zurück. Er habe auch keine Verwendung für meine Kreditkarten, die er mir ebenfalls wieder aushändigte. Dann gab er mir noch meinen Pass und meine Reisedokumente. Eric war baff. Die Diebe gaben uns unsere Sachen zurück. Wir waren zwar immer noch ausgeraubt, aber uns wurde keine Gewalt angetan. Wir praktizierten Gewaltlosigkeit und änderten damit die gesamte Atmosphäre des Zusammentreffens. Wir zügelten die negative Reaktion des zweiten Chakras und antworteten vom dritten Chakra aus. Die Funktion des dritten Chakras besteht darin, die Vision in die Realität zu überführen. Im Sanskrit ist der Name dieses Chakras *manipura* und bedeutet »Palast der Juwelen«. Diese Bezeichnung bezieht sich auf die Fähigkeit dieses Chakras, Träume zu lebendigen Schätzen werden zu lassen. Der Schamane weiß, dass wir die Welt ins Sein träumen. Dieses Zentrum ist der Destillierkolben, in dem unsere Träume auf alchemistische Weise in Gold verwandelt werden. Bring dein drittes Chakra in Ordnung, wenn du die Welt um dich herum verändern willst. Das Werkzeug dieses Zentrums ist die Visualisation – egal ob du dabei in Meditation sitzt oder gerade am Strand ausgeraubt wirst. Das Feuer-Element, das dieses Chakra regiert, stellt genügend Energie zur Verfügung, um Träume Wirklichkeit werden zu lassen. Achte darauf, dass du diese Kraft nicht für persönliche Zwecke miss-

brauchst, sondern mit ihr dem gemeinschaftlichen Wohl dienst. Das Schlüsselwort dieses Chakras ist *Dienen.*

Das vierte Chakra

Element:	Luft
Farbe:	grün
Körperliche Aspekte:	Zirkulationssystem, Lungen, Brüste, Herz, Asthma, Immunschwäche
Instinkt:	Liebe
Psychologische Aspekte:	Liebe, Hoffnung, Hingabe an den anderen, Mitgefühl, Intimität
Drüse:	Thymusdrüse
Anlagen:	selbstlose Liebe, Vergebung
Negativer Ausdruck:	aufgeplustertes Ego, Unmut, Selbstsüchtigkeit, Kummer, Einsamkeit, im Stich lassen, Betrug

Das Herz-Chakra sitzt nicht direkt über dem Herzen, sondern über dem Herznervengeflecht in der Mitte der Brust. Es ist die Achse des Chakrasystems. So wie sich der Bauch am Zentrum der Schwerkraft des physischen Körpers befindet, sitzt das Herz im Zentrum des leuchtenden Körpers. Die Thymusdrüse wird vom Herz-Chakra reguliert und ist verantwortlich für die Abwehrkraft der Zellen. Sie ist wichtig für das Immunsystem und die Produktion von Lymphozyten, den »Killerzellen« des Körpers. Ein unterdrücktes Immunsystem antwortet sofort, wenn das Herz-Chakra durch den Illuminationsprozess gereinigt wird.

Der Sanskritausdruck für das Herz-Chakra ist *anahata* und bedeutet »ungebunden«. Es hat etwas damit zu tun, wie wir von materiellen Maßstäben des Erfolgs frei werden können. Geld, Autos, Ruhm und Besitztümer sind nicht länger das Entscheidende im Leben. Stattdessen werden Freiheit, Freude und Frieden zu den Kennzeichen einer Person, die in ihrem Herzzentrum ruht. Das Herz-Chakra entspricht chronologisch dem Lebensalter von 21 bis 28. Es ist das Zentrum, aus dem heraus wir unsere Familien gründen und unseren Seelenpartner und unsere Kinder lieben.

Das Herzzentrum befähigt uns zur Liebe. Es ist das Chakra, das am meisten missverstanden wird, da die Liebe des Herz-Chakras weder die Zuneigung zu anderen noch eine romantische Verliebtheit ist. Das Herz-Chakra blüht durch die Liebe zur Schöpfung auf. Es ist die gleiche Liebe, die eine Blume dem Regen entgegenbringt oder ein Jaguar der Antilope, die er verspeisen wird. Diese Art von Liebe ist nicht objektgebunden und auch nicht abhängig von dem Verhalten eines anderen. Sie ist nicht sentimental, da sie überpersönlicher Natur ist. Christliche Theologen nennen sie *agape* und die Inka *munay*. Diese Art von Liebe ist kein Selbstzweck. Sie führt nicht zu einer Beziehung oder Heirat, sondern ist sich selbst genug.

Als ich vor ein paar Jahren in den Anden unterwegs war, wurde ich zusammen mit meinen Begleitern von einem Schneesturm überrascht. Zu uns gehörte eine Indiofrau, die mit ihrem drei Monate alten Baby auf dem Weg zur Klinik unten im Tal war. Wir suchten Zuflucht in einer verlassenen Hütte. Sie schützte uns zwar vor dem Schnee und dem Hagel, aber dennoch blies der Wind gnadenlos durch die Ritzen der Steinmauer. Wir kauerten uns zusammen, und Maria hielt ihr Baby fest an ihrer Brust. Die ganze Nacht hindurch versuchte die Mutter ihr Kind zu stillen, indem sie es immer wieder an die

Brust legte. Gegen Tagesanbruch hatte sich der Sturm gelegt, und die Berge waren von einer weißen Schicht überzogen. Nachdem es hell geworden war, traten wir vor die Hütte, um uns in der Morgensonne zu wärmen. Als Maria ihr Baby freilegte, mussten wir feststellen, dass das kleine Mädchen irgendwann in der Nacht gestorben war. Wir kehrten daraufhin zum Dorf zurück, wo eine Heilerin das Baby segnete und die Sterberituale ausführte. Ich begleitete die junge Mutter abseits in die Hügel und versuchte, sie zu trösten, während wir im gefrorenen Erdboden ein flaches Grab aushuben. Tränen liefen über unsere Wangen, als wir zu Pachamama, der Mutter Erde, beteten und sie baten, ihr Kind zu empfangen. Als wir fertig waren, bedeckten wir das Grab mit Steinen und kehrten zum Dorf zurück.

Zwei Tage später arbeitete Maria wieder auf den Feldern ihrer Familie. Sie bereiteten den Boden für eine neue Aussaat vor. Ich war immer noch aufgewühlt und hatte die letzten beiden Tage im Kummer um den Tod des Babys verbracht. Als Maria sah, wie verwirrt ich war, kam sie zu mir herüber, nahm mich in den Arm und sagte: »Sei nicht traurig. Mein Kind ist nun wieder bei seiner Mutter.« Ihre Bemerkung fuhr schlagartig durch meinen Schmerz. Ich ging zum Gletscherbach am Rand des Dorfes, krempelte meine Hose hoch und watete im flachen Flussbett. Das eiskalte Wasser war der Schock, den ich brauchte, um aus meinem Selbstmitleid herauszukommen. Maria brachte mich dann zu der Heilerin, die die Sterberituale bei dem Baby vollzogen hatte. Die alte Frau presste ihre Hand gegen meine Brust. Während sie mich freundlich ansah, sagte sie, dass es nichts gebe, worüber ich traurig sein müsste. Ich konnte es kaum glauben – sie versuchte mich zu trösten. Später am Abend dankte mir Marias Familie, dass ich ihrer Tochter in der langen kalten Nacht beigestanden hatte. Obwohl alle sicht-

bar traurig waren, strahlten sie Wärme und Mitgefühl aus. Nie zuvor war ich einer derartig selbstlosen Liebe begegnet. Egoistische Wichtigtuerei, egal wie altruistisch sie sich gibt, kann fürchterliche Ungleichgewichte im vierten Chakra erzeugen.

Um zur selbstlosen Liebe fähig zu sein, müssen wir wieder zu dem werden, der wir in der Vergangenheit waren. Zu diesem Zweck haben die Schamanen ausgeklügelte Praktiken entwickelt, um den Tod des Egos und seiner Selbstüberschätzung zu erfahren. Natürlich brauchen wir uns nicht den komplizierten Sterberitualen der Urwaldschamanen zu unterziehen, um die Liebe des Herz-Chakras wahrzunehmen. Wir brauchen uns einfach nur der Liebe hinzugeben. Sie hört dann auf, lediglich ein Gefühl zu sein, sondern wird zu einer grundlegenden Lebenseinstellung. Anstatt uns nur zu verlieben, müssen wir zur Liebe an sich werden. Denk daran, wenn du deinen Herzschlag spürst, dass in deinem Herzen die Liebe selbst schlägt.

Einer der negativen Aspekte dieses Chakras ist die Selbstverliebtheit. Wir alle kennen Menschen, die behaupten »Liebe ist die Antwort« und die alle Klischees über die Liebe kennen und von sich geben. Solche Personen sind mehr daran interessiert, ihre eigene »Erleuchtung« zu demonstrieren, anstatt Klarheit oder selbstlose Liebe zu praktizieren. Ein weiterer negativer Aspekt des Liebesinstinkts ist unsere Unfähigkeit, für uns selbst Verständnis zu haben. Wenn wir uns nicht selbst lieben können, verschanzen wir uns hinter Selbstkritik und Scham. Ein beeinträchtigtes Herz-Chakra kann sich nicht voll auf eine intime Beziehung einlassen. Eine solche Person ergreift in dem Moment die Flucht, wenn sie sich verwundbar fühlt, und oft schiebt sie die Arbeit oder andere Ablenkungen vor, um sich von dem geliebten Partner oder der geliebten Partnerin fern zu halten. Ein ausgeglichenes Herz-Chakra macht es möglich, dass wir uns in Liebe auf Intimität einlassen. Es integriert die

männlichen und weiblichen Prinzipien in uns, und wir suchen die »fehlende Hälfte« nicht länger außerhalb von uns. Hart und weich, Kreativität und Empfänglichkeit hören auf, Gegensätze zu sein, sondern verschmelzen zu einer wirklichen Harmonie. Das Herzzentrum lässt uns unsere Unschuld wiederfinden, die uns spielerisch inspiriert. Wir wissen, wer wir sind, und wir akzeptieren uns so, wie wir sind. Dadurch kehrt Freude und Frieden in unser Leben ein.

Das fünfte Chakra

Element:	Licht
Farbe:	blau
Körperliche Aspekte:	Kehlkopf, Mund, Nacken, Speiseröhre
Instinkt:	psychische Ausdruckskraft
Psychologische Aspekte:	Träume verwirklichen, Kreativität, Kommunikation, Vertrauen
Drüsen:	Schilddrüse, Nebenschilddrüse
Anlagen:	persönliche Kraft, Vertrauen, Wille
Negativer Ausdruck:	Betrug, Sucht, Psychose, Schlafstörungen, Lüge, Zu rückhalten der eigenen Mei nung, Tratschen, Gehässigkeit

Das fünfte Chakra hat seinen Sitz über der Kehlkopfgrube und beeinflusst die Schilddrüse, die die Temperatur des Körpers regelt. Indem sie den Stoffwechsel reguliert, also bestimmt, wie viel Brennstoff im Körper verbrannt wird, beeinflusst sie das Körpergewicht und die Anreicherung des Körpers mit Vit-

aminen. Der Sanskritausdruck für dieses Chakra lautet *vishuda* und bedeutet »Reinheit«. Die älteste yogische Schrift, die vermutlich im 2. vorchristlichen Jahrhundert von Patanjali verfasst wurde, spricht von den *siddhis* oder magischen Kräften, die dem zur Verfügung stehen, der dieses leuchtende Zentrum erweckt hat. Zu den magischen Kräften gehört auch die Fähigkeit, an zwei Orten gleichzeitig anwesend zu sein, unsichtbar zu werden, in die Vergangenheit zu schauen und frei von den Auswirkungen des Schicksals zu sein.

Das fünfte Chakra ist unser psychisches Zentrum und der Ausgangspunkt von Hellsehen, Hellhören und Hellfühlen sowie der Fähigkeit, ohne Worte zu kommunizieren. Ein dysfunktionales fünftes Chakra kann zu ungewollten psychischen Erfahrungen führen bis hin zur Entstehung des Borderline-Syndroms, wo eine Person ständig auf der Kippe zur Psychose oder Neurose steht. Ihre Fantasien schwappen unfreiwillig immer wieder in den normalen Alltag, sodass die Unterscheidung zwischen Fantasie und Realität immer schwieriger wird. Schlafstörungen sind weit verbreitet, wenn dieses Chakra nicht im Gleichgewicht ist.

In chronologischer Folge entspricht das fünfte Chakra dem Alter von 28 bis 35, in dem wir anfangen, der Welt unseren Stempel aufzudrücken. Wenn das fünfte Chakra klar ist, haben wir mit unseren Unternehmungen Erfolg und werden zu Meistern in dem Beruf, den wir uns ausgesucht haben. Unsere Erfahrung und unser Wissen bestimmen unseren Stellenwert in der Welt. Das fünfte Chakra gibt uns die Fähigkeit zur Vorausschau und zur Umsetzung unserer Vision. Wir wissen, was aus uns werden kann, und fühlen die Freiheit unbegrenzter Möglichkeiten. In diesem Zentrum kann eine wahrhafte Selbstbeobachtung stattfinden, weil uns die Fülle unseres Innenlebens zum ersten Mal voll zur Verfügung steht. Das fünfte Chakra

erlaubt es uns, nach innen zu schauen und uns der inneren Abläufe bewusst zu werden. Wir entwickeln ein Vokabular für unser emotionales, psychologisches und spirituelles Leben. Dieses spirituelle Vokabular wird im sechsten Chakra noch an Umfang zunehmen, zusammen mit der Fähigkeit, auf die inneren Reichtümer und Hilfsmittel zurückzugreifen, wenn wir das Gefühl haben, die äußere Welt verändern zu müssen. Im fünften Chakra entwickeln wir eine globale Perspektive. Wir sind nicht länger auf unsere Gruppe, unseren Stamm oder unsere Kultur fixiert. Wir fangen an, uns mit allen Menschen zu identifizieren, unabhängig von Rasse und Geburtsort. Im ersten Chakra erhalten wir unsere Identität von unseren Müttern; im zweiten kommt sie von unserer Familie; im dritten rebellieren wir gegen unsere Eltern und identifizieren uns mit einer Gruppe Gleichaltriger; im vierten identifizieren wir uns mit unserer Nation oder Kultur (zum Beispiel Pop). Im fünften Chakra werden wir zu Weltbürgern.

Das fünfte Chakra ist das Sprachrohr des Herzens. Es spricht von Liebe, Freundlichkeit und Vergebung. In diesem Zentrum verschmelzen die vier Elemente der unteren Chakras – Erde, Wasser, Feuer und Luft – zu purer Energie, mit deren Hilfe wir unsere Träume verwirklichen können. Das Kehlkopf-Chakra bereitet den Nährboden, auf dem wir unsere Welt aufbauen.

Ein erwachtes Kehlkopf-Chakra bringt uns in Übereinstimmung mit dem Leben. Jeder von uns kennt Situationen, wo wir morgens lieber im Bett bleiben würden, weil sich alles gegen uns verschworen zu haben scheint. Du gehst in die Küche und stellst fest, dass das Müsli alle ist. Du steigst ins Auto und hast auf der Fahrt zur Arbeit nur rote Ampeln. Wenn das Universum sich gegen uns zu richten scheint und die Dinge nicht mehr synchron mit uns laufen, können wir uns wieder dadurch ins Gleichgewicht mit dem Leben bringen, dass wir das Kehl-

kopf-Chakra reinigen und uns von den negativen Energien, die es verschmutzen, befreien. Das fünfte Chakra wirkt für alle unteren Chakras wie ein Schornstein, durch den die ätherischen Energien abziehen, die nicht vom ersten Chakra an die Erde abgegeben wurden. Das Kehlkopf-Chakra lässt sich einfach reinigen, indem man dreimal mit den Fingerspitzen gegen dieses Energiezentrum klopft. Ich mache das mehrmals am Tag, besonders wenn ich mit einem »giftigen« Klienten gearbeitet habe.

Ein negativer Ausdruck dieses Chakras ist das Berauschtsein vom eigenen Wissen. Wer davon befallen ist, hört dem anderen im Gespräch nicht mehr zu, denn Recht zu haben wird wichtiger als den anderen zu verstehen. Die Gefahr des fünften Chakras liegt in der Tendenz, spirituelle Einsichten in Dogmen zu verwandeln. Dieses Krankheitsbild des fünften Chakras hat Nationen und Kirchen befallen und wird sichtbar in der Inquisition und der religiösen Intoleranz in der heutigen Welt.

Wie schon erwähnt, dient das fünfte Chakra für den Einzelnen als Schornstein zum Loswerden von Energien, die sich in den unteren Chakras angesammelt haben. Die meisten Menschen gebrauchen ihre Stimme fast ausschließlich dazu, um die emotionalen Bedürfnisse ihrer unteren Chakras auszudrücken. Je bewusster wir uns unserer psychologischen und spirituellen Möglichkeiten werden, desto stärker wird dieses Chakra. Schließlich entdecken wir unsere wahre Stimme.

Die Himmelchakras

Im sechsten, siebten, achten und neunten Chakra wird die Entwicklung transpersonal, und wir stoßen in zunehmend feinstofflichere Bereiche vor. Und hier fängt das Missverständnis an. Die New-Age-Spiritualität, die auf der Vorstellung des

spirituellen Aufstiegs beruht, geht davon aus, dass es einen Gott außerhalb der Schöpfung gibt, der »von oben« die praktische Spiritualität der weiblichen Erde überblickt. Die Himmelchakras stehen jedoch mit den Erdchakras in Verbindung, genauso wie die Äste eines Baumes mit dessen Wurzeln verbunden sind. Die Geschenke der höheren Chakras sind zutiefst praktischer Natur und manifestieren sich in *dieser* Welt. Sie existieren nicht irgendwo außerhalb. Diese Wahrheit wurde von allen großen spirituellen Lehrern und Lehrerinnen anerkannt. Wenn Christus lehrte, das Himmelreich sei vor unseren Augen, meinte er damit, dass Himmel und Erde unteilbar eins sind.

Mit Dingen, die die Erdchakras betreffen, sind wir durch die Psychotherapie und unser persönliches Wachstum vertraut. Wir alle haben mit Dingen zu tun, die wir von unseren Eltern übernommen haben, wie Wut, Scham, Angst, Sex, Begierde und das Bedürfnis nach Sicherheit. Die Himmelchakras sind für uns ein weniger bekanntes Gebiet. Sie verfügen über Eigenschaften, die manchmal schwer zu fassen sind. In einigen Fällen besteht der Unterschied zwischen den Eigenschaften von zwei Chakras nur in Nuancen. Ein gutes Beispiel dafür ist die Liebe, die ein Kind für seine Mutter empfindet im Gegensatz zu der Liebe, die es später in der Liebesbeziehung zu einem Partner oder einer Partnerin fühlt. Obwohl beide unter die Kategorie »Liebe« fallen, handelt es sich doch um ganz unterschiedliche Erfahrungen (auch wenn uns die Psychologie glauben machen will, dass wir letztlich immer nur unsere Mutter oder unseren Vater heiraten). Die spirituellen Lektionen und Eigenschaften der höheren Chakras sollten wir also immer unter diesem Blickwinkel betrachten.

Als mein Mentor und ich die Himmelchakras formulierten, ordneten wir diesen Zentren bestimmte Eigenschaften zu. Das

sechste Chakra steht für den Schritt über den Tod hinaus; das siebte für die Beherrschung der Zeit; das achte für Unsichtbarkeit; und das neunte für die Fähigkeit, ein Geheimnis zu bewahren.

Das sechste Chakra

Element:	Pures Licht
Farbe:	indigo
Körperliche Aspekte:	Gehirn, Augen, Nervensystem
Instinkt:	Wahrheit
Psychologische Aspekte:	Vernunft und Logik, Intelligenz, Einfühlungsvermögen, Depression, durch Stress erzeugte Unordnung, Leugnen
Drüsen:	Hypophyse
Anlagen:	Erleuchtung, Wahrnehmung des Selbst
Negativer Ausdruck:	Verwirrung, Neurosen, Unzulänglichkeit, Anfälle

Das sechste Chakra oder dritte Auge befindet sich mitten in der Stirn. In der hinduistischen Tradition gilt es als das dritte Auge von Shiva, der die Kenntnis der vollkommenen Wahrheit und Nicht-Dualität gewährt. Der Name dieses Zentrums ist im Sanskrit *ajna* oder »unbegrenzte Kraft«. In diesem Chakra gelangen wir zu der Erkenntnis, dass wir nicht von Gott getrennt sind. Wir selbst sind ein Ausdruck des Göttlichen, und wir sehen auch das Göttliche in anderen. Wir fühlen eine große Ruhe und einen großen Frieden, wenn wir uns in der Gegenwart von jemandem befinden, der diese Wahrnehmung erreicht hat. Du erkennst, dass du ein ewiges Wesen bist, das in einem

zeitlichen Körper wohnt. Jemand mit einem erwachten sechsten Chakra weiß, dass das wahre Selbst seine Identifikation mit körperlichen oder geistigen Erfahrungen abstreifen muss. Wir transzendieren Körper und Geist, schließen sie aber gleichzeitig nicht aus unserer Wahrnehmung aus. Wenn wir anfangen, den Geist zu beobachten, können wir in den transpersonalen Zustand eintauchen. Wir folgen dann dem Geist mit Neugier, werden aber nicht von ihm vereinnahmt. Wenn du über den Geist hinausgehst, verschwindet der Zweifel, und Begierden und Sehnsüchte verlieren ihre Antriebskraft. Man betritt den Bereich des unmittelbaren Wissens, den man nicht mitteilen, sondern nur selbst erfahren kann. Dieser Bereich liegt zwar nicht außerhalb der Reichweite der Worte, die Erfahrung allein reicht aber aus. Die Schamanen sagen, dass man diesen Bereich nicht durch Suchen finden kann, dass aber nur diejenigen ihn finden, die nach ihm suchen. Es ist wie zwei Liebende, die nicht länger voneinander getrennt, sondern durch einen einzigen Kuss miteinander vereint sind. Wenn niemand mehr da ist, um eine Erfahrung zu machen, was bleibt dann von der Erfahrung über? In dem Moment, in dem man über die Erfahrung spricht, hört sie schon auf. Es ist, als erwache man aus einem Traum. In dem Moment, in dem uns bewusst wird, dass wir geträumt haben, sind wir schon nicht mehr im Traum.

Wenn das sechste Chakra nicht richtig funktioniert, verwechselt das Individuum Information mit Wissen. Es glaubt, zu großen spirituellen Wahrheiten durchgestoßen zu sein, obwohl es nur über eine Ansammlung von Fakten verfügt. Die Schamanen können Regen erzeugen, ohne zu wissen, dass er aus Wasser- und Sauerstoffatomen besteht. Spiritueller Materialismus ist eine typische Fehlfunktion des sechsten Chakras. Obgleich seine Anhänger oft großen Einfluss in der Welt haben, übernehmen sie doch keine wirkliche Verantwortung, dieser

Welt auch zu dienen. In unserer mediengesteuerten Welt mit ihrem Berühmtheitskult können die Energien des sechsten Chakras fehlgeleitet werden und zu spiritueller Arroganz und Selbstbeweihräucherung führen.

Als Anthropologe habe ich die Erfahrung gemacht, dass jeder Kontakt mit einem Stamm die Kultur korrumpiert, die man erforschen will. Die Nahrungsmittel, die du bei dir hast, dein Fotoapparat und deine Werkzeuge, ja selbst deine westliche Kleidung wirken störend. Die Inka, bei denen ich in die Lehre ging, einschließlich Dona Laura und Don Manuel, spannen immer noch Wolle und machten sich ihre Kleidung selbst. Sie besaßen nichts aus der westlichen Kultur. Nachdem ich den Tod von Marias Kind so hautnah miterlebt hatte, durchbrach ich die anthropologische Maxime, mich nicht einzumischen. Ich begann, unter unseren Studenten Kinderkleidung zu sammeln, um sie mit ins Inka-Hochland zu nehmen. Durch viele großzügige Geschenke waren wir in der Lage, sechs Bergdörfer mit Jacken und Wintersachen für jedes Kind zu versorgen. 1992 fingen wir an, Ärzteteams zu schicken, um den Dorfbewohnern zu helfen. Obwohl sie nicht viel Kontakt mit dem Westen hatten, wurden sie von den so genannten Zivilisationskrankheiten angesteckt. Wir boten jedes Jahr mehr als 300 Erwachsenen und Kindern medizinische Betreuung in einem Zelt an, das hoch in den Bergen als Feldklinik diente. In einem Jahr kamen Leute, die über unsere Arbeit gelesen hatten, im Rahmen einer Foto-Expedition in diese abgelegenen Dörfer. Sie ließen ein paar Kartons mit Babynahrung zurück, die mehrere Frauen benutzten, anstatt ihre Babys weiter zu stillen. Ein paar Monate später kam eine Frau zu uns in die Zeltklinik und zeigte uns ihr vier Monate altes Kind. Ihr war vor drei Wochen die Babynahrung ausgegangen, und ihre Brust gab jetzt nicht mehr genug Milch. Das Baby war nur noch Haut und Knochen,

es wog weniger als acht Pfund. Wir überließen ihr alle Babynahrung, die wir hatten, und gaben ihr den Rat, den kleinen Jungen so lange von einer Nachbarin stillen zu lassen, bis er feste Nahrung zu sich nehmen konnte. Die Reisenden hatten es zwar gut gemeint, aber gefährliche Geschenke zurückgelassen.

Mir ist unterdessen klar geworden, dass wir den Schamanen in uns entdecken müssen. Ich mache meinen Studenten klar, dass sie nicht zwangsläufig dadurch mit ihrer eigenen Weisheit und Kraft in Kontakt kommen, dass sie viel mit den Indios umherreisen. Oft erreichen sie dadurch sogar nur das genaue Gegenteil, weil es uns von der wahren Begegnung mit dem Spirit ablenken kann. Der Schamane ist eine Person, die ihr eigenes Selbst erkennt. Er entdeckt die Wege des Spirits durch sein inneres Erwachen. Antonio hat mich oft daran erinnert, dass Buddha kein Buddhist war und Christus kein Christ. Der eine saß unter dem Banyanbaum, bis er erleuchtet wurde. Der andere ging für 40 Tage in die Wüste. Im sechsten Chakra erleben wir unser eigenes Erwachen. Wir werfen Ponchos, Kleider, Rasseln, Federn und alle äußeren Zeichen ab.

Ein erwachtes drittes Auge ermöglicht dem Schamanen, das zu sehen, was er ist. Es schenkt ihm die Kenntnis der Vergangenheit und der Zukunft und erlaubt ihm, alternative Schicksale in der Vision zu sehen. Einige Legenden sprechen davon, dass diejenigen, bei denen dieses Chakra wirklich erwacht, sogar physisch unsterblich werden. Sie altern nicht mehr und werden nicht mehr krank, sondern bewahren ihre jugendliche Vitalität und Stärke. Alle Wünsche von jemandem, dessen drittes Auge erwacht ist, werden Wirklichkeit. Und wenn mehrere Heiler die gleiche Vision schauen, bewahrheitet sie sich für den Planeten. Indigene Religionen praktizieren diese Tradition schon seit langem. Die Stammesältesten der Hopi und ein ähnlicher Rat von Medizinmännern und Medizinfrauen der

Inka sitzen in Meditation und stellen sich die Art von Welt vor, die sie an ihre Urenkel weiterreichen wollen.

Das siebte Chakra

Element:	Pure Energie
Farbe:	violett
Körperliche Aspekte:	Haut, Gehirn, hormonelles Gleichgewicht
Instinkt:	universelle Ethik
Psychologische Aspekte:	Selbstlosigkeit, Integrität, Weisheit
Drüse:	Zirbeldrüse
Anlagen:	*T*ranszendenz, Illumination
Negativer Ausdruck:	Psychosen, Regression, Zynismus

Das Kronen-Chakra auf unserem Kopf ist unser Tor zu den Himmeln, so wie das erste Chakra das Tor zur Erde ist. Leuchtende Fäden reichen von diesem Zentrum bis hoch zu den Sternen und zu unseren zukünftigen Schicksalen. Die Erde beschützt uns und nährt uns mit ihrer Lebenskraft, während uns die Himmel die Zukunft weisen. Ein Same keimt in der nährstoffreichen, dunklen und feuchten Erde und wächst im Licht der Sonne. Nach dem Keimen wenden sich alle Pflanzen dem Sonnenlicht zu. Auf ähnliche Weise keimt unser spirituelles Leben im ersten Chakra, das uns mit der Erde verbindet, und später kommen die Himmelslichter durch die Krone herab, um das gesamte Chakrasystem zu erfüllen. Der Sanskritausdruck für dieses Chakra lautet *sahasrara* und bedeutet »Leere«. Wer die Geschenke dieses Zentrums empfangen hat, braucht nicht länger eine physische Gestalt, sondern kann – eins mit Himmel

und Erde – frei durch Raum und Zeit reisen.

Die Lektion des siebten Chakras ist das Meistern der Zeit. Wenn wir uns von der kausalen, linear verlaufenden Zeit befreien, hat uns die Vergangenheit nicht mehr tyrannisch im Griff. Das Heute ist nicht mehr das Ergebnis von vorangehenden Ereignissen, und wir sind frei von Ursache und Wirkung. Wir stehen mit einem Bein in der herkömmlichen Welt und mit dem anderen in der spirituellen Welt und bemerken, dass sich beide denselben Erdboden teilen. Im sechsten Chakra erlangen die Heiler Kenntnis über vergangene oder zukünftige Ereignisse, und wenn das siebte Chakra erwacht, sind sie in der Lage, diese Ereignisse zu beeinflussen. Sie können Vorfälle in der Vergangenheit heilen und ihre Klienten darin unterstützen, sich für eine andere Zukunft zu entscheiden, in der sie gesund sind und ein erfülltes Leben führen.

Im siebten Chakra ist der Schamane von Begierde, Hoffnung oder Bedauern frei. Am Oberlauf des Madre de Dios, nahe der Grenze zwischen Peru und Brasilien, lebt ein alter Heiler, ein Meister im Umgang mit dem *ayahuasca,* einem Dschungelgebräu, das unter gewissenhafter Anleitung dazu dienen kann, die Bereiche jenseits des Todes zu erkunden. Der alte Mann spricht nur noch ganz selten – er braucht keine Worte mehr. Während der Zeremonie pfeift und singt er die Lieder des Flusses und der Heilkräuter, und du verschmilzt mit dem Regenwald, der dich umgibt. Du bist nicht länger vom Fluss getrennt; die Grillen und die Zikaden und du selbst sind alles Noten, gespielt von derselben Flöte. Im siebten Chakra verstehen wir, dass das Leben ein verschlungenes Netzwerk aus leuchtenden Fäden darstellt und dass jeder von uns darin ein Faden ist, aber gleichzeitig auch das ganze Netz. Ich erinnerte mich, wie ich mit diesem Schamanen das erste Mal gearbeitet hatte. Mein letzter Schluck *ayahuasca* lag mehr als fünf Jahre zurück. Ich

wusste, was ich von dieser Pflanzenmedizin zu erwarten hatte, denn ich hatte sie schon oft ausprobiert. Zumindest glaubte ich das. Ungefähr eine Stunde nach der Einnahme hatte ich die Vision von meinem eigenen Tod. Ich sah meinen leblosen Körper vor mir und beobachtete ihn aus der Entfernung. Meine Identität schien intakt zu sein, denn ich war der Beobachter und nicht der Körper. Dann wurde mir plötzlich übel, und ich rannte nach draußen in den Dschungel und wurde krank. Alles, was mich umgab, pulsierte und pochte mit Leben: die riesigen Kriechtiere, die hängenden Kletterpflanzen, die mächtigen Bäume, die sich wie ein Baldachin über alles Leben im Wald spannten. Alles lebte, außer mir. Ich war zu einem lebendigen Leichnam geworden und nicht länger der Beobachter. Ich fühlte den Schmerz meines Lebens und den Verlust der Menschen, die ich liebte. Eine tiefe Trauer breitete sich in mir aus. Dann wurde ich wieder zum Beobachter und fühlte mich frei. Für den nächsten Moment der Ewigkeit sprang ich zwischen diesen beiden Perspektiven hin und her, Schmerz und Frieden, Bindung und Freiheit, Leben und Tod, bis ich verstand, dass alles dasselbe war. Im siebten Chakra gibt es nicht mehr Subjekt und Objekt. Alles ist stattdessen alles. Scheinbare Gegensätze verschmelzen miteinander: Leben und Tod, Frieden und Schmerz, Freiheit und Bindung.

Der negative Ausdruck des siebten Chakras ist spirituelle Regression, die sich als Erleuchtung ausgibt. Obwohl es richtig ist, dass man über das Ego hinausgehen muss, um Transzendenz zu erfahren, denken wir oft, dass jeder Zustand des Nicht-Ego schon etwas mit Erleuchtung zu tun hat. Zu glauben, man sei automatisch im Bereich des Spirits, wenn man das Ego losgeworden ist, hat jedoch nichts mit der Wahrheit zu tun. Auf unterschiedlichen Ebenen existieren viele Nicht-Ego-Zustände. Die Selbstwahrnehmung eines Kleinkindes zum Beispiel ist

noch nicht von der Umgebung verschieden. In der Psychotherapie wird das Fehlen eines Grenzen setzenden Egos als ungesund empfunden. Die Egos von Menschen mit ernsthaften Gehirnschäden, wie beispielsweise Schizophrenie, sind so zersplittert, dass sie als solche nicht mehr funktionieren. In traditionellen Kulturen wird in der Vorbereitung zur Initiation sorgfältig darauf geachtet, dass das Individuum einen soliden Sinn für sich selbst entwickelt hat, bevor es über das Ego hinausgehen kann, um irgendwann die Ebene des siebten Chakras zu erreichen.

In unserer westlichen Kultur mit ihrem Prinzip der sofortigen Befriedigung möchten die spirituellen Sucher am liebsten die Arbeit mit den unteren Chakras überspringen. Einige lockt die Aussicht auf exotische Erfahrungen an. Andere sind nur ungeduldig und sich nicht darüber im Klaren, dass sie ihre unteren Chakras reinigen müssen, um zu den höheren gelangen zu können. Manchmal haben selbst ihre Lehrer diesen Vorbereitungsprozess nicht vollständig durchlaufen oder halten ihn nicht für notwendig. Diese Individuen betrachten ihren jeweiligen Entwicklungsstand schon für die Erleuchtung und lehnen die Notwendigkeit einer weiteren Entwicklung rundherum ab. Leider sind solche falschen Vorstellungen vom spirituellen Weg heute vorherrschend.

Diejenigen, die das siebte Chakra gemeistert haben, erlangen ungewöhnliche Kräfte; sie werden sich zum Beispiel uralter Erinnerungen bewusst, die im kollektiven Bewusstsein der Menschheit gespeichert sind. Dona Laura erzählte mir, dass der abschließende Test eines Schamanen, der versucht, diese Stufe zu erreichen, darin bestehe, sich an die erste Geschichte zu erinnern, die jemals erzählt wurde.

»Als die Zeit noch jung war und es noch keine Vierbeiner oder Pflanzen gab, erzählten uns die Steinmenschen die erste Geschichte überhaupt«, sagte sie. »Aus diesem Grund legen

wir einen Steinkreis um unser Feuer.«

Ich bat sie, mir mehr zu erzählen.

»Frag die Steine«, antwortete sie stattdessen. Bis ich mich eines Tages selbst erinnerte.

Eine weitere Gabe des siebten Chakras liegt in der Fähigkeit, die eigene Gestalt verändern zu können. Schamanen, die sie beherrschten, wussten, dass sie nicht von den Steinen, den Pflanzen oder der Erde verschieden waren. Laura kam einmal zu einem unserer Treffen als schöne junge Indiofrau. Ich fühlte mich sehr von ihr angezogen und war von ihren Augen und ihrem Lächeln verzaubert. Irgendwann im Laufe des Abends ging sie hinter einen Fels brocken und kehrte unmittelbar danach als Dona Laura zurück, als einer der unauffälligsten Menschen, denen ich jemals begegnet bin.

»Na, bin ich jetzt nicht mehr schön für dich?«, fragte sie lachend.

Individuen, die die Gaben dieses Chakras meistern, wissen, dass der Fluss des Lebens jenseits von Gestalt und Formlosigkeit fließt, jenseits von Existenz und Nicht-Existenz. Sie kennen das Unendliche, das frei ist von Zeit und Form.

Das achte Chakra

Element:	Seele
Farbe:	gold
Körperliche Aspekte:	Architekt des Körpers
Instinkt:	Transzendenz
Psychologische Aspekte:	keine
Drüsen:	keine
Anlagen:	Zeitlosigkeit
Negativer Ausdruck:	Schablone für Krankheit, kosmischer Horror

Don Antonio nannte das achte Chakra *wiraocha* oder »Quell des Heiligen«. Es kann sein, dass nur er dieses Zentrum so beschrieb, denn ich hörte niemals andere Heiler es so nennen. Dieses Chakra sitzt ein paar Zentimeter über dem Kopf und leuchtet – wenn es erweckt ist – im Leuchtenden Energiefeld wie eine strahlende Sonne. Wer seine Aufmerksamkeit zum achten Chakra hin verlagert, hat Zugang zum ursprünglichen Wissen, das ihm zur Verfügung steht, auch wenn er es sich niemals direkt erworben hat. Er erinnert sich dann beispielsweise spontan daran, in der Prärie um ein Feuer herum zu sitzen, mit Büffeln im Hintergrund, oder an das Beten in einem steinernen Tempel oberhalb der Schneegrenze. Die Lehren aller Schamanen, die jemals gelebt haben, stehen ihm zur Verfügung. Ihre Stimmen werden zu seiner Stimme, und die alten Lehrer leben in ihm. Dieses Zentrum steht mit dem Bereich der Archetypen in Verbindung, wo die ursprünglichen Bilder und Erinnerungen des menschlichen Kollektivs existieren.

Die Informationsfelder des achten Chakras dienen als Schablone, um den physischen Körper zu erschaffen. Dieses Chakra ist wie ein Zimmermann, der einen Stuhl (den menschlichen Körper) baut und ihn hinterher im Feuer verbrennt. Der Zimmermann verspürt keinen Verlust, denn er weiß, dass er sich schnell einen neuen Stuhl bauen kann. Das achte Chakra wird vom Tod des Körpers nicht berührt. Wenn der Abdruck einer Krankheit in diesem Chakra vorhanden ist, wird er wie ein Formfehler im Muster mit jedem neuen Stuhl reproduziert.

Im achten Chakra erfahren wir nicht nur das tiefe Einssein mit der gesamten Schöpfung, denn diese Erfahrung geschieht schon im siebten Chakra. Statt mit der Schöpfung sind wir hier mit dem Schöpfer vereint. Der Schöpfer ist unbeschreibbar und kann von keinem Abbild wiedergegeben werden, das sinnlich wahrnehmbar wäre. Die Art der Begegnung mit dem Schöpfer

ist oftmals kulturell geprägt. Ein Christ mag das Einssein mit dem Schöpfer als Verschmelzung mit einem Engel oder mit einem Heiligen oder mit Christus erfahren. Für einen Buddhisten mag es die Vereinigung mit Buddha sein und für einen Inka-Schamanen das Aufgehen in unserem Stern, der Sonne. Wir werden eins mit dem Schöpfer und nehmen die archetypischen Gesichter des Göttlichen wahr, die in diesem Bereich existieren. Es handelt sich dabei um die Abbilder Gottes, die im Laufe von 100000 Jahren von unseren Vorfahren gemeißelt, geschnitzt oder gemalt wurden.

Der negative Ausdruck dieses Chakras ist kosmischer Horror, wie er erlebt wird, wenn man zwischen den Welten des Spirits und der Materie festsitzt. Weder tot noch lebendig, ist man in einem Albtraum gefangen, aus dem man nicht erwacht. Von der spirituellen Dimension aus betrachtet entspricht dieser Zustand dem Fegefeuer, das die Buddhisten die Ebenen des *bardo* nennen. Körperlose Wesen, die sich an Menschen oder Orte klammern, sitzen in diesem Bereich fest. Individuen, bei denen es zum spontanen Erwachen dieses Zentrums kommt, können sich ebenfalls ohne Entrinnen in diesen Bereich verirren. Viele von ihnen sitzen in Nervenheilanstalten oder leiden stumm zu Hause vor sich hin. Andere wiederum schließen sich bizarren pseudomystischen Kulten an.

Die Eigenschaft des achten Chakras ist Unsichtbarkeit. In diesem Zentrum werden wir uns des Betrachters bewusst (der im Buddhismus als »der Zeuge« bekannt ist) – des Selbst, das schon seit dem Beginn unserer spirituellen Reise existiert. Da der Betrachter jetzt vom Geist losgelöst ist, kann er ihn und seine Dramen beobachten, ohne in sie hineingezogen zu werden. Er beobachtet, wie sich unser Leben entfaltet, und weiß, dass die Geschichten, mit denen wir uns beschreiben, nichts weiter als Geschichten sind. Alles, was wir meinen, über uns

selbst zu wissen, hat nichts mit unserem wirklichen Selbst zu tun. Der Betrachter identifiziert sich mit dem Mysterium und nicht mit der Manifestation. Der Betrachter nimmt alles wahr, ohne dass er selbst wahrgenommen werden kann, da er kein Objekt der Wahrnehmung ist. Der Betrachter ist unsichtbar, da er nicht selbst betrachtet werden kann.

Als ich einmal zusammen mit einer Heilerin des Dschungels und ihrem Mann am Ufer eines Flusses entlanggewandert bin, kamen wir an eine Lichtung, wo sie zu mir sagten: »Alberto, geh weiter und pass auf, was passiert!«

Beim ersten Schritt, den ich in den Regenwald setzte, bemerkte ich, dass er voll von Liedern war. Die Papageien kreischten, die Affen schnatterten miteinander, und andere Vögel sangen. Nach dem dritten Schritt hörten alle Geräusche auf. Die Heilerin, die mir ein paar Schritte zurück gefolgt war, kam näher und meinte: »Das geschieht, weil sie wissen, dass du aus dem Garten verstoßen worden bist. Deshalb haben alle aufgehört. Sie wissen, dass du aus dem Paradies geflogen bist und nicht mehr mit Gott sprichst.«

Ich hielt das für vollkommenen Blödsinn. Erst vor ein paar hundert Metern waren wir an zwei Shipebo-Indianern vorbeigekommen, die eine Boa an einem Spieß rösteten. Ich ging zu ihnen zurück und bat sie um ein wenig Boafett, das sie in einer Büchse aufbewahrten. Ich war mir sicher, dass die Tiere mein Deodorant oder meine Zahncreme gerochen hatten. Ich zog mich bis auf die Unterhose aus und schmierte meinen ganzen Körper mit Boafett ein – entschlossen, wie eine Schlange zu riechen, die in den Regenwald glitt. Ich betrat wieder den Dschungel, und nach dem ersten Schritt erfüllte die Musik des Amazonas meine Ohren. Nach dem dritten Schritt war es wieder vollkommen still.

Viele Jahre später, nachdem ich gelernt hatte, mich unsicht-

bar zu machen, konnte ich in den Dschungel gehen und wurde als jemand betrachtet, der zum Garten dazugehörte, der immer noch mit der Natur sprach. Wir erreichen die Unsichtbarkeit dadurch, dass wir aufhören, als getrenntes »Ich« zu handeln, und indem wir Stille praktizieren.

Schließlich offenbart der Betrachter seinen eigenen Ursprung, den Spirit oder das neunte Chakra.

Das neunte Chakra

Element:	Spirit
Farbe:	strahlend-weißes Licht
Körperliche Aspekte:	keine
Instinkt:	Befreiung
Psychologische Aspekte:	keine
Drüsen:	keine
Anlagen:	Unendlichkeit
Negativer Ausdruck:	keiner

Das neunte Chakra sitzt am Herzen des Universums. Es liegt außerhalb von Raum und Zeit und erstreckt sich durch die Unendlichkeit des Raums und verbindet sich mit dem achten Chakra durch einen leuchtenden Faden. Der Schamane kann auf diesem Faden reisen und die unendliche Vielfalt der Schöpfung erkunden. Wir nennen dieses Zentrum Chakra, weil uns keine bessere Bezeichnung einfällt. In Wirklichkeit ist es der Wohnsitz des Spirits und existiert jenseits der persönlichen Seele, die mit dem achten Chakra verknüpft ist und uns an das Kontinuum von Raum und Zeit und an die Erlösung bindet. Das neunte Chakra ist der Spirit von jedem einzelnen Wesen oder Ding im Universum. Der Betrachter ist das, was er beobachtet.

Das neunte Chakra ist das Selbst, das niemals geboren wurde

und niemals sterben wird. Dieses Selbst geht der Zeit voran und betritt niemals den Fluss der Zeit. Es existiert vor der Existenz des Raums und bevor sich das Universum manifestiert. Dieses Selbst hat das Paradies niemals verlassen.

Der Entwicklungsprozess des neunten Chakras besteht darin, ein Geheimnis hüten zu können, sogar vor sich selbst. Dieses Geheimnis besagt, dass vor sehr langer Zeit die immense Kraft, die wir Gott nennen, ihren Platz in der nichtmanifesten Leere verlassen hat, um sich selbst zu erfahren. So manifestierte sie sich vor 12 Milliarden Jahren als die Singularität, die alle Materie in unserem Universum hervorbrachte. Die immense Kraft erkundschaftete sich selbst in allen Lebensformen, als Heuschrecken, Wale, Planeten und Monde. Da die immense Kraft jedoch allgegenwärtig und allwissend war, besaß jede ihrer Manifestationen auch diese Eigenschaften. Daher musste sie ihre eigene Natur vor sich selbst verbergen, um sich selbst in der Vielfalt ihrer Formen zu erkennen.

Wenn dieses Zentrum erwacht ist, hört man ein tiefes, polterndes Lachen, das von den Bergen widerhallt und über den Himmel donnert.

5

Die schamanistische Art des Sehens

Nazca – der Ort der gigantischen Zeichen in der Wüste. Sie stellen überdimensionale Kolibris, Spinnen und geometrische Linien dar, die sich bis an den Horizont erstrecken. Erich von Däniken betrachtete sie als Landebahnen für Götter aus dem Weltraum und irrte sich damit gewaltig.

Die Schamanen schufen hier Mandalas von enormer Größe, um Himmel und Erde ins Gleichgewicht zu bringen. Die Rechtecke, Dreiecke und Linien sind Teil einer heiligen Geometrie, die inzwischen vergessen ist. Aber die Kraft dieser Figuren hält an. Jedes Mal, wenn ich sie in der Nacht betrete und der Mond richtig steht, kann ich Energie sehen. Es ist ziemlich unheimlich. Zuerst nehme ich so etwas wie Fingerabdrücke wahr, die über dem Sand schweben und allmählich Gestalt annehmen. Merkwürdig, dass wir alle das Gleiche sehen. Handelt es sich um eine Gruppenhalluzination?

Letzte Nacht stand der Mond goldrichtig. Einige von uns arbeiteten am Rand einer riesigen Spirale, die wie eine zusammengerollte Schlange auf dem Wüstenboden lag.

Bevor wir in die Spirale hineingingen, erklärte uns Eduardo, dass wir unsere Vergangenheit, die uns im Nacken sitzt, durch das Betreten der Spirale abstreifen. Wenn wir aus der Spirale heraustreten, nehmen wir Kontakt zu der Person auf, die wir in der Zukunft sind. Als der Schamane die Spirale betrat, sah ich, wie eine dunkle Gestalt hinter ihm her schlich. Ich tippte Isabel auf die Schulter. Sie war Dona Lauras älteste Schülerin und die beste Seherin in der Gruppe.

»Was ist das?«, fragte ich sie.

Als Eduardo der Spiralkurve folgte, kam er nahe an uns heran. Es handelte sich um das abscheulichste Biest, das man sich überhaupt vorstellen konnte, eine Mischung aus Reptil, Gorilla und Mensch. Die

widerliche Kreatur konnte einem Bild von Hieronymus Bosch entstiegen sein. Sie war hinter Eduardo her und versuchte, ihn mit den Krallen zu umklammern. Dann wurde sie plötzlich von der Erde verschluckt. Eduardo hatte das Zentrum der Spirale erreicht und seine Arme zum Himmel ausgestreckt.

Als wir die Spirale verließen, erzählten wir Eduardo, was wir gesehen hatten.

»Das war La Chiconga«, sagte er, »ein elementares Krafttier, das einer von meinen Meistern vor sehr langer Zeit erfunden hat. Es ist ein unnatürliches Wesen, das Zauberer einsetzten, um den Leuten zu schaden. Als dieser Meister starb, wusste La Chiconga nicht mehr, wo es hingehörte, und kam zu mir. Ich hatte es seit Jahren nicht gesehen und bin froh, dass es verschwunden ist.«

Ich wusste, dass Eduardo in seiner Jugend mit Zauberern zu tun gehabt hatte, bevor er sich auf den Weg des schamanistischen Heilers machte. Ich hatte ihn schon einmal von La Chiconga sprechen hören, hielt aber alles für eine erfundene Geschichte.

Es gibt Energien, die dir sehr lange Zeit anhaften können.

Tagebucheintrag

Die Übungen in diesem Kapitel entwickeln deine Fähigkeit, Energien zu sehen. Du wirst lernen, das Leuchtende Energiefeld zu spüren, die Flüsse des Lichts wahrzunehmen und die wirbelnden Chakrascheiben zu lesen. Wenn du die schamanistische Art des Sehens erlernst, kannst du die ursprüngliche Verletzung zurückverfolgen, die einen Abdruck im Leuchtenden Energiefeld hinterlassen hat. Du bist dann in der Lage, fremde Energien im Körper aufzuspüren und die Anwesenheit eingedrungener Spirits festzustellen, die möglicherweise emotionalen oder physischen Schmerz verursachen.

In der Arbeit mit Klienten nehme ich ein zurückliegendes traumatisches Ereignis so wahr, als ob es sich erneut vor meinen Augen ereignet. Oftmals sind die tatsächlichen Umstände nicht präzise, aber das Thema und die emotionale Auswirkung

auf meinen Klienten stimmen normalerweise. Bei Diane sah ich ein junges Mädchen, das in einen Autounfall verwickelt war. Sie vergrub ihren Kopf in den Händen und machte die Augen fest zu; ihre leibliche Gestalt wurde starr, und dann verließ sie ihren physischen Körper. Der Spirit schwebte über dem Mädchen und erzählte mir, dass er kein Interesse daran habe, zurückzukommen, da er hier nicht in Sicherheit sei. Als ich meine Wahrnehmung Diane mitteilte, konnte sie sich an überhaupt keinen Unfall erinnern. Sie musste erst ihre Mutter fragen, die später bestätigte, dass Diane als Kind an einem Unfall beteiligt war, bei dem aber niemand verletzt wurde. Seit diesem Zeitpunkt hat Diane halb in und halb außerhalb ihres Körpers gelebt. Sie hat sich niemals richtig wohl und sicher gefühlt, denn in ihrem Leuchtenden Energiefeld blieb diese Information gespeichert.

Hindus, Buddhisten, Aborigines, Maya, Inka und die frühen Christen haben das menschliche Energiefeld in einer ähnlichen Bildersprache dargestellt. Der ägyptische Künstler, der Tutench-amuns Grabkammer vor 5000 Jahren ausschmückte, malte den Gott Thot mit einer leuchtenden Scheibe über dem Kopf, einer Mond-Hieroglyphe, die sowohl seine Energie darstellte als auch seine Fähigkeit ausdrückte, in den zyklischen Ablauf der Zeit einzugreifen. Dieser Lichtschein ist mit dem achten Chakra identisch, das von den Schamanen im Amazonasgebiet beschrieben wird. Die Urwaldbewohner glauben, dass dieses Chakra die Fähigkeit schenkt, aus der Zeit hinauszutreten – genauso wie es der mystische Gott der Ägypter vermochte. Dementsprechend ist der Heiligenschein, der um Christus gemalt wird, im Wesen der gleiche, der um Buddha oder einen Maori-Schamanen in Neuseeland gemalt wird. Diese in Stein gemeißelten, in Holz geschnitzten oder auf Leinwand gemalten Bilder bestätigen die Existenz von Sehern, die in der

Lage waren, eine leuchtende Realität wahrzunehmen. Es handelte sich dabei nicht um Künstler, die den Lichtschein lediglich als Symbol benutzten, sondern um wirkliche Seher. Die Ähnlichkeit ihrer Empfindungen bestätigt unsere angeborene Fähigkeit zur Wahrnehmung des menschlichen Energiefelds.

Obwohl durch alle Zeiten hindurch auf der ganzen Welt immer wieder Hinweise auf das Leuchtende Energiefeld auftreten, tun sich die meisten westlichen Denker schwer damit, diese Tatsache zu akzeptieren. Wir glauben, dass ägyptische Schreiber, afrikanische Dogon-Schnitzer oder buddhistische Künstler ihre dargestellten Personen deswegen mit einem Lichtschein schmückten, um auf ihren erleuchteten Zustand hinzuweisen. Wir halten diese Erleuchtung für eine Art inneren Zustand, den Heilige oder Weise erlangen. Weil wir ihn normalerweise nicht mit den Augen wahrnehmen können, halten wir ihren Zustand nicht für eine objektive Tatsache. Da die Wissenschaft bislang noch kein Leuchtendes Energiefeld nachgewiesen hat, halten wir seine Existenz für nicht real. Wenn wir uns den Sachverhalt jedoch näher anschauen, müssen wir zugeben, dass die Wissenschaft die Existenz der Schwerkraft auch erst mit Newtons Gesetzen bewiesen hat, obwohl schon seit Tausenden von Jahren Äpfel vom Baum gefallen und Flüsse bergab geflossen sind. Zugegeben, die Schwerkraft ist leichter zu beobachten als das menschliche Energiefeld, aber für die Schamanen auf unserem Planeten ist die unsichtbare Welt der Energie und des Spirits genauso wirklich wie fließendes Wasser. Menschen aus dem Westen sich auf die schamanistischen Praktiken einlassen, entstehen gewisse Schwierigkeiten. Wir leben in einer Kultur, in der Menschen, die von sich behaupten, dass sie Energien sehen können, für verrückt und geistesgestört gehalten werden. Ich erinnere mich an einen Vorfall während meines Psychologie-Praktikums in einem Krankenhaus in

Nordkalifornien. Am Tag nach meinem Arbeitsbeginn dort kam ein Patient namens Pietro auf mich zu und sagte: »Ich weiß, wer du bist. Du kannst dich nicht vor mir verstecken.« Er beschrieb dann Ereignisse aus meiner Kindheit, die niemand außerhalb meiner Familie kennen konnte. Pietros hellseherische Fähigkeiten waren Jahre zuvor nach einer schlechten Erfahrung mit LSD zum Vorschein gekommen. Er lebte in einer psychiatrischen Anstalt, weil er nicht in der Lage war, seine Hellsichtigkeit abzustellen, und er lief umher und beunruhigte die Menschen mit persönlichen Beobachtungen, die er bei ihnen machte. Unsere Ärzte und Therapeuten sind oft hilflos, wenn bei irgendjemandem diese Gaben hervorbrechen, sei es abrupt und beängstigend, wie bei Pietro, oder sanft und spontan, wie es öfters in der Kindheit oder im Erwachsenenalter geschieht. Pietro stand unter starken Medikamenten, und es gab für ihn keine Hoffnung auf Heilung. In einer Stammeskultur wäre er höchstwahrscheinlich ein Assistent des Schamanen und würde ihm helfen, Krankheiten zu diagnostizieren.

Die schamanistische Art des Sehens ist ein Talent, das weiterentwickelt werden muss. Genauso wie jemand mit musikalischem Talent ermutigt werden sollte, ein Instrument zu lernen, sollte jemand, der in die leuchtende Welt schauen will, darin unterstützt werden, seine Gabe zu verfeinern. Seit Jahrtausenden haben Schamanen auf diesem Planeten Techniken zur Ausprägung dieser Fähigkeiten vervollkommnet. Sie wurden in Gesellschaften entwickelt, die den Menschen, die in die unsichtbare Welt hineinschauen konnten, großen Respekt entgegenbrachten. Ich habe die einfachsten und wirkungsvollsten Praktiken übernommen, die wir unseren Studenten in der Healing the Light Body School vermitteln.

Wie unser normales Sehen funktioniert

Das normale Sehen ist ein weitgehend unerklärlicher Prozess, der Millionen Jahre brauchte, um sich zu vervollkommnen. Für viele komplexe Lebensformen – vom Grashüpfer bis zum Wal – ist es das wesentliche Mittel der Wahrnehmung. Das menschliche Sehen besteht aus drei Komponenten: den Augen, den Sehnerven und dem Sehbereich im Gehirn. Die Augen verwandeln Licht in elektrische Signale, die von den Sehnerven auf die »Leinwand« des Gehirns geworfen werden. Die Sehnerven transportieren einen Fluss von Elektronen von den Augen zum Gehirn, so wie ein Fernsehkabel ein Signal zum Bildschirm trägt. Der visuelle Kortex des Gehirns, der sich hinter den Ohren im zurückliegenden Bereich des Schädels befindet, erzeugt das Bild. In Wirklichkeit findet alles Sehen im Inneren des Kopfes statt, obgleich es den Anschein hat, als sähen wir die Welt draußen.

Die Augen sind nicht besonders hilfreich für die Wahrnehmung der unsichtbaren Welt der Energie und des Spirit. Unsere Netzhaut registriert nur einen schmalen Ausschnitt des elektromagnetischen Spektrums. Sie nimmt zum Beispiel kein infrarotes Licht und keine ultraviolette Strahlung wahr, auf die die Haut sensibel reagiert. Die Sehnerven sind auch keine große Hilfe, denn bei ihnen handelt es sich um Einwegkabel, die von den Augen zur Leinwand führen. Die Leinwand selbst jedoch ist ein außerordentliches Gebilde. Der visuelle Kortex ist in der Lage, Energie (elektrische Impulse von den Sehnerven) in lebendige Bilder umzuwandeln. Der Mechanismus, um Energie sehen zu können, existiert also bereits. Um das Leuchtende Energiefeld und die in ihm enthaltene Information wahrzunehmen, brauchen wir bloß die Quelle des Signals zu verändern und dem visuellen Kortex zu erlauben, das zu tun, wofür

er erschaffen ist – nämlich Bilder zu erzeugen.

Wenn der Arzt dein Herz untersucht, benutzt er dazu in der Regel ein EKG. Die Sensoren auf deiner Brust senden ein Signal an ein Gerät, das deinen Herzschlag aufzeichnet. Wenn der Arzt die Temperatur seines Weinkellers kontrollieren will, braucht er nur ein Thermometer an der Wand zu befestigen und kann sonst dasselbe Gerät benutzen. Solange das Gerät über ein Kabel mit einem Sensor verbunden ist, kann es die unterschiedlichsten Aktivitäten aufzeichnen, von Herzschlägen bis hin zu Erdbeben. Beim gewöhnlichen Sehen sind die Augen der Sensor, die Sehnerven das Kabel und der visuelle Kortex das Aufzeichnungsgerät. Um in die Welt der Energie zu sehen, müssen wir den Sensor (die Augen) und das Kabel (die Sehnerven) herausziehen, sodass wir nur noch das Aufzeichnungsgerät (den visuellen Kortex) haben. Die einzige Funktion des Geräts liegt darin, das Signal in ein Bild zu verwandeln. Aus diesem Grund nenne ich es die Leinwand.

Wir alle verfügen über die Sensoren, die für den schamanistischen Weg des Sehens notwendig sind. Sie bestehen aus dem sechsten Chakra (das mystische »dritte Auge« in der Mitte der Stirn) und dem vierten Chakra, dem Herzen. Indem wir das dritte Auge und das Herz-Chakra mit dem visuellen Kortex verbinden, können wir mit den Augen des Geistes und des Herzens sehen. Die Aufgabe besteht darin, ein »Kabel« von diesen Chakras zur Leinwand im Gehirn zu legen.

Als Student der Anatomie habe ich gelernt, dass die neuralen Verknüpfungen im menschlichen Gehirn, nachdem sie einmal etabliert worden sind, nur sehr schwer verändert werden können. Es ist unmöglich, neue neurologische Verbindungen zum visuellen Kortex zu legen. Wenn der Sehnerv bei einer Person durchtrennt ist, erblindet sie und hat keine Chance, ihr Augenlicht wiederzuerlangen. Dennoch träumt sie weiterhin in farbi-

gen Bildern. Das Gehirn kann die bestehenden Verknüpfungen zum visuellen Kortex nicht umleiten. Um also mit den Augen des Herzen sehen zu können, müssen wir ein extrazerebrales Netzwerk außerhalb des Gehirns erschaffen. Die Schamanen können durch bestimmte Rituale, in denen das Sehen gelernt wird, extrazerebrale Verknüpfungen herstellen, die das dritte Auge und das Herz mit der Leinwand im visuellen Kortex verbinden, um auf diese Weise multisensorische Bilder der leuchtenden Welt zu erhalten.

Das Gehirn von Kleinkindern hat in den ersten Lebensjahren zehn Mal mehr synaptische Verbindungen als beim Erwachsenen. Synapsen sind wie Äste, die von den Nervenzellen ausgehen und sich in alle Richtungen ausstrecken, bis sie auf einen anderen Ast stoßen, mit dem sie sich verbinden. Synaptische Verbindungen sind die Pfade, auf denen Information weitergegeben wird. In der Krabbelphase verfügt ein kleines Kind möglicherweise über sechs verschiedene Arten, sich einem Wasserglas zu nähern und es in die Hand zu nehmen. Nachdem es gelernt hat, welches die beste Art ist – einschließlich Links- oder Rechtshändigkeit –, verkümmern die anderen Möglichkeiten und sterben ab. Synapsen verbinden die Gehirnzellen miteinander und können mit Pfaden in einem Wald verglichen werden. Manche führen direkt aus dem Wald über die Wiese zum Fluss. Andere sind geschwungen und führen vorbei an Pappeln und Ulmen zu demselben Fluss. Nachdem wir die Landkarte unserer Wirklichkeit gezogen haben, sterben 90 Prozent aller synaptischen Verbindungen wieder ab. Wir haben uns daran gewöhnt, nur auf einem Pfad zum Fluss zu kommen. Die anderen Möglichkeiten sind ausradiert. Wenn wir uns an den Weg über die Wiese gewöhnt haben, vergessen wir die Pappeln und die Ulmen und schauen den ungläubig an, der von exotischen Bäumen auf dem Weg zum Fluss erzählt.

In unserer Kultur wird kein Wert darauf gelegt, eine Landkarte der unsichtbaren Welt zu erstellen. Eine solche spirituelle Landkarte wird nicht einmal als etwas Reales anerkannt. Es existiert überhaupt kein Fluss, warum also sich den Weg dorthin bahnen? Im Westen haben die Menschen keine neuralen Verknüpfungen entwickelt, um Energie wahrzunehmen. Daher müssen wir diese Verknüpfungen außerhalb des Gehirns herstellen. Man kann sie sich als Meridiane goldenen Lichts vorstellen, die außen am Kopf entlanglaufen und das dritte Auge und das Herz mit der Leinwand im Gehirn verbinden. Diese Pfade übertragen multimodale sensorische Daten – Bilder, Oberflächen, Klänge, Geschmacksempfindungen, Gefühle und Düfte.

Verlier deinen Kopf, und verlass dich auf deine Sinne

Die unsichtbare Welt kann nicht mit den Augen der Logik und Vernunft gesehen werden. Wir müssen den unschuldigen Blick des Kindes und seine direkte, ursprüngliche Wahrnehmung wieder finden. Ein Kind erforscht seinen Tastsinn, lernt Farben zu unterscheiden, schaut unter Steine und fragt immer wieder, warum etwas so ist, wie es ist. Hierbei handelt es sich um unmittelbare, ursprüngliche Wahrnehmung. Wenn Christus sagt, wir können das himmlische Reich erst dann betreten, wenn wir wie die Kinder werden, so meint er damit, dass wir wieder lernen müssen, die Welt mit einem unschuldigen Blick zu sehen, frei von festgefahrenen Vorstellungen. Vernunft und Sprache trennen uns von der direkten Erfahrung. Logik und Namen – obgleich praktisch – verhindern, dass wir das Mysterium des Lebens direkt erfahren können.

Bevor wir uns an die nachfolgenden Übungen machen, möch-

te ich, dass wir uns unserer Sinne bewusst werden, denn andernfalls bleiben die Übungen nur eine intellektuelle Aktivität und daher durch das begrenzt, was die Augen sehen können. Wenn wir alle Sinne zur Hilfe nehmen, erhalten wir eine holistische Wahrnehmung der Welt, sodass Berührung, Geschmack, Gehör und Sehen uns nicht länger von der direkten Erfahrung abschneiden, sondern wir eins mit unserer Wahrnehmung werden. Du riechst einen Duft und wirst zu diesem Duft, untrennbar eins mit ihm. Dies ist keine poetische Art der Beschreibung, sondern spiegelt ein tiefes Verstehen unserer Verbundenheit mit allen Wesen und Dingen. Wenn zum Beispiel eine Heilerin ihre Tasse in die Quellgewässer des Amazonas taucht, denkt sie nicht: Ah, dieses Wasser gehört jetzt mir. Stattdessen nimmt sie wahr, dass der Amazonas nun durch sie fließt.

Wahrnehmungsübungen

Nimm deinen Puls, aber schau dabei nicht auf die Uhr und zähle auch nicht deinen Herzschlag. Fühl nur die Wellen lebendigen Bluts, die dich durchfluten. Fühl ihren Rhythmus. Das ist dein Tempo. Kein anderer hat den gleichen Rhythmus wie du. Inselbewohner in Indonesien glauben, dass alles im Leben seinen eigenen Puls hat. Vor Tausenden von Jahren gossen sie Bronzetrommeln in der Größe eines Elefanten und schlugen auf ihnen die Rhythmen der Schöpfung, um ihren Spirit mit der Schwingung des Universums in Einklang zu bringen.

Gebrauche deine Vorstellungskraft. Welche Farbe hat dein Blut? Bist du dir sicher, es ist rot? Warum sind deine Venen dann blau? Wann ändert dein Blut seine Farbe? Warum? Denk bitte nicht an den Biologieunterricht in der Mittelstufe. Dein Körper kennt die Antwort. Frag ihn. Folge deinem Blut zurück

zum Herzen und finde die Antwort selbst heraus. Das Herz ist das erste Organ, das das sauerstoffreiche Blut von den Lungen empfängt. Es ernährt sich zuerst selbst davon, bevor es den Rest in den Körper pumpt.

Werde dir jetzt deines Atems bewusst. Halt dir erst ein Nasenloch zu und dann das andere. Durch welches Nasenloch atmest du? Meistens atmen wir stundenlang nur durch ein Nasenloch und danach nur durch das andere. Spüre, wie dein Atem durch die Luftröhre in die Lungen fließt. Wie fühlt sich das an? Klingt es rau oder sanft? Woher kommt dein Atem, und wie lange gehört er dir?

Wende dich nun deinem Geruchssinn zu. Was riechst du? Jeder hat einen einzigartigen Duft. Riech an deiner Hand, nachdem du Knoblauch oder Basilikum geschnitten hast. Atme viele verschiedene Düfte ein: den süßen Duft der Blumen, den scharfen Geruch von Essig, den sauren Geruch von schlecht gewordener Milch, die Süße von Lavendel. Die meisten Säugetiere verlassen sich zuerst und in erster Linie auf ihren Geruchssinn. Ein Eisbär nimmt den Geruch einer Robbe noch aus 50 Kilometern Entfernung wahr. Affen beschnüffeln sich, wenn sie sich zum ersten Mal begegnen. Ein Löwe im Busch kann deine Angst riechen.

Konzentriere dich jetzt auf deinen Tastsinn. Die Haut ist das größte Sinnesorgan des Körpers. Sie besteht aus dem gleichen Material wie dein Gehirn und dein Nervensystem. Die Haut ist lebendig. Sie glänzt, wenn du sie pflegst, und wird rot, wenn du wütend bist. Nimm dir einen Moment Zeit und streichle dein Gesicht. Fühl deine Lippen und betaste mit den Fingerspitzen dein Kinn. Streichle das Gesicht deines Partners oder deiner Partnerin. Werde dir als nächstes deiner Füße bewusst. Wackel mit den Zehen in deinem Schuh. Das menschliche Gehirn funktioniert durch Unterdrückung von Information.

Wenn du dir am Morgen die Schuhe anziehst, fühlst du ihre Temperatur und ihre Beschaffenheit. Danach aber schaltet das Gehirn diese Wahrnehmung aus, damit du nicht den ganzen Tag über an deine Schuhe denken musst. Nur wenn du gegen einen Stuhl stößt oder auf einen Reißnagel trittst, denkst du wieder an deine Füße. Vertausch Messer und Gabel, wenn du dich das nächste Mal an den Tisch setzt, um zu essen. Achte darauf, wie unbeholfen sich das anfühlt, und nutze diese Empfindung, um dir jeden Bissen bewusst zu machen.

Wende dich jetzt dem Geschmack zu. Wie schmeckt deine Haut? Leck an deinem Handrücken. Schmeckt es salzig oder süß? Wie schmeckt dein Blut? Probier es, wenn du dich das nächste Mal schneidest, und mach dir seinen Geschmack bewusst. Wie schmeckt Wasser? Leitungswasser gilt gemeinhin als geschmacklos. Das stimmt aber nicht. Wasser hat seinen eigenen Geschmack, und das Wasser schmeckt in jeder Stadt und aus jedem Fluss anders. Trink langsam und registriere seinen Geschmack. Fühle die Kälte des Wassers und werde zu dieser Kälte. Fühl, wie sie deinen ganzen Mund ausfüllt und von dort aus durch deinen Körper strömt. Erlaube es der Kälte, dich auszufüllen.

Schließ zum Schluss deine Augen, nimm einen tiefen Atemzug und lausche. Welche Geräusche hörst du um dich herum? Versuche so viele natürliche Klänge wie möglich zu erkennen. Hörst du einen Vogel singen? Summen irgendwo Bienen? Stammen die Geräusche, die du hörst, alle von Menschen? Rumpelt irgendwo etwas, oder hörst du hohes Quietschen oder Schreien? Wenn du im Amazonasgebiet einen Jaguar verfolgst, hörst du auf die Vögel. Ihre Warnrufe verraten dir den Aufenthaltsort der großen Katze, lange bevor du ihre Spuren findest.

Um die natürliche Wahrnehmung zu trainieren, haben die Schamanen eine Art »Allgemeinsinn« entwickelt, der all die

unterschiedlichen Sinne miteinander verbindet. Dadurch sind sie in der Lage, Feuer zu schmecken, den Duft einer Blume zu berühren und ein Bild zu riechen. Sie empfangen eine unmittelbare Wahrnehmung, bevor eine bestimmte Erfahrung den Sinneseindruck in einzelne Sinne aufteilt. Dieses Phänomen ist als Synästhesie bekannt. Die Vermischung sensorischer Empfindungen wirkt nur auf denjenigen fremd, der sich schon von der ursprünglichen, unmittelbaren Erfahrung der natürlichen Welt abgeschnitten hat. Musiker sprechen oft davon, dass sie hören, wie die Luft nach Flügelschlägen klingt, wenn sie fliegende Vögel beobachten. Dieser »Allgemeinsinn« ist das Kennzeichen einer ursprünglichen Wahrnehmung, die die meisten von uns mit dem Aufkommen der Zivilisation verlernt haben. Wie der Philosoph Maurice Merleau-Ponty in seinem Buch *Phänomenologie der Wahrnehmung* schreibt:

»Die synästhetische Wahrnehmung ist vielmehr die Regel, und wenn wir uns dessen selten bewusst sind, so weil das Wissen der Wissenschaft unsere Erfahrung verschoben hat und wir zu sehen, zu hören und überhaupt zu empfinden verlernt haben, vielmehr aus der Organisation unseres Körpers und der Welt, so wie die Physik sie auffasst, deduzieren, was wir sehen, hören und empfinden müssen.«

Synästhesie wächst in dem Maße, wie wir uns des Berührungssinns, des Geschmackssinns, des Empfindungssinns und des Hörsinns bewusst werden.

Eine meiner beliebtesten Synästhesie-Übungen besteht darin, die eigenen Gefühle zu »schmecken«. Bemerk deinen Geschmack im Mund. Ist er süß? Sauer? Hölzern? Metallisch? Denk nun an etwas, das dich traurig macht. Ändert sich dadurch der Geschmack im Mund? Denk an eine schöne Situation und achte wieder darauf, ob sich der Geschmack im Mund verändert. Denk nun an einen Moment, in dem du Angst hat-

test. Kannst du sagen, wie Angst schmeckt? Oder Liebe? Oder Freude?

Die Zweite Aufmerksamkeit

Die Praxis der Zweiten Aufmerksamkeit ist eine Übung, in der die Augen auf eine bestimmte Weise bewegt werden, wodurch unser neurales Netzwerk neu kalibriert wird. Wir setzen mit ihrer Hilfe unsere sensorischen Koordinaten auf Null, und zwar in weniger als 30 Sekunden. Ansonsten verharrt die sensorische Wahrnehmung in der ersten Aufmerksamkeit, der Tunnelvision der herkömmlichen Realität. Mit dieser anfänglichen Übung benutzen wir die Zweite Aufmerksamkeit, um unseren kinästhetischen Sinn zu aktivieren und die Akupunktur-Meridiane wahrzunehmen. Wenn du erst einmal die Energie fühlst, kannst du dieses Gefühl mit Hilfe der Synästhesie in ein Bild übersetzen.

Stell dir vor, deine Augen sind das Zifferblatt einer Uhr. Die Augen sind eine Art Anzeiger für den Bereich unseres Gehirns, in dem verschiedene geistige Aktivitäten ablaufen. Viele Rechtshänder schauen beispielsweise zur Zehn, wenn sie mathematische Gleichungen lösen, und zur Zwei, wenn sie ihre Lieblingslieder singen. Überprüf das mit Hilfe einer zweiten Person. Bitte sie, 27 und 19 zu addieren, und beobachte, in welche Richtung sich ihre Augen drehen. Jeder reagiert verschieden, aber dennoch zeigen die Augen immer in die gleiche Richtung. Bitte sie nun, an frisch gebackenes Brot oder an ein Lied zu denken. Beobachte, in welche Richtung sich dabei ihre Augen wenden. Hierbei handelt es sich um die Wahrnehmungskoordinaten der ersten Aufmerksamkeit oder der herkömmlichen Realität.

Die Praxis der Zweiten Aufmerksamkeit besteht im Drehen der Augen hinter den geschlossenen Lidern, um die Wahrneh-

mungsfläche zu reinigen. Schließ deine Augen und dreh sie (ohne dabei deinen Kopf zu bewegen) von links nach rechts, nach oben und nach unten, von oben links nach unten rechts und umgekehrt. Dreh jetzt deine Augen in einem großen Kreis, dreimal von links nach rechts und dreimal von rechts nach links. Wiederhole das Ganze, aber diesmal in kleinen Kreisen und ebenfalls mit geschlossenen Augen.

Führe deine Handflächen in Gebetshaltung zusammen. (Die zehn hauptsächlichen Akupunktur-Meridiane laufen durch den Körper, die Hand und die Fingerspitzen, und wenn wir unsere Handflächen in der Gebetshaltung zusammenführen, bringen wir die Energien, die durch die Akupunktur-Meridiane fließen, ins Gleichgewicht. Vielleicht ist diese Geste deshalb mit dem Gebet verbunden, weil wir uns danach sehnen, beim Beten im Gleichgewicht zu sein.) Achte darauf, dass zwischen den Fingern jeder Hand ein wenig Platz ist und dass die Fingerspitzen einander berühren, der Zeigefinger den Zeigefinger, der Daumen den Daumen und so weiter. Deine Hände sollten dabei sanft deine Brust berühren. Nimm ein paar tiefe Atemzüge, während du die Hände gegeneinander hältst.

Trenn nun deine Hände voneinander und schüttele sie kräftig 30 Sekunden lang aus und entspanne sie dabei. Bring die Hände erneut in die Gebetshaltung. Löse die Handflächen langsam voneinander, während sich die Fingerspitzen weiterhin berühren. Achte auf das Gefühl in deinen Händen. Fühlen sie sich kalt an? Oder warm? Empfindest du eine leichte elektrische Anziehung zwischen deinen Handflächen? Löse die Hände langsam voneinander und achte dabei auf deine Fingerspitzen. Kribbeln sie? Wie weit kannst du die Finger voneinander entfernen, ohne dass das Kribbeln oder die elektrische Anziehung aufhört? Stell dir vor, du spürst die leuchtenden Fäden, die deine Fingerspitzen miteinander verbinden. Es handelt sich

dabei um Verlängerungen der Akupunktur-Meridiane. Probier das Ganze so lange, bis du die Meridiane auch dann noch spüren kannst, wenn deine Handflächen zehn Zentimeter voneinander entfernt sind. Welche Hand ist dabei sensibler? Fühlst du die Energie besser mit den linken oder mit den rechten Fingerspitzen?

Das Leuchtende Energiefeld wahrnehmen

Als Nächstes wollen wir lernen, die Membran des Leuchtenden Energiefelds abzutasten. Stell dich hin, schließ deine Augen und praktiziere die Zweite Aufmerksamkeit. Werde dir deines Atmens bewusst. Zen-Buddhisten konzentrieren sich auf den Atem, um das rationale Bewusstsein aufrechtzuerhalten, während sie andere Bewusstseinsbereiche erkunden.

Schüttel deine Hände ein paar Sekunden lang kräftig aus und führe sie zur Gebetshaltung zusammen. Dreh deine Hände jetzt langsam, sodass die Handflächen nach außen, vom Körper weg, zeigen. Breite deine Hände nach und nach fächerförmig aus, bis sie ungefähr 30 Zentimeter vom Bauch entfernt sind. Bewege deine Hände langsam hin und her, so als ob du ein Fenster putzen wolltest, und versuche, die innere Membran oder Haut des Leuchtenden Energiefelds zu fühlen. Ist die Oberfläche glatt oder eher rau? Ist sie elastisch, gibt sie nach? Oder ist sie fest? Fühlt sie sich warm oder kalt an? Kannst du sie nach außen drücken und ausdehnen? (In der Stadt liegt das Leuchtende Energiefeld wie ein Seidenkokon eng um unseren Körper; nach ein paar Tagen in der Natur dehnt es sich bis auf die Breite unserer ausgestreckten Arme aus.) Kannst du Erhöhungen und Vertiefungen spüren? Sie markieren normalerweise die Stellen, an denen die leuchtende Membran dünn und schwach ist und wir Energie verlieren oder die Energien und Gefühle von anderen Menschen in uns eindringen können. Stell

dir die Farbe deines Leuchtenden Energiefelds vor.

Wenn du fertig bist, führe deine Hände wieder in die Gebetshaltung zurück und nimm ein paar Atemzüge, um deine Energie ins Gleichgewicht zu bringen. Mach diese Übung so lange, bis du die Membran deines Leuchtenden Energiefelds fühlen und ihre Beschaffenheit deutlich spüren kannst.

Die Chakras lesen

Es gibt eine ähnliche Übung, um die Chakras wahrzunehmen. Sie dient dafür, mit jedem einzelnen Erdchakra zu arbeiten. Wiederhole die Übung der Zweiten Aufmerksamkeit. Schüttle deine Hände ein paar Sekunden lang kräftig aus und führe sie in die Gebetshaltung. Bleib dir deines Atems bewusst.

Halte nun deine Handflächen ungefähr zehn Zentimeter unterhalb deines Bauchnabels sehr nah an die Haut. Atme dabei weiterhin bewusst. Stell dir deine Chakras als Energietrichter vor, die sich knapp über deiner Hautoberfläche wie kleine Lichtstrudel drehen. Der äußere Rand des Trichters befindet sich ungefähr zehn Zentimeter außerhalb des Körpers, während der größte Teil des Chakras im Körper selbst liegt. Finde den äußeren Trichterrand deines zweiten Chakras. Taste seine Umgebung ab und fühl die Energie, die in ihm wirbelt. Wenn ich meinen Finger in ein Chakra halte, spüre ich die Energie wie kaltes Wasser meine Fingerspitze umspülen.

Führe deinen Zeigefinger immer mehr in das Chakra, indem du deine Hand senkrecht in Richtung des Körpers bewegst. Wie fühlt sich das an? Ist es kalt, warm oder neutral? Führe deine Aufmerksamkeit zur äußersten Fingerspitze und mach dir bewusst, was du in der Kuppe spürst. Prickelt es? Fühlt es sich glatt oder uneben an? Das Bauch-Chakra ist verknüpft mit dem Reflex, zu fliehen oder zu kämpfen. Wenn wir Angst haben oder in Gefahr sind, reagiert dieses Chakra sofort. Denk an das

letzte Mal, als du Angst hattest, während du das zweite Chakra mit deiner Fingerspitze erkundest. Kannst du spüren, wie sich mit dem Gefühl auch die Beschaffenheit dieses Energietrichters verändert? Jeder nimmt Energie anders wahr. Was dir eisig vorkommt, mag jemand anderes als warm empfinden. Das zweite Chakra ist von allen Chakras am leichtesten zu lesen, denn es ist der Sitz unserer Emotionen und Leidenschaften und ist voller Energie. Wiederhole die gleiche Übung mit dem ersten Chakra. Achte darauf, ob die Beschaffenheit und die Dichte des Chakras sich verändert, wenn du dir eine bestimmte Zeit – vielleicht deine Kindheit – in Erinnerung rufst, in der du dich sicher und geborgen gefühlt hast. Stell dir jetzt eine Zeit vor, in der du dich nicht sicher gefühlt hast oder als du aus einem Albtraum erwacht bist. Worin unterscheidet sich die Energie?

Versuch nun, das dritte Chakra zu spüren. Denk an einen Moment, wo dir Anerkennung entgegengebracht wurde und du für einen Erfolg gefeiert wurdest. Geschieht dabei etwas mit der Energie? Denk an eine Situation, in der du dich geschämt hast. Geh nun hoch zum vierten Chakra. Wie war es, als du verliebt warst, als du zum ersten Mal den Menschen getroffen hast, den du liebst? Erinnere dich nun an eine Zeit, in der dein Herz gebrochen war und du dich verlassen gefühlt hast. Achte dabei auf die Veränderungen in der Energiequalität. Versuch als nächstes, das fünfte Chakra zu spüren. Ruf dir eine Zeit in Erinnerung, als du einen großen inneren Frieden gespürt hast, vielleicht während einer Meditation. Denk jetzt an eine Situation, in der du von einem geliebten Menschen abgewiesen wurdest. Worin unterscheidet sich die Energie?

Bis jetzt haben wir mit quantitativen Maßstäben gearbeitet. Die bisherigen Übungen geben dir ein Gefühl für die Beschaffenheit und die Dichte der Energie in den Chakras. Die meisten Heiler oder Heilerinnen gehen über diese Stufe nicht hinaus.

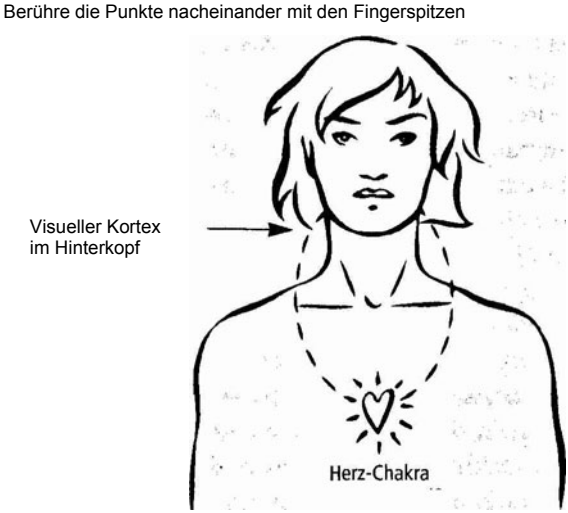
Sie fühlen die unterschiedlichen Energiestärken und weiter nichts. Wir aber wollen die nächste Stufe erklimmen, die darin besteht, auch qualitative Eigenschaften der Chakras wahrzunehmen. Welche Information enthält eine bestimmte Art von Energie? Welche Geschichte kann sie uns erzählen, wie groß ist die Freude und wie groß der Schmerz? Die Grundlage für ein qualitatives Gefühl von Energie ist die Zweite Wahrnehmung. Die Praxis der Zweiten Aufmerksamkeit befreit deine sensorischen Systeme, und die Zweite Wahrnehmung ermöglicht es dir, die Geschichten zu lesen, die in einer bestimmten Form von Energie gespeichert sind.

Die Zweite Wahrnehmung

Mit Hilfe der Zweiten Wahrnehmung können wir die Geschichten entziffern, die in der Energie enthalten sind. Du legst Lichtfäden um deinen Kopf herum, die die Informationen vom dritten Auge zum visuellen Kortex übertragen, wo sie dekodiert und in bunte Bilder übersetzt werden. Sie enthalten auch die Informationen, die vom Herzen kommen und über dieselben Lichtfäden laufen. Diese extrazerebralen Pfade übertragen emotionale und spirituelle Einsicht. Das dritte Auge registriert Tatsachen, und das Herz nimmt die Gefühle wahr. Auf diese Weise ist dein Sehen von Mitgefühl durchdrungen. Für sich genommen, ist das dritte Auge kalt und teilnahmslos, und auch das Herz ist auf sich gestellt schwärmerisch und sentimental. Indem sie zusammenwirken, werden sie für den Heiler zum machtvollsten Instrument der Erkenntnis. 90 Prozent meiner Studenten sind in der Lage, diese Fähigkeit zu entwickeln. Es handelt sich also nicht um eine seltene Gabe, in deren Genuss nur wenige Menschen kommen. Der visuelle Kortex kann alles darstellen. Er setzt dabei nicht nur Information zu Bildern zusammen, sondern entziffert auch die Symbole und Bedeutun-

gen, die in den Bildern enthalten sind.

Nimm die Gebetshaltung ein und praktiziere die Zweite Aufmerksamkeit, während du ein paar Mal tief einatmest. Berühre als Nächstes die Mitte deiner Brust auf der Höhe des Herzens mit deinen Fingerspitzen. Folge mit deinen Fingerspitzen Schritt für Schritt einer imaginären Halskette aus Lichtpunkten, die vom Herz-Chakra aus zum visuellen Kortex im Hinterkopf verläuft. Führe diese Bewegung langsam und bedacht aus und wiederhole sie drei oder vier Mal.



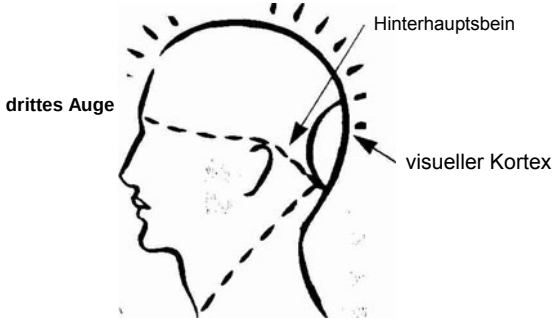
Die Lichtkette

Berühre nun dein sechstes Chakra in der Mitte der Stirn mit deinen Fingerspitzen. Spanne ein imaginäres Band von deiner Stirn bis zum unteren Teil des Hinterkopfs. Folge dieser leuchtenden Kette aus Lichtpunkten Schritt für Schritt oberhalb von beiden Ohren. Wiederhole diesen Vorgang mehrere Male.

Berühre nun wieder das sechste Chakra und folge dem Band über die Oberseite des Kopfs bis zum unteren Ende des Hinterkopfs (indem du mit den Fingerspitzen beider Hände langsam auf dem Mittelscheitel vorwärts tippst). Stell dir dabei vor, du würdest dir eine Krone aus Licht aufsetzen.

Indem du diese Lichtkrone und Lichtkette visualisierst, schaffst du extrazerebrale Verknüpfungen zum visuellen Kortex im Gehirn. Stell dir die Energie vor, die durch diese Bahnen läuft, um sie zu aktivieren. Ich visualisiere diese Bahnen als schimmernde Fäden und stelle mir vor, wie goldenes Licht durch sie hindurchfließt, zuerst langsam, dann immer schneller, bis zum Schluss das ganze Netzwerk mit Licht pulsiert. Einige meiner Studenten konnten die Fähigkeit des Sehens sehr schnell entwickeln. Unmittelbar nachdem bei ihnen die leuchtenden Bahnen gelegt worden waren, begannen diese schon, Informationen zu übertragen. Bei anderen kann es Monate oder sogar Jahre dauern. Die Gabe der Zweiten Wahrnehmung wird nicht durch fleißiges Üben erlangt, denn dieser Willensakt gehört zur ersten (und damit herkömmlichen) Wahrnehmung. Fülle die extrazerebralen Bahnen mit Energie und lasse den visuellen Kortex des Gehirns das tun, wofür er geschaffen wurde.

Möglicherweise entdeckst du eines Tages, dass du schon seit längerer Zeit siehst. Ich selbst brauchte Monate intensiven Übens, wobei ich die leuchtenden Bahnen von der Stirn und dem Herzen zum Hinterkopf mit Energie füllte, bis ich verlässliche Resultate erzielte. Eines Tages wurde mir klar,



Die Lichtkrone

dass ich das Leuchtende Energiefeld schon seit Monaten sehen konnte, ich mir bloß nicht bewusst gemacht hatte, dass ich es bereits wahrnahm. Es war ein seltsam vertrautes Gefühl. Zuerst konnte ich das Leuchtende Energiefeld und die Chakras nur mit geschlossenen Augen sehen. Ich brachte meine Hände in die Gebetshaltung, atmete tief und beobachtete die Energieströme, während ich meine Fingerspitzen voneinander trennte. Danach konnte ich meine Aufmerksamkeit auf einen Klienten fokussieren und seinen leuchtenden Körper wahrnehmen. Am Anfang störte mich der normale Blick, aber mit der Zeit lernte ich, auch mit offenen Augen Energie zu sehen. Ich wende die Zweite Wahrnehmung nur dann an, wenn der Klient einwilligt (oder bevor ich ein Flugzeug besteige, um festzustellen, ob alle um mich herum ein gesundes Leuchtendes Energiefeld haben – der sicherste Hinweis darauf, dass wir auch heil ankommen werden).

Versuche, die Energiefelder von Pflanzen und Tieren zu sehen. Beobachte die Fäden, die sich von einem Haustier zu seinem Besitzer spannen oder die unsere Zimmerpflanzen mit der

Natur und unserem eigenen Leuchtenden Energiefeld verbinden. Die Tatsache, dass wir den Bereich der Energie und des Spirits sehen können, bestätigt nicht nur unsere Fähigkeit, sondern auch die Existenz dieser unsichtbaren Welt.

Susan war Anfang 50, als sie sich bei unserer Healing the Light Body School anmeldete. Sie war Universitätsprofessorin und vor zehn Jahren zusammen mit mir nach Peru geflogen. In den letzten Jahren hatten wir uns ein wenig aus den Augen verloren. Als wir uns unterhielten, erzählte sie mir, dass sie täglich schwere Migräneanfälle habe. Wenn sie solch einen Anfall hatte, war sie für eine Stunde nicht in der Lage, zu lehren oder auch nur zu gehen. Die Ärzte konnten keine körperlichen Symptome feststellen, obwohl die Migräne anhielt. Sie bat mich, ihr Leuchtendes Energiefeld abzutasten, um dort vielleicht eine Ursache für ihre Kopfschmerzen zu finden.

Susan saß mir gegenüber vor einer weißen Wand. Ich dimmte das Licht im Raum und entspannte meinen Ausdruck. Ich nahm mit meinen Händen die Gebetshaltung ein und begab mich in den Zustand der Ruhe, den ich gelernt hatte, mit der Zweiten Wahrnehmung zu assoziieren. Sofort spürte ich, dass Susans siebtes Chakra blockiert war. Es bewegte sich überhaupt keine Energie in diesem Bereich. Normalerweise ist das siebte Chakra wie ein Springbrunnen aus Energie, der oben aus dem Kopf sprudelt und durch das Leuchtende Energiefeld herabströmt. Ein großer dunkler Energieknoten waberte über ihrer Stirn, und leicht dahinter nahm ich einen eiförmigen Fleck wahr. Die ganze Stelle pulsierte, einschließlich des Flecks und der dunklen Energie, die ihn umgab. Obwohl Susans Ärzte keine medizinische Erklärung für ihre Erkrankung hatten, spürte ich einen physischen Zustand, der den starken Druck in ihrem Kopf erzeugte. Ich ging mit ihr durch den Illuminationsprozess, um die Abdrücke für die Kopfschmerzen und die

dunkle Energie, die Susans Kopf umgab, zu beseitigen.

Als ich Susan erneut abtastete, musste ich feststellen, dass das eiförmige Objekt, das ich vorher wahrgenommen hatte, immer noch da war. Ich bestand darauf, dass sie nochmal zu ihrem Arzt ging und ihn bat, eine Computertomografie zu machen, um einen detaillierten Einblick in das Innere ihres Kopfes zu bekommen. Susans Ärzte waren von dieser Idee nicht begeistert und meinten, es gäbe keinen Grund, eine so teure Untersuchung vorzunehmen. Wenn Susan darauf bestehe, müsse sie die Kosten dafür aus ihrer eigenen Tasche bezahlen. Aber Susan bestand auf der Untersuchung und fügte lächelnd hinzu, dass ihr Schamane es ihr befohlen habe. Das fertige Computerbild zeigte mitten im Kopf ein Gebilde von der Größe eines Eis neben ihrer Hypophyse. Es befand sich in einem Hohlraum, der normalerweise nicht größer als eine Erbse ist. Die Zyste war die Ursache für den enormen Druck im Kopf. Zwei Tage später hatten die Chirurgen sie erfolgreich entfernt und festgestellt, dass sie nicht bösartig war. Wäre Susan nicht operiert worden, hätte sie bei der Größe der Zyste nicht mehr lange gelebt. Sie war gerade noch rechtzeitig entfernt worden.

Das Aufspüren von Energien

Schamanen sind Meister im Aufspüren von Energien. Ich erinnere mich an zwei Schamanen, einen Mann und eine Frau, mit denen ich schon mehrere Tage im Regenwald des Amazonas unterwegs war. An jenem Morgen entschlossen wir uns, zu einem nahe gelegenen Flusslauf zu gehen, an dessen Ufer Ananasstauden wuchsen. Die Affen kannten die Stelle ganz genau, und wenn die Ananasfrüchte reif waren, kamen sie von ihren Bäumen herunter, um gemeinsam zu schlemmen. Die Jaguare kannten die Stelle natürlich auch. Sie kamen bei Einbruch der

Dämmerung, um die Affen zu holen, die ihre Lieblingsspeise waren. Wir wollten die Jaguare beobachten, und wenn wir keine zu Gesicht bekommen sollten, konnten wir uns ja immer noch am Ananasfest der Affen beteiligen. Wir folgten einem Pfad, der dick mit blutroten Blättern bedeckt war, als einer der beiden Schamanen plötzlich stehen blieb. Er zeigte auf den Boden und flüsterte: »Jaguarspuren.« Ich bückte mich, konnte aber nur verfaulte Blätter und einen scharlachroten Erdboden wahrnehmen. Die Heilerin nickte lautlos und zeigte auf einen Baum in sieben Meter Entfernung und meinte: »Jaguarfell.« Wir näherten uns dem Baum und fanden zwei Haare in der Borke, an der sich eine der großen Katzen gerieben hatte. Mir wäre nichts aufgefallen, bis ich sah, wie die Heilerin die Haare von dem Baum entfernte, der genauso aussah wie alle anderen Bäume des Waldes. Wir sahen an jenem Tag zwar keine Jaguare, und selbst die Affen hatten bei der Ananas schon reinen Tisch gemacht. Ich aber erhielt zwei wichtige Lektionen im Spurenlesen. Die erste bestand darin zu lernen, dass Spurenlesen die ungeteilte Aufmerksamkeit erfordert. Wenn du nach einem Jaguar Ausschau hältst, darfst du dich von nichts ablenken lassen. Zwei Jaguarhaare können dann so sichtbar werden wie ein funkelndes Stück Glas in der Wüste, in dem sich das Sonnenlicht bricht. Die zweite Lektion bestand darin, dass das Verfolgen einer Spur Raum und Zeit in Anspruch nimmt. Wir waren Ereignissen gefolgt, die schon Tage zurücklagen. Als wir die Spur aufnahmen, war sie bereits vier Tage alt. Wir folgten den Raubtierspuren durch den Urwald und fanden hier mal ein paar Haare, dort einen Fußabdruck im feuchten Uferschlamm und manchmal die Stelle, an der das Tier sich ausgeruht hatte. Am ersten Tag schafften wir drei Tage der Raubkatze, die gemütlich durch den Wald gestreift war. Jede Spur, auf die wir stießen, war jüngeren Datums und besser erhalten. Am

zweiten Tag stießen wir dann auf das großartig gefleckte Geschöpf. Es lag am Flussufer und machte sich gerade sauber. Es war so damit beschäftigt, die Vorderfüße zu lecken, dass es uns zuerst nicht bemerkte. Als es schließlich unsere Witterung aufgenommen hatte, sprang es auf und verschwand lautlos im Dschungel.

In ähnlicher Weise lernt der Seher im Laufe der Zeit den Ursprung von Krankheit oder emotionalem Stress aufzuspüren. Er kann den Vorfall entdecken, der zur Krankheit oder zum Unglück seines Klienten geführt hat. Die nachfolgende Technik erlaubt es dir, die ursprüngliche Verletzung des Klienten ausfindig zu machen; das Geschehen, das für ein bestimmtes Krankheitsbild verantwortlich ist. Die Verletzung kann erst kürzlich stattgefunden haben, ein Kindheitstrauma sein oder sogar ein Erlebnis aus einem früheren Leben. Der Seher verfolgt die Verletzung bis zu dem Ereignis, an dem sie ursprünglich geschah. Mein Mentor sprach in diesem Zusammenhang davon, das verletzte »Gesicht« seines Patienten zu finden. Ich lernte diese Praxis, indem ich meine eigenen verletzten »Gesichter« aufspürte.

Als ich mit dieser Praxis anfing, war ich davon überzeugt, dass ich in den Gesichtern die verschiedenen Unterpersönlichkeiten sah, die in mir existierten. Ich glaubte nicht, dass diese Gesichter aus früheren Inkarnationen stammten und Hunderte, wenn nicht gar Tausende von Jahren alt sein konnten. Nach Jahren der Praxis merkte ich, dass diese Unterscheidung künstlich war und mit der Realität nicht viel zu tun hatte. Es gibt keinen eindeutigen Beweis dafür, dass wir früher schon einmal gelebt haben, und die folgende Übung dient nicht dazu, vorangegangene Inkarnationen zu belegen. Den Geschichten, die in mir gespeichert sind, ist es egal, ob sie aus diesem oder einem anderen Leben stammen. Sie sind für mich nicht mehr oder

weniger real als die Erinnerungen an meine Kindheit. Woher auch immer sie stammen mögen, sie enthalten eine große Heilkraft. Das Aufspüren der ursprünglichen Verletzungen verlangt ein großes Maß an Talent und Erfahrung, und dennoch erreichen 90 Prozent unserer Studenten die dafür nötigen Fähigkeiten am Ende ihrer Ausbildungszeit.

Das Aufspüren vergangener Formen des Selbst

Don Antonio brachte mir bei, wie ich meinen Wunsch, Spuren zu lesen, in die Tat umsetzen konnte. Wenn du mitten im Regenwald bist und der Spur eines Jaguars folgst, schließt du alles andere aus deiner Wahrnehmung aus. Du siehst zwar vor dir blendendes Scharlachrot und gelbe Papageienfedern auf dem Weg liegen, aber du schenkst ihnen keine Aufmerksamkeit. Du hast es auf Jaguare abgesehen, und alles andere wird dadurch zweitrangig. Das Zwitschern der Vögel und Kreischen der Affen kann dich nicht ablenken. Nur das Knurren der Raubkatze interessiert dich. Wenn du eine Verletzung bei dir selbst oder bei einem Klienten zurückverfolgst, wirst du nur von dem Gesicht der ursprünglichen Verletzung angezogen. Mach dir deine Absicht zu Beginn einer Sitzung klar und überlass alles weitere dem Spirit. Das Gesicht, das deutlich in Erscheinung tritt und sich nicht weiter verändert, ist das Antlitz, auf dessen Anblick du es abgesehen hast. Wenn du es aufgespürt hast, wird es dir seine Geschichte offenbaren.

Setz dich in einem dunklen Zimmer in einem Abstand von einem Meter vor einen Spiegel und stell eine kleine Kerze neben dir auf einen Tisch. Achte darauf, dass die Kerze neben und nicht vor dir ist.

Nimm die Gebetshaltung ein und führe die Augenübung der Zweiten Aufmerksamkeit durch. Sei dir dabei deines Atmens bewusst. Wenn du völlig entspannt bist, schau dir gelassen in

das linke Auge. Fang nicht an zu starren. Zähle jeden Atemzug, bis du bei Zehn angelangt bist, und fang dann wieder bei Eins an. Achte auf das Lichtspiel und die Schatten auf deinem Gesicht und bleibe dabei auf dein linkes Auge konzentriert.

Der Prozess des Aufspürens umfasst vier Stufen.

In der ersten Stufe beobachtest du dein Gesicht und siehst es, wie du es immer gesehen hast. *Alles ist genauso, wie es zu sein scheint.* Dieses Gesicht hast du schon tausendmal im Spiegel gesehen.

Die zweite Stufe beginnt ein paar Minuten später. Dein Gesicht kann nun verschiedene Formen annehmen. Vielleicht siehst du in deinem Gesicht Tierköpfe, oder es verschwindet bis auf die Augen ganz. *Nichts ist auf dieser Stufe nur das, was es zu sein scheint.* Lass die Veränderungen geschehen und konzentriere dich auf deinen Atem. Lass dich von dem, was du siehst, nicht beunruhigen. Nimm einfach nur die verschiedenen Gesichter zur Kenntnis, ohne sie zu interpretieren oder zu beurteilen. Einige sind vielleicht schon 10000 Jahre alt. Andere stammen aus früheren Leben und wieder andere sind Krafttiere, unsere Führer und Verbündeten in der Natur.

In der dritten Stufe dominiert ein einziges Gesicht. *Hier ist alles so, wie es sein soll.* Dieses Gesicht hast du gesucht. Du hast gesehen, wie sich alles veränderte und das Gesicht solange seine Form gewandelt hat, bis du ein Gesicht erkennst, das nicht wieder verschwindet. Wenn dieses Bild erscheint, erlaube es ihm, dir etwas mitzuteilen. Halte es aufrecht, indem du weiterhin bewusst atmest, und schau ruhigen Blickes in dein linkes Auge. Lass dir von diesem Gesicht seine Geschichte erzählen. Wem gehört dieses Gesicht? Wo kam es her? Was will es von dir? Das Leuchtende Energiefeld enthält alle Erinnerungen von all unseren früheren Leben, auch die Gesichter, die wir hatten, als wir verletzt wurden. Oft erscheinen sie als frühere Leben, in

deren Verlauf du großen Schmerz erlitten hast oder vielleicht eines gewaltsamen Todes gestorben bist. Aber noch häufiger sind es Gesichter der Personen, die wir in diesem Leben einmal gewesen sind oder die wir hätten werden können.

In der vierten Stufe verschwinden alle Bilder, sogar dein eigenes Gesicht. In dieser Stufe des Aufspürens siehst du die leuchtende Natur der Wirklichkeit. (Ich nenne sie die »Beweis«-Stufe, weil alles sich auflöst.) Es existiert nur noch Spirit und Licht.

Kehre zur Gebetshaltung zurück, um die Übung zu beenden, und nimm bei geschlossenen Augen ein paar tiefe Atemzüge.

Als ich diese Praxis von Don Antonio lernte, ließ er mich mit jemandem zusammenarbeiten, den ich überhaupt nicht mochte. Wir waren eine Gruppe von zwölf Personen, die er aus einer größeren Anzahl von Bewerbern für die Ausbildung ausgewählt hatte. Ich hatte zwar großes Vertrauen in Carlos – wir waren zusammen in den Bergen und dem Regenwald unterwegs –, aber ich weigerte mich stets, mit ihm zusammen zu essen. Ich fand ihn übertrieben fromm und spirituell oberflächlich, und wenn die Dinge nicht so liefen, wie er es gerne gehabt hätte, fing er wie ein kleines Kind an zu maulen. Mir fiel auf, dass ich voll von Urteilen über ihn war, ich konnte aber nichts dagegen tun. Da die Ablehnung auf Gegenseitigkeit beruhte, gingen wir uns die meiste Zeit über aus dem Weg. Nun hatte Antonio bestimmt, dass wir zusammen die Übung des Aufspürens praktizieren sollten, bei der wir uns gegenseitig in die Augen schauen mussten. In der ersten Stufe sah ich seine schwarzen Augen und indianischen Gesichtszüge und nahm die untergehende Sonne und die Umrisse der Berge hinter ihm nur schwach zur Kenntnis. Er war Mitte 30 und hatte auffallend schwarze Haare, die er bis auf die Schultern hinab hatte wachsen lassen.

In der zweiten Stufe begann sein Gesicht sich zu verändern. Ich sah, wie seine Nase sich in einen Schnabel verwandelte und seine Augen sich in ihre Höhlen zurückzogen. Vor meinen Augen verwandelte er sich in einen wunderschönen Adler. Als ich die dritte Stufe betrat, veränderte sich sein Gesicht plötzlich in das eines Sechsjährigen. Er hatte Tränen in den Augen und wollte zu seiner Mutter, die krank war. Der kleine Junge war ziemlich verstört und glaubte bestimmt, seine Mutter würde nicht mehr nach Hause zurückkehren. Er sah untröstlich aus, und ich verspürte den Wunsch, meine Hand auszustrecken und dieses Kind zu beruhigen.

In der vierten Stufe erlaubte ich dem Bild, sich in pure Energie aufzulösen. Mein Gegenüber verschwand, und ich sah nur noch die Strahlen der untergehenden Sonne hinter ihm. Antonio hatte uns zu verstehen gegeben, wie wichtig, aber auch wie schwierig diese letzte Stufe sei, damit wir nicht ein andauerndes Bild an die Realität binden. Das Loslassen ist besonders entscheidend, wenn es bei der Arbeit mit Klienten um die Erforschung zukünftiger Möglichkeiten geht – will man nicht das Bild des zukünftigen Schicksals eines Klienten einschließen. Wenn man das Bild auflöst, überlässt man es dem Willen des Großen Spirits.

Es war nicht leicht, das Bild des verzweifelten kleinen Jungen aufzulösen. Ich konnte es nicht so einfach abschütteln, sondern musste mich auf meinen Atem konzentrieren und die starken Gefühle loslassen, die dieses Bild verursachte. Zum Schluss der Übung umarmten wir uns herzlich. Wir hatten das vorher noch nie getan. Ich erzählte ihm von den Bildern, die ich gesehen hatte, und wie sehr ich mich mit ihm verbunden fühlte, und fragte ihn, was mit seiner Mutter geschehen war, als er sechs Jahre alt war. Carlos war sehr zurückhaltend, und da wir uns in all den Jahren immer aus dem Weg gegangen sind,

wussten wir praktisch nichts voneinander. Er sagte, seine Mutter sei bei der Geburt seiner Schwester gestorben, als er ein Jahr alt war. Er konnte mit dem, was ich gesehen hatte, überhaupt nichts anfangen. Am Ende der Übung erklärte uns Don Antonio, dass wir im Gesicht des anderen unsere eigene Geschichte gesehen hätten. Als ich nach meiner Rückkehr meine Mutter fragte, war ich überrascht, von ihr zu hören, dass sie viel im Krankenhaus lag, als ich sechs Jahre alt war.

Du solltest diese Übung nur dann mit einem Klienten durchführen, wenn du eine ausreichende Ausbildung in den leuchtenden Heilmethoden erhalten hast. Es ist außerdem von Vorteil, dass du alle Übungen ausführst, die in diesem Kapitel dargestellt werden, damit du wirklich lernst, mit dem Herzen zu sehen. Benutze in der Zwischenzeit, bis du mit allen Techniken vertraut bist, die Methode des Aufspürens, um alle Facetten deines eigenen Wesens zu durchleuchten. Lerne die Gesichter kennen, die du in dir trägst. Sollte eines davon bei einem Klienten auftreten, musst du sicher sein, dass du es als Projektion erkennst. Oft dient uns ein anderer Mensch als Spiegel, um die Teile unserer Psyche kennen zu lernen, die wir vor uns selbst verstecken. C. G. Jung nannte diese versteckten Teile »Schatten«. Wenn die Oberfläche eines Sees absolut still ist, spiegeln sich darin die Bäume, der Himmel und alles, was den See umgibt. Bei der kleinsten Brise fängt das Wasser an, sich zu kräuseln, und reflektiert nur noch sich selbst. Um einen anderen Menschen klar und objektiv sehen zu können, muss man zuerst ein Meister der Stille werden. Die kleinste Brise Interpretation oder Beurteilung durch die rationale Vernunft erzeugt ein Kräuseln, das die Zweite Wahrnehmung zerstört und uns wieder zur normalen Wahrnehmung zurückführt.

Das Aufspüren zukünftiger Möglichkeiten des Selbst

Die Technik des Aufspürens lässt sich auch in Bezug auf die Zukunft anwenden, um dort das Schicksal kennen zu lernen, in dem wir geheilt sind und ein kreatives und erfülltes Leben führen. Anstatt in die Vergangenheit zu schauen, richte deine Absicht einfach auf die Erkundung einer möglichen Zukunft. Es gibt viele mögliche Schicksale, die uns zur Verfügung stehen. Stell dir deine Lebenslinie wie einen festen Lichtstrang vor, der von der Gegenwart in die Vergangenheit führt und dessen leuchtende Fäden in die Zukunft reichen. Jede Faser steht für eine Zukunftsmöglichkeit. In einer möglichen Zukunft führst du ein langes und gesundes Leben, jedoch nur, wenn du in eine andere Stadt ziehst, einen anderen Job annimmst oder deinen Lebensstil veränderst. Eine andere Faser führt dich vielleicht zu einem nicht so günstigen Schicksal.

Der Physiker Werner Heisenberg entdeckte ein Schlüsselprinzip der Quantenmechanik. Es besteht darin, dass man entweder die Geschwindigkeit oder die Position eines Elektrons exakt feststellen kann, nicht aber beides gleichzeitig. Die Heisenbergsche Unschärferelation besagt, dass die Beobachtung eines Ereignisses das Ereignis selbst beeinflusst. Heisenbergs Entdeckung legt nahe, dass es schwer ist, die physische Welt durch Visionen zu verändern, nachdem die Energie bereits manifeste Form angenommen hat. Es ist nur möglich, den Lauf der Dinge zu verändern, bevor die Form aus der Formlosigkeit entstanden und aus Energie Materie geworden ist. Die meisten Heilmethoden, die von den Schamanen entwickelt worden sind, heilen deshalb bestimmte Zustände, bevor sie sich im Körper manifestieren und bevor alte Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld in der physischen Welt als Krankheit oder Unglück in Erscheinung treten.

Einige Seher sind in der Lage, ihren Klienten dabei zu helfen, einen zukünftigen Lebensweg zu wählen, der ihre Chancen auf Genesung wesentlich verbessert. Wenn ich mit einem Klienten arbeite, dessen Chance, gesund zu werden, nicht besonders groß zu sein scheint, suche ich nach alternativen Zukunftslinien. Unter ihnen befindet sich ein geheilter Zustand, der zwar nicht wahrscheinlich, aber mit den Gesetzen der Biologie und der Physik vereinbar ist. Wenn ich den geheilten Zustand sehe, kann ich die Chancen auf Heilung beeinflussen und dadurch vergrößern. Sobald der gesunde Zustand identifiziert ist, kann die Heilung anfangen wirksam zu werden. Die Geschichte von Steve hilft, diese Möglichkeit zu verdeutlichen.

Steve war Physiker und arbeitete am Teilchenbeschleuniger der Stanford Universität, als er mich aufsuchte. Zusammen mit seinen Forschungskollegen analysierte er Daten, um herauszufinden, ob im Universum genug Materie existierte, damit es sich in alle Ewigkeit ausdehnen konnte, oder ob die Schwerkraft der Sterne ausreichte, das Universum in sich selbst zusammenbrechen zu lassen. Er unterbrach seine Forschungsarbeit, um mich auf einer Expedition in den Südwesten der USA zu begleiten. Wir zelteten im Canyon de Chelly in Arizona, der heute zum Gebiet der Navajo-Nation gehört. Die ursprünglichen Canyonbewohner lebten dort bis zum Jahre 1200 unserer Zeitrechnung in Felswohnungen. Als wir das Ende des Canyon erreicht hatten und unsere Zelte aufschlagen wollten, erinnerte ich die Gruppe daran, den Bestattungsplatz der Anasazi zu respektieren, der sich am Fuße einer Felswand befand. Im Laufe der Jahrhunderte hatten Regen und Wind die Grabstätten freigelegt. Hie und da ragten Tonscherben und Knochenteile aus dem trockenen, unfruchtbaren Erdboden. Noch nicht einmal die gegenwärtigen Bewohner des Canyons, die Navajo, wagten sich in die Nähe dieser Stelle. Sie glauben, dass Un-

glück über den kommt, der alte Bestattungsplätze stört.

Als ich mein Zelt aufbaute, hörte ich, wie Steve scherzhaft vor ein paar anderen Männern aus der Gruppe aus Hamlet zitierte und dabei einen menschlichen Schädel in der Hand hielt. Ich rannte zu ihm hin und forderte ihn auf, den Schädel sofort dahin zurückzulegen, wo er ihn gefunden hatte. Unsere Navajo-Führer waren über Steves Verhalten entsetzt und schlugen vor, ein Gebet zu sprechen, wenn er den Schädel zurücklegte. Sie meinten, wir sollten das Gebiet so schnell wie möglich verlassen.

Zwei Monate später erhielt ich einen Anruf von Steve. »Na, wie stehen die Dinge an der Forschungsfront?«, wollte ich wissen. Die Neuigkeiten waren gut. Das Universum schien so angelegt zu sein, dass es ewig existieren konnte.

»Und wir geht es dir?«

Steves Neuigkeiten waren weniger ermutigend. Vor ein paar Tagen war bei ihm Lymphknotenkrebs im fortgeschrittenen Stadium festgestellt worden. Die Ärzte von der Stanford Universität gaben ihm noch eine Lebenszeit von weniger als vier Monaten.

Steve war überzeugt, dass der Vorfall mit dem Anasazi-Schädel für seinen Krebs verantwortlich sei. Auch wenn er schon Monate vor der Expedition Krebszellen in seinem Körper gehabt haben musste, überraschte uns beide die Sychronizität der Ereignisse. Es ging auch gar nicht darum, ob die beiden Ereignisse tatsächlich in Verbindung miteinander standen. Das Entscheidende war, dass Steve *glaubte*, es gebe einen direkten Zusammenhang zwischen ihnen. Diese Verbindung zu verstehen würde ein wichtiger Teil seines Heilungsprozesses sein. Wir begannen sofort zusammenzuarbeiten und trafen uns in der gesamten Phase seiner Chemotherapie. Am Ende des vierten Monats war Steves Krebs unter Kontrolle. Entgegen der an-

fänglichen Prognose war er noch am Leben. Für uns bedeutete es, dass er vielleicht noch sehr viel länger würde leben können. Es war zwar nicht sehr wahrscheinlich, aber durchaus möglich.

Wir begannen damit, das Gesicht seines geheilten Selbst zu suchen. Wir wendeten dafür die Technik des Aufspürens an, allerdings mit einer interessanten Variante. Anstatt bei Steve nachzuforschen, saß ich ihm nur still gegenüber. Steve hatte bereits intensiv mit mir gearbeitet und war mit der Technik des Aufspürens vertraut. Ich diente ihm lediglich als sein Spiegel. Wir wussten beide, dass er derjenige war, der sein geheiltes Selbst finden musste. Niemand anderes kann dich heilen, du heilst dich immer selbst. Ich konnte Steve nur die Landkarten anbieten, die ich gelernt hatte zu benutzen, aber ich wusste, dass eine Landkarte noch nicht das Land selbst war. Er musste das Terrain allein erkunden. Jedesmal wenn wir uns trafen, praktizierten wir das Aufspüren. Am Ende der jeweiligen Sitzungen führte ich eine Illumination durch, um die Abdrücke zu entfernen, die sich hinter den verletzten Gesichtern verbargen, auf die er stieß. Meine eigene Stille wirkte dabei wie ein Wegweiser, sodass er sich nicht in den schönen und schrecklichen Bildern, die er sah, verlor. Die meisten Gesichter stammten aus seiner Vergangenheit – Gesichter voller Schmerz, Trauma, Freude und Verlust. Er hatte zwei kleine Töchter und war gerade auf die Frau getroffen, die er für seine Seelenpartnerin hielt. Beide wollten im nächsten Sommer heiraten.

Irgendwann fand Steve seine eigene Stille. Seine Wasser wurden ruhig und begannen, sein geheiltes Selbst widerzuspiegeln.

Eines Morgens schließlich sah ich mich in seinen Augen und wusste, dass Steve am Ziel seiner Suche angekommen war. Zum Schluss unserer Sitzung liefen uns Tränen über die Wangen, als wir einander umarmten. Ich fragte ihn, was er gesehen

habe, und er antwortete, dass er alles beobachtet hatte. Ich bat ihn, näher zu erklären, was er damit meinte, und er wiederholte: »Alles, mit einem großen A, und mich selbst.«

Indem Steve sein geheiltes Selbst fand, entdeckte er sein eigentliches Gesicht, den Kern seines Wesens. In diesem Sommer leitete ich die Hochzeitszeremonie für ihn und seine Braut. Steve lebte noch weitere acht Jahre, und es war die wichtigste Zeit seines Lebens. Ein Jahr vor seinem Tod schickte er mir eine Halskette mit einem geschnitzten Orca, der stark an die Schnitzereien der Eskimos erinnerte. In dem kurzen Begleitbrief schrieb er, er habe den Orca gewählt, weil dieses Tier eines der sanftmütigsten Lebewesen des Ozeans sei, auch wenn es oft als »Killerwal« bezeichnet wird. Während Orcas den Meeresgrund erkunden, musste er in die Tiefen seiner Seele hinabtauchen. Die mächtigen Meeresssäuger erschrecken alle zu Tode, die sie plötzlich aus der Nähe zu Gesicht bekommen. Genau das Gleiche tat der Krebs, der ihm dadurch in Wahrheit das Geschenk des Lebens brachte.

Nur sehr wenige Schamanen erlangen die Weisheit und die praktische Befähigung, um das Schicksal eines anderen Menschen aufzuspüren. Nur wenn du deine wahre Natur kennst und dein ursprüngliches Gesicht gefunden hast, kannst du jemand anderen durch absolutes Nichtverhaftetsein und bedingungsloses Mitgefühl in dieser Art des Aufspürens unterstützen. Alles im Leben hinterlässt seine Spuren.

6

Heiliger Raum

Anrufung

An die Winde des Südens –
Große Schlange,
leg deinen Körper aus Licht um uns.
Lehre uns, die Vergangenheit wie eine Haut abzustreifen
und behutsam auf der Erde zu wandeln.
Zeig uns den Weg der Schönheit.

An die Winde des Westens –
Mutter Jaguar,
beschütze diesen Ort der Heilung.
Lehre uns den Weg des Friedens und des richtigen Lebens und weise uns den Weg über den Tod hinaus.
An die Winde des Nordens –
Kolibri,
Großmütter und Großväter, die ihr uns vorangegangen seid, kommt und wärmt eure Hände an unseren Feuern.
Flüstert zu uns im Wind.
Wir ehren euch, die ihr vor uns gekommen seid,
und euch, die ihr nach uns kommt,
als Kinder unserer Kinder.

An die Winde des Ostens –
Großer Adler, Kondor, komm zu uns vom Sonnenaufgang und nimm uns unter deine Flügel.
Zeige uns die Berge, von denen wir nur zu träumen wagen, und lehre uns, an der Seite des Großen Spirits zu fliegen.
Mutter Erde, wir sind hier versammelt, um all deine Kinder zu heilen.
Die Stein-Menschen, die Pflanzen-Menschen.

Die Vierbeiner, die Zweibeiner, die krabbelnden Kriecher.
Die mit Schuppen, die mit Fell und die mit Federn.
Alle, mit denen wir verbunden sind.
Vater Sonne, Großmutter Mond, an die Nation der Sterne. Großer Spirit, du hast unzählige Namen
und du bist der namenlose Eine.
Wir danken dir, dass du uns zusammengeführt hast
und uns erlaubst, dass Lied des Lebens zu singen.

Gebet zur Schaffung eines heiligen Raums

Die Schamanen beginnen Heilzeremonien immer damit, dass sie einen heiligen Raum herstellen. In diesem Raum lassen wir den Alltag und sein geschäftiges Treiben hinter uns und bereiten uns darauf vor, mit dem Göttlichen in Verbindung zu treten. Der heilige Raum ermöglicht es uns, die innere Welt zu betreten, in der die Heilung stattfindet. Hier kann uns das Weltliche nicht länger ablenken, und alles Tun ist ein geweihter und bewusster Akt. Dennoch ist ein heiliger Raum nicht schwer und erdrückend. Die Schamanen nehmen zwar ihre Arbeit sehr ernst, aber sich selbst nehmen sie überhaupt nicht wichtig. Heilzeremonien gehen daher oft mit Gelächter und Verspieltheit einher. Innerhalb eines heiligen Raums erfahren wir die Leichtigkeit unseres Seins. Tränen der Freude oder des Schmerzes können hier nicht lange zurückgehalten werden. Alan Watts pflegte zu sagen, dass der Grund, warum Engel fliegen könnten, darin läge, dass sie sich selbst leicht nehmen. In einem heiligen Raum wird unsere Last weniger schwer, und die Hand des Spirits kann uns erreichen. Wenn die Heilzeremonie beendet ist, muss der heilige Raum wieder geschlossen werden, indem die vier Richtungen, der Himmel und die Erde erneut angerufen werden. Indem der Schamane das tut, löst er die archetypischen Energien, die er herbeigerufen hat, wieder auf, und sie werden wieder eins mit der Natur.

Der heilige Raum ist eine reine, heilsame Sphäre, die geweiht und sicher ist. Ich stelle sie mir wie eine schimmernde Kuppel vor, die mich während meiner Heilarbeit umschließt. Alles innerhalb dieses Raums ist geschützt, und meine Klienten können Kummer und Schmerz loslassen und sich der Freude öffnen, die nicht selten den Heilungsprozess begleitet. Ein Großteil unserer Angst und unseres Leids rührt daher, dass wir die Welt nicht für einen sicheren Ort halten. Wenn die Welt aber gefährlich und räuberisch ist, bauen wir uns Schutzmauern. Unsere psychologische Abwehrhaltung bleibt auch dann bestehen, wenn wir uns nicht bedroht fühlen. Der heilige Raum schafft eine Umgebung, in der wir die Waffen ablegen und unseren zarten, weichen Bauch erleben können. Der heilige Raum verschafft uns auch Zugang zu den leuchtenden Heilern – den Männern und Frauen, die uns von der Welt des Spirits aus unterstützen.

Wir lernen von frühester Kindheit an, dass das Heilige im Innern von Tempeln und Kathedralen, vielleicht auch in einem wunderschönen Fleck Natur wohnt. Machen allein die vier Wände einer Kirche sie zu einem heiligen Raum? Oder sind es die zahllosen Gebete, die hier im Laufe der Jahre gesprochen wurden? Wie viele Gebete sind notwendig, um aus einem Raum einen heiligen Raum zu machen? Vielleicht reicht ein einziges, wenn es denn wirklich aus dem Herzen kommt. Du kannst einen heiligen Raum überall auf der Erde herstellen und dort die Heilkraft der Natur anrufen. Ich benutze die Anrufung, die am Anfang dieses Kapitels steht. Ich habe sie von niemandem übernommen, obgleich Elemente in ihr vorkommen – wie zum Beispiel die vier Himmelsrichtungen und ihre archetypischen Tiere –, die auch zahlreiche amerikanische Ureinwohner benutzen. Ihr Text ist gleichermaßen neu und alt. Du kannst die Anrufung solange benutzen, bis sich dir dein eigenes Gebet

offenbart. Obwohl bestimmte Komponenten notwendig sind, um einen heiligen Raum zu erzeugen, kannst du im Lauf der Zeit deinen persönlichen Ausdruck finden. Du musst nur darauf achten, dass deine Anrufung die vier Himmelsrichtungen enthält sowie das Obere und das Untere. Diese sechs Richtungen, zusammen mit dem Schamanen in der Mitte, repräsentieren die sieben Organisationsprinzipien des Universums. Die Schlange repräsentiert das bindende Prinzip; der Jaguar die erneuernde Kraft; der Kolibri die epische Reise der Evolution und des Wachstums; und der Adler oder Kondor steht für das Prinzip der Selbst-Transzendierung. Der Himmel ist die kreative Macht und die Erde die empfangende Kraft. Wenn du sie herbeirufst, verbindest du dich mit den Mächten, die alles Leben hervorbringen.

Der Schamane und der Spirit haben ein Bündnis. Wenn der eine ruft, antwortet der andere. Machtvolle Heiler aus der Spirit-Welt erscheinen in Gestalt leuchtender Wesen, um uns beim Heilen zu unterstützen. Wir benutzen die vier Hauptrichtungen, wenn wir uns in der materiellen Welt bewegen. Wir fahren nach Norden, um Eisbären zu sehen; begeben uns im Winter in den warmen Süden; und reisen an die Ost- oder Westküste. Für den Schamanen sind mit diesen Richtungen auch bestimmte Eigenschaften und Energien verbunden. Wenn wir uns klarmachen, dass sich diese Energien genauso bewegen wie Wolkenfelder in der abendlichen Wettervorhersage, die den Regen von einem Landstrich zum anderen tragen, bekommen wir eine Vorstellung davon, wie sich Energie im Raum ausbreitet. Die Eigenschaften der vier Himmelsrichtungen werden von archetypischen Tieren dargestellt. Diese Geschöpfe sind nicht nur Symbole, sondern ursprüngliche Energien und Spirits. Jeder Archetypus hat ein eigenes Leben und eine eigene Kraft. Die archetypischen Tiere der einzelnen Himmelsrichtungen variie-

ren unter den verschiedenen amerikanischen indigenen Kulturen. Für mich präsentiert der Kolibri den Norden, während für einige nordamerikanischen Stämme der Büffel für diese Richtung steht. Obgleich die dargestellten Tiere von Kultur zu Kultur schwanken, bleiben die Eigenschaften der von ihnen repräsentierten Energien erhalten, da sie für dieselben Organisationsprinzipien der Natur stehen. Es geht nicht so sehr darum, wie wir diese Energien nennen oder welchen Archetypus wir benutzen, sondern dass wir sie so gut kennen, dass sie antworten, wenn wir sie rufen. Der Ruf kommt aus dem Herzen, die Stimme drückt unsere Liebe aus – und der Spirit antwortet. Wenn wir innerhalb eines heiligen Raums rufen, steht uns die Macht des Universums zur Verfügung.

Ich traf Vater Alexander, einen Priester aus Chicago, als er sich für unser Ausbildungsprogramm anmeldete. Zwei Jahre später wurde er von seinem Bischof an eine Kirche geschickt, deren Pfarrer krank geworden war. Das Dach war undicht, und die bunten Glasfenster bedurften der Renovierung. Unglücklicherweise hatte die Gemeinde kein Geld. Die Anzahl ihrer Mitglieder war gesunken, und ein Mangel an Parkplätzen machte es den älteren Kirchenbesuchern schwer, bei Schnee und Eis zu Fuß zur Kirche zu gehen.

Einige Tage nachdem er seine neue Stelle angetreten hatte, war gerade niemand in der Kirche, als Vater Alexander über dem Hauptaltar einen heiligen Raum schuf, indem er die vier Kompassrichtungen, den Himmel und Mutter Erde anrief. Da er das Gefühl hatte, in einer ausweglosen Situation zu sein, war er wie ein Kapitän auf einem sinkenden Schiff bereit, alles zu tun, um die Lage zu retten. Er wollte den Raum einen Monat offen lassen, um zu sehen, was bis dahin geschah. In der folgenden Woche erkundete er zusammen mit einem weiteren Seelsorger die verschiedenen Räume des Gebäudes. Sie stießen

dabei auf eine Tür, die sie nicht aufschließen konnten, sodass sie einen Zimmermann holen mussten, der die Tür aus den Angeln nahm. Sie entdeckten daraufhin, dass der verschlossene Durchgang zu einem Glockenturm führte, einem Raum von der halben Größe eines Basketballfelds. Leider war dieser Raum mit einer fast zwei Meter dicken Schicht Fledermauskot bedeckt. Zusätzlich zu der gesundheitlichen Gefahr drohte der Glockenturm unter dem schieren Gewicht der Ausscheidungen einzustürzen. Statt besser zu werden, schienen die Dinge sich zu verschlechtern.

Vater Alexander ging zum Hauptaltar, eröffnete erneut den heiligen Raum und holte einen Experten, damit dieser den sich schon seit Jahrzehnten anhäufenden Fledermauskot beiseite schaffte. Nachdem sich der Fachmann den Berg angesehen hatte, nannte er einen Preis von 40000 Dollar. Der Priester schüttelte verzweifelt den Kopf. Der Experte war daraufhin ein wenig verwirrt, erklärte dann jedoch, dass er bereit war, 40000 Dollar für den Düngemittelberg zu bezahlen. Fledermauskot gilt als der beste Dünger, ist aber nur sehr schwer in solchen Mengen zu bekommen. Vater Alexander war außer sich vor Freude, denn so konnte er das Dach reparieren lassen, bevor der Winter kam. Später erhielt er von der Stadtverwaltung die Erlaubnis, an Sonntagen den Polizeiparkplatz auf der gegenüberliegenden Straßenseite benutzen zu dürfen. Durch diese Verdienste wurde Vater Alexander für die Erzdiözese Chicago ein wichtiger Mann, der oft an andere Kirchen gerufen wird, wenn es Probleme zu lösen gibt. Immer wenn er in eine neue Kirche kommt, öffnet er über dem Hauptaltar einen heiligen Raum. Er ist davon überzeugt, dass der Spirit die Einladung akzeptiert und ihm die notwendige Hilfe gewährt. Innerhalb des heiligen Raums genießen wir außergewöhnliche spirituelle Unterstützung.

Die Krafttiere

Schlange

Jeder Tier-Archetyp strahlt eine andere Art von Energie aus. Im Süden symbolisiert die Schlange Wissen, Sexualität und Heilung. Als der möglicherweise am weitesten verbreitete Archetyp hat die Schlange schon immer die Heilkraft der Natur repräsentiert. Der Merkurstab oder Caduceus besteht aus zwei Schlangen, die sich ineinander um einen Stab schlingen. Moses hatte einen Schlangenstab bei sich, als er die Israeliten durch die Wüste führte. In der westlichen Mythologie brachte uns die Schlange die Frucht vom Baum der Erkenntnis. Im Osten ist es die zusammengerollte Schlange der Kundalini-Energie.

Schlangen repräsentieren die ursprüngliche Verbindung zum Weiblichen und sind daher ein Symbol der Fruchtbarkeit und der Sexualität. Die Schlange repräsentiert jedoch nicht den Sex als solchen – dies ist eine weit verbreitete, aber dennoch falsche Vorstellung. Sie symbolisiert vielmehr die ursprüngliche Lebenskraft, die ständig auf Vereinigung und Schöpfung aus ist. Denk daran, dass jede Zelle in deinem Körper sich ständig teilen und fortpflanzen will. In der Natur ist die Fruchtbarkeit das kreative Prinzip des Kosmos. Wir können das kreative Prinzip des Südens herbeiholen, wenn wir den Archetypus der Schlange anrufen. Wenn ich mit einem Klienten arbeite, der seine Lebenslust verloren hat und keine Energie und keinen Enthusiasmus mehr verspürt, verbinde ich ihn mit der Energie des Südens und schicke ihn in Begleitung des Spirits der Schlange nach Hause. Ich weiß, dass dadurch seine Lebensgeister wieder erwachen.

Jaguar

Das Tier des Westens ist der Jaguar. Er erneuert und transformiert das Leben im Regenwald. Während die Schlange die Heilkraft repräsentiert, die nach und nach immer tiefer wirkt, steht der Jaguar für plötzliche Transformation, Leben und Tod. Es mag uns seltsam anmuten, dass die transformierende Kraft im Universum mit dem Tod verknüpft sein soll, doch für die amerikanischen Ureinwohner haben beide Energien denselben Ursprung. Was über längere Zeit existiert, verändert und erneuert sich ständig. Was sich nicht verändert, verschwindet. Sie wissen, dass es einen stabilen Zustand immer nur für eine bestimmte Zeit gibt, weil alles im Universum in Bewegung ist. In Nordamerika zünden die Schamanen das Unterholz an und setzen damit die unkontrollierbaren Kräfte des Jaguars frei. Dadurch kommen sie einem Feuer durch Blitzschlag zuvor, das den gesamten Wald vernichten könnte. Sie anerkennen, dass Chaos und Ordnung, Ausdehnen und Zusammenziehen der natürliche Lebenszyklus ist.

Wenn wir krank werden, haben wir nicht nur die Möglichkeit, wieder gesund zu werden, sondern können sogar den Quantensprung zu einem größeren Wohlbefinden machen. Heilen ist nicht nur eine Methode, mit deren Hilfe Symptome beseitigt werden. Durch wirkliche Heilung können wir immer bessere Gesundheitszustände erlangen. Ich habe mit 60- und 70-jährigen Klienten gearbeitet, die sich nie zuvor im Leben wohler gefühlt hatten. Dies ist die Energie des Jaguars. Ein eingefahrenes System lässt sich nicht so leicht verändern. Wenn alles in Ordnung ist, sind die Menschen in der Regel zufrieden. Sie sind nur bereit, sich zu verändern, wenn es ihnen schlecht geht. Krisen bieten daher große Chancen. Wenn wir die Energien des Jaguars aufnehmen, können wir unseren Kör-

per transformieren, sodass er schneller heilt und langsamer altert. Je länger ich lebe, desto mehr bin ich davon überzeugt, dass wir – wie die Katzen – neun Leben haben. Am Schluss von jedem dieser Leben (andere Menschen nennen sie vielleicht Lebensstufen oder Lebensphasen) ist es wichtig, das alte Selbst zu begraben und loslassen, um danach wie ein Jaguar in die Zukunft zu springen. Andernfalls beschäftigen wir uns noch Jahre mit einem Selbst, dem wir schon lange entwachsen sind.

Die Dschungelkatze ist der Diener des Regenwalds und hütet den Eingang des Todes. Der Jaguar hilft, das zu zerreißen, was sterben muss, damit das Neue geboren werden kann. Ein Wirbelsturm verkörpert die chaotische Energie des Jaguars, ein Bienenstock oder eine Ameisenkolonie hingegen in ihrer Komplexität und Schönheit seine organisatorische Kraft. Die Jaguar-Energie wirkt sowohl auf der Ebene des Individuums als auch auf der eines Dorfes oder einer größeren Organisation. Manchmal muss eine Ehe aufgelöst werden, damit die beiden Partner gesund bleiben und überleben. Ein anderes Mal muss ein Dorf verlassen werden, damit die Dorfbewohner an einem anderen Ort gedeihen können. Über ganz Amerika verstreut gibt es immer wieder Beweise dafür, dass Dörfer ohne einen für uns offensichtlichen Grund aufgegeben wurden. Die Menschen taten so etwas als Antwort auf die zyklische Natur von Chaos und Ordnung. Die Anasazi, die Maya und die Inka verließen in periodischen Abständen ihre Wohnstätten, um sich woanders neue Dörfer zu bauen.

Vor ein paar Jahren geriet ein Waldbrand in unmittelbarer Nähe von Machu Picchu außer Kontrolle. Tagelang bekämpfte die Feuerwehr die Flammen, die einen Bergkamm nach dem anderen erfassten und bereits eine Fläche von über 4000 Hektar vernichtetet hatten. Es war gerade Trockenzeit, in der es in

diesem Teil der Anden niemals regnete. Als das Feuer bis auf wenige 100 Meter an Machu Picchu herangekommen war, hielt eine Heilerin eine Zeremonie an den Ruinen ab. Alle beteiligten sich an dem Ritual, selbst die Archäologen. Als die Flammen die Stadt des Lichts der Inka erreicht hatten, zog sich der Himmel plötzlich zu und ein gewaltiger Regen löschte das Feuer. Die Schamanin meinte, dass der Spirit des Regenwaldes in Gestalt eines Jaguars ihr geantwortet und den Regen geschickt habe. Ich persönlich glaube, dass das Land durch die Zeremonie wieder ins Gleichgewicht kam und sich dadurch der Regen einstellte.

Auf Bali wird von einem Dorf erzählt, in dessen Umgebung es sechs Jahre lang nicht geregnet hatte. Keiner der ortsansässigen Schamanen war in der Lage, den Regen zurückzubringen, denn sie waren zu sehr in das lokale Muster verstrickt und konnten es daher nicht beeinflussen. Die Felder verdorrten, und die Dorfbewohner waren es leid, von der Großzügigkeit ihrer Nachbarn zu leben. Schließlich wurde eine Schamanin aus einem Dorf, das zwei Berge entfernt lag, um Hilfe gebeten. Als sie ankam, fiel ihr sofort das allgemeine Elend auf. Sie bat die Dorfbewohner um eine Hütte, in der sie fasten und meditieren konnte. Nach drei Tagen trat sie wieder aus der Hütte, der Himmel hing voller schwarzer Wolken, und Donnerschläge hallten durch das Tal. Einen kurzen Augenblick später brach der Regen los. Das ganze Dorf lief zusammen, um zu feiern. Alle tanzten wild im Regen. Als die Dorfältesten die Schamanin fragten, was sie getan habe, antwortete sie: »Als ich ankam, war euer Dorf so im Ungleichgewicht, dass auch ich aus dem Gleichgewicht kam. Ich musste mich daher in eine Hütte zurückziehen und fasten und beten. Als ich wieder im Gleichgewicht war, kehrte auch das Dorf ins Gleichgewicht zurück und der Regen kam.«

Wenn ich mit Klienten arbeite, die sich in der Krise befinden und keinen Lebensmut mehr haben, schicke ich sie mit der Jaguar-Energie nach Hause. Oft glauben meine Klienten, dass es sich dabei bloß um eine Metapher handele. Aber ich bin mir sicher, dass das Jaguar-Prinzip »Tod oder Leben« ihnen helfen wird, die Teile in sich sterben zu lassen, die sterben müssen. Gleichzeitig hilft ihnen der Jaguar, neue Hoffnung zu schöpfen und aus dem Chaos heraus zu einem neuen Gleichgewicht zu finden. Die Jaguar-Energie kann herbeigerufen werden, um die unkontrollierte Ausbreitung eines Krebsgeschwürs oder eines Waldbrands aufzuhalten. Sie hilft einer sterbenden Person, Frieden zu finden in dem Chaos, das den Sterbeprozess begleitet, und geleitet sie zurück in die Spirit-Welt.

Die Bewohner des Regenwalds verehren den Jaguar auch deswegen, weil er die schweren Energien im Leuchtenden Energiefeld transformieren kann. Es heißt, wenn der Jaguar in eine Zeremonie hineinspringt, verschlingt er die negativen Emotionen wie Wut, Angst und Kummer. Der Jaguar ist eine spirituelle Putzkolonne, die dicke und schwere Energien in leichte verwandelt. Als Hüter allen Lebens beschützt er den Raum, in dem eine Zeremonie durchgeführt wird, vor allen negativen Energien, die sonst in den Heilkreis eindringen könnten. Wenn Klienten spirituellen oder psychologischen Schutz brauchen, verbinde ich sie mit der Energie des Jaguars. Oft berichten sie dann, eine große Katze in ihren Träumen zu sehen. Um mit dieser Energie zu heilen oder Gleichgewicht ins Leben zu bringen, müssen wir persönlich mit dem Spirit des Jaguars vertraut sein.

Kolibri

In der nördlichen Richtung repräsentiert der Kolibri den Mut, den man haben muss, um sich auf eine erlebnisreiche Reise zu

begeben. Kolibris fliegen jedes Jahr über den Atlantik von Brasilien bis hinauf nach Kanada. Auf den ersten Blick scheint der Kolibri nicht gut für einen Transatlantikflug ausgestattet zu sein. Seine Flügel haben nicht die majestätische Spannweite eines Adlers, und sein kleiner Körper kann keine großen Nahrungsreserven anlegen. Dennoch antwortet er jedes Jahr auf den uralten Ruf, sich auf einen langen Flug zu begeben. Sein Verhalten ist vergleichbar mit dem eines Lachses, der ins Quellgewässer des Flusses zurückkehrt, in dem er geboren wurde. Wenn ich mit Klienten arbeite, die sich auf die erlebnisreiche Reise des Lebens begeben, helfe ich ihnen dabei, sich mit der Energie des Kolibris zu verbinden. Es handelt sich dabei nicht nur um eine inspirierende Metapher für eine Reise, sondern um eine energetische Verbindung mit diesem Naturprinzip. Wenn wir von den Energien dieses Archetypus durchdrungen werden, starten wir zu unserer eigenen Erlebnisreise, die uns schließlich zurück zu der Quelle führt, wo unser Spirit seinen Ursprung hat. In jenem angestammten Blumenmeer trinken wir dann aus vollen Zügen den Nektar unserer Leben.

Die Nord-Energie hilft uns, die große Reise zu beginnen, auch wenn noch so viel dagegen zu sprechen scheint. Wenn wir nicht über genug Zeit, Geld oder Wissen verfügen, um das umzusetzen, was wir vorhaben, gibt uns der Kolibri den Mut und die Gewissheit, dass wir es schaffen werden.

Den Archäologen zufolge kamen die ersten Amerikaner vor tausenden von Jahren auf einer Landbrücke über die Beringstraße. Sie durchquerten Alaska und besiedelten das Gebiet, das heute aus Kanada und den USA besteht. Was trieb die frühen Siedler an, das zugefrorene Schelfeis zu überqueren, um in die Neue Welt zu kommen? Warum blieben sie nach dieser großen Wanderung nicht in Nordamerika, wo sie alles Lebensnotwendige in Hülle und Fülle vorfanden? Warum machten sie

sich stattdessen auf den entbehrungsreichen Weg durch die trockenen Wüsten von Mexiko, um den Rest des amerikanischen Kontinents zu besiedeln? Lebende Wesen lieben es, die Welt zu entdecken und auszukundschaften. Dieser Instinkt steckt in jedem von uns. Wenn wir uns dem Ruf des Kolibris verschließen, fangen wir an zu sterben. Wenn wir unsere Bequemlichkeit über unseren Entdeckungsdrang stellen oder den Wunsch der Seele zu wachsen missachten, beginnen wir zu verkümmern. Wenn wir aber den großen Instinkt, zu lernen und zu entdecken, in uns erneut erwecken, verschwinden Verdruss und Langeweile und unser Leben wird wieder spannend.

Adler

Der Osten wird vom Adler oder Kondor repräsentiert, der visionäre Kraft und Klarheit verleiht. Der Adler überschaut das gesamte Panorama des Lebens, ohne sich in den Einzelheiten zu verlieren. Die Energien des Adlers unterstützen uns darin, eine übergeordnete Vision für unser Leben zu finden. Die Augen des Kondors sehen in die Vergangenheit und in die Zukunft, sie helfen uns zu erkennen, woher wir kommen und wohin wir gehen.

Wenn ich mit Klienten arbeite, die in Traumata der Vergangenheit stecken geblieben sind, versuche ich sie mit den Energien des Adlers oder des Kondors zu verbinden. Wenn seine Energie in das Heilungsgeschehen eingreift, entsteht bei den Klienten oft eine neue Klarheit und Lebenszuversicht. Es handelt sich dabei nicht um intellektuelle Einsicht, sondern um einen Ruf, der zuerst noch schwach und kaum wahrnehmbar ist.

Er weckt die Lebensgeister und zieht die Klienten aus ihrem Leid, sodass sie wieder für das Schicksal offen sind.

Jeder Mensch hat zwar eine Zukunft, aber meiner Meinung

nach haben nur wenige Menschen ein Schicksal. Ein Schicksal zu haben bedeutet, voll das ganze menschliche Potenzial auszuleben. Man braucht dafür kein berühmter Politiker oder Schriftsteller zu werden, das eigene Schicksal muss einfach eine höhere Bedeutung und einen tieferen Sinn haben. Auch als Straßenfeger kann man ein Schicksal haben. Andererseits kannst du der Chef einer großen Firma sein und ein Leben führen, dem es an Bedeutung mangelt. Man kann sich selbst dem Schicksal öffnen, aber das erfordert eine große Portion Mut. Andernfalls läuft das Schicksal an uns vorbei und führt uns nicht zu der Erfüllung, die diejenigen kennen, die sich in unwegsames Gelände vorwagen. Der Adler ermöglicht es uns, über den Dingen zu schweben, die unser Leben einengen und unsere Energie und Aufmerksamkeit in Anspruch nehmen. Er verleiht uns die Flügel, die wir brauchen, um uns über das alltägliche Abstrampeln hinauszuheben und die Höhen zu erklimmen, die dem Himmel nahe sind. Adler und Kondor repräsentieren das selbst-transzendierende Prinzip der Natur.

Biologen haben herausgefunden, dass das Prinzip der Selbst-Transzendierung die Evolution vorantreibt. Lebende Moleküle versuchten ihr Selbstsein dadurch zu transzendieren, dass sie zu Zellen werden, dann zu einfachen Organismen, die sich zu Gewebeformen weiterentwickeln, dann zu Organen und schließlich zu komplexen Wesen wie Menschen oder Walen. Jedes Durchgangsstadium enthält schon in sich den nächsten transzendierenden Sprung. Zellen enthalten Moleküle, gehen jedoch über sie hinaus. Organe bestehen aus Zellen, sind aber viel höher entwickelt. Wale verfügen zwar über Organe, können aber nicht auf der Ebene dieser Organe beschrieben werden, da das Ganze stets mehr ist als die Summe seiner Teile.

Das transzendierende Prinzip, das der Adler verkörpert, geht davon aus, dass man Probleme ab einer bestimmten Stufe am

besten dadurch löst, dass man seinen Blickwinkel verändert. Die Probleme der Zelle werden am besten von Organen gelöst, während Organe am besten in Organismen wie Schmetterlingen oder Menschen aufgehoben sind. Das gleiche Prinzip ist in unserem Leben wirksam, wie es das Modell der russischen Puppe veranschaulichen mag. Die materiellen Bedürfnisse entsprechen der winzigen Figur im Innern der Puppe. Die größere emotionale Puppe umgibt diese kleine Puppe, und beide zusammen werden von der äußeren spirituellen Puppe umschlossen. Dieses Beispiel macht deutlich, dass wir emotionale Bedürfnisse nicht mit materiellen Dingen befriedigen können, wohl aber auf spirituelle Weise. Wenn wir eine Stufe höher gehen, umfasst die Lösung auch unsere emotionalen Probleme. Wir erheben uns mit den Schwingen des Adlers über die scheinbaren Ausweglosigkeiten des Lebens und betrachten das Leben aus einer neuen Perspektive.

Himmel und Erde

Die beiden letzten Richtungen, oben und unten, repräsentieren das Männliche und das Weibliche. Die Sonne am Himmel ist die schöpferische Lebenskraft. Schon vor langer Zeit haben die Menschen beobachtet, dass sich zwar der Himmel im Verlauf des Tages und der Jahreszeiten zu drehen schien, nicht aber die Sterne. Ihre Konstellationen zeigten immer die gleichen Beziehungen zueinander. Die Sonne ging zur Zeit der Sommersonnenwende immer an der gleichen Stelle im Osten auf. In den Überlieferungen der Inka werden alle Gebete zuerst zum Süden gesprochen, weil das Kreuz des Südens sich am Himmel niemals verändert, während alle anderen Sterne sich in der Nacht drehen. (Der Polarstern ist in der südlichen Hemisphäre nicht sichtbar, sodass nur der Süden zur Orientierung bleibt.) Die Macht des Himmels ist das Unveränderbare. Der Schamane

ruft den Himmel an, um zu bewahren und fortzuführen, denn für ihn ist das Leben ein hauchdünnes Gleichgewicht zwischen dem Veränderlichen und dem Unveränderbaren. Die Inka glaubten, dass die Seele aus drei Teilen besteht. Wenn ein Mensch stirbt, kehrt ein Teil seiner Seele (das Veränderliche) zur Erde zurück, um wieder von der Natur aufgenommen und mit allem Leben vereint zu werden. Ein anderer Teil (die Kraft und die Weisheit) kehrt zu den heiligen Bergen zurück, und der dritte Teil (das Unveränderbare) kehrt zurück zur Sonne. Viele der fortgeschrittenen Übergangsrituale des Schamanen dienen dazu, den Teil in uns aufzuspüren, der fortbesteht und unveränderbar ist und zur Sonne zurückkehrt.

Die Erde ist das empfangende und nährende Prinzip. Ihre Kraft liegt darin, zu bedecken und zu erneuern. Die Blätter des Sommers werden wieder Teil der Erdkrume, und die Körper der Vorfahren gehen wieder in die Ökosphäre ein und vereinigen sich mit den Bäumen, den Wiesen und den Bergen. In den dunklen, fruchtbaren Falten der Erde keimen die Samen. Alles Lebendige entspringt ihrem feuchten Schoß und labt sich an ihrem Überfluss. Die Jahreszeiten repräsentieren die wechselnden Eigenschaften der Erde. In der christlichen Schöpfungsgeschichte sind Himmel und Erde am Anfang eins. Das Veränderliche birgt das Unveränderbare in sich. Der dunkle Schoß des Raumes enthält die Sonne. Auch wenn die Frühlingsblätter im Herbst abfallen und erneut zu Erde werden, bringen sie nach dem Winter neues Leben hervor. Wenn wir die Energien von Himmel und Erde anrufen, verbinden wir uns wieder mit dem natürlichen Kreislauf des Lebens. Aber vor allem würdigen wir dadurch die Mutter, die uns immer ernährt, und den Vater, der uns niemals verlässt. Nach Hause zur eigentlichen Mutter und zum eigentlichen Vater zu kommen bedeutet für die Wunden unserer Kindheit eine gewaltige Heilung. Viele

meiner Klienten, für die das Thema Verlust und Verlassenwerden eine große Rolle spielt, gehen durch eine enorme Veränderung, indem sie einfach Mutter Erde und Vater Himmel als natürliche Eltern annehmen. Ich unterstütze meine Klienten immer darin, sich mit den Energien von Himmel und Erde zu verbinden, und zwar unabhängig von dem eigentlichen Grund, der sie zu mir führte. Indem wir die Erde begrüßen, würdigen wir unsere Beziehung zu allen anderen Lebensformen, seien es Bäume oder Fische, Vögel oder Steine. Und indem wir dem Himmel Ehre erweisen, würdigen wir unsere Sterngeschwister, und wir legen unsere Heilung dem Großen Spirit, dem Schöpfer von allem, zu Füßen.

Das Öffnen eines heiligen Raums

Zum Öffnen eines heiligen Raums kannst du die Anrufung benutzen, die am Anfang dieses Kapitels steht. Wenn du möchtest, kannst du getrockneten Salbei oder ein wenig Duftwasser nehmen. Überall in Amerika fächeln die Schamanen, während sie ihre Gebete sprechen, mit einer Feder rauchenden Salbei oder Weihrauch in die jeweilige Himmelsrichtung und spritzen ein paar Tropfen Duftwasser in die Richtung, die sie gerade ansprechen. Sie halten dabei ihre Hand zum Himmel hoch und begrüßen jeden der vier Himmelspunkte. Es ist notwendig, diese Punkte möglichst genau zu bestimmen. Idealerweise geschieht das mit einem Kompass, aber die Angabe einer ungefähren Richtung auf Grund der eigenen Orientierung ist auch in Ordnung.

Beginne damit, dass du dich dem Süden zuwendest. Blase Rauch oder spritze Duftwasser in den Süden und nimm dann deine Hand hoch, mit der Handfläche nach außen. Rezitiere den ersten Vers, mit dem du die Schlange anrufst. Wiederhole

den Ablauf und wende dich dabei jeder einzelnen Himmelsrichtung zu. Berühre die Erde und schau hoch zum Himmel, wenn du beide im Gebet ansprichst. Schließe dann den heiligen Raum, indem du der Schlange, dem Jaguar, dem Kolibri und dem Adler dankst. Lass ihre Energien los und erlaube es ihnen, in die vier Richtungen der Erde zurückzukehren. Wenn du mit der Energie einer Richtung verbunden bleiben willst, lass sie weiter offen. Ruf ihren Archetyp an und bitte ihn, dich zu durchdringen und auf deinem Weg zu begleiten. (Ich mache das zum Beispiel mit dem Osten, und anstatt diese Richtung zu schließen, blase ich den Spirit seines Archetyps in das Kronen-Chakra meines Klienten. Ich stelle mir vor, wie der Spirit des Adlers in ihn eindringt und auf sein Leben einwirkt.) Bedanke dich zum Schluss bei Mutter Erde und Vater Himmel.

Die Ausweitung des Leuchtenden Energiefelds

Außer dem Anrufen der Richtungen gibt es noch eine weitere kraftvolle Möglichkeit, einen heiligen Raum zu erzeugen. Sie besteht darin, das Licht des achten Chakras über dem Kopf zu verwenden. Die Kraft des heiligen Raums erhöht sich um ein Vielfaches, wenn wir das strahlende Licht dieses Chakras ausweiten und in ihm ruhen. Das achte Chakra befindet sich außerhalb des Körpers im Leuchtenden Energiefeld. Es ist der Teil von uns, der immer mit Gott verbunden ist. Wenn wir ihn wie eine Kristallkuppel ausdehnen, können wir buchstäblich in diesem Raum sitzen und sind vor den Störungen der Welt geschützt.

Stell dir dein achtes Chakra wie eine kleine strahlende Sonne über deinem Kopf vor. Manche Menschen haben entweder eine kalte oder eine warme Empfindung, wenn sie seine Membran fühlen. Achte auf den Puls und die Frequenz des Chakras. Vi-

briert es? Hat es einen bestimmten Rhythmus? Benutze deine Vorstellungskraft, um dir eine Kugel in den Farben der aufgehenden Sonne vorzustellen. Mach dir ein Bild von den glitzernden Wellen, die ihre brillante Oberfläche durchfluten und dich in gelbem und orangefarbenem Licht baden.

Führe deine Hände in die Gebetshaltung über der Brust. Hebe langsam deine Hände – die sich dabei immer noch in Gebetshaltung befinden –, bis sie über deinem Kopf sind. Spüre, wie deine Fingerspitzen in das achte Chakra eindringen. Fühle, wie diese drehende Sonne nachgibt und sich dir öffnet. Dehne nun ganz langsam, wie ein Pfau, der behutsam sein Rad schlägt, den Umkreis dieser strahlenden Kugel so weit aus, dass er dich umschließt, indem du die Handflächen nach außen drehst und deine Arme ausstreckst. Nimm die Arme dann herunter, bis deine Hände den Stuhl berühren, und sonne dich im Licht des achten Chakras.

Erfahre dich innerhalb dieser leuchtenden Sphäre. Spüre die absolute Stille, die diesen Raum durchdringt. Achte auf deinen Atem. Atme bewusst ein und langsam aus. Erkunde das Innere dieser leuchtenden Kugel mit deinem Gewahrsein. Wie fühlt sich die innere Membran an? Ich stelle sie mir wie eine große Blase vor, die von Farben durchflutet wird, die aber auch – wie die Sonne – eine bestimmte Eigenstrahlung hat. Dies ist das Gefäß, in dem deine Seele zwischen den Inkarnationen wohnt. Wenn du sie ausreichend kennen gelernt hast, führe deine Hände mit ausgestreckten Armen wieder langsam nach oben, wie ein Pfau, der sein Rad schließt, bis du das leuchtende Chakra wieder über deinem Kopf in seine Ausgangsgröße zurückgeführt hast. Fühle, wie es glüht. Bring deine Hände wieder in die Gebetshaltung über der Brust, um die Übung abzuschließen.

Es ist wichtig, dass du den heiligen Raum immer wieder schließt, wenn du deine Arbeit beendet hast. Verkleinere die

leuchtende Kugel des achten Chakras wieder auf ihr normales Maß über dem Kopf. Verabschiede dich von den Spirits der Schlange, des Jaguars, des Kolibris und des Adlers. Danke dem Himmel und der Erde. Wenn wir den heiligen Raum nicht wieder schließen, verschmutzen wir ihn, wie wenn wir eine Frischwasserquelle verdrecken. Die archetypischen Krafttiere werden dann nicht mehr zu dir kommen, und auch die Naturkräfte antworten nicht länger auf deine Anrufung.

Öffne einen heiligen Raum mit dem größten Respekt. Einen heiligen Raum aufrechtzuerhalten entspricht dem Halten eines einzigen Tons. Dein Lied muss aus dem Herzen kommen, wenn es rein sein will. Wenn du dich in der Gegenwart eines Meister-Schamanen oder eines großen spirituellen Lehrers befindest, fühlst du einen Unterschied in der Qualität des Raums. Die Energie ist sauber, und die Luft ist magnetisch aufgeladen. Es bedarf deiner ganzen Liebe und Zielgerichtetheit, aber auch viel Übung, um einen heiligen Raum für längere Zeit offen zu halten. Je mehr Erfahrung du sammelst, desto leichter wird es dir fallen. Der Raum hält sich dann von allein aufrecht.

Teil 3

Die Arbeit des Schamanen

Die nachfolgenden Techniken sollte nur die Person auf einen Klienten anwenden, die eine gründliche Ausbildung in den leuchtenden Heilmethoden erhalten hat. Sowohl der IIluminationsprozess als auch der Extraktionsprozess erfordern einen Grad der Meisterschaft, den man nur durch Übung unter Supervision erlangt. Der Illuminationsprozess verwandelt die schweren Energien, die ein Chakra verstopfen. Er verbrennt giftige Rückstände und beseitigt die Abdrücke von Krankheiten im Leuchtenden Energiefeld. Bei mir müssen die Studenten zuerst das Öffnen eines heiligen Raums beherrschen, bevor sie eine Illumination durchführen dürfen. Es entspricht dem Schaffen eines sterilen Umfelds vor einem chirurgischen Eingriff. Jede Operationstechnik verfehlt ihr Ziel, wenn die Instrumente nicht vorher keimfrei gemacht werden. Der Patient wird sich eine Infektion zuziehen und möglicherweise noch kränker werden. In ähnlicher Weise erzeugt der heilige Raum eine sichere Zone, in die keine schädlichen Energien eindringen können. Ich sage meinen Studenten klar und deutlich, dass sie sich selbst und ihre Klienten gefährden, wenn ihr heiliger Raum zusammenbricht. Man erhält einen heiligen Raum aufrecht, indem man seine Absicht fokussiert. Aus diesem Grund ist eine Meditations- und Yoga-Praxis außerordentlich hilfreich. Wer meditiert, hat in der Regel bereits gelernt, seinen Geist zu beruhigen und sein Bewusstsein auszurichten. In einer Studie, die vor Jahren durchgeführt wurde, konnten Zen-Meditierende den Alpha-Zustand (mit ungefähr acht Gehirnwellenausschlägen in der Sekunde) kontinuierlich aufrechterhalten. Wenn ein lautes Geräusch die Ruhe störte, zerbrach ihre meditative Kontemplation, aber sie waren sofort wieder in der Lage, zum Alpha-Zustand zurückzukehren. Wenn im Gegensatz dazu Nicht-Meditierende durch ein lautes Geräusch abgelenkt wurden, gelang es ihnen – wenn überhaupt – erst Minuten später, wie-

der in einen Zustand der Ruhe zu kommen.

Der Extraktionsprozess ermöglicht die Beseitigung von Energien, die kristallisiert sind und sich im Körper des Klienten eingelagert haben. Diese Technik erfordert ein hoch entwickeltes kinästhetisches Gespür. Es ist zudem sehr hilfreich, wenn der Heiler oder die Heilerin die Zweite Wahrnehmung, die schamanistische Art des Sehens, entwickelt hat. Durch den Prozess werden eingedrungene Wesen oder Energien entfernt, die den Gesundheitszustand des Klienten negativ beeinflussen. Viele Menschen haben eine Abneigung gegenüber der Vorstellung von eingedrungenen Wesen und Energien und stellen sich die unsichtbare Welt gern als einen Bereich vor, der von gutmütigen Lichtgestalten bevölkert ist. Ich ermutige meine Studenten, sich ohne Vorurteile auf die eigenen Erfahrungen einzulassen. Es mag schockierend sein, dass es störende Wesen und Energien gibt, die uns beeinflussen, aber es ist auch eine große Erleichterung zu wissen, dass es Mittel und Wege gibt, den Betroffenen zu helfen. Ich habe erlebt, dass der Extraktionsprozess in einer Sitzung mehr erreicht hat als eine Psychotherapie in Jahren.

Du musst kein Schamane sein, um die Sterberituale durchzuführen, und ich wünsche dir, dass du niemals in die Lage kommst, sie durchführen zu müssen. Wahrscheinlich aber werden die meisten von uns irgendwann einmal einen geliebten Menschen auf seiner Reise in die Welt des Spirits unterstützen. Schau dir diese Rituale an, damit du ein Gefühl für sie entwikkeln kannst. Den Eltern auf ihrer letzten Überfahrt zu helfen ist das größte Geschenk, das du den Menschen geben kannst, die dich in diese Welt gebracht haben.

7

Der Illuminationsprozess

Bin seit drei Tagen am Fasten und habe die Höhle eher zufällig gefunden, nachdem ich das Unterholz stundenlang abgesucht hatte. Es hatte angefangen zu regnen, als ich einen Felsvorsprung sah, unter dem ich Unterschlupf suchte. Antonio hatte mich losgeschickt, um den Tempel des Mondes auf der Rückseite von Machu Picchu zu finden. »Pass auf die Schlangen auf«, meinte er beim Abschied mit einem Lächeln auf den Lippen. Manchmal kann ich mit seiner Art von Humor nichts anfangen. Habe keine einzige Schlange zu Gesicht bekommen, obwohl ich vom Unterholz ganz zerkratzt bin. Es gibt hier keine Pfade, nur ab und zu ein paar Steinstufen oder eine zusammengebrochene Terrasse.

Die Höhle hat ungefähr die Größe von einem Schulbus und beherbergt beeindruckende Steinmetzarbeiten der Inka. Dutzende von kleinen Nischen sind in den Stein gearbeitet. Im hinteren Teil der Höhle, wo sich zwei Wände im spitzen Winkel treffen, haben Steinmetze immer kleiner werdende dreieckige Steine geformt, die perfekt ohne Mörtel aufeinander sitzen. Der kleinste Stein an der Spitze ist nicht größer als eine Streichholzschachtel. Der gesamte Innenraum ist mit Moos überwachsen, aber es ist trocken.

Antonio meinte, er sei ein Gärtner und ich ein Jäter. Er warf mir vor, meine Wunden dadurch heilen zu wollen, dass ich meinen Schmerz wie Unkraut herausriss. Seiner Meinung nach wuchsen im Garten meiner Seele keine schönen Blumen, da ich nicht wisse, wie ich die Samen meines Spirits, meiner zukünftigen Existenz, bewässern sollte. Deshalb hat er mich in diese Höhle geschickt, um fünf Tage lang zu fasten und in mich zu gehen. Habe die beiden letzten Tage damit verbracht, das Unkraut aus der Höhle zu entfernen, und stellte dabei fest, dass ich gar nicht schlecht darin bin. Der Boden liegt nun wieder frei, und seine reichhaltige dunkle Erde lässt sich leicht festtreten.

Habe heute Morgen die Schokoladentafel weggeworfen, die unten

in meinem Rucksack lag. Konnte die letzten beiden Tage an nichts anderes mehr denken.

Antonio hat Recht, ich bin ein Jäter, und mein Leben ist ein undurchdringlicher Dschungel, in dem alles überwachsen ist. Alles wächst dort querbeet. Hin und wieder eine exotische Blume, aber meistens nur Klettergewächse und Schlingpflanzen, in denen ich mich verheddere. Es verschlingt meine ganze Energie, den Boden unter mir in Ordnung zu halten. Wie pflanze ich die Obstbäume und Blumen, mit denen ich zusammen alt werden will?

Tagebucheintrag

Der westlichen Mythologie zufolge leben wir in einem räuberischen Kosmos, in dem wir ständig von »gefährlichen« Bakterien und hungrigen Jaguaren bedroht werden. Die schamanistischen Heiler hingegen glauben, dass wir in einem gütigen und wohlmeinenden Universum leben. Die Welt wird nur dann räuberisch, wenn wir das Gleichgewicht verlieren. Und die heutige Welt ist nicht im Gleichgewicht. Die Menschen und ihre Ernten werden von räuberischen Mikroben und Viren bedrängt. Unsere antibiotischen Arsenale werden immer unwirksamer. Der Illuminationsprozess bringt uns zurück ins Gleichgewicht, in den Zustand, den die Schamanen *ayni* nennen. Er besteht in der richtigen Beziehung zu Jaguaren, Bakterien und zu allem Leben, sodass das Universum uns unterstützen kann. Der Illuminationsprozess führt auf drei verschiedenen Wegen zur Heilung. Erstens verbrennt er all die Rückstände, die sich an der Wand eines Chakras abgelagert haben, sodass das Immunsystem gestärkt und der Alterungsprozess verlangsamt wird. Zweitens macht er die negative Energie in der Umgebung der bösartigen physischen und emotionalen Abdrücke unschädlich, sodass ein Abdruck nicht mehr über genügend Energie verfügt, um wirksam werden zu können. Drittens beseitigen seine reinigenden Energien direkt die Abdrücke im Leuchten-

den Energiefeld. Der Illuminationsprozess führt so zu einer Heilung am Ursprung – dort, wo sich der Bauplan unseres Seins befindet. Wenn dort die Abdrücke entfernt werden, kann man leicht negative Emotionen und Verhaltensweisen überwinden. Die Kraft des Immunsystems ist freigesetzt, sodass sich die körperliche Heilung beschleunigt.

Jeder Abdruck im Leuchtenden Energiefeld steht mit einem Chakra in Verbindung, durch das er seine schädliche Information an das zentrale Nervensystem abgibt. Der Abdruck ist der Ausgangspunkt, das Chakra die Verbindungsleitung und das Nervensystem das Verteilernetzwerk. Jedes Chakra enthält eine Karte von der physischen und emotionalen Landschaft unseres Lebens. Genauso wie ein Bergkamm auf mehrere Arten dargestellt werden kann – zum Beispiel aus der Luft oder dreidimensional oder durch eine Karte, die Aufschluss über die Populationsdichte gibt –, enthalten die Chakras Karten von den Ereignissen in unserem Leben, die von verschiedenen Linsen jeweils anders interpretiert werden. Im ersten Chakra befinden sich die Karten zum Überleben. Im zweiten Chakra sind die Karten der Gefühle und so weiter. Um das Problem eines Klienten besser verstehen zu können, überprüfe ich die Funktionsfähigkeit der einzelnen Chakras, um das betroffene Energiezentrum ausfindig zu machen. Ich weiß dann, durch welches Chakra ein Abdruck im Leuchtenden Energiefeld das physische und emotionale Wohlbefinden meines Klienten beeinflusst.

Das Verbrennen von Energien

Buckminster Fuller war der Ansicht, dass sich Bänder des Sonnenlichts um Baumstämme und Äste wickeln, während die Erde um die Sonne kreist. Er meinte, wir würden dieses gespeicherte Sonnenlicht befreien, wenn wir ein Stück Holz an-

zünden. Alles Lebende besteht aus materialisiertem Licht. Wale fressen Plankton, das sich von Licht ernährt. Wir essen Pflanzen, die durch Licht wachsen. Die Tiere, die wir verspeisen, fressen Pflanzen, die das Licht aufnehmen. Alles besteht aus Licht, selbst die dunklen Energien, die Chakras verstopfen und Abdrücke hervorbringen. Und so wie ein Stück Holz angezündet werden muss, damit sein Licht freigesetzt wird, müssen auch diese Energien verbrannt werden (oder extrahiert werden, wie es im nächsten Kapitel beschrieben wird). Die Schamanen der Anden nennen diesen Prozess *mihuy*, was so viel bedeutet wie »verdauen« oder »verbrennen«.

In den schamanistischen Traditionen der Inka gibt es keine »schlechten« Energien. Es gibt nur Energien, die »leicht« sind und das Leben unterstützen, und solche, die »schwer« sind und nicht vom Körper aufgenommen werden können. Dein Leuchtendes Energiefeld verbrennt Energien automatisch und auf natürliche Weise, wenn du einen Klienten damit umhüllst. Alles, was nicht verbrannt werden kann, wird der Erde zurückgegeben, so wie von einem Feuer Asche zurückbleibt. Der Illuminationsprozess befreit das Licht, das in der Materie gefangen ist.

Wenn du in einem heiligen Raum arbeitest, besteht keine Gefahr, dass du negative Energien von deinen Klienten aufnimmst. Der Legende nach hilft dir der Spirit des Jaguars dabei, diese Energien wieder ans Licht zu zerren. Das Licht, das von *mihuy*, dem Zustand der Verfinsterung, befreit wird, steht deinen Klienten wieder zur Verfügung und stärkt die Energiereserven ihres Leuchtenden Energiefelds.

Der Illuminationsprozess transformiert schwere Energien in Licht. Diese Metapher drückt aus, dass mit seiner Hilfe emotionale Verletzungen in Quellen der Kraft und des Wissens umgewandelt werden können. In der Mythologie ist das der

Weg des verwundeten Heilers. Durch einen alchemistischen Prozess *(mihury)* transformiert man die eigenen Wunden in Mut und Stärke. Jede Verletzung, mit der ein Klient zu mir kommt, enthält wertvolle Lektionen. Sind diese Lektionen erst einmal gelernt, braucht der Klient die schmerzvolle Erfahrung nicht ständig zu wiederholen. Die Wunden bestimmen nicht länger die Realität und werden zu Geschenken der Liebe und Zuversicht. Was einen früher deprimiert hat, kann zu neu gewonnenem Frieden und Mitgefühl werden. Der Heiler trägt den Schmerz eines anderen mit, weil er weiß, was es bedeutet, wenn man verletzt ist. Er wird nicht mehr durch die Vergangenheit verkrüppelt, sondern lässt sich von ihr inspirieren, egal wie schwierig und schmerzvoll sie auch gewesen sein mag. Wenn man sich nicht länger gegen bestimmte Erfahrungen sträubt, kann die Seele ihren Panzer lockern.

Ich traf Gail, eine Psychologin aus Houston, als sie sich für unsere Ausbildung zur Heilerin anmeldete. Ich war sofort von ihrer Großzügigkeit und ihrem Einfühlungsvermögen beeindruckt. Sie hatte immer ein offenes Ohr für die Nöte der anderen und fand ständig für jeden ein Lächeln oder ein paar freundliche Worte. Ich hatte keine Ahnung, dass sie vor ein paar Jahren ihre 24-jährige Tochter durch eine plötzliche Krankheit verloren hatte. Nach dem tragischen Verlust verließ Gail kaum noch das Haus. Sie verlor ihren Lebensmut, und das bisschen, was sie noch aß, verzehrte sie allein am Tisch. Ihr Mann konnte nichts tun, um sie aus ihrer Verzweiflung zu ziehen. Gail sinnierte mehrere Stunden am Tag zurückgezogen vor sich hin.

Ein Jahr nach dem Tod ihrer Tochter erwachte Gail aus ihrer Schwermut. Ihre Depressionen waren auf einmal verschwunden. Das Jahr in der Einsamkeit ließ sie erkennen, dass ihr weiteres Schicksal nun darin bestünde, möglichst vielen Menschen

in ihrer Not zu helfen. Ab diesem Zeitpunkt wurde sie zu einer wichtigen Fürsprecherin des Dalai Lama in Amerika. Sie hat persönlich zahllosen Tibetern bei der Ansiedlung in den USA geholfen.

Während ihres Trauerjahres entdeckte Gail ihren Wunsch, etwas in der Welt verändern zu wollen, und hat seitdem viele Menschen auf der ganzen Welt mit dem Herzen berührt. Sie ist ein leuchtendes Beispiel für eine Frau, die Verlust und Leid erfahren hat und dadurch stärker geworden ist. Sie hat die Lektionen des Lebens nicht nur angenommen, sondern es geschafft, eine persönliche Tragödie in eine Quelle der Kraft und des Mitgefühls zu verwandeln.

Die Lektionen werden auf einer bestimmten energetischen Ebene integriert. Wenn die schädlichen Energien eines Chakras verbrannt werden, kann sich die natürliche Anlage dieses Chakras entfalten. Wenn die Angst nicht mehr in unserem Bauch sitzt, blüht unser Mitgefühl auf. Wenn Mangel und Knappheit nicht länger in unserem ersten Chakra wohnen, erfahren wir die überschwängliche Liebe des Universums. Wenn das dritte Chakra nicht länger von Kummer besetzt ist, können wir die Welt verändern. Unsere leuchtende Architektur macht eine Wandlung durch, und Wochen später folgt auch das intellektuelle Verstehen. In unserer Arbeit folgt dem Heilungsprozess immer ein Verstehen. Die Veränderung geschieht zuerst auf der energetischen Ebene, und erst danach begreift der Verstand, was geschehen ist. Im Gegensatz dazu meinen wir im Westen, dass das Verstehen der Heilung vorangehen müsse. Wir wollen zuerst begreifen, warum unsere Mutter und unser Vater uns nicht besser emotional unterstützt haben, und kauen die Beziehung zu ihnen immer wieder durch, bevor wir uns eventuell dafür entscheiden, selbst die Verantwortung für uns zu übernehmen und uns zu verändern. Bei der leuchtenden

Heilung verändern sich zuerst das Energiefeld und der Körper, und danach kommt der Geist dann zu seinen Erkenntnissen. Wahre Transformation kann niemals durch den Intellekt vorweggenommen werden.

Der Illuminationsprozess transformiert die schweren Energien, die mit Traumata und Krankheit verbunden sind, in nährende Lebensenergie. Schwere Energien sind zu festen Bündeln zusammengeschnürt und dadurch als Brennstoff und Lebenskraft für uns unbrauchbar. Die Nebenprodukte eines brennenden Holzstücks sind Hitze und Licht. Genauso wie wir uns erst dann an einem Holzscheit wärmen können, wenn es brennt, werden wir diese dichten Energien nicht los, bis der Illuminationsprozess das Licht in ihnen freisetzt.

Der erste Schritt besteht darin, die energetischen Ablagerungen in dem Chakra zu verbrennen. Wir müssen diese schädlichen Energien im Chakra genauso behandeln, als hätten wir uns geschnitten. Wir müssen die Stelle gründlich auswaschen, denn wenn sich Schmutz in der Wunde ansammelt, infiziert sie sich und heilt nicht zu. Das Gleiche geschieht im Leuchtenden Energiefeld. Der einzige Unterschied besteht darin, dass wir eine Schnittverletzung mit Seife und Wasser säubern, während wir dunkle Energien mit Feuer reinigen. Der Illuminationsprozess verbrennt die Energien, die sich um einen Abdruck herum angesammelt haben, und verwandelt sie in Licht. Diese dunklen Energien sind der Schmutz, den wir während des Illuminationsprozesses ausspülen. Sobald das Chakra nicht mehr energetisch verdreckt ist, wird es zu einem Fernglas, mit dem wir in das Leuchtende Energiefeld schauen und seine Landkarten deutlich entziffern können. Wenn ich die Zweite Wahrnehmung zu Rate ziehe, kann ich das Ereignis aufspüren, das die ursprüngliche Verletzung verursacht hat. Psychologisches Heilen hilft, die emotionale Energie, die in einem Abdruck blok-

kiert ist, loszulassen und den schmerzhaften Vorfall, der den Abdruck hinterlassen hat, zu verstehen. Aber intellektuelles Verstehen beseitigt nicht den zu Grunde liegenden Abdruck als solchen. Es ist, als hätten wir die Schnittstelle gereinigt, aber niemals mit einem Verband versehen. Innerhalb von Wochen oder Monaten sammelt sich dort wieder emotionale Energie an und reaktiviert den Abdruck. Psychologische Aspekte, die wir glaubten schon vor langer Zeit geheilt zu haben, erheben wieder ihre hässlichen Fratzen, und destruktive Verhaltensweisen treten erneut an die Oberfläche. (Dies wäre auch eine mögliche Erklärung dafür, warum manche Menschen das Bedürfnis haben, eine Gesprächstherapie über viele Jahre hinweg zu führen. Sie müssen die Wunde immer wieder aufs Neue reinigen. Und sicherlich kommt es nicht von ungefähr, dass inzwischen das Interesse an den schamanistischen Heilmethoden unter Psychologen sprunghaft zugenommen hat.) Wenn die Energien um einen Abdruck durch den Illuminationsprozess verbrannt sind, verschwindet auch der Abdruck selbst. Es besteht kein Muster mehr im Bauplan, um die alte Realität wieder auferstehen zu lassen.

Die Umwandlung von schädlichen emotionalen Energien in Licht ist ein wesentlicher Nutzen des Illuminationsprozesses, aber noch nicht seine alleinige Wirkung. Nachdem der Schmutz im Chakra und über einem Abdruck verbrannt worden ist, überschreiben wir die in dem Abdruck enthaltene Information mit strahlendem Licht. Aus diesem Grund nenne ich diese Heilmethode den Illuminationsprozess, weil der Abdruck durch die Illumination des Chakras in pures Licht getaucht wird. Wir überschreiben den Abdruck mit der Energie der strahlenden Sonne des achten Chakras. Du reinigst die offenen Chakras deines Klienten in einem Strom goldenen Sonnenlichts. Der Klient erlebt diese Phase oft als ein Gefühl des Friedens und

der tiefen Vereinigung mit dem Spirit. Dies ist der Geschmack der Unendlichkeit.

Der Illuminationsprozess kann schmerzhafte Erinnerungen ans Tageslicht bringen. Denk immer daran, dass es sich nicht um einen psychologischen Prozess handelt, in dem ein Klient sich an seine Traumata erinnert und mit einem Therapeuten über sie spricht. Illumination ist ein energetischer Prozess. Anstatt sich bestimmte Vorfälle ins Gedächtnis zu rufen, fühlt der Klient seinen Schmerz oder Kummer wie eine Welle von Energie, die durch ihn hindurchgeht. Am Ende einer Heilsitzung befindet sich der Klient in einer friedlichen und oft auch glückseligen Verfassung. Ich bitte meinen Klienten, sich die emotionale Intensität des Traumas vor Augen zu führen, wegen dem er mich aufgesucht hat. Er fühlt dann die Intensität der Energie, erlebt aber nicht noch einmal den emotionalen Schmerz und erzählt mir die Einzelheiten oft erst am Ende der Sitzung. Wenn ich mit einem Klienten arbeite, der sich als Kind vernachlässigt gefühlt hat, fordere ich ihn auf, sich an das Gefühl des Verlassenseins zu erinnern oder an den Schmerz, den er während des Vorfalls empfunden hat. Dadurch habe ich die Möglichkeit, die Spuren im leuchtenden Körper ausfindig zu machen, die dieses Ereignis hinterlassen hat. Ich kann so das betroffene Chakra und den Ursprung des Abdrucks im Leuchtenden Energiefeld finden.

Ich kläre meine Klienten vollständig über das, was ich tue, auf, sodass sie jederzeit in den Prozess eingreifen können. In manchen Phasen fühlen einige Klienten intensive Emotionen, ihre Hände oder Beine verkrampfen sich, oder ihre Körper zucken und geraten außer Kontrolle. Sobald sich das unangenehm anfühlen sollte, können sie den Prozess verlangsamen, indem sie ihre Arme rechts über links vor der Brust verschränken. (Diese Technik findet sich in jeder Kultur, um den Fluss

von Energie zu unterbrechen. In Ägypten wurden die Pharaonen in dieser Haltung bestattet, damit sie auf ihren Reisen nach dem Tod geschützt waren, und in der modernen Kampfkunst wird diese Bewegung verwendet, um einen Schlag abzuwehren.) Meine Klienten wissen dadurch, dass sie die Intensität der Erfahrung regulieren können. Sie bestimmen, ob wir tiefer gehen, langsamer machen oder den ganzen Prozess abbrechen.

Die einzelnen Schritte des Illuminationsprozesses

Der ganze Prozess dauert ungefähr eine Stunde. Während einer Illuminationssitzung sollten nur ein Heilaspekt und ein Chakra behandelt werden. Die einzelnen Schritte sehen wie folgt aus:

1. Einführendes Gespräch mit dem Klienten
2. Aufspüren von Abdrücken
3. Öffnen eines heiligen Raums, Anrufung der Richtungen
4. Den Klienten mit dem eigenen Leuchtenden Energiefeld umhüllen
5. Drücken der Vertiefungspunkte
6. Öffnen des betroffenen Chakras
7. Drücken der Freisetzungspunkte
8. Extraktion dichter Energien aus dem Chakra
9. Anrufen des Jaguars
10. Durchführen einer Illumination, um den Abdruck zu beseitigen
11. Das Chakra ins Gleichgewicht bringen und das Leuchtende Energiefeld schließen
12. Abschließendes Gespräch mit dem Klienten
13. Schließen der Richtungen

Einführendes Gespräch mit dem Klienten

Ich fange jede Sitzung damit an, dass ich den Klienten danach frage, was ihn zu mir geführt hat. Es hilft mir, den energetischen Zusammenhang zu erkennen, wenn ich am Anfang seine Geschichte kennen lerne. Ich höre aufmerksam zu, und wir nehmen uns so lange Zeit, bis der Klient das Gefühl hat, alles vorgebracht zu haben. Oft widme ich die ganze erste Stunde dieser Einführung, aber ich achte darauf, dass es nicht in ein therapeutisches Gespräch ausufert. Ich möchte die Geschichte meines Klienten hören, aber ich bin nicht daran interessiert, sie zu analysieren. Ich beobachte sorgfältig die Körpersprache meines Klienten, sehe, wohin sich die Hände bewegen, wenn er sein Problem oder seinen Schmerz beschreibt, und suche so nach unbewussten Hinweisen auf die Stelle, wo sich der Abdruck befindet und mit welchem Chakra er verknüpft ist.

Aufspüren der Abdrücke

In der Healing the Light Body School lernen unsere Studenten, die Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld mit Hilfe der Kinesiologie aufzuspüren, die auch als Muskeltest bekannt ist. Die Methode wurde von Dr. John Diamond entwickelt, aber bestimmte Arten des Muskeltests werden auch von den Schamanen angewendet. Dieses Verfahren wird viel von Chiropraktikern und anderen Körpertherapeuten benutzt, um die richtige Ausrichtung der Knochen und Muskeln zu überprüfen. Ich habe es übernommen, um damit Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld herauszufinden. Bevor man die Fähigkeit entwikkelt hat, die dunklen Stellen in unmittelbarer Umgebung des Abdrucks zu sehen, ist diese Technik die einfachste und zuverlässigste, die ich kenne. Wenn sie exakt durchgeführt wird, erkennt man mit ihr genau, in welchem Zustand sich das Ener-

giesystem eines Klienten befindet. Weil der Körper und nicht der rationale Verstand des Klienten reagiert, sind die Informationen in der Regel sehr zuverlässig.

Heiler und Klient sollten beide alle Gegenstände aus Metall, die sie am Körper tragen – wie Uhren, Schmuck etc. –, ablegen. Der Klient schließt die Augen und streckt einen Arm waagerecht nach vorn aus. Drücke nun das Handgelenk des Klienten mit zwei Fingern nach unten und fordere ihn dabei auf, deinem Druck standzuhalten. Die meisten Menschen sind in der Lage, den Druck auszuhalten und ihren Arm ausgestreckt zu lassen. Bitte den Klienten nun, an jemanden zu denken, den er liebt, und teste dabei die Stärke des Arms. Er sollte sich dabei stark anfühlen, denn Menschen, die wir lieben, rufen im Leuchtenden Energiefeld eine dynamische, kraftvolle Reaktion hervor. Bitte dann den Klienten, an jemanden zu denken, der Ablehnung oder Furcht hervorruft. Der Arm sollte dabei schwach werden, das heißt, er sollte sich nach unten bewegen, wenn du mit zwei Fingern von oben auf ihn drückst, weil Furcht und Verurteilung uns in der Regel entkräften. Um die Genauigkeit der Muskelantwort zu überprüfen, lass den Klienten entweder Buddha, Christus, den Dalai Lama oder sonst jemanden visualisieren, der für ihn Liebe und Mitgefühl symbolisiert. Die Muskeln sollten sich dabei wiederum stark anfühlen. Die Visualisierung eines Hakenkreuzes, das wir mit der Massenvernichtung durch die Nationalsozialisten verbinden, sollte eine Schwächung im Arm zur Folge haben. Bitte den Klienten zum Schluss, das Wort *Ja* zu wiederholen. Der Arm sollte dabei stark bleiben, während er beim Wort *Nein* nach unten geht. Diese letzte Übung ist wichtig, um beim Klienten eine Verbindung zwischen dem Körperausdruck und dem Unbewussten herzustellen.

Manchmal gerät man auch an Klienten, bei denen alles an-

dersherum läuft, wo der Arm oben bleibt, obwohl er nach unten gehen müsste, und umgekehrt. Eine von zehn Personen, mit denen ich arbeite, zeigt diese Umkehrung, die dadurch zu Stande kommt, dass sich ihre neuroelektrischen Systeme überkreuzen. Diese Überkreuzung erleben wir alle von Zeit zu Zeit, wenn wir die Signale, die wir von der Welt empfangen, fehlinterpretieren. Ein solcher Zustand lässt sich leicht dadurch beheben, dass man sich dreimal hintereinander mit den Fingerspitzen auf die Thymusdrüse klopft (die sich am oberen Ende des Brustbeins befindet), während man sich gleichzeitig einen geliebten Menschen vorstellt. Das Klopfen auf die Thymusdrüse bringt das Energiesystem in den ursprünglichen Zustand und stellt dadurch die korrekte Polarität wieder her.

Damit man einen Abdruck entdecken kann, muss er zuerst dadurch mit Energie aufgeladen werden, dass man sich das schmerzvolle Ereignis ins Gedächtnis ruft, das mit diesem Abdruck verknüpft ist. Einen schlafenden Abdruck ausfindig zu machen ist sehr schwierig, denn er verhält sich wie ein inaktives Computerprogramm. Erst wenn ein Abdruck energetisiert ist, kann der Heiler die entsprechende Stelle im leuchtenden Körper sowie das dazugehörige Chakra aufspüren. Die Energetisierung eines Abdrucks ist wie das Starten eines Computerprogramms. Ist sein Kode aktiviert, erscheint es mit all seinen Rechenvorgängen und Anweisungen auf dem Bildschirm. Um einen Abdruck mit Energie zu füllen, braucht sich der Klient bloß an den Moment der Verletzung zu erinnern und sich die Gefühle des Schmerzes, der Trauer, des Kummers oder der Scham ins Gedächtnis zu rufen, die damit verknüpft sind. Eine rein intellektuelle Erinnerung ist nicht ausreichend, der Klient muss die Intensität der Gefühle wirklich für einen kurzen Augenblick zulassen können.

Der Muskeltest ermöglicht dem Heiler oder der Heilerin, ei-

nen schädlichen Abdruck zu identifizieren. Teste zuerst die Stärke des Klienten, indem du ihn bittest, den Arm waagerecht auszustrecken und an seinen Lieblingsplatz in der Natur zu denken. Wenn du mit zwei Fingern von oben auf das Handgelenk drückst, sollte der Arm nicht nachgeben. Bitte ihn dann, an den schmerzvollen Vorfall zu denken, um den es geht. Ich fordere dabei meinen Klienten auf, die Augen zu schließen und sich zu konzentrieren. Ich frage ihn dann zum Beispiel: »Wo fühlst du die Scham (oder den Kummer) in deinem Körper? Wo bist du verletzt, und wie hat sich die Verletzung angefühlt, als sie geschah?« Oder ich frage: »Zeige mir anhand einer Körperbewegung oder Geste, wie es sich angefühlt hat.« Wenn sich mein Klient nicht an den eigentlichen Vorfall erinnern kann, fordere ich ihn auf, sich auf die Gefühle zu konzentrieren, die mit ihm verbunden sind. Wenn ein Abdruck mit diesem Ereignis verknüpft ist, wird der Arm nach unten gehen. Der Unterschied zum ausgestreckten Arm ist dramatisch, als ob alle körperliche Kraft aus ihm entwichen ist.

John ist Student der Healing the Light Body School. Eines Morgens demonstrierte ich die kinesiologische Methode und bat ihn, mir vor der Klasse als Demonstrationsobjekt zu dienen. Als er nach vorne kam, erstaunten mich sein muskulöser Körper und sein selbstbewusstes Auftreten. Er hatte nicht vor, seinen Arm von mir nach unten drücken zu lassen. Als ich ihn aufforderte, an seinen Lieblingsplatz in der Natur zu denken, war sein Arm hart und unbeweglich wie Stahl. Als er sich jedoch den Schmerz der noch nicht lange zurückliegenden Scheidung und der dadurch erzwungenen Trennung von seinem Sohn ins Gedächtnis rief, wurde sein Arm weich wie Pudding. Er schaute mich verwirrt an, denn er hatte immer noch das gleiche Gefühl von Stärke in seinem Arm. »Deine beiden Finger fühlten sich an wie ein Gewicht von 200 Pfund«, sagte er.

Der Körper lügt nicht. Wenn der Test bei einem Klienten positiv ist, schaue ich nach, welches Chakra zum Vorschein kommt, wenn der Abdruck aktiviert ist. Es ist immer ein Chakra mit einem aktiven Abdruck verbunden, da es keine andere Möglichkeit für den Abdruck gibt, seine Information an das Nervensystem abzugeben. Der Abdruck eines Klienten kann zum Beispiel dadurch zu Stande gekommen sein, dass er sich in der frühen Kindheit vernachlässigt gefühlt hat. Wenn das zweite Chakra dadurch beeinträchtigt ist, kann der Abdruck für zahlreiche Probleme mit dem Selbstwertgefühl verantwortlich sein. Wenn der Abdruck jedoch mit dem sechsten Chakra (in der Stirn) verknüpft ist, beeinflusst er die Fähigkeit des Klienten, seine Lebensrichtung zu kennen, oder er kann auch dazu führen, dass der Klient versucht, emotionale Probleme mit dem Kopf zu lösen.

Der Heiler oder die Heilerin sollte, noch während das Leuchtende Energiefeld des Klienten durch die Erinnerung an den ursprünglichen Schmerz in Wallung versetzt ist, kinesiologisch testen, mit welchem Chakra der Abdruck in Verbindung steht. Halte deine Hand über das erste Chakra des Klienten, ungefähr fünf Zentimeter über dem Körper, während er seinen Arm waagerecht ausgestreckt lässt. Drück nun sein Handgelenk mit dem Zeige- und Mittelfinger deiner anderen Hand nach unten. Diese Vorgehensweise sollte dann für jedes Chakra wiederholt werden, vom ersten aufwärts bis zum siebten. Zwischen den einzelnen Chakras solltest du einmal tief durchatmen, aber ansonsten schnell mit dem Überprüfen der Chakras fertig werden, weil sich die Wellen, die durch die Erinnerung an das Trauma ausgelöst werden, bald wieder legen.

Je nach Testergebnis können auch mehrere Chakras gleichzeitig beeinträchtigt sein und damit anzeigen, dass ein Abdruck mit nicht nur einem Chakra in Verbindung steht. Wir wenden

uns dann immer dem untersten Chakra zu, denn dort liegt die Ursache des Problems, und mit diesem Chakra werden wir auch später im Illuminationsprozess arbeiten. Wenn dieses Chakra gereinigt und der Abdruck aus dem Leuchtenden Energiefeld gelöscht ist, kommen die höheren Chakras von selbst ins Gleichgewicht.

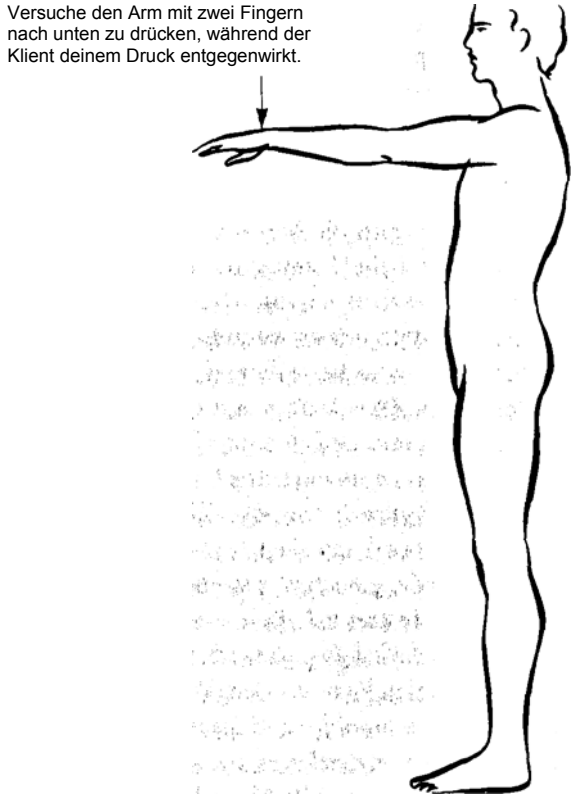
Wir alle haben schmerzvolle Erfahrungen gemacht, die keinen Abdruck im Leuchtenden Energiefeld hinterlassen haben. Wenn wir das traumatische Ereignis emotional verarbeiten konnten, bleibt unser leuchtender Körper davon unberührt. Wenn wir diese Vorfälle überprüfen, gibt der Arm des Klienten niemals nach.

Ich erinnere mich an einen Bauarbeiter, der ein Jahr zuvor beide Eltern durch einen Autounfall verloren hatte. Er kam viele Monate lang nicht darüber hinweg und trauerte immer noch um ihren Verlust, als wir ihn auf Abdrücke untersuchten. Wir waren beide überrascht, dass sein Arm stark blieb und dadurch zu erkennen gab, dass es durch den Verlust der Eltern zu keinem Abdruck im leuchtenden Körper gekommen war. Vor ein paar Wochen erst war er jedoch unmittelbarer Zeuge gewesen, wie ein Kollege sich seinen Zeigefinger mit einer Motorsäge abgetrennt hatte. Er erzählte, wie der Mann auf allen vieren gegangen war, um den abgetrennten Finger im Sägemehl zu suchen, während er dabei vor Schmerzen schrie. Dieser Vorfall hatte meinen Klienten so sehr mitgenommen, dass er seitdem keine elektrischen Werkzeuge mehr anfassen konnte. Als ich ihn bat, sich an das Gefühl zu erinnern, das er hatte, als er seinen Kollegen den Finger auf dem Boden suchen sah, verlor sein Arm jede Kraft.

Auf irgendeine Weise hatte sich dieses Erlebnis in seine Psyche gebrannt. Nach zwei Illuminationssitzungen konnte er jedoch wieder ohne jegliche Angst mit elektrischen Werkzeugen

arbeiten.

Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld lassen sich nur durch das beteiligte Chakra löschen. Die Abdrücke speichern Gefühle von Schmerz, Kummer und Scham, die ein Klient vielleicht schon jahrzehntelang mit sich herumschleppt. Wenn ich mich einem Abdruck durch das richtige Chakra annähere, offenbart sich mir dessen emotionale Landschaft, und ich spüre die Original-Verletzung, die den Abdruck verursacht hat.



Der Muskeltest

Öffnen eines heiligen Raums

Es ist äußerst wichtig, einen heiligen Raum herzustellen, bevor mit der energetischen Arbeit angefangen wird. Der Heiler kann den heiligen Raum am Morgen öffnen und wieder schließen nachdem der letzte Klient gegangen ist, oder er öffnet ihn speziell für jeden einzelnen Klienten. Beide Arten gewährleisten einen ausreichenden Schutz. Verwende dafür die Anrufung aus Kapitel 6, bis du deine eigenen Worte für ein Gebet gefunden hast. Der physische Raum ist für deine Arbeit genauso wichtig wie der energetische. In meinem Behandlungsraum benutze ich beruhigende spirituelle Elemente wie Räucherstäbchen, Wandteppiche und erdfarbene Vorhänge. Zwei Stühle und ein Sofa bilden eine Sitzecke für meine Klienten, und in einem Teil des Raums steht ein Massagetisch, der mit einem weißen Laken bedeckt ist, auf dem ich die Illuminationen durchführe. Ein niedriger Tisch dient mir als Altar, und auf ihm liegt eine Anzahl Steine und zeremonialer Gegenstände, die ich von meinen Lehrern erhalten habe. Mein Altar ist diskret gehalten, denn viele meiner Klienten sind normale Geschäftsleute, die sich in einer zu »mystischen« Umgebung unwohl fühlen würden. Dennoch ist mein Arbeitsraum meine Schamanenhöhle, und die Ausstattung dient dazu, meinen Klienten ein angenehmes und sicheres Gefühl zu geben sowie den Eindruck eines beruhigenden Umfelds außerhalb der herkömmlichen Welt zu vermitteln.

Den Klienten mit dem eigenen
Leuchtenden Energiefeld umhüllen

Nachdem du einen heiligen Raum hergestellt hast, der die Naturkräfte der Richtungen und ihre archetypischen Tiere einlädt, erzeuge auch einen inneren heiligen Raum dadurch, dass du

dein Leuchtendes Energiefeld über den Klienten ausdehnst, Wenn du die Richtungen anrufst, schaffst du einen natürlichen heiligen Raum, in dem du Zugang hast zu den Organisationsprinzipien der Natur. Indem du den Klienten mit deinem Leuchtenden Energiefeld umhüllst, erzeugst du eine besondere menschliche Sphäre, in der die menschlichen Quellen der Führung und des Wissens zur Verfügung stehen. Der erste Raum verbindet uns mit den Energien, die die ganze Ökosphäre durchdringen – den Naturkräften, die den Körper heilen. Das achte Chakra verbindet uns mit den Energien der geistigen Sphäre – den strahlenden Wesen und illuminierten Meistern, die uns in unserer Arbeit unterstützen.

Wenn ich mit dem Illuminationsprozess arbeite, öffne ich immer sowohl den natürlichen als auch den menschlichen heiligen Raum. Wir befinden uns dann in einem zweifach heiligen Raum, in dem wir nicht nur mit den Mächten verbunden sind, die Galaxien und Gräser hervorbringen, sondern auch mit der spirituellen Weisheit, die unsere spezifisch menschlichen Erfahrungen leitet. Mein Klient fühlt sich dadurch wie in einem Mutterschoß geborgen.

Fang mit der Anrufung aus Kapitel 6 an und breite dein achtes Chakra über dich selbst und deinen Klienten aus, den du so für die Dauer der Sitzung mit einer Lichthülle umschließt. Der Klient liegt mit dem Gesicht nach oben, entweder auf dem Fußboden oder auf dem Massagetisch. Der Heiler oder die Heilerin sitzt direkt hinter dem Kopf des Klienten. Mein Massagetisch hat nur eine Höhe von 50 Zentimetern und erlaubt es mir, bequem auf einem Stuhl hinter dem Kopf zu sitzen. Ich bitte den Klienten, durch die Nase ein- und durch den Mund auszuatmen und so einen eigenen Rhythmus zu finden. Ab einem bestimmten Punkt wird dieser Atem spontan schneller oder langsamer. Der Atem reguliert die Geschwindigkeit des

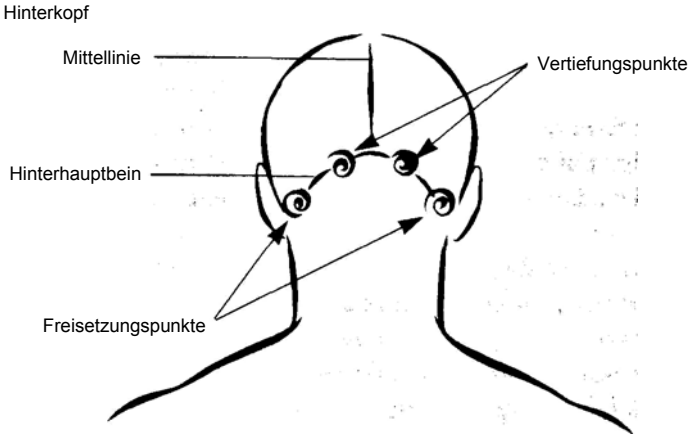
Energieverbrauchs im Chakra. Es ist, als hüte man ein Feuer. Indem der Klient den Atem beschleunigt oder verlangsamt, kann er die Intensität des Prozesses, der bei ihm abläuft, steuern. Hin und wieder musst du den Klienten vielleicht auffordern, deinem Atem zu folgen, damit er sein eigenes Gleichgewicht wieder findet. Du solltest dabei dein Gesicht leicht vom Klienten abwenden, damit du ihn nicht direkt anatmest.

Drücken der Vertiefungspunkte

Umfasse nun den Kopf des Klienten mit beiden Händen, während du die Druckpunkte an seinem Hinterkopf mit den Fingerspitzen berührst. Diese Punkte, die in der Akupunktur als Tor zum Himmel bezeichnet werden, dienen dazu, den Klienten in einen leichten Trancezustand zu versetzen. Sie sitzen am unteren Ende des Schädels, unterhalb des Hinterhauptbeins. Wenn du den Kopf des Klienten hältst, liegen deine Finger auf natürliche Weise auf diesen beiden Punkten. Lege deine Hände vorsichtig unter den Kopf des Klienten. Wenn du nun auf die beiden Vertiefungspunkte drückst, fällt der Klient nach wenigen Minuten in einen tiefen Zustand der Entspannung. Übe mit beiden Mittelfingern ungefähr drei Zentimeter neben der Mittellinie des Kopfes einen sanften, aber nachhaltigen Druck aus. Achte darauf, dass der Kopf des Klienten entspannt bleibt und auf einem festen Kissen ruht.

Drücke die Vertiefungspunkte mindestens zehn Minuten lang. Während dieser Zeit frage ich meinen Klienten mit ruhiger und deutlicher Stimme nach seiner gegenwärtigen Wahrnehmung. Du musst eine offene Kommunikationsverbindung zum Klienten halten, damit er dir Rückmeldungen über das geben kann, was bei ihm gerade abläuft. Möglicherweise fangen die Pupillen des Klienten an, sich unter den geschlossenen Lidern zu bewegen. Diese Augenbewegung kennzeichnet nor-

malerweise den Traumzustand; während des Illuminationsprozesses ist sie jedoch ein Hinweis darauf, dass der zensierende, kritische Geist seinen Griff auf das Bewusstsein gelockert hat. Manche Personen beschreiben diesen Zustand mit dem Gefühl, als befänden sie sich in einem tiefen Schlaf, in dem sie allerdings offen mit dem Heiler sprechen können. Sie können den energetischen Prozess beobachten, ohne von ihm überwältigt zu werden.



Vertiefungs- und Freisetzungspunkte

Öffnen des betroffenen Chakras

Atme im Einklang mit der Atmung des Klienten. Wenn du die Vertiefungspunkte mehrere Minuten lang gedrückt hast, führe deine Hand am Körper des Klienten hinunter und öffne das betreffende Chakra, indem du eine Hand ungefähr fünf bis zehn Zentimeter über das Chakra des Klienten hältst. Spüre die wirbelnde Energie der Scheibe und dreh deine Hand drei- bis viermal gegen den Uhrzeigersinn. (Manchmal gebrauche ich

dafür eine Adlerfeder, denn mit ihrer Hilfe komme ich an die unteren Chakras, ohne meinen Platz am Kopf des Klienten verlassen zu müssen.) Wenn du über eine große Reichweite verfügst, kannst du vom Kopf des Klienten aus eines der unteren Chakras mit den Fingern öffnen. Gelingt dir das nicht, lass seinen Kopf los und setz dich neben ihn, aber kehre, sobald du fertig bist, an den Platz über dem Kopf zurück. Egal welche Methode du benutzt, lass deine Aufmerksamkeit nicht abschweifen.

Sobald das Chakra offen ist, fängt es an, seine Ablagerungen und schädlichen Energien »auszuscheiden«. Diese Energien strömen in die große leuchtende Sphäre, die das achte Chakra des Heilers hervorgebracht hat, wo sie sofort verbrannt werden. Ich nehme oft dunkle Strömungen wahr, die sich wie dicke Bänder aus dem Chakra herausdrehen. Unterstütze die Drehung des Chakras, indem du es für die nächsten paar Minuten mehrmals gegen den Uhrzeigersinn anschiebst, weil es sich während der Ausscheidung leicht verstopfen kann. Achte immer darauf, wie sich der Klient fühlt. Manchmal berichten meine Klienten von einem Wechsel der Körpertemperatur, unfreiwilligen Muskelzuckungen oder spontanen Reflexen und einem elektrischen Kribbeln im ganzen Körper. Dies alles sind Anzeichen dafür, dass die Energien, die sich um einen Abdruck angelagert haben, vernichtet werden. Spontane Körperbewegungen treten dann auf, wenn in den Muskeln und in den Zellen gespeicherte Erinnerungen freigesetzt werden. Wenn die Energie eines Abdrucks sich im Körper festgesetzt hat, kann sie nur wieder durch spontane und manchmal unkontrollierbare Bewegungen freigesetzt werden. Die ist oft der Fall, wenn die ursprüngliche Verletzung in einem physischen Trauma – wie zum Beispiel körperlichem Missbrauch – besteht, da das Körpergewebe diese Vorfälle speichert. In seltenen Fällen kann ein

Klient anfangen, wild um sich zu schlagen und sich zu verletzen. Dann ist es besonders notwendig, den Prozess durch Verlangsamung des Atems zu steuern, so dass er kontrollierbar bleibt.

Ich erinnere meine Klienten immer wieder daran, dass sie den Ablauf verlangsamen oder gar ganz stoppen können, indem sie die Arme über der Brust verschränken.

Drücken der Freisetzungspunkte

Die Freisetzungspunkte sollten fünf Minuten lang gedrückt werden, und es ist wichtig, darauf zu achten, dass diese Zeit nicht überschritten wird. Das Stimulieren der Freisetzungspunkte unterstützt die Ausscheidung der schweren Energien eines Abdrucks sowie der Ablagerungen im Chakra. Die Energien eines verstopften Chakras zu reinigen hat Ähnlichkeit mit der Reinigung eines Wasserrohrs. Das Reinigen der Energien in der Umgebung eines Abdrucks ist wie das Säubern einer Quelle, aus der du dein Trinkwasser schöpfst. Du erreichst diesen Effekt, wenn du die Freisetzungspunkte drückst, die sich am Hinterkopf auf halbem Weg zwischen den Ohren und dem Mittelscheitel befinden. Fühle sie an deinem Kopf, indem du acht Zentimeter hinter deine Ohren fasst. Sie stehen wie kleine Huckel aus dem Hinterhauptbein hervor. Wenn sie sanft stimuliert werden, lösen diese Punkte eine tief greifende Reinigung aus, sodass sich die Energien vom Abdruck lösen und verbrannt werden.

Extraktion dichter Energien aus dem Chakra

Manchmal lösen sich von einem Abdruck Energien, die zu dicht sind, um einfach zu verbrennen. Ich nehme diese Energien wie Ölblasen in Inneren des Chakras wahr. Du kannst diese zähflüssigen Energien »einsammeln«, indem du das Chakra mit

der Hand gegen den Uhrzeigersinn drehst. Schleudere diese Energien durch kräftiges Ausschütteln deiner Hand in den Boden. Die Erde führt diese Energien wieder dem Leben zu, genauso wie sie aus Blättern Kompost werden lässt.

Anrufen des Jaguars

Ich rufe den Spirit des Jaguars an, damit er mir bei der Umwandlung der schweren Energien hilft. Wenn ich den Jaguar anrufe, kann ich spüren, wie eine große Dschungelkatze, schwarz wie die Nacht, den Raum betritt und die freigesetzten schädlichen Energien verschlingt. Der Jaguar ist der große Umwandler, der den Tod wieder ins Leben zurücktransformiert. Auf dieser Stufe hat der Klient intensive körperliche Empfindungen, da sich die Energie schnell durch seinen Körper bewegt. Einige Klienten berichten von Blitzen, die ihre Wirbelsäule hoch und hinunter schießen. Nach und nach beruhigt sich der Atem des Klienten und signalisiert dadurch, dass die Ausscheidungsphase abgeschlossen ist.

Durchführen einer Illumination, um den Abdruck zu beseitigen

Nun führt der Heiler oder die Heilerin die Illumination durch. Ich schätze diese Stufe des Prozesses, weil mein Klient einen Zustand natürlicher Auflösung erreicht hat, der sich oft in einer deutlich spürbaren Veränderung der Energie ausdrückt. Die Intensität lässt nach, und ein Gefühl des Friedens breitet sich aus. Leg deine Hand über das offene Chakra, um zu prüfen, ob es sich sanft und gleichmäßig dreht. Reich dann mit der rechten Hand über deinen Kopf und sammle die Energie deines achten Chakras ein und führe sie hinunter in das offene Chakra des Klienten. Ich visualisiere an dieser Stelle eine strahlende Sonne über meinem Kopf und beobachte, wie meine Hand die Sonnenstrahlen einfängt und ihr goldenes Licht auf das Chakra des

Klienten fließen lässt. Ich wiederhole diese Stufe dreimal. Die Illumination überschreibt den Abdruck mit purem Licht.

Das Chakra ins Gleichgewicht bringen und das Leuchtende Energiefeld schließen

Leg deine Hände nach der Illumination erneut auf das Hinterhauptbein des Klienten und drücke die Vertiefungspunkte für ein paar Minuten. Dies hilft dem Klienten, sich zu entspannen, während der leuchtende Körper eine neue, geheilte Gestalt annimmt. Der Klient mag dabei körperliche Zuckungen und geringe Energieentladungen empfinden. Bring nun das Chakra ins Gleichgewicht, indem du es drei- bis viermal im Uhrzeigersinn drehst. Schließ als Nächstes dein Leuchtendes Energiefeld, indem du es in seinen ursprünglichen Zustand als leuchtende Kugel über deinem Kopf zurückführst.

Das erweiterte Leuchtende Energiefeld ist die Brennkammer, in der die schweren Energien vernichtet werden. Wenn du dein Feld schließt, löschst du dieses Feuer und führst es in das achte Chakra zurück, wo es wieder zu purem Licht wird. Ich habe erlebt, dass Heiler nicht darauf geachtet haben, ihr eigenes Feld nach einer Illumination wieder zu schließen, sodass sie die schädlichen Energien von ihren Klienten aufgenommen haben und selber krank geworden sind.

Abschließendes Gespräch mit dem Klienten

Bitte deinen Klienten, sich aufzusetzen, wenn er so weit ist, und frage ihn, ob er seine Erfahrungen mitteilen möchte. Jeder erlebt den Illuminationsprozess auf seine individuelle Art. Einige Klienten berichten fast ausschließlich von körperlichen Empfindungen, wie Zuckungen oder Energieströmen in den Beinen bis hin zum Kribbeln der Extremitäten. Andere haben visuelle Wahrnehmungen, die spontan während des Prozesses

auftauchen. Wieder andere berichten bloß von einem tiefen Entspannungszustand oder dem Gefühl, eingeschlafen zu sein.

Der Illuminationsprozess heilt sowohl physische als auch psychologische Zustände. Wenn die schädlichen Energien um einen Abdruck beseitigt sind, wird die Reaktion des Immunsystems nicht länger unterdrückt, wodurch sich die körperliche Heilung beschleunigt. Unheilvollen psychologischen Zuständen wird der Boden entzogen, wenn die zu Grunde liegenden Abdrücke nicht mehr wirksam sind. Oftmals geschieht die Heilung dann spontan.

Schließen der Richtungen

Wenn wir einen heiligen Raum öffnen, schaffen wir einen Mikrokosmos, der sich über die sichtbare und die unsichtbare Welt spannt. Die Kräfte, welche die Spiralarme der Galaxien hervorbringen, sind in diesem Raum anwesend. Wenn wir den heiligen Raum schließen, geben wir diesen Naturkräften und den archetypischen Krafttieren die Möglichkeit, in ihren undifferenzierten Zustand zurückzukehren. Du schließt den heiligen Raum dadurch, dass du dich wieder an die vier Himmelsrichtungen wendest. Du beginnst mit dem Süden und gehst dann im Uhrzeigersinn weiter, wobei du dich bei jedem Tier-Archetypen dafür bedankst, dass er bei dir war und dir geholfen hat. Mach das Gleiche mit Himmel und Erde. Du kannst dabei Duftwasser verspritzen oder Salbeirauch in die entsprechende Richtung blasen. Wenn ein Schamane das Gefühl hat, dass eins der archetypischen Tiere den Klienten nach Hause begleiten sollte, lässt er die Richtung dieses Tiers offen und bittet den Archetyp, den Klienten zu beschützen und zu heilen.

8

Der Extraktionsprozess

Er sackte einfach in sich zusammen und fiel nach vorn auf seine Sachen, die er zum Heilen benötigte. Ich war damit beschäftigt, anderen Mitgliedern unserer Gruppe zu helfen. Die Teilnehmer begannen ihre Visionssuche in der Einweihungshöhle Amaru Machay, die mit Schnitzereien von Schlangen und Jaguaren ausgeschmückt war. Es war elf Uhr abends, als ich Eduardo kraftlos rufen hörte. Ich ging zu ihm hin und sah, dass er Schaum vorm Mund hatte. Ich dachte, er hätte einen Anfall.

»Sie haben mich erwischt, *compadre«,* flüsterte er und rang nach Luft. Obwohl der Abend ziemlich frisch war, schwitzte er am ganzen Körper. Er meinte, er sei mitten in der Zeremonie von schwarzer Magie getroffen worden. Mir standen die Nackenhaare hoch. Eduardo ist ein berühmter Schamane von der peruanischen Nordküste. Ich kenne ihn schon seit Jahren und weiß, dass er über enorme Kräfte verfügt. Wie konnte es geschehen, dass so ein Mann zum Opfer von schwarzer Magie wurde? Ich kann mir vorstellen, dass viele Menschen neidisch auf ihn sind, weil er in den peruanischen Medien große Aufmerksamkeit genießt. Selbst der Präsident des Landes hat ihn aufgesucht.

»Ich bin erdolcht worden«, sagte er. Jemand habe einen Dolch in seine Schulter gestochen und beinah sein Herz getroffen. Ich konnte nichts erkennen. Ich ergriff eine Flasche mit Blumenessenzen von seinem Altar, nahm einen Schluck und berührte mit meinen Lippen seine Schulter. In meinem Mund schmeckte es nach Metall. Ich begann, den Gegenstand herauszusaugen, und spürte, wie mir dabei übel wurde. Plötzlich löste sich ein messerartiges Objekt und schoss in meinen Mund. Ich fühlte, wie es durch meine Luftröhre wanderte und in meinem Magen landete, worauf ich mich sofort übergeben musste. Ich würgte heftig und lange, bis mein Magen völlig leer war.

Eduardo setzte sich auf und gewann langsam seine Haltung zu-

rück. »Danke, *compadre*«, sagte er, »du hast mir das Leben gerettet.«

Das war vor zwei Tagen, und ich fühle immer noch den stechenden Schmerz im Magen. Das war das letzte Mal, dass ich eine Saugextraktion gemacht habe.

Tagebucheintrag

So etwas kann nur in Brasilien geschehen, in der bunten Mischung von Menschen indianischer, europäischer und afrikanischer Abstammung. In einem benachbarten Hotel fand eine internationale Geschäftskonferenz statt. Abends am Meer hatte ich den Eindruck, als habe sich die Evolution zweigeteilt. Auf der einen Seite waren die Brasilianer, deren wohlgeformte Körper nur so über den Strand von Ipanema dahinflogen. Auf der anderen waren die blassen, übergewichtigen Konferenzteilnehmer, die dort wie gestrandete Walrosse lagen und einen exotischen Drink mit kleinen Schirmen im Glas in der Hand hielten.

In Brasilien kannst du alles sein, was du willst – sogar ein ausgebildeter Arzt, der in die afro-brasilianischen Traditionen eingeweiht ist. Gestern besuchte ich diesen Arzt zusammen mit meiner Gruppe. Als Unterstützung im Heilungsprozess standen ihm mehrere hoch qualifizierte Medien zur Verfügung, die Personen aus der Vergangenheit eines Klienten verkörpern konnten. Nur wenige Minuten nachdem sich Esther, eine der Frauen in meiner Gruppe, hingelegt hatte, fing eines der Medien an zu jammern und zu schluchzen und meinte in der Stimme eines kleinen Mädchens: »Fass mich nicht an! Bitte fass mich nicht mehr an!«

Esthers Schwester, die auch zur Gruppe gehörte, schaute mich verwirrt an. Dann ging ein anderes Medium in Trance und sagte, es sei Esthers verstorbener Bruder. Dieser Bruder wandte sich Esther zu und meinte, er könne erst dann Frieden finden, wenn sie ihm verziehen hätte. Er fing an, sich dafür zu entschuldigen, dass er sie verletzt und missbraucht hatte, als sie noch klein war. Ich fragte Esthers Schwester nach dem Sinn des Ganzen. Sie war ebenfalls verwirrt und meinte, dass ihr gemeinsamer Bruder, der vor einem Jahr gestorben war, Esther wiederholt belästigt hatte, als sie noch jung war.

Esther setzte sich auf und tröstete das Medium, das wie ein Kind weinte, während sie dabei mit ihrem toten Bruder sprach. Der Bruder

sagte, wie sehr er darunter litt, dass er sie verletzt habe, und wie Leid es ihm tat. Sie unterhielten sich auf diese Weise fast 20 Minuten miteinander. Zum Schluss sagte Esther zu ihrem Bruder: »Du kannst jetzt in Frieden gehen. Ich liebe dich und vergebe dir.« Kaum hatte sie diese Worte gesprochen, erwachten die beiden Medien aus ihrer Trance und setzten sich auf, als wäre nichts geschehen. Sie hatten keine Erinnerung an das, was passiert war. Das eine Medium hatte den Spirit von Esther als kleines Kind verkörpert und das andere den ihres toten Bruders, der sich seit seinem Tod in Esthers Nähe aufgehalten hatte, weil er hoffte, sie würde ihm vergeben. So etwas geschieht nur in Brasilien.

Tagebucheintrag

Das Sprichwort, das besagt, dass niemand eine Insel sei, ist zutreffend. Als Teil eines größeren Weltkörpers sind wir alle miteinander verbunden. Wir wissen, dass die elektromagnetische Komponente des Leuchtenden Energiefelds sich vom Körper mit Lichtgeschwindigkeit fortbewegt. Das eigene Energiefeld überlappt sich mit den Energiefeldern aller anderen Menschen.

Stell dir vor, du wirfst einen Stein in ein ruhiges Wasser und beobachtest, wie sich die Wellen vom Mittelpunkt ausbreiten. Jetzt stell dir vor, dass du noch einen Stein ins Wasser wirfst. Die Wellen von beiden Steinen überlappen sich und gehen durcheinander hindurch. Sie erzeugen dadurch das gleiche Interferenzmuster im Wasser, das unsere Energiefelder im Raum herstellen. Energetisch sind wir zu jeder Zeit miteinander verbunden.

Das Extrahieren von kristallisierten Energien

Durch den Illuminationsprozess werden fast alle schädlichen Energien im Leuchtenden Energiefeld verbrannt. Es gibt aber

auch schwere Energien, die durch den Illuminationsprozess nicht vernichtet werden, sondern kristallisieren und zu fast materiellen Objekten werden. Sie sind vergleichbar mit versteinertem Holz, das nicht mehr brennt. Die kristallisierten Energien setzen sich im physischen Körper fest und nehmen dort die Gestalt von Dolchen, Pfeilen, Speeren und Schwertern an. Die Schamanen des Amazonasgebiets glauben, dass kristallisierte Energien durch schwarze Magie oder Zauberei zu Stande kommen. Ich habe festgestellt, dass diese Energien durch die Wut, den Neid oder den Hass entstehen können, die andere Menschen auf uns richten. Manchmal handelt es sich auch um energetische Rückstände – Erinnerungen an Verletzungen und Tode aus einem früheren Leben.

Die Menschen, die uns am nächsten sind, wie Familie, Freunde und Mitarbeiter, können uns die größte Freude bereiten, aber auch den größten Schmerz zufügen. Ihr direkter Zugang zu unserer intimsten Privatsphäre macht uns besonders verwundbar für ihren Betrug, ihre Wut oder ihre Eifersucht. Ein negativer Gedanke von einem Menschen, der uns nahe steht, kann unseren leuchtenden Körper wie ein Dolch durchbohren. Wenn diese Energien in uns eindringen, schwirren sie anfangs im Leuchtenden Energiefeld umher. Unser System erkennt die Feindseligkeit dieser Energien und macht sie in ähnlicher Weise unschädlich, wie das Immunsystem fremde Bakterien vernichtet. Wenn wir jedoch kontinuierlich unter negativen Einflüssen stehen, wird unser leuchtender Körper irgendwann nicht mehr mit ihnen fertig. Eine auf uns gerichtete negative Energie kann sich dann kristallisieren und im physischen Körper einnisten. Dies geschieht in einem Zeitraum von Wochen oder Monaten. Diese Energien gehören nicht zu uns, und weil sie schon fast feste Form angenommen haben, müssen sie manuell entfernt werden. Die Extraktion sollte nach einer

Illumination vorgenommen werden, die das Leuchtende Energiefeld des Klienten gereinigt hat.

Eine Version des Extraktionsprozesses stammt von einer Schamanin aus dem Quellgebiet des Amazonas. Ihr Klient war ein einflussreicher Ladenbesitzer aus der Stadt, der drei Tage lang im Dschungel unterwegs war, um die Heilerin zu treffen. Er klagte, dass er sich in den letzten Monaten lethargisch fühle und unter Verdauungsproblemen und Appetitlosigkeit leide. Obendrein habe sich die Beziehung zu seiner Familie verschlechtert, und seine Frau drohte, ihn zu verlassen.

Die Schamanin bat den Ladenbesitzer, sich hinzulegen. Sie rief die vier Himmelsrichtungen an und stopfte ihre Medizinpfeife mit *buaman sayre*, einer Tabaksorte vom Oberlauf des Amazonas, die visionäre Kräfte verleiht. Sie zündete ein Streichholz an, führte es an den Pfeifenkopf, nahm einen tiefen Zug und sprach ein Gebet für Mutter Erde und danach für Vater Himmel. Sie blies den Rauch über die ausgestreckte Gestalt des Mannes, wobei sie seinen leuchtenden Körper im blauen Dunst mit Hilfe der Zweiten Wahrnehmung abtastete. Hin und wieder fuhr sie mit der Hand über seinen Körper hinweg.

Als sie fertig war, forderte sie ihn auf, sich hinzusetzen. Die Heilerin diagnostizierte seinen Zustand als einen Fall von *dano* oder schwarzer Magie aus Neid.

Als Nächstes legte die Heilerin den Kopf des Mannes in ihre Hände. Sie begann, leise zu singen und sein Leuchtendes Energiefeld zu säubern, indem sie es mit einem Fächer aus Papageienfedern glättete. Die ganze Zeit über beklagte sich der Ladenbesitzer über Schmerzen im Unterleib, worauf die Schamanin einen Speer entdeckte, der ihm in die Seite gebohrt worden war. Ein Mann, dem er geholfen hatte, betrüge ihn, sagte sie. Dieser Mann nütze seine Freundlichkeit aus und sei mit seiner Frau zusammen, während er, der Ladenbesitzer, auf Reisen sei.

Sie führte dann ihre Hand hinunter zu seinem Bauch, ergriff dort einen unsichtbaren Schaft und begann, ihn hin und her zu bewegen. Mit einer Hand stützte sie sich dabei kräftig gegen seinen Bauch, und mit der anderen versuchte sie, den unsichtbaren Speer herauszuziehen. Sie drehte und bog ihn so lange hin und her, bis sie ihn schließlich entfernt hatte. Der Mann stöhnte und meinte, es fühle sich an, als ob ein Dorn aus seinem Körper gezogen würde. Zum Schluss der Behandlung lag er erschöpft auf der Grasmatte. Die Schamanin sprach weiterhin zu ihm. Sie sagte, es sei wichtig, zu geben und großzügig zu sein, aber genauso wichtig sei es, sich nicht dumm zu verhalten. Der Speer, der in seinem Unterleib gesteckt hatte, komme von diesem anderen Mann, der eifersüchtig auf den Erfolg des Ladenbesitzers sei.

Als ich die Heilerin fragte, warum sie das Energiefeld vor der Extraktion gereinigt hatte, meinte sie, dass man den Speer erst dann entfernen könne, wenn die schweren Energien in der Umgebung des Schaftes vorher verbrannt worden seien. Obgleich diese Energien nicht so fest sind wie der Schaft, halten sie ihn doch fest, ähnlich wie ein Haufen Erde einen in den Boden gesteckten Pfahl hält. Die Medizinfrau hätte den Speer auch aus dem Körper saugen können, so wie es normalerweise im Amazonasgebiet praktiziert wird. Allerdings war eine solche Vorgehensweise in diesem Fall zu gefährlich, weil sie die Energie versehentlich hätte schlucken und so selbst hätte krank werden können. Die beiden nacheinander folgenden Schritte der Illumination und der Extraktion waren viel sicherer.

Zuerst dachte ich, dass die Schamanen vom Amazonas nur deswegen Dolche, Speere und Pfeile in den Körpern ihrer Klienten wahrnahmen, weil es sich dabei um Gegenstände ihres täglichen Gebrauchs handelte. Als ich wieder zu Hause war, erwartete ich, im Leuchtenden Energiefeld meiner Klien-

ten auf Gegenstände zu stoßen, die eine zeitgemäßere Kriegsführung symbolisierten, wie etwa Gewehre und Kugeln. Zu meiner Überraschung jedoch fand ich dieselben Symbole, von denen die Heiler des Urwalds gesprochen hatten. Ich hatte dafür lange Zeit keine Erklärung, bis ich mir schließlich klarmachte, dass das limbische System im Gehirn vor Tausenden von Jahren entstanden war, als unsere Vorfahren noch mit Pfeilen jagten und sich gegenseitig mit Messern und Speeren bedrohten. Das Repertoire an Bildern hatte sich in dieser uralten Gehirnstruktur nicht verändert.

Das limbische Gehirn nimmt das Symbol wörtlich. Wenn wir betrogen worden sind, sagen wir, dass man uns »ein Messer in den Rücken gestochen« habe, denn symbolisch gesehen ist das durchaus der Fall. Solche verräterischen Akte und die damit einhergehenden intensiven Emotionen hinterlassen Stellen im Leuchtenden Energiefeld, in denen die Energie nicht mehr fließt. Je länger es dauert, um den Betrug zu verarbeiten, desto mehr Zeit steht der Energie zur Verfügung, sich zu kristallisieren. Schließlich nimmt sie die Form eines Dolches an, der uns im Rücken steckt, denn als dieses Bild nimmt das limbische Gehirn die Energie wahr. Wenn wir an gebrochenem Herzen leiden, können diese Energien die Form eines Metallbands annehmen, das unser Herz umschließt, oder die einer Eisenfalle, die unsere Gefühle fest im Griff hat. Entsprechend erscheint sexueller Missbrauch in der Kindheit oft als ein Pfeil oder ein Speer, der in unseren Unterleib eindringt und dabei das Chakra durchbohrt, in dem Sexualität und Selbstwertgefühl ihren Ursprung haben. Einmal habe ich eine energetische Schlinge um den Hals einer Klientin gefunden, die von ihrem Mann missbraucht wurde und keine Luft mehr bekam.

Es ist wichtig, bei dieser Arbeit offen zu bleiben für das, was geschieht. Wenn ich ein dichtes zylindrischen Objekt im Kör-

per meines Klienten finde, halte ich es nicht sofort für ein Messer. Ich beobachte aufmerksam meine Empfindungen und sage mir: warm, zylindrisch, lang, fest... und so weiter. Ich komme nur dann zu dem Schluss, dass es sich tatsächlich um ein Messer handelt, wenn ich es herausgezogen habe und es wirklich einen Knauf mit einer scharfen Klinge hat. Ich empfehle meinen Studenten, nicht immer gleich das zu benennen, was sie fühlen, denn als rationaler Akt trennt uns das Benennen von der unmittelbaren Erfahrung. Ich rate ihnen auch, erst dann kristallisierte Energien zu entfernen, wenn sie den Illuminationsprozess wirklich beherrschen. Die Studenten der Healing the Light Body School lernen, ein feines kinästhetisches Gespür zu entwickeln, um kristallisierte Energien auch eindeutig ausmachen zu können. Am Anfang werden sonst die dichten Energien in der Umgebung eines Abdrucks leicht mit den eingenisteten Energien selbst verwechselt.

Kristallisierte Energien aus früheren Leben

Im Verlauf meiner Arbeit mit Heilern lernte ich, dass die kristallisierten Energien, die sich im Körper verhärtet haben, oft aus früheren Leben stammen. Sie sind schon so lange bei uns, dass sie zu einem Teil des Körpergewebes geworden sind. Während einer Extraktion beschreiben die Klienten spontan Szenen aus einer anderen Zeit – Schlachtfelder, auf denen sie sterbend liegen, oder wie ihr Haus brennt und ihre Familie abgeschlachtet wird.

Patricia war in Chicago eine erfolgreiche Anwältin, als sie zu mir kam. Sie war fast fünfzig Jahre alt und hatte niemals eine Liebesbeziehung, die länger als ein paar Monate hielt. Wegen sexueller Zwanghaftigkeit war sie sogar für längere Zeit in psychologischer Behandlung gewesen. »Ich benutze Männer wie Papiertaschentücher«, sagte Patricia zu mir bei unserem

ersten Treffen. Sie meinte, sie verliere das Interesse an einem Mann, sobald sie mit ihm im Bett gewesen war. Sie konnte keine ganze Nacht mit ihren Liebhabern verbringen, sondern schickte sie sofort nach dem Sex nach Hause. Im letzten Jahr hatte sie mit zwölf verschiedenen Männern zu tun gehabt, aber an allen hatte sie etwas zu bemäkeln und ließ daher alle der Reihe nach wieder fallen. Ihre Therapeutin habe mich ihr empfohlen, da sie mit Patricia nicht mehr weiterkam.

Während des Illuminationsprozesses ahnte ich, dass kristallisierte Energien im Spiel waren, und als ich ihr Leuchtendes Energiefeld abtastete, bemerkte ich eine Anzahl kleiner länglicher Objekte, die aus ihrem Herzen herausragten. Sie fühlten sich wie die Stacheln eines Stachelschweins an, und als ich sie näher abtastete, spürte ich, dass ihr Herz wie ein Nadelkissen war. Ich kehrte zu den Freisetzungspunkten am Hinterkopf zurück und drückte sie vorsichtig. Wenn die Freisetzungspunkte gedrückt werden, offenbaren sie die ganze Landschaft eines Chakras, mit allen Geschichten und Mitwirkenden.

Als ich meine Hände wieder über ihre Brust hielt, spürte ich erneut kalte metallene Stacheln aus ihrem Herzen hervorstechen. Wenn ich diese kristallisierten Energien berührte, aktivierte ich dadurch ihre Erinnerungen. Als ich einen dieser Stacheln zu fassen bekam, erzählte Patricia von einem jungen Mann, der noch nicht ganz 20 war und im Regenwald lebte. Er gehörte zu einer kleinen Gruppe friedlicher Eingeborener, die fischten und Früchte sammelten. Sie sah eine Hand voll Männer auf der Lichtung, auf der seine Familie sich angesiedelt hatte. Alle Hütten brannten, und der Geruch von verbranntem Fleisch drang in ihre Nase. Patricia sah nun das Geschehen aus der Perspektive des jungen Manns. Als dieser sich der Lichtung näherte, sah er, wie die Männer sich über seine jüngere Schwester hermachen wollten. Er spannte einen Pfeil auf seinen Bo-

gen und schoss ihn ab. Der Pfeil durchbohrte den Nacken von einem der Vergewaltiger. Sofort jagten die anderen Männer hinter ihm her und fingen ihn ein. Patricia beschrieb die Szene in allen Einzelheiten, so als ob ein Film in Zeitlupe vor ihren Augen ablief. Sie sah, wie der Junge von den Mördern seiner Familie vergewaltigt wurde. Hinterher wurde er an einen Baum gebunden und zurückgelassen, um zu verhungern. Patricia spürte deutlich die Wut und den Ekel des jungen Manns. Sie hatte die gleiche Wut gegenüber Männern, mit denen sie Sex hatte. Die Stacheln, die ich gesehen hatte, waren ihr Verteidigungssystem gegen jede Form von Intimität.

Während ich die spitzen Objekte entfernte, schluchzte Patricia und schlug wütend mit der Faust auf den Boden. Ich führte eine Illumination durch, um die Affinitäten zu verändern, die diese Energien angezogen hatten. Hinterher sprachen wir über die Bilder, die in Patricia während der Heilung aufgetaucht waren. Sie fühlte, dass sie dieser junge Mann gewesen ist und dass diese schreckliche Erfahrung bei ihr zu einem Ekel gegenüber allen Männern geführt hatte. Es lässt sich nicht mit abschließender Sicherheit sagen, ob die Bilder des von mehreren Männern vergewaltigten Jungen wirklich aus einem früheren Leben von Patricia stammten. Ob es sich dabei um eine frühere Inkarnation oder um eine Metapher für ihr gegenwärtiges Leben handelt, ist dabei nicht entscheidend. Auf jeden Fall lebte diese Geschichte in ihr und prägte ihr Leben. Es gibt Dutzende von psychologischen Erklärungen für die Herkunft der Bilder, die Patricia gesehen hatte. Diese Interpretationsmöglichkeiten schmälern jedoch nicht das konkrete positive Ergebnis ihrer Heilung. Ihre Promiskuität hörte auf, und schon bald traf sie sich regelmäßig mit einem Mann. Ihre Therapeutin rief mich Monate später an und erzählte, dass Patricia große Fortschritt mache, sich immer mehr auf eine wirkliche Intimität einzulassen.

Eines meiner Lieblingsbeispiele über die Wirkung des Extraktionsprozesses stammt von mir selbst. Ich spielte mit meinem neunjährigen Sohn am Strand und hatte ihn gerade auf meine Schulter genommen, als eine Welle uns beide umwarf. Er landete dabei so unglücklich auf meinem ausgestreckten Arm, dass ich mir die Rotatorenmanschette in der rechten Schulter verletzte. Die Schmerzen waren so stark, dass ich meinen rechten Arm nicht mehr über meinen Kopf halten konnte. Sechs Monate Physiotherapie brachten keinen Erfolg, und mein Arzt meinte, ich sollte einen operativen Eingriff in Erwägung ziehen.

Als ich den Extraktionsprozess als Teil der Ausbildung an unserer Healing the Light Body School durchführte, kam mir die Idee, dass diese Methode vielleicht meiner Schulter helfen könnte. Ich bat daraufhin einen erfahrenen Mitarbeiter, Dr. Richard Jones, meine Schulter nach kristallisierten Energien abzusuchen. Richard untersuchte mein Leuchtendes Energiefeld und fand tatsächlich einen Gegenstand, der aus meiner Achselhöhle hervorstand. Er beschrieb ihn als ein Stück Metall, das ungefähr zehn Zentimeter aus meiner Haut herausragte. Nachdem er mich in sein Leuchtendes Energiefeld eingeschlossen hatte, führte er eine Illumination durch. Mitten in der Illumination sollte ich mich aufsetzen, während er sich weiterhin bemühte, das Stück Metall zu entfernen. Als er den Gegenstand bewegte, spürte ich einen stechenden Schmerz, der sich von einer Seite des Nackens bis in die Fingerspitzen ausbreitete. Es fühlte sich an, als ob jemand mit einem Messer in meinem Schulterblatt bohrte. Richard brauchte fast fünf Minuten, um das eingelagerte Objekt herauszuziehen, und ich folgte dabei dem Verlauf des Schmerzes in meiner Schulter. Der extrahierte Gegenstand hatte die Form eines Dolchs mit einem dreieckigen Griff.

Meine Rotatorenmanschette heilte innerhalb eines Monats, und ich erlangte wieder die volle Beweglichkeit in meinem Arm. Während des Extraktionsprozesses kamen keine Bilder hoch, und ich erhielt auch keine anderen Hinweise auf den Ursprung dieser Energie. Richard glaubte, dass es sich um eine uralte Verletzung handelte, die mit irgendeinem schmerzlichen Verlust verknüpft war, aber Näheres konnte er auch nicht sagen. Ich war überzeugt davon, dass es ein energetisches Überbleibsel von der Extraktion war, die ich vor Jahren mit Don Eduardo durchgeführt hatte, wo ich ihm einen Dolch aus dem Körper gesaugt hatte. Richard empfahl mir jedoch, offen für eine andere Erklärung zu bleiben, die vielleicht erst noch kommen würde. Ich sah mir das Verlust-Thema in meinem Leben an, konnte es aber mit keinem gegenwärtigen oder vergangenen Trauma in Verbindung bringen. Es geschieht relativ oft, dass ein Klient während des Extraktionsprozesses keine Bilder wahrnimmt und sich an nichts erinnert und erst Wochen später Bilder im Traum oder spontan am Tag auftauchen. Ich grübelte weiter über das Thema Verlust. Obwohl Richard von Haus aus Psychologe ist, bedrängte er mich nicht, eine schnelle Interpretation für meine Erfahrungen zu finden oder vorschnell ein Trauma aus einem früheren Leben als Erklärung heranzuziehen. Im Laufe der Zeit offenbarte sich mir die Geschichte im Traum. Ich ritt auf einem Pferd durch einen dunklen Wald. Je länger ich ritt, desto dunkler wurde meine Umgebung- Der Weg wurde immer schmaler, bis schließlich Äste und Zweige ein weiteres Fortkommen unmöglich machten. Es gab keinen Platz mehr, um das Pferd zu wenden, und weiter in den Wald eindringen konnte ich auch nicht. Da erschien eine große Frau in einem blauen Gewand. Sie nahm die Zügel in die Hand und sagte, ich solle zu Fuß nach Hause zurückkehren. Als ich versuchte vom Pferd zu steigen, bemerkte ich, dass ich meinen

rechten Arm nicht mehr bewegen konnte. Sie musste mir beim Absteigen helfen und mich aus dem Wald herausführen, während ich mich auf sie stützte. Als ich aufwachte, verstand ich die Botschaft des Traums. Ich musste das fehlende Element des Weiblichen in mein Leben integrieren. Ich konnte mich nicht nur auf meinen rechten Arm, die männliche Seite, verlassen, um mich sicher nach Hause zu bringen. Als ich Richard von diesem Traum erzählte, meinte er, dass sich meine Interpretation richtig anfühle, und versuchte nicht, seine Analyse über mich zu stülpen. In unserer Arbeit entdeckt der Klient die Geschichten selbst, die zu seiner Heilung führen.

Das Extrahieren verhärteter Energien

Die nachfolgende Technik wird benutzt, um Energien herauszuziehen, die sich im physischen Körper kristallisiert haben. Der Extraktionsprozess besteht aus mehreren Schritten. Zuerst wird das Leuchtende Energiefeld des Klienten abgesucht und dann die kristallisierte Energie identifiziert und entfernt. Führe den Extraktionsprozess immer während einer Illumination durch. Wenn die kristallisierte Energie sich nicht in der äußersten Schicht des Leuchtenden Energiefelds befindet, ist sie schwer wahrzunehmen. Im Laufe einer Illumination offenbart sich die ganze Landschaft eines Chakras, und die kristallisierten Energien können in jeder Schicht des Leuchtenden Energiefelds leicht erkannt werden. Zusätzlich verbrennen im Illuminationsprozess die Energien, die sich um eine Kristallisation angesammelt haben und sie im Körper fest halten. Die Illumination entspricht dem Säubern einer Wunde, bevor man die Glassplitter aus der Haut zieht.

Negative Energien werden von uns angezogen, weil wir für sie empfänglich sind. So wie das Gehirn Rezeptoren für be-

stimmte Chemikalien hat, sind wir aufnahmefähig für bestimmte Energieformen. Wir ziehen diese Energien auf ähnliche Weise an, wie wir bestimmte Personen anziehen. Jede Energieform hat eine Frequenz und eine Schwingung. Wut zum Beispiel kann nur dann in unser Leuchtendes Energiefeld gelangen, wenn in uns die Schwingung für Wut existiert, und Hass kann uns nur beeinflussen, wenn der Selbsthass schon gegenwärtig ist. Wenn negative Energie auf dich gerichtet ist – die zum Beispiel durch eine Scheidung, eine bittere Fehde oder eine große Enttäuschung entsteht –, kann es zu einer Aufnahmebereitschaft kommen. Es reicht daher nicht, nur die Energien herauszuholen, die sich im Klienten festgesetzt haben. Erst wenn der Klient vom Selbsthass und von der Wut geheilt wird, hört er auf, die entsprechenden Energien weiterhin anzuziehen. Der Illuminationsprozess heilt die Aufnahmebereitschaft für diese Energien, indem die Chakras gesäubert und ihre Frequenzen erhöht werden. Wenn die Schwingungsrate eines Chakras steigt, beginnen wir reine und wohl tuende Energien anzuziehen.

Der Heiler oder die Heilerin führt den Extraktions-Prozess durch, wenn die Illumination beendet, das Chakra aber noch offen ist. Er umfasst fünf Schritte und dauert insgesamt etwa 20 Minuten.

1. Abtasten des Leuchtenden Energiefelds
2. Herausziehen der schweren Energien
3. Drücken der Freisetzungspunkte
4. Entfernen des Objekts
5. Illumination des Chakras

Abtasten des Leuchtenden Energiefelds

Beweg deine Hand langsam ein paar Zentimeter über dem Körper des Klienten hin und her, so als ob du sein Energiefeld streichelst, und achte darauf, welche Stellen sich heiß oder kalt anfühlen. Temperaturschwankungen weisen oft auf die Gegenwart kristallisierter Energien hin. Wenn du eine Unebenheit wahrnimmst, umschließe sie mit der Hand und versuche, dir einen näheren Eindruck zu verschaffen. Fühlt es sich wie Metall oder wie Holz oder wie ein Stein an? Versuch das, was du fühlst, nicht zu benennen, sondern bleib ganz und gar auf deine Empfindungen konzentriert.

Herausziehen der schweren Energien

Zieh jetzt die schweren Energien, die das Objekt umgeben, heraus, indem du sie mit den Fingerspitzen einsammelst und dann kräftig zur Erde hin ausschüttelst. Mit dieser Vorgehensweise fängst du an, das eingeschlossene Objekt herauszulösen.

Drücken der Freisetzungspunkte

Drücke als nächstes die Befreiungspunkte am Hinterkopf, um die Ausscheidung schädlicher Energierückstände im Chakra anzuregen. Es muss dabei nicht notwendigerweise eine direkte Verbindung zwischen dem Sitz der kristallisierten Energie und dem benachbarten Chakra geben. So kann zum Beispiel ein Energieeinschluss in den Füßen mit dem Herz-Chakra verknüpft sein.

Entfernen des Objekts

Zieh das Objekt heraus, indem du an ihm wackelst und es hin und her drehst, um es aus seiner Verankerung zu lösen. Bitte den Klienten, seine Aufmerksamkeit auf die betreffende Stelle

zu richten und deine Handlungen zu spüren. Frag ihn: »Bin ich zu schnell? Oder zu langsam? Tut es weh?« Du kannst den Klienten auch nach den Bildern fragen, die vielleicht in ihm auftauchen.

Illumination des Chakras

Illuminiere das Chakra, indem du es in strahlendem Licht badest. Du erhöhst damit seine Schwingungsrate und veränderst dadurch die Aufnahmebereitschaft für bestimmte Energien. Schließ hinterher das Chakra und sprich mit dem Klienten darüber, wie es ihm ergangen ist.

Es ist wichtig, dass du den leuchtenden Körper während des Extraktionsprozesses mit den Händen erspürst. Ich bin in erster Linie eine visuelle Person und kann kristallisierte Energien sehen, aber dennoch taste ich das Leuchtende Energiefeld eines Klienten zusätzlich mit den Händen ab. Stell dir vor, dein Tastsinn verfeinert sich so, dass du den Energiefluss im leuchtenden Körper spüren kannst. Denk daran, dass die Haut unser größtes Wahrnehmungsorgan ist. Indem meine Studenten ihre allgemeinen Fähigkeiten entwickeln, steigt auch die Empfindsamkeit ihres Tastsinns. Viele, die von sich behaupten, keine Energien sehen zu können, entwickeln häufig ein feines taktiles Gespür. Berührung unterliegt keiner Zensur. Was wir fühlen, hat unmittelbar mit uns zu tun. Von daher ist das Gefühl in unseren Händen sehr gut dafür geeignet, kristallisierte Energien exakt aufzuspüren.

Eindringende Wesen und Energien

Im Gegensatz zu kristallisierten Energien, die sich im Körper einnisten, besetzen eingedrungene Wesen das zentrale Nervensystem. Da eingedrungene Wesen flüssig sind und sich im

Körper bewegen, kann auf sie nicht die gleiche Technik angewendet werden wie auf kristallisierte Energien. Es wäre sonst, als versuchte man, fließendes Wasser mit den bloßen Händen aufzuhalten – man bekommt es auf diese Weise einfach nicht zu fassen. Viele psychologische und physische Probleme werden durch eingedrungene Wesen verursacht oder verstärkt. Häufig produzieren sie Ängstlichkeit, Depression, Abhängigkeiten, Stimmungsumschwünge und noch viele andere Symptome. Ein offensichtliches Zeichen dafür, dass eine fremde Energie eingedrungen ist, ist dann gegeben, wenn ein Klient mehrere psychologische Symptome aufweist, zwischen denen er hin und her springt und die sich den gängigen diagnostischen Kategorien entziehen. Wenn das eingedrungene Wesen wieder freigesetzt ist, hat der Klient nicht mehr so große Schwierigkeiten, sein Verhalten zu ändern, und erlebt sogar oft eine spontane Heilung.

Eindringende Wesen sind entkörperte Spirits, die zwischen dieser Welt und der nächsten festsitzen. Manchmal kann es sich bei einem eingedrungenen Wesen auch um ein Selbst aus einem unserer vorangegangenen Leben handeln, das aus unserem Unbewussten geweckt wurde und wieder leben will und sich daher mit dem gegenwärtigen Selbst um den Zugang zum zentralen Nervensystem streitet. Eingedrungene Wesen heften sich an ein Chakra und verbinden sich dadurch mit dem zentralen Nervensystem, wo sie eine parasitäre Beziehung zum Wirt herstellen. Es handelt sich bei ihnen um die Energie saugenden »Geister« der Spirit-Welt.

Auch eingedrungene Energien sind flüssig und strömen durch das Leuchtende Energiefeld wie eine dunkle Welle. Sie fließen von einem Chakra zum anderen und erkunden unser Nervensystem. Ansonsten sind sie von einem bestimmten Chakra abhängig, durch das sie sich ernähren. Oftmals ist eine

eingedrungene Energie so machtvoll, dass sie eine eigene Persönlichkeit zu haben scheint, und daher nehmen wir an, es handele sich um ein Wesen. Ein andermal ist das Wesen so schwach, dass man es nur für eine eingedrungene Energie hält. Wenn Personen, die spirituell offen sind, ins Ungleichgewicht geraten, sind sie eine leichte Beute für parasitäre Wesen. Solche körperlosen Wesen werden von spirituell unbedachten Menschen angezogen wie Motten vom Licht. Keine Gesprächstherapie, und dauerte sie auch noch so lange, kann auf diesen Zustand einwirken. Nachdem diese Wesen entfernt sind, tritt die Heilung in der Regel wesentlich schneller ein.

Jede Energie verfügt über Bewusstsein, sei es auch noch so rudimentär und primitiv, sodass es den Anschein haben kann, als hätte eine eingedrungene Energie eine menschenähnliche Persönlichkeit. Wenn ein Heiler mit ihr Kontakt aufnimmt, kann er die Wut, den Hass oder den Neid einer Person spüren, die ihre Gedanken gegen seinen Klienten gerichtet hat. Manchmal gelingt mir eine Unterscheidung der Personen erst dann, wenn ich die Energie im Feuer befreie, in dem alle Extraktionskristalle gereinigt werden. Eine eingedrungene Energie löst sich in der Natur auf, da sie über kein Leuchtendes Energiefeld verfügt, das sie umhüllt. Sie wird wieder von den Bäumen und den Steinen aufgenommen und kehrt in den Schoß der Erde zurück. Ein eingedrungenes Wesen wird von leuchtenden Heilern in die Spirit-Welt begleitet. Diese leuchtenden Wesen helfen der verwirrten Seele, wieder Bewusstsein zu erlangen und ins Licht zu gehen.

Eindringende Wesen sind verbreiteter, als wir gemeinhin annehmen. Sie treten in zwei verschiedenen Typen auf, und zwar entweder als ein früheres Selbst (in Form eines früheren Lebens, das aus dem Unbewussten erwacht ist) oder als ein körperloses Wesen, das in unser Leuchtendes Energiefeld einge-

drungen ist. Ein eingedrungenes Wesen kann ein verstorbener Verwandter, aber auch ein Freund sein, der gekommen ist, um uns zu helfen. Wenn jemand plötzlich stirbt, sei es durch einen Unfall oder unter der Narkose im Krankenhaus, kann er sich zwischen dieser Welt und der nächsten verirren. Er befindet sich dann in einem Albtraum, aus dem er nicht erwachen kann. Er ist sich nicht bewusst, dass er tot ist, und kommt zu uns, damit wir ihn aufnehmen. Wir bringen ihn in die Sicherheit unseres leuchtenden Körpers, genauso wie wir ihn in unser Haus lassen würden, wenn er verletzt wäre und Hilfe brauchte. Seine Energien vermischen sich mit unseren und haben eine verheerende Wirkung auf unser Leuchtendes Energiefeld. Die Person, die gestorben ist, mag dabei keine böse Absicht verfolgen, aber das Anhängen an einen lebenden Menschen stellt an sich eine große Verletzung dar. Manchmal entwickeln wir die gleichen physischen und emotionalen Symptome wie die Person, die gestorben ist. Wenn ich ein eingedrungenes Wesen aus dem Leuchtenden Energiefeld entferne, verschwinden die physischen und psychologischen Symptome in den meisten Fällen schlagartig.

Einer von vier Menschen, die mich aufsuchen, hat mit eingedrungenen Energien oder Wesen zu tun. Manchmal handelt es sich dabei um Spirits, die meinen Klienten ausdrücklich Schaden zufügen wollen, vielleicht weil sie von ihnen zu einer anderen Zeit an einem anderen Ort schlecht behandelt wurden. Eingedrungene Wesen ernähren sich von der Energie der Chakras und des zentralen Nervensystems. Sie verbinden sich durch eines der Chakras mit dem Rückenmark und sind in der Lage, die Gedanken und Gefühle ihres Wirtes mitzuerleben. Es ist für das Leuchtende Energiefeld nicht leicht, die fremden Energien loszuwerden. Der leuchtende Körper verfügt über keine Öffnungen wie der physische Körper, der die Elemente

durch Blase und Darm, Schwitzen und Atmen ausscheiden kann. Wenn fremde Energien in das zentrale Nervensystem eingedrungen sind, müssen sie mit Hilfe eines Kristalls entfernt werden.

Extraktionskristalle

Kristalle haben die stabilste Struktur in der Natur. Als Energieumwandler können sie eine Art von Energie leicht in eine andere verwandeln. Aus diesem Grund werden sie auch in elektronischen Chips im Computer verwendet. Reiner Quarz eignet sich sehr gut, um eingedrungene Wesen und Energien zu entfernen. Da Quarz ein stabiles Element ist, zieht es Energie auf natürliche Weise an. Ein fehlerloses Stück Quarz mit zwei Spitzen und einer Länge von zehn bis zwölf Zentimetern ist eins der wertvollsten Instrumente im Medizinkoffer eines Heilers. Solche Kristalle werden mit der Hand aus einem möglichst fehlerlosen, reinen Quarz herausgeschnitten und sind sehr teuer. Ich empfehle meinen Studenten, sich den besten Kristall zuzulegen, den sie sich leisten können. Ein Extraktionskristall muss durchsichtig sein und darf keine Risse in der Oberfläche haben. Wenn der Kristall Risse hat, kann durch sie Energie austreten und den Heiler verunreinigen. Wenn der Kristall milchig ist oder Einschlüsse hat oder in sich gebrochen ist, erleidet das eingedrungene Wesen große Schmerzen, wenn es sich im Kristall befindet. Denk daran, dass das Wesen, das du entfernst, ein verstorbener Familienangehöriger oder eine frühere Inkarnation deines Klienten sein kann. Ich möchte den eingedrungenen Wesen oder Energien ebenso wenig unnötige Schmerzen zufügen wie meinen Klienten. Als Heiler ist es meine Aufgabe zu heilen, unabhängig davon, auf welcher Seite der Spirit-Welt sich mein Klient befindet. Das vorübergehende Zuhause im Kristall sollte bequem und geschützt sein, denn

sonst weigern sich diese Wesen oder Energien, extrahiert zu werden.

Nachdem ich ein eingedrungenes Wesen entfernt habe, helfe ich meinem Klienten, seine Affinität zu löschen – wie schon in Bezug auf die kristallisierten Energien geschehen, sodass er dieses (oder ein ähnliches) Wesen nicht noch einmal anzieht. Die Veränderung der Affinität geschieht erneut durch den Illuminationsprozess. In diesem Fall muss der Heiler das störende Wesen nicht nur herausziehen, sondern gleichzeitig auch heilen. Wir können der verlorenen Seele helfen, aus dem Albtraum zu erwachen, in dem sie gefangen ist, und zum Licht und zur Liebe der Spirit-Welt zurückzukehren.

Ärzte der Brazil's Spiritist Medical Association haben herausgefunden, dass fast die Hälfte aller Krankheiten ihrer Patienten durch eingedrungene Wesen oder Energien verursacht werden. Sechs Monate nach dem Tod meiner Großmutter väterlicherseits erhielt ich die Erlaubnis, die Arbeit dieser Ärzte zu erforschen, die sich jeden Freitagabend in Sao Paulo versammelten, um in spirituellen Sitzungen zu heilen. Sie saßen im Kreis um das Medium – eine attraktive, dunkelhäutige Frau Anfang 30 –, die die Spirits von frisch verstorbenen Patienten verkörperte, sodass diese für kurze Zeit Bewusstsein erlangten, damit sie von den Lebenden geheilt werden konnten. Meine Großmutter und ich standen uns sehr nahe. Ich verbrachte in meiner Kindheit mehr Zeit mit ihr als mit meiner Mutter. Seit ihrem Tod war ich deprimiert und stellte mir vor, wie wunderbar es wäre, wenn sie diese Art der Behandlung empfangen könnte. Nach zwei langen Stunden, in denen wir uns um die Spirits der Verstorbenen gekümmert hatten, wurde das Vaterunser gesprochen, um den Heilkreis zu schließen. Plötzlich jedoch zuckte das Medium zusammen und fiel erneut in Trance. Sie fing an Spanisch zu sprechen und nicht das in Brasilien

übliche Portugiesisch. Der leitende Heiler nahm die Sitzung wieder auf, denn niemand wollte den Spirit weiter leiden lassen.

»Wo bin ich? Gott helfe mir«, sagte eine schwache, zitternde Stimme.

Das Medium verkörperte den Spirit einer älteren Frau, die orientierungslos war und Schmerzen hatte und meinte, ihre Lippen seien trocken und aufgerissen vom vielen Atmen durch ein Atmungsgerät. Sie wünschte sich, sterben zu dürfen. Einer der Ärzte aus dem Kreis erklärte ihr daraufhin, dass sie bereits gestorben sei. Er sagte, sie befände sich zurzeit im Körper eines Mediums, und forderte sie auf, den Körper des Mediums wahrzunehmen.

Als ihre Hände am Kleid hinunterstrichen, fragte der Heiler: »Sind das deine Hände und deine Brüste?«

»Nein, sie fühlen sich jung an.«

Der Spirit erkannte nicht, dass er tot war. Die Frau lag noch in ihrem Krankenzimmer und wurde künstlich beatmet und ernährt. Sie war hierher gebracht worden, um aus dem Zustand erlöst zu werden, in dem sie weder die Freude des Lebens noch den Frieden des Todes erleben konnte. Je länger ich zuhörte, desto deutlicher spürte ich, wie sehr der Spirit unter seiner jetzigen Situation litt.

In diesem Augenblick schaute mich das Medium an und rang nach Luft: »Alber, bist du es, mein Kleiner? Hilf mir, bitte hilf mir.«

Ich war wie benommen, als ich dies hörte, denn nur meine Großmutter hatte mich mit diesem Namen gerufen. Der Heiler bat daraufhin die Frau, all die anderen Spirits wahrzunehmen, die da waren, um ihr zu helfen. Sie begann nach ihrer Mutter, ihrem Vater und ihrem Mann zu rufen – meinem Großvater. Ich war sprachlos. Einer der Ärzte erklärte ihr, dass sie den

albtraumhaften Bereich zwischen den Welten nun verlassen und ins Licht, in die Welt des Spirits, erwachen könne, wo diejenigen, die sie liebten, schon auf sie warteten. In der Spirit-Welt kann man so alt sein, wie man will, da die Seele kein Alter hat. Der Spirit sagte, dass der Schmerz und die Unbehaglichkeit nachließen und dass er sich jünger und stärker fühle.

Bevor der Spirit meiner Großmutter verschwand, sagte er: »Danke, dass ihr mich hierher gebracht habt.« Dann wandte sie sich mir zu und sagte: »Ich werde immer bei dir sein, Alber.«

Keiner der Anwesenden kannte meine Großmutter Maria Luisa oder wusste, dass sie gestorben war. Ich halte es für möglich, dass sie wirklich bei mir war und wir ihr geholfen haben, von dieser Welt in die nächste überzuwechseln. Nach einer Woche waren meine Depressionen verschwunden. Später erklärte mir einer der Heiler, dass sich der Spirit meiner Großmutter in seiner Verzweiflung an mich gehängt hat, um bei der Person in ihrer Familie Zuflucht zu suchen, zu der sie die intensivste Beziehung hatte. Meine spirituelle Offenheit machte es ihr relativ einfach, Trost bei mir zu finden. Ich spürte ihr Leid, das sich bei mir als Depression und Interesselosigkeit bemerkbar machte.

Eingedrungene Wesen sind selten dunkle oder böse Spirits. Meistens handelt es sich um verlorene Seelen, die verzweifelt nach einem Ausweg suchen. Aber es gibt auch Ausnahmen. Manchmal gerät man auch an Wesen, die ich als unangenehm bezeichnen würde. Wir werden weiter unten sehen, wie wir mit solchen Gestalten umgehen können. Bei den meisten Wesen, die in den leuchtenden Körper einer Person eindringen, handelt es sich um Familienangehörige und Verwandte, die unsere Hilfe suchen. Je größer die Anzahl von Menschen ist, die in dieser Welt zu dir kommen, um geheilt zu werden, desto größer ist in der Regel auch die Anzahl der Spirits, die von der ande-

ren Seite deine Hilfe erwarten. Die meisten dieser Wesen dringen niemals in unser Leuchtendes Energiefeld ein, da wir keine Affinität oder emotionale Verbindung zu ihnen haben. Wenn sie jedoch unseren leuchtenden Abwehrschild durchdringen, sind wir hilflos, denn wir verfügen nicht über das spirituelle Wissen der traditionellen Kulturen am Amazonas oder in Tibet, um ihnen zu helfen.

Ein Schamane meinte einmal zu mir, er habe das Gefühl, dass die Menschen aus dem Westen ihre Toten nicht beerdigen würden. Als ich ihn fragte, wie er darauf kam, uns so ein widernatürliches Verhalten zu unterstellen, antwortete er, dass sich um jeden von uns herum ständig »Untote« befinden würden. Es handele sich dabei um Vorfahren, die nach ihrem Tod nicht ordentlich betrauert worden sind. Wir täten dies nicht, weil uns nichts an ihnen läge, sondern weil wir nicht mehr wüssten, was mit der Seele nach dem Tod geschieht. Wir werden diesen Prozess im nächsten Kapitel ausführlich untersuchen. Die Ironie besteht darin, dass unsere Vorfahren in uns weiterleben, wenn wir sie nicht ehren und um sie trauern. Die meisten Menschen sterben nämlich, ohne ihre Angelegenheiten in dieser Welt geregelt zu haben.

Entfernen eingedrungener Wesen und Energien

Bei den meisten Formen der Energiearbeit, und so auch beim Illuminationsprozess, arbeitet ein Heiler mit einem Klienten. Um eingedrungene Wesen oder Energien zu entfernen, ist es ratsam, dass der Heiler beim Aufspüren von zwei Assistenten unterstützt wird. Da die meisten von uns nicht über den Luxus verfügen, von zwei Seiten in diesem Prozess unterstützt zu werden, müssen sie lernen, die verschiedenen Funktionen nacheinander auszuführen. Sie müssen also zuerst Energie

durch den Körper schicken, danach eingedrungene Wesen oder Energien aufspüren und zum Schluss diese Wesen oder Energien entfernen. Mit ein wenig Übung beherrscht ein Heiler schließlich diese Kunst. Vergewissere dich, dass der Klient zuvor eine Illumination erhalten hat. Der Extraktionsprozess besteht aus sieben Stufen und nimmt ungefähr 30 Minuten in Anspruch.

1. Prüfen, ob fremde Wesen oder Energien eingedrungen sind
2. Energie durch den Klienten schicken
3. Eingedrungene Wesen oder Energien auf spüren
4. Eingedrungene Wesen oder Energien entfernen
5. Abschließendes Gespräch mit dem Klienten
6. Durchführen einer Illumination, um die Heilung zu vervollständigen
7. Reinigen des Kristalls und Freisetzung der fremden Wesen oder Energien

Prüfen, ob fremde Wesen oder Energien eingedrungen sind

Wir benutzen den Muskeltest, der in Kapitel 7 beschrieben wurde, um uns zu vergewissern, ob fremde Wesen oder Energien eingedrungen sind. Ich bitte meinen Klienten, sich hinzustellen und einen Arm waagerecht auszustrecken. Dann fordere ich ihn auf, meinem Druck auf sein Handgelenk zu widerstehen. Die Stärke, die ich im Muskeltest feststelle, ermöglicht mir bestimmte Rückschlüsse auf den Zustand des Leuchtenden Energiefelds meines Klienten.

Energie durch den Klienten schicken

Stell dich hinter den Klienten und halte deine dominante Hand über sein Steißbein und deine andere über den Ansatz seines Nackens. Da ich Rechtshänder bin, führe ich meine rechte Hand an das untere Ende der Wirbelsäule und die linke zum Nacken. Linkshänder können das genau umgekehrt machen. Lass nun zwischen deinen Händen Energie von unten nach oben fließen. Ich visualisiere dabei, wie rot glühende Energie die Wirbelsäule meines Klienten emporsteigt. Lass die Energie mehrere Minuten wirken, bis du fühlen kannst, wie sie von unten durch das Rückgrat in die Hand am Nacken des Klienten strömt. Diese glühend heiße Energie löst die eingedrungenen Wesen oder Energien für kurze Zeit aus der Verbindung mit dem Rückenmark.

Wiederhole den Muskeltest, wenn du einen starken Energiefluss fühlst. Wenn die Kraft des Klienten stark ist oder größer als das ursprünglich festgestellte Maß, befinden sich keine fremden Wesen oder Energien im Klienten. Wenn seine Kraft deutlich schwächer als am Anfang ist, muss eine Extraktion durchgeführt werden. Wenn ein Wesen oder eine Energie vom zentralen Nervensystem losgelöst ist, bricht die Stärke des Leuchtenden Energiefelds einen Moment lang zusammen, und damit lässt auch die körperliche Kraft für einen kurzen Zeitraum nach. Sind hingegen keine fremden Wesen oder Energien vorhanden, wird das Leuchtende Energiefeld durch die Energie gestärkt, die der Heiler in das zentrale Nervensystem des Klienten schickt.

Eingedrungene Wesen oder Energien aufspüren

Wenn dem Heiler zwei Assistenten zur Verfügung stehen, macht er selbst die Extraktion, während einer seiner Helfer das

Wesen oder die Energie aufspürt und der andere Energie in den Klienten leitet. Sowohl während des Prüfens als auch während der Extraktion ist es notwendig, dass Energie in die Wirbelsäule des Klienten geschickt wird. Die Person, die abtastet, behält ständig die Position des Wesens oder der Energie im Auge. Da eingedrungene Wesen oder Energien flüssig sind, können sie die Wirbelsäule auf und ab zu anderen Chakras wandern. Die Person, die das Wesen oder die Energie entfernt, braucht einen Extraktionskristall, also einen Stab mit zwei spitzen Enden, der so klar wie möglich und idealerweise zehn bis zwölf Zentimeter lang sein sollte.

Der Energiefeld-Abtastende steht neben dem Klienten und legt ihm eine Hand auf die Schulter und die andere auf die Taille. Der Energie-Gebende leitet nun Energie in die Wirbelsäule des Klienten. Der Heiler, der die Extraktion vornimmt, steht vor dem Klienten und schaut ihn an. Die Arme des Klienten hängen entspannt an beiden Seiten des Körpers herab. Der Kristall liegt auf der offenen Handfläche des Heilers, während er mit der anderen Hand die Hände des Klienten ergreift. Der Heiler beginnt nun, die Hände des Klienten zu schütteln, während er sich gleichzeitig auf das eingedrungene Wesen oder die eingedrungene Energie einschwingt. Der Heiler lässt sich hierbei genug Zeit und benutzt seinen Atem, um ruhig und zentriert zu bleiben. Er bittet den Klienten, ihm alle Gefühle und Bilder mitzuteilen, die bei ihm, seinem Klienten, hochkommen.

Eingedrungene Wesen oder Energien entfernen

Das eigentliche Entfernen muss fünf Minuten nach der Energetisierung der Wirbelsäule durchgeführt werden, bevor sich die eingedrungenen Wesen oder Energien dort wieder ansetzen. Der Heiler schüttelt weiterhin die Arme des Klienten, um das fremde Wesen oder die Energien nach unten in seine Hände zu

ziehen. Er wartet dabei auf ein Zeichen des Energie-Gebenden, dass die Energie in der Wirbelsäule in Fluss gekommen ist. Dann informiert ihn der Energiefeld-Abtastende, an welcher Stelle sich das eingedrungene Wesen oder die Energie befindet. Er verfolgt das Wesen oder die Energie, die sich von der Wirbelsäule lösen und sich auf ein anderes Chakra zubewegen oder versuchen, sich im Körper des Klienten zu verstecken. Oft realisiert das Wesen oder die Energie, dass es entfernt werden soll und dass es das Beste ist, sich am Wirt festzuklammern. Der Energiefeld-Abtastende behält das Wesen oder die Energie im Auge und gibt dem Heiler Rückmeldung in Bezug auf den Aufenthaltsort und die Intensität des Geschehens.

Meine Aufgabe als Heiler, der den Extraktionsprozess durchführt, besteht darin, dem eingedrungenen Wesen gut zuzureden, damit es herauskommt. Ich bin mir bewusst, dass es verwirrt ist und Angst hat. Ich spreche daher ganz ruhig mit ihm, manchmal aber auch mit großem Nachdruck, und erzähle ihm, dass es in Sicherheit sein wird und sich jemand seiner annimmt und es nicht länger leiden muss und dass alles gut werden wird.

Ich sage ihm, dass ich hier bin, um es zu heilen, und dass nichts Böses mit ihm geschehen wird. Oft spreche ich mit einem Wesen, wie ich mit einem kleinen Kind sprechen würde. Mir ist dabei klar, dass es leidet und ich dazu beitragen will, seinen Schmerz zu lindern. Während ich es überrede herauszukommen, fühle ich, wie das Wesen in meine Vorderarme kommt. Ich passe auf, dass es nicht weiter als bis zu den Ellenbogen in meinen Körper eindringt. (Selbst wenn der Heiler keine Affinität für das Wesen hat, kann es sein Leuchtendes Energiefeld beeinträchtigen.) Sobald ich fühle, dass es herauskommt, ziehe ich es in den Kristall.

Manchmal kommt es vor, dass ein Wesen oder eine Energie nicht aus einem Klienten herauskommen will. Es kann auch

passieren, dass der Klient sich weigert, ein eingedrungenes Wesen loszulassen, weil er im Unterbewusstsein spürt, dass es sich um ein Selbst aus einem früheren Leben oder um ein Familienmitglied handelt. In solchen Fällen versuche ich ihn zu irritieren, indem ich ihn bitte, von 20 angefangen rückwärts zu zählen oder das Alphabet von hinten nach vorn aufzusagen – irgendetwas eben, was seinen rationalen Geist ablenkt. Wenn ich fühle, dass das Wesen in meinen Vorderarm eindringt, rufe ich »Ha!« und schließe meine Hände, um das Wesen in den Kristall zu sperren. Dann schaue ich den Energiefeld-Abtastenden an und warte auf seine Rückmeldung. Ist alles herausgekommen? Müssen wir einen weiteren Durchgang machen? Sind noch andere Wesen oder Energien vorhanden? Abschließend wiederhole ich den Muskeltest, um sicherzugehen, dass die Extraktion erfolgreich war.

Claire ist eine Krankenschwester aus Kanada, die sich in unserer Healing the Light Body School eingeschrieben hatte. Eines Tages bestand sie darauf, dass ich den Extraktionsprozess an ihr demonstrierte. Ich verspürte keine große Lust dazu, denn ich hatte, nicht den Eindruck, als ob es ein Problem gab.

Claire war eine ausgeglichene Person, glücklich verheiratet und Mutter zweier Kinder. Alles in ihrem Leben lief zu ihrer Zufriedenheit. Ich wollte lieber jemanden nehmen, bei dem ich eingedrungene Wesen oder Energien vermutete. Da sie aber hartnäckig darauf bestand, willigte ich schließlich ein. Zu meiner Überraschung war das Testergebnis positiv. Als ich mit der Extraktion begann, fing Claire an sich zu schütteln und ihre Beine wurden weich wie Butter. Die Person, die hinter ihr stand und Energie zuführte, musste sie stützen, denn sie wurde schlaff und biegsam wie eine Stoffpuppe. Als ich die Energie herauszog, schoss Claire hoch und schrie: »Nein! Ich weiß, das ist nur ein Trick!« Dann krümmte sie sich zusammen und be-

gann heftig zu schluchzen. Ich spürte eine dunkle, abstoßende Energie in meine Arme kommen und schleuderte sie laut aufschreiend in den Kristall. Claire brach zusammen und stürzte zu Boden.

Hinterher hatte sich ihr Aussehen total verändert. Sie erzählte der Gruppe, dass ihr Vater vor vier Jahren gestorben war und sie schon immer das Gefühl gehabt habe, sie würde ihn mit sich herumtragen. Nach der Extraktion fühlte sie sich entleert und musste sich bis zum Abend hinlegen, als wir das eingedrungene Wesen im Feuer befreiten. Ich bat Claire, sich von ihrem Vater zu verabschieden, und fragte sie, ob sie noch ein paar letzte Worte an ihn richten wolle. Ich hatte keine Möglichkeit, ihre Aussage zu überprüfen, und war mir nicht sicher, ob es sich tatsächlich um ihren Vater handelte. Ich verließ mich auf Claires Aussage, und wenn die stimmte, war es wichtig, dass sie die Beziehung zu ihrem Vater ins Reine brachte. Claire sprach zärtlich mit dem Wesen und drehte dabei den Kristall in ihren Händen. Sie erzählte ihrem Vater, wie sehr sie ihn vermisste und dass sie es schade fand, ihn niemals wirklich kennen gelernt zu haben. Sie dankte ihm für all die wunderbaren Kindheitserinnerungen. Danach entließen wir das eingedrungene Wesen. Ich bemerkte, wie der Raum um das Feuer herum zu schimmern begann, und ein warmer Luftzug ging durch die kühle Abendluft. Beide Zeichen sagten mir, dass sich der Raum zwischen den Welten geöffnet hatte. Ich fühlte die Anwesenheit leuchtender Heiler aus der Spirit-Welt, die gekommen waren, um einer leidenden Seele zu helfen. Das eingedrungene Wesen wurde mit großer Liebe empfangen und nach Hause geleitet.

Claire brauchte fast eine Woche, um wieder Kräfte zu sammeln. In dieser Zeit kehrte ein Gefühl der Freude zurück, das sie seit dem Tod ihres Vater nicht mehr verspürt hatte.

Wenn der Heiler den Extraktionsprozess ohne Unterstützung durchführt, muss er alle Tätigkeiten selbst übernehmen. Sobald die Energie im Rückgrat fließt, stellt sich der Heiler vor den Klienten und fährt mit der Extraktion fort. Nun muss er sehr konzentriert vorgehen, da er zur gleichen Zeit abtasten und entfernen muss. Ich benutze beispielsweise meinen kinästhetischen Sinn (Berührung), mit dem ich fühlen kann, wie das Wesen oder die Energie in meine Arme und den Kristall herabsteigt. Ich spreche dabei mit dem Klienten und mit dem Wesen oder der Energie und folge ihrem Verlauf im Körper meines Klienten. Ein Heiler kann lernen, diese unterschiedlichen Tätigkeiten gleichzeitig auszuführen, aber es erfordert ein bestimmtes Maß an Übung und ist sehr anstrengend. Ich empfehle meinen Studenten immer, all die erforderlichen Tätigkeiten einzeln zu erlernen und zu dritt als Team zusammenzuarbeiten. Wenn sie dann eine Extraktion allein durchführen müssen, beherrschen sie alles, was notwendig ist. Wenn sich jedoch herausstellt, dass ein eingedrungenes Wesen oder eine eingedrungene Energie »widerspenstig« ist und nicht ohne Kampf herauskommen will, rufe ich zwei Assistenten, um mir zu helfen. Der eine als Energie-Geber und der andere, um das eingedrungene Wesen oder die Energie aufzuspüren.

Abschließendes Gespräch mit dem Klienten

Ich erzähle meinen Klienten immer, was ich beim Aufspüren der fremden Wesen oder Energien wahrgenommen und welche Informationen ich eventuell von den Wesen oder Energien erhalten habe. Die Fragen, die ich normalerweise an das Wesen oder die Energie richte, lauten: Wo kommst du her? Wie lang bist du schon mit meinem Klienten zusammen? Was hat dich zu meinem Klienten geführt? Was wolltest du von ihm? Manchmal fragen mich meine Studenten, wie es möglich ist,

mit einer Energie zu sprechen. Hat Energie eine Stimme? Für den Schamanen hat alles in der Natur eine Stimme – die Flüsse, die Bäume, die Energien. Ich möchte auch wissen, was in meinem Klienten vorgegangen ist. Wie fühlt er sich hinterher? Welchen Bezug hat er zu den eingedrungenen Wesen oder Energien? Warum haben sie sich ausgerechnet ihn als Wirt ausgesucht? Was muss geschehen, dass so etwas in Zukunft nicht mehr geschieht?

Durchführen einer Illumination, um die Heilung zu vervollständigen

Nach einer Extraktion sollte immer eine zweite Illumination folgen, um die Affinität für die Wesen oder Energien zu beseitigen und die Heilung zu vervollständigen. Wenn die Affinität bestehen bleibt, werden andere Wesen oder Energien versuchen, in den Klienten einzudringen. Eine Extraktion lässt sich mit einer Scheidung vergleichen. Du kannst den Kerl zwar hinauswerfen, aber wenn du nicht gleichzeitig etwas in dir veränderst, dauert es nicht lange, und du heiratest den nächsten. Es ist nicht möglich, sich mit eingedrungenen Wesen oder Energien zu verständigen oder zu lernen, miteinander auszukommen. Eingedrungene Wesen oder Energien haben nur einen natürlichen Platz, wo sie hingehören – in die Spirit-Welt oder in die Natur. Wenn es sich bei dem eingedrungenen Wesen um einen geliebten Menschen handelt, der Hilfe braucht, frage ich meinen Klienten, welche Probleme mit diesem Familienmitglied noch nicht gelöst sind. Ich möchte ihm helfen, seine Rolle in dem Ganzen zu begreifen und warum er sich auf dieses Spiel eingelassen hat. Nun ist die Zeit gekommen, um »ich liebe dich« und »ich vergebe dir« zu sagen. Wenn keine Affinität mehr besteht, wird der Klient in Zukunft nicht mehr belästigt werden.

Reinigen des Kristalls und Freisetzung der fremden Wesen oder Energien

Der Klient sollte dabei sein, wenn der Heiler den Kristall im Feuer reinigt. Zuerst frage ich meinen Klienten, ob er bereit ist, das Wesen oder die Energie loszulassen. Dann schlage ich ihm vor, sich von dem Wesen oder der Energie so zu verabschieden, wie er es für angemessen hält. Ich erinnere ihn daran, sich für die Lektionen, die ein Wesen oder eine Energie gebracht hat, zu bedanken, egal wie schmerzlich diese auch waren. Oft entfache ich gleich im Praxisraum mit Hilfe von Epsomer Bittersalz und Spiritus ein Feuer in einer Metallschale. Ich mache meine Studenten darauf aufmerksam, dass sie eine Schale ohne Schweißnähte benutzen, weil diese durch die Hitze aufplatzen können. Meiner Erfahrung nach reicht eine große, nahtlose Aluminiumschüssel vollkommen aus. Ich bedecke den Boden der Schale ungefähr drei Zentimeter hoch mit Epsomer Bittersalz und gebe einen Schuss Spiritus in die Schale, den ich dann vorsichtig anzünde. Diese Mischung erzeugt ein heißes Feuer, das ungefähr drei Minuten lang brennt. Füge keinen Spiritus hinzu, sobald das Feuer einmal brennt, sondern warte mit einem erneuten Anzünden, bis das Feuer erloschen ist und die Schale sich abgekühlt hat. Die Flammen von brennendem Spiritus sind sehr heiß und im Tageslicht schwer zu erkennen. Daher dunkle ich meinen Praxisraum ab, um die Flammen besser sehen zu können, wenn ich den Kristall durch sie hindurchführe. Hierbei ist größte Vorsicht geboten, weil man sich leicht verbrennen kann. Traditionellerweise zünden Heiler am Abend ein offenes Feuer im Freien an. Sie öffnen einen heiligen Raum und rufen die Spirits, die Heilung brauchen, herbei, damit sie sich am Feuer wärmen und die Hilfe erhalten, die sie benötigen. Der Klient wird angewiesen, einen Todespfeil vor-

zubereiten, einen kleinen Stab, der symbolisch (durch Schnitzen oder Bemalen) mit den Teilen geschmückt ist, die sterben sollen – Charakterzüge, Krankheitssymptome sowie Denk- und Verhaltensweisen, die nicht länger nützlich sind. Dieser Stab wird dann zusammen mit einem Gebet ins Feuer gelegt. Du kannst aber auch ein normales Feuer im Garten oder im Kamin anzünden, um den Kristall zu reinigen. Bei der Reinigung ist es wichtig, dass der Kristall wirklich durch die Flammen geführt wird. Ich selbst führe ihn dreimal durch das Feuer und wende mich dann – den Klienten an meiner Seite – dem Süden zu. Ich blase den Kristall zuerst nach Süden hin aus, dann nach Westen, Norden und Osten. Danach spüle ich den Kristall mit kaltem Wasser ab. Das Feuer vertreibt die eingedrungenen Wesen oder Energien aus dem Kristall, da sie die sengende Hitze fühlen, wenn du den Quarz durch die Flammen führst. Erst jetzt kann ich erkennen, ob es sich um ein Wesen oder eine Energie gehandelt hat. Ein Wesen wird von leuchtenden Heilern aus der Spirit-Welt in Empfang genommen, die sich in die Sicherheit unseres heiligen Raums begeben haben. Eine eingedrungene Energie wird durch das Feuer verbrannt, und dessen Licht und Hitze kehren zur Natur zurück.

Ich war einmal dabei, als ein Urwaldzauberer ein Wesen aus einem Klienten herausholte und danach den Kristall lange in die Flammen hielt, um das Wesen in der Hitze des Feuers schmoren zu lassen. Der Zauberer glaubte, dass das Wesen von einem zaubernden Rivalen geschickt worden war, um seinem Klienten Unheil zuzufügen, und daher war er fest entschlossen, ihm eine Lektion in Zauberei zu erteilen. Wir bedienen uns solcher Methoden jedoch nicht. Die Flammen befreien das Wesen, damit es in die Spirit-Welt zurückkehren kann, wo es schließlich seinen Frieden findet.

Vereinzelt kann es vorkommen, dass sich ein eingedrungenes

Wesen hinter einer eingedrungenen Energie versteckt. Nach der Extraktion sollte mein Klient den Muskeltest bestehen. Wenn der Arm stattdessen nach unten geht, fange ich mit dem Aufspüren noch mal von vorne an. Bei Therese war dies der Fall.

Therese war Laienpriesterin in einer katholischen Kirche in Cincinnati, als sie sich bei der Healing the Light Body School anmeldete. Wir hatten entschieden, unsere letzte Übung im Canyon de Chelly National Park abzuhalten, der im Reservat der Navajo-Indianer lag. Schon seit vielen Jahren fühlte sich Therese von der Kirche schlecht behandelt. Innerhalb ihrer Gemeinde galt sie als eine treibende Kraft, aber im katholischen Glaubenssystem genoss sie als Frau nicht die Rechte und Privilegien, über die ein männlicher Priester verfügte, obwohl auch sie Theologie studiert hatte. Dem katholischen Dogma entsprechend, hatte sie in Bezug auf die Gemeinde hinter dem Priester zurückzustehen. Sie empfand, dass sie persönlich, aber auch die Frauen allgemein in der Kirche wie Menschen zweiter Klasse behandelt wurden.

Wir waren umgeben von 300 Meter hohen roten Felswänden. Vor ihnen lagen die Überreste einer uralten Anasazi-Siedlung. Ein Student leitete Energie in Thereses Wirbelsäule, und zwei weitere achteten auf die Bewegung und den Aufenthaltsort der eingedrungenen Energie. Schon kurz nachdem Energie in ihrem Rückgrat floss, berichteten die Aufspürer von einer dunklen Masse, die sich in ihrem Leuchtenden Energiefeld hin und her bewegte. Sie wirkte auf sie wie ein dunkler Komet, der in ihrem Körper seine unheilvollen Bahnen zog. Ich hielt Thereses Hände und schloss meine Augen, um mir diese Energie vorzustellen. Langsam zog ich sie dabei durch ihre Fingerspitzen aus ihrem Körper in den Extraktionskristall. Die dunkle Masse leistete dabei wenig Widerstand. Sie strömte bereitwillig

in den Kristall, der sie sicher umschloss. Die beiden Studenten, die die dunkle Masse aufgespürt und ihre Bewegungen verfolgt hatten, berichteten, dass sie verschwunden sei. Dann machten wir mit Therese erneut den Muskeltest. Während der Extraktion waren keine besonderen Gefühle oder Empfindungen hochgekommen. Nun war ihr übel, und zu meiner Überraschung ging ihr Arm nach unten. Sie konnte ihn überhaupt nur noch mit Mühe hochhalten. Ich bat meinen Assistenten, erneut Energie in Thereses Wirbelsäule zu leiten. Als ich ihr Leuchtendes Energiefeld abtastete, erkannte ich einen Mann in einem schwarzen Gewand, wie es katholische Priester tragen. Ich fühlte eine Kommunikation in meinem Kopf, so als ob er lachte und sagte: »Sie gehört mir. Wenn du glaubst, du kannst sie mir wegnehmen, kriegst du Ärger mit mir.« Es war, als ob ich diese Worte in meinem Kopf hören konnte, und ich fühlte Hass und Bitterkeit in der Stimme.

Ein eingedrungenes Wesen hatte sich unter der Energie versteckt, die wir herausgezogen hatten. Ich beschrieb Therese meine Wahrnehmung. Sie hatte das Gefühl, dass dieser Mann ihr vor langer Zeit großen Schaden zugefügt hatte. Sie sah, wie sie dafür bestraft wurde, dass sie eine weise Frau war, die von der Kirche als Bedrohung empfunden wurde. Dieser Mann hatte ihr Leiden zu seiner persönlichen Angelegenheit gemacht und sie körperlich gefoltert. Jetzt war sein Spirit immer noch dabei, Therese zu quälen. Würde er in einem Körper sein, wäre er von Therese magnetisch angezogen worden und hätte auf ihr Leben einen ähnlich zerstörerischen Einfluss ausgeübt. Und tatsächlich, sie hatte in diesem Leben das gleiche Dilemma mit der Kirche manifestiert. Sie wurde immer noch für eine Bedrohung gehalten. Allerdings waren heutzutage die Foltermethoden weitaus subtiler und bestanden in Verleumdung und Entrechtung.

Hier hatten wir einen wirklichen »Widerling«. Er glaubte, Therese gehöre ihm, und saugte ihre Lebensenergie durch ihr drittes Chakra. Oft glauben parasitäre Wesen, dass ihr Wirt ihnen »gehört«. Er war mit ihrer Wirbelsäule verflochten und hatte seine Tentakeln aus dunkler Energie um die Nerven gelegt, die aus ihrem Rückenmark kamen. Auf diese Weise hatte er seine Identität vollständig mit ihrer verwoben.

Jedes eingedrungene Wesen leidet und braucht Heilung. Zu Beginn, nachdem ich gerade gelernt hatte, den Extraktionsprozess zu beherrschen, freute ich mich jedes Mal auf besonders »eklige« Wesen. Ich betrachtete sie als Testobjekte für meine Fähigkeiten. Inzwischen weiß ich, dass wir auch diese Wesen lieben sollten, egal, wie dunkel sie uns auch erscheinen mögen. Auch sie wenden sich an uns, um geheilt zu werden. Wenn wir sie den leuchtenden Heilern in der Spirit-Welt übergeben, erwidern sie dies mit Dankbarkeit und Liebe, und bei Gelegenheit kehren sie zurück, um uns bei einer schwierigen Extraktion zu unterstützen.

Ich hielt Thereses Hände und begann, das Wesen herauszulocken, indem ich ruhig zu ihm sprach und ihm zu verstehen gab, dass ich hier war, um sein Leiden zu beenden. Das Wesen war jedoch nicht ansprechbar, es lachte bloß und verspottete mich. Thereses Beine wurden inzwischen weich, und der Student hinter ihr musste sie abstützen. Ihre körperliche Stärke hatte sich in Luft aufgelöst, und sie hatte das Gefühl, in jedem Moment krank zu werden. Ich fragte das Wesen, was es von Therese wolle. Es antwortete, es hasse sie und alles, wofür sie stehe – Weiblichkeit, Mut und Spiritualität. Ich erklärte ihm, dass es diese Tugenden in sich selbst entdecken könne, wenn es bereit wäre, sich heilen zu lassen. Das Wesen lachte erneut, und mir wurde übel. Mir wurde immer schwindliger, und ich fühlte einen metallenen Geschmack im Mund. Ich bat Therese,

von 20 an rückwärts zu zählen, und als sie damit zur Hälfte fertig war, zog ich das Wesen mit einem Ruck heraus. Therese stürzte zu Boden, und meine Übelkeit war schlagartig vorbei. Ich fühlte, wie der Kristall heiß wurde und in meiner Hand zu tanzen anfing.

Ich reichte den Kristall umher, damit die anderen die Energie in ihm spüren konnten. Alle fühlten die Hitze und die Intensität, die aus dem Quarz strömten. Nach einer Extraktion sollte der Kristall unbedingt aufrecht gehalten werden. Achte darauf, das keins seiner beiden Enden auf dich zeigt, denn es kann passieren, dass das Wesen oder die Energie aus dem Kristall entweicht und durch eines deiner Chakras in deinen Körper kommt, wenn du empfänglich dafür bist. Du selbst bist dann derjenige, der sich einer Extraktion unterziehen muss. Ich weise meine Studenten immer wieder auf die Gefahr hin, dass sie unbewusst dazu geführt werden können, mit jemanden zusammenzuarbeiten, der ähnliche psychologische Konstellationen hat, sodass ein Wesen oder eine Energie einfach nur den Wirt zu wechseln braucht.

Ich reichte den Kristall an Therese weiter, die noch auf dem Boden hockte und leise schluchzte.

»Mein ganzes Leben lang habe ich immer nur gekämpft«, sagte sie. »Ich war immer der Ansicht, mit dem falschen Geschlecht geboren worden zu sein.«

Ich fragte Therese, was sie nun mit dem Wesen tun wolle.

»Ich würde ihn gern ein wenig über das Feuer halten und rösten, um ihn den Schmerz fühlen zu lassen, den er mir all die Jahre zugefügt hat.«

Ich forderte Therese auf, den Kristall für die nächsten paar Tage an sich zu nehmen und darüber zu meditieren, was sie wohl von diesem Wesen empfangen hatte. Es gibt unterschwellig immer bestimmte Gebiete, auf denen der Klient von einem

eingedrungenen Wesen profitiert. Manchmal ist es ein besonderer Lebenssinn oder der Antrieb, gegen irgendetwas zu kämpfen, oder ein Zerrbild, in dem man sich selbst wieder erkennen kann. Zwei Tage später kam Therese zu mir und meinte, sie wisse nun, womit ihr dieses Wesen gedient habe. Es war die Ursache ihrer ganzen Wut auf die etablierte Kirche und in vieler Hinsicht gegen das männliche Prinzip als solches. Diese Wut hatte ihr die nötige Kraft verliehen, um ihre beiden Töchter allein großzuziehen und die Frauen in ihrer Gemeinde emotional zu unterstützen. Sie war bereit, dem Wesen zu verzeihen, und dankte ihm für die wertvollen Lektionen, die sie gelernt hatte. Hätte Therese versucht, sich durch eine herkömmliche Psychotherapie zu heilen, wäre sie vielleicht zu gleichen Einsichten gekommen. Aber Einsicht allein führt noch nicht zur Transformation. Das eingedrungene Wesen hätte es sich weiterhin in Thereses Leuchtendem Energiefeld bequem gemacht.

An diesem Abend schichteten wir ein großes Feuer auf. Wir riefen die ursprünglichen Bewohner des Canyon herbei und baten sie, an unserer Zeremonie teilzunehmen. Dann bat ich Therese, mich zum Feuer zu begleiten und sich von dem Wesen zu verabschieden, das so lange bei ihr gewesen war. Sie war bereit, ihm zu vergeben und es freizulassen. Ich führte den Kristall dreimal durch die Flammen, und als ich die Energie aus dem Kristall in den Süden blies, fühlten alle, wie ein Lichtball aus dem Quarz sprang. Jeder spürte die Anwesenheit leuchtender Spirits, die gekommen waren, um die verwundete Seele in Empfang zu nehmen. Sie hielten sie zärtlich, wie eine Mutter ihr Baby, und führten sie ins Licht. Therese hat sich seitdem zu einer begnadeten Heilerin entwickelt. Sie ist aus der Amtskirche ausgetreten und ist eine gefragte Leiterin von Heiratszeremonien und anderen Übergangsriten.

9

Tod, Sterben und darüber hinaus

Der Bus spuckte uns an einer Stelle aus, wo die staubige Straße einen trockenen Flusslauf überquerte. Von hier aus waren es zwei weitere Tage Fußmarsch bis zum Haus von El Viejo, Antonios Lehrer, der inzwischen über 90 Jahre alt war. Irgendwie hatte mein Mentor davon Wind bekommen, dass der alte Mann im Sterben lag, und all seine Schülerinnen und Schüler versammelten sich, um seinen Übergang in eine andere Welt zu würdigen. Antonio hatte mich eingeladen, ihn zu begleiten. Ich packte nur das Notwendigste zusammen: Zelt, Schlafsack, Wasserfilter, Trockenfutter, Campingkocher – und verstaute alles in meinem Rucksack. Antonio grinste, als er sah, was ich als »nur das Notwendigste« für die Reise erachtete. Ertrug lediglich seinen Poncho und einen kleinen Beutel mit Quinoa, einer Getreideart, die die Inka schon vor Jahrhunderten angebaut hatten. Keinen Rucksack, keinen Schlafsack. Kein Gewicht auf der Schulter. Wir waren die Letzten, die ankamen. Als wir die Hütte aus Lehm und Stein betraten, lag El Viejo mitten im Raum auf einer Tragbahre, die mit einem Fell bedeckt war. Überall brannten Kerzen, und ein schwerer Geruch von Wachs hing in der Luft. Die letzten Sonnenstrahlen schimmerten durch das Fenster, und im Halbdunkel konnte ich die vom Wetter gegerbten braunen Gesichter der Männer und Frauen sehen, die sich hier versammelt hatten. Alle trugen Ponchos, manche hatten darunter Hemd und Pullover, andere die handgewebte Kleidung im Stil ihrer Dörfer. Niemand war jünger als 50 oder 60. Ein Mann, der jüngste von allen, spielte in einer Ecke auf der Bambusflöte. Alle hatten Geschenke für El Viejo mitgebracht – Blumen, Heilsteine, hölzerne *keros* und zeremonielle Trinkgefäße.

Es sah so aus, als würde der alte Mann noch an diesem Abend sterben.

Ich saß in der Ecke in der Nähe des Flötenspielers und versuchte, mich unsichtbar zu machen, aber Antonio entdeckte mich und gab mir

mit einem Blick zu verstehen, dass ich mich zu ihm neben den alten Mann setzen sollte. Er hielt El Viejos Hand, und ich erblickte im Gesicht des alten Mannes eine Güte und Furchtlosigkeit, die ich nie zuvor gesehen hatte. Der alte Mann nickte, und Antonio gab mir zu verstehen, dass ich wieder in der Ecke Platz nehmen sollte.

Alle Anwesenden küssten nacheinander den alten Mann. El Viejo gab dabei jedem seinen Segen und einen Stein von seinem Altar. Antonio erhielt einen glänzenden Gegenstand, der sich später als goldene Eule herausstellte. Antik. Präkolumbisch. Wahrscheinlich seit Generationen vom Lehrer an den Schüler weitergegeben. Dann atmete er ein letztes Mal tief ein, und Ruhe und Frieden senkte sich über seine Gesichtszüge. Als er ausatmete, presste mein Mentor seine Lippen an die des alten Manns und empfing seinen letzten Atem, den er ebenfalls mit den Lippen an die Frau neben ihm weitergab. Auf diese Weise wurde El Viejos Atem von Mund zu Mund an alle Anwesenden weitergegeben. Zum Schluss öffnete jemand das Fenster, und die letzte Person, die den Atem des alten Manns empfangen hatte, atmete ihn in Richtung der untergehenden Sonne aus.

El Viejo war frei.

Tagebucheintrag

Das Leben beginnt mit dem ersten Einatmen und hört mit dem letzten Atemzug auf. Viele von uns wachsen mit der Vorstellung auf, dass wir in den Himmel kommen, wenn wir gut sind, und in die Hölle, wenn dies nicht der Fall ist. Das Konzept von Himmel und Hölle ist eine ausschließlich europäische Erfindung. Für den Schamanen gibt es keinen übernatürlichen Himmel. Es existiert für ihn nur die natürliche Welt mit ihren sichtbaren und unsichtbaren Bereichen, wie zum Beispiel der Spirit-Welt. Außerdem gibt es für den Schamanen im Universum kein unabhängiges Prinzip des Bösen. Stattdessen leben wir in einem unterstützenden Universum, das sich persönlich um unser Wohlergehen kümmert. Das Böse existiert nur in den Herzen von Männern und Frauen. Es ist keine gefährliche Macht, die dort draußen auf uns lauert und gegenüber der wir

uns schützen müssen. Als die Missionare das erste Mal von der Hölle erzählten, fragten die Indianer, wo sie sei. Die Priester antworteten, dass die Hölle sich nicht in der sichtbaren Welt befände. Um eine annähernde Beschreibung zu geben, sagten sie, die Hölle läge unter ihnen, und wiesen auf den Erdboden. Die Indianer waren verwirrt, denn für sie kam alles Leben aus der Erde.

Während der physische Körper zur Erde zurückkehrt, bereitet sich die Seele auf die große Heimreise vor. Wenn das Gehirn abgeschaltet ist, löst sich das elektromagnetische Feld auf, das vom zentralen Nervensystem erzeugt wird, und das Leuchtende Energiefeld bleibt nicht länger mit dem Körper verbunden. Indem es seine Verbindung mit dem Körper hinter sich lässt, nimmt das Leuchtende Energiefeld die Gestalt eines durchscheinenden, eiförmigen Torus an, der die anderen sieben Chakras enthält, die in den ersten Stunden nach dem Tod wie Lichtpunkte schimmern. Wenn alles normal verläuft, schwebt diese leuchtende Kugel, die die Essenz oder Seele des Individuums darstellt, durch die Mittelachse des leuchtenden Körpers, um wieder mit dem Spirit eins zu werden. Dies geschieht ziemlich schnell, sobald sich das Leuchtende Energiefeld vom Körper losgelöst hat. Der Torus des Leuchtenden Energiefelds presst sich durch das Portal, das von seiner zentralen Achse geformt wird, und verschwindet wie ein Ring in seinem eigenen Loch.

Wenn eine sterbende Person ihr Bewusstsein im Tod beibehält, ist es nicht schwer, ins Licht zu gehen. Mein Mentor verglich dieses Licht mit der Morgendämmerung an einem wolkenlosen Morgen, also mit einem Zustand ursprünglicher Reinheit – immens und riesig, jenseits jeglicher Beschreibung. Die Schwärze des Todes, die durch den Zusammenbruch der Sinne verursacht wird, verschwindet und wird

durch das Licht des Spirits ersetzt.

Die Huachipayre vom oberen Amazonas glauben, dass sie in die Bereiche nach dem Tod reisen können, wenn sie *ayahuasca* zu sich nehmen, eine halluzinogene Pflanze, die ihnen heilig ist. Während der Zeremonie haben sie oft schreckliche Visionen von ihrem Tod. In manchen Fällen werden sie vom Jaguar in Stücke gerissen oder von einer gigantischen Anakonda verschlungen. Als ich mit ihnen arbeitete, fühlte ich einmal, wie mein Gesicht von einem gewaltigen Adler zerhackt wurde. Jedes Mal, wenn sein spitzer Schnabel sich in mein Fleisch bohrte, spürte ich einen stechenden Schmerz. In vielen Initiationsriten des Altertums, zum Beispiel bei den Ägyptern, den Griechen und den Syrern, geht der Einzuweihende durch einen symbolischen Tod, damit er aufhört, sich mit dem sterblichen Ego zu identifizieren.

Während meiner Ausbildung bei Heilern im Amazonasgebiet nahm ich an komplizierten Sterberitualen teil, in denen ich mein Ego verlor. Die Zeremonien mit *ayahuasca* versetzten mich so in Angst und Schrecken, wie ich es niemals für möglich gehalten hätte. Jeder nur vorstellbare Dämon erschien vor mir, und mein Körper wurde auf hundertfache Weise zerstükkelt. Dann wurde ich vom weißen Licht umsponnen und untrennbar eins mit ihm. Im Laufe der Jahre arbeitete ich immer wieder mit Schamanen, die *ayahuasca* benutzten, bis mir eines Tages klar wurde, dass ich nicht länger durch die Angst hindurch musste, um das unendliche Licht zu erleben. An jenem Abend wandte sich Antonio mir zu und sagte: »Der Tod lebt jetzt nicht mehr in dir. Du hast ihn aus dir herausgetrieben. Er hat nie wieder einen Anspruch auf dich.«

Mein Mentor hatte sich sein ganzes Leben lang auf ihn vorbereitet. Kurz vor seinem Tod erklärte er mir, wie sich die einzelnen Abschnitte dieser Reise für ihn darstellten und wie an-

ders sie für jemanden seien, der nicht darauf vorbereitet ist, dem Tod in die Augen zu schauen. Er ging davon aus, dass er die Freiheit erlangte, die im Moment des Todes möglich ist, in der Morgendämmerung des Spirit-Lichts. In diesem Augenblick, erklärte er, nimmst du die Morgendämmerung wie von der Spitze der Welt selbst wahr. Du bist größer als die höchsten Berge. Während es um dich herum langsam hell wird, fühlst du gleichzeitig auch die Sonne in deinem Bauch aufgehen und die ganze Schöpfung sich in dir drehen. Du erkennst, dass du mit der Morgendämmerung eins bist. Du gibst dich dem Leuchten um dich herum hin, lässt dich vom Licht durchdringen und wirst eins mit ihm. In dieser Phase triffst du auf leuchtende Wesen, auf Heiler, die dir dabei helfen, dich dem Licht zu ergeben. Den Inka-Legenden zufolge sind wir alle Sternenreisende, und an diesem Punkt im Sterbeprozess können wir wieder unsere große Reise durch die Milchstraße aufnehmen.

Wenn eine Person in der Morgendämmerung nicht das Erwachen des eigenen Bewusstseins erkennt, geht für sie die Sonne weiterhin in einer Million verwirrender und blendender Farben auf. Die gesamte Natur wird lebendig in einem überwältigenden Spiel aus Klang und Licht. Es ist, als wiederhole sich der erste Tag der Schöpfung. In dieser Phase manifestieren sich die Naturkräfte in ihrer reinen Essenz. Das Eine hat sich jedoch schon in das Viele verwandelt. Wasser erscheint als fließendes Licht, und auch die Erde ist Licht. Alle Elemente erscheinen in ihrer leuchtenden Gestalt und verschmelzen miteinander zu Energiekugeln. In dieser Phase haben wir eine zweite Chance, unsere leuchtende Natur wahrzunehmen und zu erkennen, dass wir nicht vom tanzenden Licht und den Energien um uns herum verschieden sind. Wenn ein Schamane sich sein ganzes Leben auf diesen Moment vorbereitet hat, kann er sein Bewusstsein in den beiden ersten Phasen vollständig be-

freien. Andere erfahren möglicherweise einen plötzlichen Augenblick der Erleuchtung und gleiten dann zurück ins Unbewusste. Für sie endet dieser Prozess in einem Aufblitzen strahlend hellen Lichts. Viele realisieren gar nicht, dass sie eben durch ihn hindurchgegangen sind.

Der Windsturm des Todes ist so mächtig, dass die meisten Menschen ins Unbewusste abtauchen und erst in der dritten Phase der Reise wieder erwachen. Wir beobachten, dass wir immer noch eine Gestalt besitzen, dass wir ein Mann oder eine Frau sind und dass wir jung und ohne Krankheit sein können. Aber die Morgendämmerung des Bewusstseins ist vorübergezogen, und wir befinden uns nun im Zwielicht des Tages. Die Farben sind nicht so scharf und gestochen, obwohl unsere Bewusstheit sich gewaltig gesteigert hat. Unsere normalen Sinne sind nicht länger voneinander getrennt, sondern wir empfinden gleichzeitig mit der Totalität unseres gesamten Seins, und alles um uns herum ist lebendig. In dieser Phase gehen wir durch einen Panoramarückblick unseres Lebens, in dem jede Regung, jedes Wort und jede Tat vor uns erscheint und von uns verantwortet werden muss.

Nach dem Rückblick auf unser Leben treffen wir die Menschen wieder, die vor uns gestorben sind, einschließlich unserer Eltern, unserer Freunde und der Personen, denen wir Unrecht getan haben. Mein Mentor erklärte mir, dass dieser Bereich verschiedene Schwingungsebenen hat. Die unterste Ebene ist sehr dicht; hier wohnen die Steinwesen und die Pflanzenwesen. Wer in diesen unteren Ebenen festsitzt, wird in einer Welt der Dunkelheit geläutert, in der es keine Augen zum Sehen und keine Hände zum Berühren gibt. Hier kann man die Anwesenheit von anderen nur sehr vage wahrnehmen. Für Menschen sind dies die erdgebundenen Bereiche (in denen sich die Steinwesen sehr wohl fühlen). Hier erleben wir erneut unseren

Schmerz und unser Leid. Die höheren Ebenen sind voll von Freude und Frieden. Wir treffen die Menschen wieder, die wir lieben, und wir wärmen uns bis zu unserer nächsten Inkarnation im Licht des Spirits. Die unterschiedlichen Ebenen ziehen uns auf natürliche Weise an, abhängig davon, wie wir unser Leben gelebt haben. Wir sehen die Menschen auf den Ebenen unter uns, können von ihnen jedoch nicht gesehen werden. Sprechen und kommunizieren können wir nur mit den Menschen auf unserer Ebene. Die vierte Ebene ist unsere spirituelle Heimat, wo wir wieder auf unsere Vorfahren und unsere Verwandten stoßen.

Die fünfte Ebene ist der Bereich der leuchtenden Wesen, die sich der Hilfe der Menschheit verschrieben haben. Schamanen, die ihre Reise über den Tod hinaus gemeistert haben, kehren zu dieser Ebene zurück. Vor langer Zeit, als die schamanistischen Sterberituale erstmals entwickelt wurden, war es nicht leicht, diese Ebene zu erreichen. Heute ist sie viel leichter zugänglich, denn mutige Männer und Frauen haben vor uns den Weg dorthin gekennzeichnet. Die Prophezeiungen der Hopi und der Inka sprechen davon, dass unser ganzer Planet sich zur fünften Welt hin entwickelt. Sie beziehen sich darauf, dass wir in die Bereiche der Engel eintreten. Mein Mentor sagte oft zu mir: »Wir sind nicht nur hier, um Getreide, sondern auch um Götter zu ernten.« Ich bin davon überzeugt, dass er sich dabei auf diese Prophezeiungen bezog.

Wenn wir sterben

Im Moment des Todes tritt ein außergewöhnliches Ereignis in Erscheinung. Wenn die Nerventätigkeit erlischt und das Gehirn aufhört zu arbeiten, öffnet sich ein Tor zwischen den Dimensionen. Die Schleier zwischen den Welten teilen sich und er-

möglichen dem Sterbenden, die Welt des Spirits zu betreten. Wenn jemand unerledigte Sachen in der Welt zurücklässt, fällt es ihm nicht leicht, durch dieses Tor hindurchzugehen. Die biblische Parabel von dem Kamel, das leichter durch ein Nadelöhr geht, als dass ein reicher Mann in den Himmel kommt, bezieht sich auf Menschen, die die spirituelle Dimension ihres Lebens missachten, indem sie sich ausschließlich am materiellen Erfolg orientieren. Wir können unsere weltliche Identität nicht in die nächste Welt mitnehmen.

Wer eine schwere emotionale Last zu tragen hat, bleibt an die Erde gebunden. Eine solche Seele geht durch einen sehr intensiven Lebensrückblick, sobald sie auf der anderen Seite ankommt. Menschen mit einem Nahtod-Erlebnis erzählen von einer lebendigen Rückschau auf das eigene Leben – ein sehr detailliertes und umfassendes Jüngstes Gericht –, auch wenn die Erfahrung in irdischer Zeit nur ein paar Minuten dauert. Wenn die Person nicht in den physischen Körper zurückkehrt, kann dieser Lebensrückblick sich scheinbar über Jahre hinziehen, da die schädlichen Energien im Leuchtenden Energiefeld in einer Atmosphäre verbrannt werden müssen, die wenig Sauerstoff enthält.

Nach dem Tod löst sich das Leuchtende Energiefeld vom Körper. Das Leuchtende Energiefeld wird durch zwei Kräfte mit dem Körper verbunden. Die erste ist das elektromagnetische Feld, das durch das Nervensystem erzeugt wird. Wenn die elektrische Aktivität im Gehirn erlischt und die Intensität des Felds auf Null fällt, löst sich die grundlegende elektromagnetische Kraft auf, die den leuchtenden mit dem physischen Körper verbindet. Die zweite Kraft sind die Chakras, die das Leuchtende Energiefeld mit der Wirbelsäule verbinden. In den Sterberitualen lassen wir jedes der sieben körperlichen Chakras los. Wir trennen den leuchtenden Körper vom physischen Körper

und versiegeln die Chakras, sodass sich die Seele nicht wieder mit dem Leichnam verbinden kann. Wenn wir die Chakras vom physischen Körper lösen, geben wir der Erde das zurück, was schon immer der Natur gehört, und den Himmeln das, was schon immer ein Teil des Spirits ist.

Während meiner Ausbildung bei meinem Mentor war ich oftmals in der Leichenhalle, um das Leuchtende Energiefeld einer gestorbenen Person zu beobachten. Jedes Mal fiel mir auf, dass der leuchtende Körper am Bauch mit dem Leichnam verbunden blieb. Wenn ich Tage später auf den Friedhof ging, bemerkte ich, dass der leuchtende Körper immer noch über dem Grab schwebte und mit dem vergehenden physischen Körper verhaftet blieb. Kurz vor dem Tod öffnet sich die Verbindung zwischen den Welten. Der Schamane, bei dem ich gelernt habe, war der Ansicht, dass diese Verbindung 40 Stunden nach dem letzten Atemzug aufhört. Die Seele wandert dann durch alle Ebenen, wo diejenigen, die nicht gestorben sind, sich bewusst einer Reinigung unterziehen.

Vorbereitung auf den Frieden

Meinem Gefühl nach sollten alle Menschen die Möglichkeit haben, zu Hause in einer vertrauten Umgebung zu sterben. Es ist heutzutage leider nicht mehr die Regel, dass die Menschen zu Hause sterben. In den meisten Fällen sterben sie im Krankenhaus, wo der Tod das Krankenhauspersonal genauso verwirrt wie uns. Viele Ärzte und Krankenschwestern sind jedoch abgestumpft, weil sie täglich mit dem Tod zu tun haben. Vergewissere dich, dass sie die Wünsche einer sterbenden Person und ihrer Angehörigen kennen und respektieren. Wenn das Personal keine ausdrücklichen Anweisungen von dem Sterbenden oder den engsten Verwandten erhält, ist es dazu verpflich-

tet, Maßnahmen zur Lebensverlängerung zu ergreifen. Diese gesetzliche Auflage wurde geschaffen, um das Krankenhaus rechtlich abzusichern, und nicht, um die Lebensqualität des Sterbenden oder seiner Familie aufrechtzuerhalten.

Wenn eine Person, die dir nahe steht, im Krankenhaus liegt und die medizinischen Möglichkeiten ausgeschöpft sind, solltest du darauf bestehen, dass alle Geräte abgeschaltet werden und die Person in ein Einzelzimmer verlegt wird. Vergewissere dich, dass der Wunsch des Sterbenden, nicht wiederbelebt und künstlichen Maßnahmen zur Lebensverlängerung unterworfen zu werden, im Krankenblatt steht. Deine schriftlichen Anweisungen, verbunden mit sanftem Nachdruck, werden dem Personal schon deutlich machen, dass keine Helden notwendig sind.

Wenn sich eine Person im letzten Stadium des Sterbeprozesses befindet, solltest du darauf bestehen, dass alle Behandlungsmaßnahmen – mit Ausnahme des Zuführens von Schmerzmitteln – abgesetzt werden. Behandlungsmethoden, die in den Körper eindringen, können sonst leicht Schmerzen, Angst und Verwirrung bei der sterbenden Person auslösen. Wenn du der nächste Verwandte bist, hast du das Recht, die Ärzte anzuweisen, nur so viele Schmerzmittel zuzuführen, dass die sterbende Person keine Schmerzen hat, aber noch bei Bewusstsein ist.

Es sollte den Menschen möglich sein, in ruhiger Umgebung zu sterben. Ein friedlicher Tod ist ein kostbares Geschenk, das wir dem Menschen, den wir lieben, machen können. Die sinnliche Wahrnehmung einer sterbenden Person ist intensiviert, besonders das Gehör. Kleine Geräusche schon können schmerzhaft sein und Ängstlichkeit hervorrufen und Verwirrung stiften. Hilf, dass dieser schwierige Übergang so sanft wie möglich abläuft. Das Sterbezimmer sollte ein Tempel des Frie-

dens sein. Sprich liebevoll und regelmäßig mit der sterbenden Person. Wenn sie im Koma liegt, aber auch wenn sie aufgehört hat zu atmen, kann deine Stimme weiterhin von ihrer Seele gehört werden. Durch deine Liebe kann sie in Dimensionen vorstoßen, die du dir niemals vorstellen kannst.

Lass den Körper nach dem Tod so lange wie möglich ungestört. Dies ist im Krankenhaus nur sehr schwer durchzusetzen, aber mit ein wenig Einfallsreichtum kannst du mindestens ein paar ruhige Stunden herausholen. Das Leuchtende Energiefeld eines Verstorbenen gerät in heftige Bewegung, wenn es sich von den Chakras ablöst. Der leuchtende Körper formt sich zu einem Energiestrudel und versucht, gewaltsam in den physischen Körper einzudringen, kann ihn jedoch nicht wiederbeleben. In Tibet wird der Körper drei Tage lang beobachtet. Die Krankenhausbestimmungen verbieten es, dass ein Körper so lange ohne Einbalsamierung bleibt. Aus diesem Grund sind die weiter unten beschriebenen Vorgehensweisen besonders wichtig.

Als mein Vater starb, fühlte ich seinen leuchtenden Körper bis zur Beerdigung zwei Tage lang in der Luft schweben, obwohl er nicht mehr mit seinen physischen Überresten verbunden war. Meine Mutter hatte einen einfachen Gottesdienst organisiert, und am Ende der Zeremonie fühlte ich eine leichte Brise hinter dem Altar hervorwehen. Ich nahm wahr, wie mein Vater in einer intensiven Lichterscheinung verschwand. Als wir eine Stunde später auf dem Friedhof eintrafen, spürte ich keine Energie mehr im Sarg.

Sterberituale

Ich habe die nachfolgende Technik von Dona Laura aus den Anden. Sie war nicht nur eine begnadete Schamanin und He-

bamme, sondern wurde auch für ihre außerordentlichen Fähigkeiten geschätzt, die Menschen in die Welt des Spirits zu »gebären«. Zusammen mit einer anderen Schülerin von ihr nutzte ich jede Gelegenheit, um Dona Laura zu assistieren. Bei einer dieser Gelegenheiten, die inzwischen mehr als 20 Jahre zurückliegt, erkannte ich, wie wichtig diese Rituale sind.

Der Hausmeister hatte mitbekommen, dass jemand gestorben war, und Dona Laura schickte Juan und mich in die Stadt, um das Sehen zu praktizieren. Es war meine zweite Reise dieser Art, und ich war nicht scharf darauf, auf der langen Fahrt über die staubigen Straßen bis nach Cuzco von einem alten, klapprigen Bus durchgeschüttelt zu werden. In der *funeraria* empfing uns ein junger Mann von knapp 20 Jahren, der gerade dabei war, den Schmutz hinauszufegen, der im Laufe des Tages hereingetragen worden war. Es war fast Mitternacht, und die beiden letzten Personen wollten gerade gehen. Juan und ich sahen, wie die ältere der beiden Frauen sich einen schwarzen Schal über die Schultern warf und dem Jungen beim Hinausgehen eine Münze in die Hand drückte.

Ich überließ Juan das Reden. Nach einem kurzen Wortwechsel führte uns der Junge in den Raum, in dem der Verstorbene in einer schlichten Holzkiste lag, die mit dem Schriftzug des Vaterunsers geschmückt war. Der junge Mann nickte und machte die Tür hinter sich zu. Mein Begleiter holte drei Bienenwachskerzen aus der Packung und verteilte sie um die Kiste. Wir gingen ein paar Schritte zurück und setzten uns auf unsere Stühle, um die Zweite Wahrnehmung zu praktizieren. Wir hatten kaum damit angefangen, als Juan einen gedämpften Schrei losließ, der mich fast vom Stuhl warf. Ich hatte Beerdigungen noch nie gemocht, und ich fühlte mich komisch dabei, mir unter dem Vorwand, ein entfernter Verwandter zu sein, Zugang verschafft zu haben.

»Schau«, sagte er. Ich richtete meinen Blick auf den Leichnam, sah aber nur das Flackern der Kerzen. »Schau nur, wie es über der Kiste schimmert!« Juan war schon ganz aufgeregt, und ich war leicht irritiert, weil ich nichts sehen konnte. Ich stand auf und ging zur hölzernen Kiste. Als ich in sie hineinsah, erwartete ich den Anblick eines

alten Menschen, wie bei unserem ersten Besuch hier. Aber stattdessen sah ich ein indianisches Mädchen, das nicht älter als zwölf Jahre war. Sie hatte Rouge auf ihren Wangen und ein neues rotes Kleid an. Ich spürte, wie meine Augen feucht wurden. Ich kniete mich neben der Kiste auf eine Kirchenbank und betete für sie, so gut ich konnte.

»Lass uns gehen«, sagte ich, als ich zurück zu Juan ging. Jetzt sah auch ich das Leuchtende Energiefeld, das wie eine goldene Kugel über der offenen Kiste schwebte. Der untere Teil der Kugel war noch an einer Stelle zwischen dem Herzen und dem Bauch mit dem physischen Körper verbunden. »Siehst du das?«, fragte ich Juan. *»Claro«,* sagte er, natürlich. »Was machen wir jetzt?«, fragte ich. »Nichts«, antwortete Juan. Er erinnerte mich daran, dass Antonio klargestellt hatte, dass wir nur dazu da sind, um die Ablösung des leuchtenden Körpers zu beobachten und vielleicht zu beten, wenn wir den Wunsch dazu verspürten.

Erst kürzlich hatten Juan und ich eine verstorbene Person zum Friedhof begleitet und dabei gesehen, dass der leuchtende Körper buchstäblich aus der Erde herausragte, da er auch nach der Beerdigung immer noch mit dem physischen Körper verbunden war. Laura hatte uns erklärt, dass eine Person zwischen den Welten hängen bleiben kann, wenn sie nicht bewusst stirbt und begreift, dass sie tot ist, sondern sich stattdessen weiterhin mit dem leuchtenden Körper an die physische Gestalt klammert. Sie meinte, ein Heiler oder eine Heilerin kann der gestorbenen Person dabei helfen, sich vom physischen Körper zu lösen.

Nach einigem Bitten willigte Juan ein, das junge Mädchen aus seiner Situation zu befreien. Juan arbeitete dabei über ihrem Körper und löste den leuchtenden Körper von jedem einzelnen Chakra. Ich blieb an den Füßen. Nach kurzer Zeit gingen wir ein Stück zurück und schauten. Das Leuchtende Energiefeld war nun eine pulsierende Kugel, die über dem physischen Körper glühte und einen eigenen Herzschlag zu haben schien. Juan und ich nickten einander zu und waren zufrieden. Ihre Seele war frei.

Als wir zum Haus unseres Mentors zurückkehrten, saß er im Kerzenschein am Esstisch und sprach leise mit Dona Laura. Sobald wir im Raum waren, fragten sie uns, was wir getan hatten. »Nichts«, sagten wir wie aus einem Munde.

»Nun, als wir wieder draußen waren, haben wir uns erstmal ein Bier gegönnt«, erklärte ich, wohl wissend, dass Antonio es gar nicht gern hörte, dass wir Alkohol tranken. »Das macht nichts«, antwortete er. Und dann fragte uns Laura: »Wen habt ihr denn da mitgebracht?«

Die Seele des jungen Mädchens war uns bis nach Hause gefolgt, und Laura sah, wie sie über uns schwebte. Juan und ich hatten zwar gelernt, wie man das Leuchtende Energiefeld vom physischen Körper loslöst, aber wir kannten noch nicht die letzten Rituale. Antonio sah uns streng an und ließ uns den Rest des Abends neben Laura sitzen, die dem Mädchen dabei half, wieder in die Unendlichkeit zu gelangen.

Tagebucheintrag

Die Sterberituale helfen der sterbenden Person, in die Unendlichkeit zurückzukehren. Sie umfassen drei Stufen:

1. Rekapitulation und Vergebung
2. Erlaubnis zum Sterben geben
3. Die letzten Rituale

Rekapitulation und Vergebung

Wir möchten einem geliebten Menschen vor dem Tod dabei helfen, mit seinem Leben abzuschließen. Es ist genauso schwer, von der Spirit-Welt aus »ich vergebe dir« zu sagen und von einer lebenden Person gehört zu werden, wie im Traum die gleichen Worte in der Hoffnung zu sagen, dass eine reale Person sie versteht. Wer es geschafft hat, mit seiner weltlichen Existenz abzuschließen, durchläuft mühelos die Bereiche nach dem Tod. Rekapitulation und Vergebung vollenden ein gelebtes Leben. Ereignisse der Vergangenheit brauchen dann nicht während des Lebensrückblicks vergeben werden, der auf der anderen Seite des Lebens stattfindet. In der Literatur der Nahtod-Erfahrungen handelt die überwiegende Mehrzahl der Be-

richte von positiven Erfahrungen. Der Kardiologe Maurice Rawlings hingegen hat Menschen auf dem Operationstisch sofort nach einer erfolgreichen Wiederbelebung gefragt und herausgefunden, dass die Hälfte seiner Interviewpartner von höllischen Begegnungen berichtete. Rawlings glaubt außerdem, dass viele Menschen nach einem klinischen Tod schreckliche Visionen haben, die sie in den Tagen nach der Wiederbelebung unterdrücken. Andere Forscher sind der Ansicht, dass die Visionen einer Hölle vom Individuum selbst produziert werden. Raymond Moody, einer der bekanntesten Forscher auf dem Gebiet der Nahtod-Erfahrungen, behauptet: »In den Fällen, die ich untersucht habe, kam die Verurteilung nicht von einem Lichtwesen, das die betreffende Person ohnehin liebte und akzeptierte, sondern aus dem Innern des verurteilten Wesens selbst.« Wir sind gleichzeitig die Angeklagten, die Verteidiger, der Richter und die Geschworenen. Wie bereit sind wir, uns selbst zu vergeben? Der Sinn der Rekapitulation liegt darin, mit dem Leben abzuschließen und zu vergeben.

Es ist sehr entscheidend, dass in der Familie genügend Raum für Vergebung und Liebe gegeben wird, die im Verlauf des Lebens nicht ausgedrückt werden konnten. Die Versöhnung mit der Familie ist eine wichtige Voraussetzung dafür, dass die sterbende Person friedlich in eine andere Welt übergehen kann. Nichts hat eine größere Heilkraft als ein einfaches »Ich liebe dich«, das der sterbende Vater oder die sterbende Mutter zum Kind sagt oder umgekehrt. Es ist nicht immer leicht, das stimmt, aber ein ganzes Leben voller Missverständnisse und falscher Erwartungen kann durch Vergebung am Ende des Lebens geheilt werden.

Die Rekapitulation ermöglicht es einem geliebten Menschen, dir seine Geschichte zu erzählen. Die Gelegenheit zu haben, die eigene Geschichte zu erzählen, hat eine reinigende Wirkung und

große Heilkraft. Auf diese Weise machst du deinen Lebensrückblick, bevor du tot bist. Bei der Rekapitulation geht es nicht darum, sich über vergangene Dinge zu streiten, sondern dem geliebten Menschen wirklich zuzuhören. Je früher man mit der Rekapitulation anfängt und je intensiver der Lebensrückblick ausfällt, desto leichter wird der Übergang sein. Manchmal ist es schwer, mit dem Gespräch anzufangen, besonders wenn man schon seit Jahren keine intimen Gespräche mehr miteinander geführt hat. Finde einen Anknüpfungspunkt für den Dialog. Frag zum Beispiel deine Mutter, ob sie sich an den Tag erinnert, als sie deinen Vater zum ersten Mal gesehen hat, wie sie miteinander geflirtet haben und wie ihre erste Verabredung aussah. Sprich ihr Gefühl an, indem du spezielle Fragen stellst. Was hatte ihr zukünftiger Ehemann an diesem Tag an? Wusste sie schon, dass er ihre große Liebe, war, als sie ihn traf? Sei ein guter Zuhörer und stell Fragen. Du wirst staunen, wie bereitwillig jemand dir seine Geschichte erzählt, wenn er dein Interesse spürt. Frag sie nach ihren Eltern und ihrer Kindheit. Wo ging sie zur Schule? Wie war sie angezogen? In welchen Mitschüler hat sie sich verknallt, als sie noch in der Schule war? Was hat sie gemacht, wenn sie zu Hause war? Lenke das Gespräch Schritt für Schritt zu immer persönlicheren Aussagen hin: Wem glaubt sie vergeben zu müssen? Erinnere sie daran, dass sie jedem durch ein Gebet oder einen Segen vergeben kann. Letztlich sollte die sterbende Person sich selbst vergeben und wissen, dass ihr das Leben längst verziehen hat. Frage sie zum Schluss, wie sie in Erinnerung bleiben möchte. Durch welche Geschichten sollten sich ihre Enkel an sie erinnern? Rekapitulation führt durch Vergebung zum positiven Abschluss des Lebens. Hilf der sterbenden Person dabei, alle Gefühle loszulassen, die sich darum drehen, schlecht behandelt worden zu sein und andere schlecht behandelt zu haben.

In den Wochen vor dem Tod meines Vaters saßen wir jeden Tag zusammen, und er erzählte mir seine Lebensgeschichte. Zuerst fiel es ihm reichlich schwer, aber dann sprudelten die Bilder der Vergangenheit nur so aus ihm heraus. Es schien, als wäre ein Damm gebrochen, und Gefühle und Reflektionen waren nicht mehr aufzuhalten. Angefangen hatte es mit einer Übung in geführter Meditation, in der wir uns vorstellten, auf einem großen Stein am Ufer eines Flusses zu sitzen. Mein Vater beschrieb die Bilder, die er den Fluss hinabschwimmen sah. Zuerst war das Wasser grau und düster. Nach ein paar Tagen jedoch schwammen Szenarien aus seiner Kindheit vorüber, und er beschrieb sie mir so, als sähe er sie im Traum. Manchmal schluchzte er leise. Später erzählte er mir von einem Mann, dem er in seiner Jugend Unrecht getan hatte, und dass er schon seit Jahrzehnten nicht mehr an ihn gedacht hatte. Ich ermutigte ihn zu fühlen, dass dieser Mann ihm vergeben hatte und dass er ihm im Gegenzug auch vergeben sollte. Zum Schluss tauchten Bilder von meiner Mutter und ihren gemeinsamen Kindern auf. Er erinnerte sich in allen Einzelheiten an die Ereignisse, bevor er ruhig eindöste. Obwohl diese Erinnerungen nur zwischen uns beiden kommuniziert wurden, war er hinterher in der Lage, unsere Familie zusammenzurufen und jedem von uns zu sagen, wie sehr er uns alle liebte. Es war das erste Mal, dass irgendjemand von uns ihn »ich liebe dich« hat sagen hören. Er wollte es schon sein ganzes Leben lang ausgedrückt haben, hatte es jedoch nie geschafft, sich dazu durchzuringen.

In der Rekapitulation kann die Vergebung gewaltige Ausmaße annehmen. Erwarte trotzdem nicht, dass Wunder geschehen oder dass man in ein paar Stunden das heilen könnte, was ein ganzes Leben lang auf Heilung gewartet hat. Die Menschen sterben in der Regel genauso, wie sie leben. Es ist natürlich, dass eine geliebte Person wütend ist, wenn sie mit dem Ende

des eigenen Lebens konfrontiert ist, und man kann leicht zur Zielscheibe ihres Unmuts werden. Achte darauf, dass du nicht reaktiv wirst und es persönlich nimmst. Grundlegende Einsichten kommen oft unerwartet, wenn man sich dem Tod nähert. Eine solche Einsicht ist beispielsweise die Erkenntnis, dass man anders hätte leben können, liebevoller und mit einer größeren Bereitschaft zur Vergebung. Diese Enttäuschung richtet sich nicht gegen dich persönlich. Gib dem geliebten Menschen das Gefühl, dass es in Ordnung ist, wenn er seine Empfindungen ausdrückt, und antworte auf seinen Ärger, indem du es ihm körperlich bequem machst und es ihm an nichts fehlen lässt. Nimm seine Hand, wenn er weint oder seinen Zorn ausdrückt. Sei eine unerschütterliche Quelle der Liebe und der bedingungslosen Unterstützung, selbst in einem Wutanfall. Je mehr der geliebte Mensch bereit ist, sich selbst zu vergeben, desto schneller wird sich seine Wut in Mitgefühl verwandeln.

Wenn der Zustand der sterbenden Person kritisch ist und sie nicht mehr viel mitbekommt, informiere sie auf jeden Fall so gut es geht. Die meisten Menschen wissen ohnehin Bescheid. Sie fühlen die veränderte Haltung der anwesenden Familienmitglieder – die plötzliche Stille im Raum, die flüsternden Stimmen, das zwanghafte Lächeln. Am besten ist es, ruhig, direkt und mitfühlend zu sein. Deine Zielstrebigkeit erlaubt es dem geliebten Menschen, sich dir zu öffnen und offen zu sein. Er weiß dann, dass er auf dich zählen kann, wenn es darum geht, die Wahrheit zu sagen.

Erlaubnis zum Sterben geben

Der vielleicht wichtigste Moment der Sterberituale besteht darin, der geliebten Person die Erlaubnis zum Sterben zu geben. Mach ihr klar, dass es keinen Grund gibt, sich Sorgen über die zu machen, die zurückbleiben. Eine meiner Studentinnen

namens Diane saß wochenlang neben ihrer sterbenden Mutter. Die alte Frau konnte nicht loslassen, obwohl sie große Schmerzen hatte und nicht mehr essen konnte. Diane hatte mehrere Illuminationen bei ihrer Mutter durchgeführt, und sie und ihre Schwester hatten begonnen, einander zu vergeben und die Wunden der Vergangenheit zu heilen. Schließlich kam Diane der Gedanke, dass sie und ihre Schwester ihrer Mutter noch nicht mitgeteilt hatten, dass es für sie in Ordnung wäre, wenn sie gehen würde. Schließlich sagte sie: »Mutter, wir sind hier bei dir und lieben dich sehr. Wir möchten, dass du weißt, dass es uns gut geht. Wir werden uns umeinander kümmern und unsere Familie zusammenhalten. Obwohl wir dich sehr vermissen werden, ist es nur natürlich, dass du gehen willst. Wir werden all die wunderbaren Momente im Herzen behalten, die wir miteinander hatten, aber wir möchten nicht, dass du weiter leidest und dich ans Leben klammerst. Wir sind voll damit einverstanden, wenn du jetzt sterben möchtest, und werden dich immer lieben.« Ein paar Stunden später nahm ihre Mutter den letzten Atemzug und starb friedlich.

Wenn er nicht die Erlaubnis zum Sterben bekommt, klammert sich ein geliebter Mensch möglicherweise monatelang ans Leben, wodurch er nur unnötig leidet und der Familie ebenfalls große Qual bereitet. Die Erlaubnis muss von den nächsten Angehörigen kommen, und am besten ist es, wenn darüber ein Konsens herrscht. Wenn es ein abweichendes Familienmitglied gibt, das noch nicht loslassen kann oder will, sollte es ermutigt werden, dennoch seine Liebe und seine Vergebung auszudrükken. Oft haben die Familienmitglieder, die sich am schwersten mit dem Loslassen tun, noch die meisten unerledigten Sachen mit der sterbenden Person zu klären, oder sie haben selbst große Angst vor dem Tod. Jede Stimme im Raum sollte gehört und niemand übergangen werden. Wenn die sterbende Person

dein Klient ist, bitte alle unmittelbaren Verwandten, ihr gegenüber ihre Gefühle auszudrücken. Als Heiler kannst auch du deine Zustimmung geben, aber denk immer daran, dass die Erlaubnis des Menschen am meisten Gewicht hat, der der sterbenden Person am nächsten steht, auch wenn es sich dabei nicht um einen Familienangehörigen, sondern um einen persönlichen Freund oder Vertrauten handelt.

Die letzten Rituale

Du brauchst kein Schamane oder Priester zu sein, um die letzten Rituale auszuführen. Du kannst auch so den Raum öffnen, damit der geliebte Mensch von der Hand des Spirits berührt werden kann. Die letzten Rituale bestehen aus zwei Schritten: dem Illuminationsprozess und dem Loslösen des Leuchtenden Energiefelds. Viele Klienten erzählen mir, dass sie während der Illumination die Anwesenheit verstorbener Verwandter und leuchtender Wesen spüren. Es ist, als ob spirituelle Hebammen sich auf der anderen Seite vorbereiten, eine sterbende Person in Empfang zu nehmen.

Durch den Illuminationsprozess kannst du einen Raum erzeugen, in dem ein geliebter Mensch Gnade und Befreiung erfahren kann. Die Vorstellung, man müsse ein ganzes Leben in ein paar Tagen heilen, kann schnell zu einem Gefühl der Hilflosigkeit führen, zumal der geliebte Mensch nicht mehr lange lebt. Denk dann einfach daran, dass es für Heilung niemals zu spät ist. Der bevorstehende Tod ermahnt uns, dass wir keine Zeit zu verlieren haben. Es gibt kein Morgen mehr, auf das wir die Heilung verschieben könnten. Ein Freund von mir, ein katholischer Priester, hat einmal zu mir gemeint, dass das Bekenntnis am meisten zählt, das ein Sterbender ablegt, weil es authentisch ist. Du wirst sehen, dass die damit verbundene Heilung eine der kraftvollsten Erfahrungen in unserem Leben ist.

Am besten fängt man mit dem Illuminationsprozess früh genug an, denn meistens sind mehrere Sitzungen nötig, um die schädlichen Energien zu beseitigen, die sich um lebenslange Abdrücke gebildet haben. Du brauchst nicht zu befürchten, dass du die schädlichen Ablagerungen aus den Chakras der sterbenden Person einfängst, denn diese Rückstände werden verbrannt und in Licht verwandelt. Es besteht keinerlei Risiko für dich. Der Prozess geschieht auf einer energetischen und nicht auf einer psychologischen Ebene, sodass diese Energien nicht als Ärger und Wut in Erscheinung treten.

Sollte der religiöse Glauben des geliebten Menschen es ihm nicht erlauben, eine Illumination zu empfangen, zwing sie ihm nicht auf. Es geht nicht darum, irgendjemanden von irgendetwas zu überzeugen. Deine Aufgabe besteht darin, der Person zu helfen, ihre Stärke, ihre Zuversicht und ihre spirituelle Kraft zu finden, um sich auf die größte Reise ihres Lebens zu begeben. Ich erinnere mich noch an den Vater eines Freundes, bei dessen Tod ich anwesend war. Er war über 80 Jahre alt und ein sehr religiöser Mensch. Als ihm mein Freund meine Heilmethoden erklärte, starrte er seinen Sohn ungläubig an. Der alte Mann dankte seinem Sohn für die Mühe, aber jeden Morgen komme ein Priester ins Krankenzimmer, um mit ihm zu beten, und das reichte. Der Vater war viel herumgekommen, und so fingen wir an, über den peruanischen Regenwald zu sprechen, den er als junger Mann gesehen hatte. Wir erzählten uns Geschichten über Häfen am Amazonas. Nach wenigen Minuten dämmerte er jedoch immer weg. Als ich ihn das dritte Mal besuchte, fragte ich ihn, ob er etwas dagegen hätte, wenn ich mit ihm beten würde. Als er damit einverstanden war, nahm ich seine Hand und schloss meine Augen zum Gebet. Mir war schon vorher aufgefallen, dass seine Frau die einzige Person war, die ihn berührte – alle Kinder blieben auf Distanz, selbst

in lebhaften Konversationen. Es schien, als hätten sie Angst, dass Sterben ansteckend sein könnte, und so wollten sie sich nicht durch körperlichen Kontakt gefährden. Jedes Mal, wenn wir unsere Augen zum Gebet schlossen, nahm er meine Hand, und es dauerte nicht lange, und er war eingeschlafen.

Es ist wichtig, dass der geliebte Mensch dir die Erlaubnis gibt, eine Illumination oder irgendeinen anderen Teil der Sterberituale durchzuführen. Der Vater meines Freundes hatte mir erlaubt, mit ihm zu beten. Mehr brauchte ich nicht, um eine Illumination durchführen zu können. Es war nicht so leicht, hinter seinen Kopf zu reichen, um die Vertiefungs- und Freisetzungspunkte zu drücken, weil das Krankenhausbett gegen die Wand stand.

So führte ich eine Illumination an seiner Seite durch und hielt einfach nur seine Hand. Ich bat dabei stillschweigend seinen Körper-Geist, die Vertiefungspunkte dann zu aktivieren, wenn ich einen bestimmten Punkt seiner Hand drückte, und entsprechend die Freisetzungspunkte wirksam werden zu lassen, wenn ich auf einen anderen Punkt seiner Hand Druck ausübte. Mein Klient war bereit, sich an der Heilung zu beteiligen. Sein Körper-Geist machte bereitwillig mit und stellte die notwendige leuchtende Verbindung zwischen den Punkten in der Hand und dem Hinterkopf her.

Die Punkte, mit denen ich auf dem Handgelenk arbeite, liegen auf demselben Akupunktur-Meridian wie die Vertiefungs- und Freisetzungspunkte. Die Vertiefungspunkte der Hand liegen auf der Außenseite des Handgelenks, dort, wo die Hand anfängt. Die Freisetzungspunkte liegen knapp drei Zentimeter oberhalb des Handgelenks an der Spitze des Unterarms. Ich öffnete das Chakra, mit dem wir arbeiteten, und schloss es wieder, als wir fertig waren. In drei Sitzungen schafften wir es, alle Chakras zu illuminieren. Der Vater meines Freundes wach-

te nach jeder Illumination auf und erzählte mir, wie tief er geschlafen oder was er geträumt habe. Ich brachte meinem Freund bei, wie er die letzten Rituale für seinen Vater auszuführen hatte, weil ich verreisen musste. Nach meiner Rückkehr erfuhr ich, dass er im Schlaf gestorben war.

Der Illuminationsprozess verbrennt die Energie in den Chakras und löscht die Abdrücke im Leuchtenden Energiefeld. Dies erleichtert den Lebensrückblick in der Spirit-Welt, da die meisten Dinge nun nicht mehr emotional blockiert sind. Wenn du alle sieben Chakras illuminierst, brauchst du nicht speziell nach einem betroffenen Chakra zu suchen. Wenn du die Ablagerungen aus dem ersten Chakra entfernt hast, bring es dadurch ins Gleichgewicht, dass du es wieder im Uhrzeigersinn drehst. Geh danach zum zweiten Chakra über und folge dem gewohnten Ablauf des Illuminationsprozesses. Es wird dir sehr wahrscheinlich nicht gelingen, alle sieben Chakras in einer Sitzung zu illuminieren – der Prozess kann sich also in die Länge ziehen.

Der Körper weiß, wie es ist zu sterben, denn er weiß auch, wie es ist, geboren zu werden. In neun von zehn Fällen kehrt das Leuchtende Energiefeld problemlos in die Welt des Spirits zurück. Entsprechend verlaufen auch neun von zehn Geburten ohne Komplikationen.

Nur bei einer von zehn Geburten besteht ein erhöhtes Risiko, und selbst natürliche Geburten finden heute meistens im Krankenhaus statt, wo im Notfall immer ein Arzt erreichbar ist. Ein Heiler oder eine Heilerin muss nur dann das Leuchtende Energiefeld von den Chakras trennen, wenn der Ablösungsprozess nicht auf natürliche Weise geschieht. Die nachfolgenden Rituale sollten ausgeführt werden, nachdem eine Person gestorben ist. Sofort nach dem Eintritt des Todes befreist du das Leuchtende Energiefeld und versiegelst die Chakras, sodass der

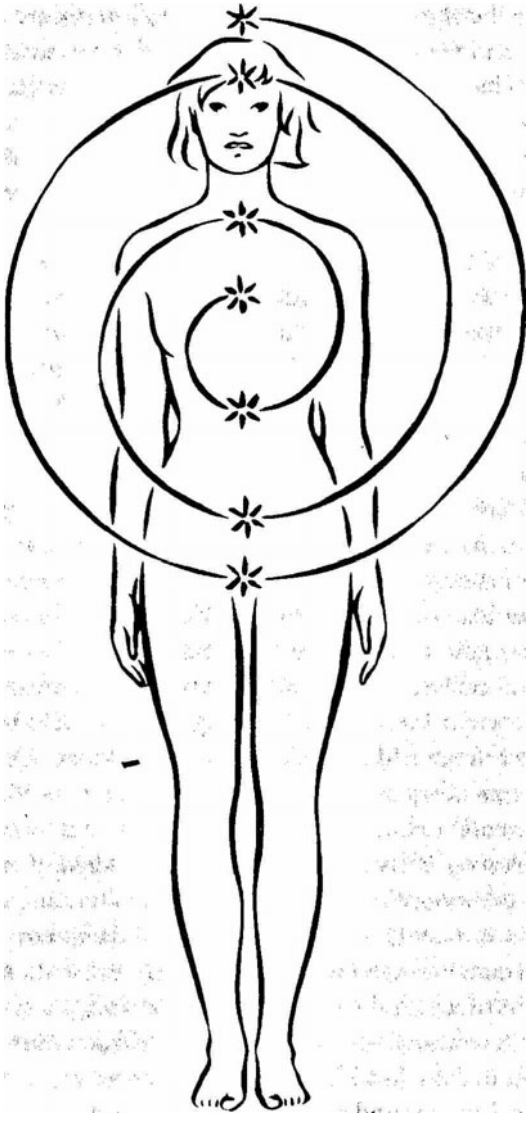
leuchtende Körper sich nicht wieder mit der körperlichen Hülle verbinden oder von den Energierückständen im Körper verunreinigt werden kann.

1. Öffne einen heiligen Raum, indem du die vier Richtungen, den Himmel und die Erde anrufst (siehe Kapitel 6).

2. Breite deinen leuchtenden Körper über dich selbst und die verstorbene Person aus. Es ist wichtig, in diesem zweifach heiligen Raum zu arbeiten, denn er schützt den geliebten Menschen vor störenden Energien von außen. Die Legenden der Regenwaldbewohner besagen, dass sich im Moment des Todes die hungrigen Geister von all den Menschen um unser Totenbett versammeln, die wir verletzt oder beleidigt haben, um ihren Anteil zu fordern. Sie verfolgen den Verstorbenen solange, bis sie eine Wiedergutmachung erhalten haben. Für mich sind diese hungrigen Geister aus der eigenen Psyche auftauchende Dämonen, die die unerledigten Dinge unserer Vergangenheit repräsentieren. Aus diesem Grund ist es von entscheidender Bedeutung, dass wir mit unserem Leben wirklich abschließen. Wenn wir das tun, verschwinden die hungrigen Geister; unsere Vergebung löst sie in Luft auf. Wenn du dein leuchtendes Feld über den geliebten Menschen ausbreitest, erzeugst du mitten im Sturm eine Insel der Ruhe. Auf dieser Insel helfen Verwandte, die sich weiterentwickelt haben, und Heiler aus der Spirit-Welt der sterbenden Person. Die Schamanen vom Oberlauf des Amazonas glauben, dass der eigentliche Sinn ihrer Ausbildung darin liegt, dass sie lernen, wie sie dieses Leben lebendig verlassen können. Das heißt nicht, dass sie ihren physischen Körper mitnehmen wollen, sondern dass sie danach streben, ihr Bewusstsein auf der ganzen Reise klar und wach zu halten.

3. Wenn die Atmung aufgehört hat, trenne die Chakras vom Leuchtenden Energiefeld. Idealerweise sollte dies unmittelbar

nach dem Eintritt des Todes erfolgen, auf keinen Fall aber später als 40 Stunden nach dem letzten Atemzug. Sofort nach dem Tod fangen die Chakras an, die leuchtenden Fäden abzustoßen, über die sie mit Ereignissen aus der Vergangenheit verbunden waren. Der Rhythmus der Chakras verändert sich. Es ist deutlich spürbar, wie sich Frequenz und Schwingung erhöhen. Die Chakras beginnen sich vom Körper zu lösen und werden dabei durch die Ablagerungen behindert, die sich in ihnen befinden.
Weil sich die Energie der Chakras sehr schnell verändert, lösen wir sie am besten dadurch, dass wir dem Bogen einer Spirale folgen, die ihren Ausgangspunkt im Zentrum des Chakras hat. Jedes Chakra muss nun gegen den Uhrzeigersinn gedreht werden. Führe deine Hand über das Herz-Chakra der verstorbenen Person und dreh deine Fingerspitzen drei- oder viermal gegen den Uhrzeigersinn, um das Chakra zu lösen. Geh dann zum Solarplexus, dann zum Kehlkopf, dann zum zweiten Chakra, dann zum sechsten, als nächstes zum Wurzel-Chakra und zum Schluss zum Kronen-Chakra, so wie es weiter unten beschrieben wird. Während du die Chakras löst, stell dir vor, du ziehst eine große Spirale mit dem Herz als Mittelpunkt. Führe die einzelnen Schritte sorgfältig aus.



Die Spirale der Chakras für die letzten Rituale

4. Folge mit der Hand dem Verlauf einer Spirale, während du zum dritten Chakra oder Solarplexus gehst und das gleiche Verfahren wie oben wiederholst. Wenn du das dritte Chakra gelöst hast, geh zurück zum Herzen, fühle das Chakra und folge dem Verlauf einer Spirale hinunter zum dritten und hinauf zum Kehlkopf-Chakra.

5. *Wiederhole diese Vorgehensweise mit jedem Chakra und kehr immer zum Herzen zurück, wenn du ein Energiezentrum gelöst hast.* Das letzte Chakra, das du lösen musst, ist das Kronen-Chakra. Wenn du dort angekommen bist, hast du bereits mehrmals eine große Spirale über den Körper der verstorbenen Person gezogen. Ihr leuchtender Körper kann jetzt durch eins der sieben Chakras entweichen.

6. Leite Energie in die Füße der verstorbenen Person, um dem leuchtenden Körper einen kleinen »Stups« zu geben. Leg dazu deine Handflächen über Kreuz auf ihre Fußsohlen, sodass deine rechte Hand auf der linken Sohle ist und umgekehrt. Visualisiere, wie die Energie aus deinen Händen in den Körper fließt. Manchmal bleibt das Leuchtende Energiefeld noch mit den Chakras verhaftet, nachdem diese aufgedreht worden sind. Die Energiezufuhr stößt das Leuchtende Energiefeld an, sodass es frei wird von der Verbindung mit dem Körper. In den meisten Fällen entschwindet der leuchtende Körper sofort, nachdem er von den Chakras getrennt worden ist, und es ist nicht notwendig, diesen oder den nächsten Schritt auszuführen.

7. Ziehe den leuchtenden Körper heraus. Nimm dafür den Kopf der gestorbenen Person in die Hände und halte ihn für einen kurzen Moment, in dem du ihr sagst, dass es in Ordnung ist, wenn sie jetzt loslässt. Erzähl ihr, dass es dir gut geht und dass du sie liebst. Sprich dabei sanft, aber doch mit fester Stimme, und vergiss nicht, dass sie dich noch hören kann. Geh nun mit den Händen nach hinten, indem du einen leichten

Druck auf ihren Kopf ausübst, und zieh ihren leuchtenden Körper durch das Kronen-Chakra heraus. Du wirst dabei eine gewaltige Energiewelle spüren, wenn das Leuchtende Energiefeld sich vom Körper befreit. Ein Student berichtete davon, dass er und seine Geschwister alles durchmachten, von Verzweiflung bis Freudentränen, als der leuchtende Körper ihrer Mutter frei wurde. Der ganze Raum war von einem Frieden erfüllt, den sie nicht erklären konnten. Der leuchtende Körper tritt nicht immer durch das Kronen-Chakra aus. Er kann den physischen Körper durch jedes Chakra verlassen, das ihm dafür geeignet erscheint. Ich habe den leuchtenden Körper sowohl durch das zweite als auch durch das Herz-Chakra austreten sehen.

8. Versiegle die Chakras, indem du mit dem Daumen ein Kreuz über jedes Energiezentrum machst. Das Versiegeln der Chakras bewahrt den leuchtenden Körper davor, in die leblose körperliche Gestalt zurückzukehren. Du kannst dafür heiliges Wasser oder ein Duftöl benutzen. Denk daran, dass das Kreuz älter ist als das Christentum. Es repräsentiert das Versiegeln eines Eingangs in einen physischen Körper, der nicht mehr gebraucht wird.

In der christlichen Tradition stößt man auf eine ähnliche Praxis in Bezug auf die letzten Rituale, nur wurde die Bedeutung dieser Rituale zum größten Teil vergessen. Der Priester salbt die Stirn und das Herz, indem er über beide mit heiligem Öl das Kreuzzeichen macht. Ihm ist dabei nicht klar, dass er dadurch vielleicht das Leuchtende Energiefeld einer Person im physischen Körper einschließt und so den Spirit an leblose Materie haftet. Wenn das geschieht, kann es sein, dass sich eine Person weiterhin mit dem zerfallenden physischen Körper identifiziert. Wenn sie die eine von zehn Personen ist, die nicht auf natürliche Weise in die Spirit-Welt zurückkehrt, bleibt sie möglicherweise so lange an den Körper gebunden, bis dieser

verwest ist und keine Materie mehr übrig ist, an die der leuchtende Körper sich haften könnte.

Als mein Vater starb, führte ich die Sterberituale zum ersten Mal in eigener Verantwortung durch, ohne meinem Mentor zu assistieren. Ich war bei ihm, als er ins Koma fiel. Zusammen mit meiner Schwester und meiner Mutter hielt ich an seinem Bett Nachtwache. Ich hielt tagelang seine Hand und gab ihm zu spüren, wie sehr wir ihn alle liebten und dass es uns gut gehe und er sich keine Sorgen um uns zu machen brauche. Während einer dieser Nachtwachen verließ ich zusammen mit meiner Schwester kurz das Krankenzimmer, um irgendwo ein Sandwich aufzutreiben. Als wir zurückkamen, hatte mein Vater bereits aufgehört zu atmen. Ein junger katholischer Priester stand über sein Bett gebeugt und führte die letzte Ölung durch. Ich beförderte den Priester freundlich aus dem Zimmer und verschloss die Tür. Als ich die Chakras meines Vaters löste, sah ich seinen leuchtenden Körper durch sein Herz-Chakra austreten. Sobald alle seine Chakras frei waren, versuchte sich sein leuchtender Körper vom physischen Körper zu lösen. Es bedurfte dazu nur eines kleinen, liebenden Anstoßes durch seine Fußsohlen hindurch. Die Qualität des Raums änderte sich schlagartig. Wir fühlten eine Erhabenheit, die ich mehr mit Kathedralen in Verbindung bringe als mit Krankenhäusern. Meine Mutter hörte auf zu weinen, und wir drei umarmten uns. Wir spürten die Anwesenheit des Vaters im Raum und fühlten, dass er nun frei von den verkrüppelnden Schmerzen war, die er in seinem letzten Jahr erleiden musste. Ich versiegelte seine Chakras, öffnete die Tür und bat den jungen Priester, seine Zeremonie zu beenden.

Spirituelle Unterstützung

Der Heiler muss dem Sterbenden spirituelle Hilfe so unauf-

dringlich wie nur möglich geben. Denk daran, dass alle Anwesenden der Heilung bedürfen, nicht nur die sterbende Person. Manchmal möchte die Familie, dass man eine führende Rolle einnimmt, weil niemand direkt etwas mit dem Tod zu tun haben will. Achte darauf, dass du nicht in diese Abnehmer-Funktion hineinrutschst. Die wichtigste Aufgabe des Heilers besteht darin, einen heiligen Raum aufrechtzuerhalten. Während des Sterbeprozesses verstärken sich alle Gefühle. Schmerzvolle Erinnerungen, die verwirrende Situation des Sterbens und der Kummer der anwesenden Familienmitglieder tragen zum allgemeinen Durcheinander bei. Wenn du einen geliebten Menschen beim Sterben mit deinem Leuchtenden Energiefeld umfängst, schaffst du eine Oase des Friedens, in deren Ruhe die sterbende Person sowohl die geliebten Menschen um sich herum als auch die leuchtenden Heiler auf der anderen Seite wahrnehmen kann.

Symbolischer Tod

Die Schamanen lernen die Reise über den Tod hinaus durch den Spirit-Flug. Sie halten es für äußerst wichtig, den Pfad ins Unendliche bereits jetzt kennen zu lernen, wo wir noch einen Körper haben, in den wir zurückkehren können. Sie veranstalten Rituale, in denen sie symbolisch sterben und in die Welt jenseits des Todes reisen, wo sie kraftvolle Geschenke der Heilung empfangen. Indem sie den Spirit-Flug (der im Westen bekannt ist als Erfahrung, den Körper zu verlassen) und Meditation praktizieren, lernen die Heiler das Land kennen, das uns nach dem Tod erwartet. Auf der anderen Seite des Lebens entdecken sie einfach nur Leben. Die Reise über den Tod hinaus ist ein archetypisches Symbol der Transformation und findet sich in jeder Kultur der Welt. Diese Reise in die göttliche

Wirklichkeit wird durch Christus illustriert, der drei Tage unter den Toten weilte, bevor er wieder auf der Erde erschien.

Die mündlichen Überlieferungen von Stammesvölkern sind voll von Geschichten über die Herausforderungen, denen man sich auf der Reise ins Licht gegenübersieht. Man trifft dabei auf dämonische Gestalten, vielköpfige Ungeheuer, Leichenschänder, Geister und Gespenster – kurz: all die Mitwirkenden eines schrecklichen Albtraums. Die Mythologie versorgt uns nicht nur mit detaillierten Beschreibungen dieser Begegnungen, sondern auch mit Strategien, diese albtraumhaften Geschöpfe zu überwinden. Wenn du dir die Geschichten genau anschaust, entdeckst du, dass der Held nicht siegt, weil er kämpft, sondern weil er sein Bewusstsein verändert. Als Herkules Hydra, der vielköpfigen Schlange, gegenüberstand, wuchsen dieser für jeden abgeschlagenen Kopf zwei neue Köpfe. Ein Amazonas-Schamane erzählte mir, wie er auf einem Spirit-Flug einer riesigen Anakonda begegnete. Wie schnell er auch lief, die Schlange holte ihn immer ein. Schließlich überholte sie ihn und öffnete vor ihm ihren Höllenschlund. Er sah ihren geriffelten Gaumen und war sicher, dass die Schlange ihn verschlingen würde. An diesem Punkt sprang er – vor Angst zitternd – in die Kehle der Anakonda und wurde von dem großen Tier hinuntergeschluckt. Sein Körper wurde dabei gequetscht, bis alle Knochen zerbarsten. Jetzt bemerkte er, dass er mit den Augen der Schlange sehen konnte, und fühlte die Beschaffenheit des Bodens unter ihrem Bauch. Er schloss seine Reise in der Gestalt dieser großen Schlange ab, und nun beschützt ihn die Schlange jedes Mal, wenn er sich auf einen Spirit-Flug begibt.

Jede Religion verfügt über eine Sammlung von Techniken, die eine Reise jenseits des Todes ermöglichen. Diese Sammlung enthält Anleitungen, die man ausführen muss, wenn man

über den Kreislauf von Leben und Tod hinaus will, und eine genaue Beschreibung, was einen jenseits der materiellen Welt erwartet. Zu den bekanntesten Schriften dieser Art zählt das Tibetische Totenbuch. Wie sein ägyptisches Gegenstück wird es nicht nur deshalb hoch geschätzt, weil es uns eine Landkarte der Spirit-Welt anbietet, sondern weil es das Geheimnis des Lebens offenbart. Die Landkarten sind nützlich für das Sterben, aber noch wichtiger ist, dass sie uns helfen, das Mysterium des Lebens zu verstehen. Sobald wir begreifen, dass das Leben nie aufhört, sondern ewig weitergeht, sind wir frei. Der Tod vermag uns nicht länger zu bedrohen, und wir entdecken ein Selbst, das im Unendlichen zu Hause ist.

Epilog

Machu Picchu wurde von Pachacutek erbaut, dem neunten Inkakönig, der über ein Reich herrschte, das die Größe der Vereinigten Staaten hatte. Sein Name bedeutet »Erneuerer der Welt« und verkörpert den Kern der Inka-Prophezeiungen, die für das Ende der Zeit eine Phase der Erneuerung oder *pachacuti* vorhersagen. Das Inka-Wort *pacha* bedeutet »Erde« oder »Zeit«. *Cuti* bedeutet »das Unterste nach oben kehren«. *Pachacuti* bezieht sich daher auf eine Zeit des großen Umbruchs auf der Erde. Die Ankunft der spanischen Konquistadoren löste das letzte *pachacuti* aus, als die Welt der Inka zerstört wurde und Ordnung dem Chaos weichen musste. Könige und Häuptlinge wurden getötet, die Heiler versklavt, und die Bevölkerung wurde gnadenlos in Plantagen und Minen ausgebeutet. Nach den Weissagungen der Inka-Schamanen hat das nächste *pachacuti* bereits begonnen, und der Umbruch und das Chaos, das für diese Periode charakteristisch ist, werden bis zum Jahre 2012 andauern. Während dieser Zeit wird die Erde sich erneut stark verändern. Die Ausplünderung der Erde, wie sie durch die europäische Zivilisation betrieben wurde, wird aufhören, und die Lebensweise der erdverbundenen Menschen wird wieder in den Vordergrund treten. Die Konquistadoren sterben durch ihr eigenes Schwert, und die Erde wird zu einem Zustand des Gleichgewichts zurückkehren.

Für die Inka bedeutet *pachacuti* das Ende der Welt, wie wir sie kennen. Obgleich die Prophezeiungen auch von der Möglichkeit der vollkommenen Vernichtung sprechen, verweisen sie doch auf ein Jahrtausend des Friedens, das nach der gegenwärtigen Periode der Unruhe und des Aufruhrs in Erscheinung tritt.

Noch wichtiger für die Schamanen ist, dass die Prophezeiungen von einem Riss im Zeitgefüge selbst sprechen, einem neuen Fenster in die Zukunft, durch das eine neue menschliche Art entstehen wird. Don Antonio war immer der Ansicht gewesen, dass die Zeit des *Homo sapiens* abgelaufen sei und ein neuer Mensch, der *Homo luminus*, in diesem Moment auf unserem Planeten geboren wird. Interessanterweise glaubte mein Mentor, dass Evolution innerhalb der Generationen geschähe und nicht zwischen den Generationen, wie es die Biologen annehmen. Dies bedeutet, dass *wir* die neuen Menschen sind. Wir sind diejenigen, auf die wir gewartet haben. Die entscheidende Frage ist nicht mehr, ob wir den Quantensprung in unsere Zukunft machen können, sondern ob wir uns jetzt trauen, ihn zu tun.

Don Manuel Quispe war zu einer wahrhaft globalen Perspektive gelangt. Er wusste, dass die Schicksale der Menschen auf der Erde alle miteinander verwoben sind, und war überzeugt davon, dass die Prophezeiungen der Inka, aber auch der Hopi und der Maya, sich an alle Menschen aller Farben und Nationen richteten, denn sie alle entsprangen *munay*, der bedingungslosen Kraft der Liebe.

Im Laufe der Jahre lud mich Don Manuel immer öfter zu seinen privaten Zeremonien ein. Ich erinnere mich daran, den ältesten Heiler der Inka, vergleichbar mit dem Dalai Lama, während einer Zeremonie außerhalb von Cuzco getroffen zu haben. Wir saßen in einer Inka-Ruine und waren von Bergen umgeben, die uns um eine Meile oder mehr überragten, obwohl wir uns bereits auf einer Höhe von fast 4000 Metern befanden. Der Schamane hielt drei Kokablätter zwischen seinen Fingern und begann zu beten. Er blies seine Gebete auf die Blätter und rief die Spirits der Berge und von Mutter Erde an.

Ich fühlte die Anwesenheit der schneebedeckten Berggipfel

in unserer Zeremonie. Plötzlich waren sie nicht mehr über mir und um mich herum, sondern neben mir, oder ich war an ihrer Seite in den grünen Tälern, die zwischen uns waren. Der alte Schamane glaubte, dass die Heilzeremonien und das Wissen der Indios dem ganzen Planeten gehörten. Dies wurde mir zur Gewissheit auf einer Expedition zu dem heiligen Berg Ausangate.

Wir hielten uns in Pachanta Pampa auf und bereiteten uns für den letzten Abschnitt der Reise zu unserem Lager in 4000 Meter Höhe vor. Die nächsten sechs Tage sollte ich hautnah mit den Ältesten der Inka zusammen sein und an ihren Zeremonien teilnehmen. Der Ausangate ist 7000 Meter hoch und bekannt als »Berg, der in Sturm gehüllt ist«. Wir begannen mit dem Aufstieg im Juli, also mitten im Winter in Südamerika. Der Legende nach teilen sich die Wolken, die den Berg ständig umgeben, wenn die Schamanen kommen, um an der *buaca,* einem Kraftort genau am Herzen des Berges, ihre Zeremonien abzuhalten.

»Du musst dem Pferd die Binde über die Augen ziehen, bevor du aufsitzt«, erklärte mir der Indio in einer Mischung aus Spanisch und Qechua. »Es geistert sonst leicht in der Gegend herum.« Ich schaute mein Pferd an, das kaum größer als ein Pony war. Als ich das bunte Halstuch sah, das seine Augen bedeckte, murmelte ich ein »Verdammt« vor mich hin. »Ein gutes Pferd«, fuhr der Indio fort, als er bemerkte, dass ich zögerte. »Klein, aber gut. Das Herz der großen Pferde hört in dieser Höhe auf zu schlagen.« Ich schaute gen Himmel, aber er war nicht das geringste bisschen blau. Es sah eher danach aus, als würde es jeden Moment anfangen zu schneien. Dies schien nicht mein Tag zu sein. »Ich glaube, ich gehe lieber zu Fuß. *Muchas gracias.*«

Huacas sind heilige, aber auch sehr gefährliche Orte, an de-

nen der Schleier zwischen den Welten hauchdünn ist und die normale Wahrnehmung von Zeit und Raum verschwimmt. Es handelt sich um Plätze, an denen *causay*, die ursprüngliche Energie der Schöpfung, in unsere Welt strömt. Hier können Schamanen Ereignisse der Vergangenheit beeinflussen und das Schicksal lesen. Der Ausangate ist der kraftvollste aller *buacas*. Jedes Jahr treffen sich hier 70000 Pilger, viele von ihnen sind Heiler und Heilerinnen, zur größten indianischen Feier auf dem amerikanischen Kontinent – Collor Riti, das Fest des Schneesterns. Die festlichen Aktivitäten werden im »öffentlichen« Teil des Berges abgehalten. Wir gingen zu seinem Herzen, einem Platz am Fuße des Gletschers, der nur Don Manuel und anderen Ältesten bekannt war. Wir kamen zusammen, um dabei zu sein, wenn die Inka-Prophezeiungen über die zukünftige Zeit verkündet wurden.

In 5000 Meter Höhe wird jeder Schritt zur Meditation. Nach drei Stunden Fußmarsch bereute ich, kein Pferd genommen zu haben, mochte es die Augen verbunden haben oder nicht. Einen unerwarteten Segen erhielt ich dadurch, dass ich in einer Gruppe von mehr als 50 Schamanen lief. Neben mir war Don Manuel. Er erklärte mir, dass Inka keine Pferde reiten. »Sie sind spanisch«, meinte er. Die übrigen Mitglieder unserer Gruppe hatten einen längeren Weg gewählt, der besser für Pferde geeignet war. Wir waren auf einem Fußpfad, der es erforderlich machte, durch knietiefes Gletscherwasser zu waten. Meine Goretex-Stiefel waren so durchgeweicht, dass ich mit jedem Schritt triefende Geräusche von mir gab. Die Frauen lachten und meinten, dass ihre Sandalen aus alten Autoreifen viel praktischer seien, da sie in der dünnen Luft schnell trocknen.

»Wir leben schon seit Anbeginn der Zeit in den Bergen«, erklärte Don Manuel, »schon bevor Cuzco gegründet wurde.

Nachdem die Naupa Runa, die vorweltlichen Wesen, durch die Kinder der Sonne verbannt worden waren, besiedelten unsere Vorfahren die Berggipfel. Wir haben schon immer mit den *apus*, den heiligen Bergen, zusammengelebt.« Während der spanischen Eroberung kehrte eine Gruppe von Inka-Schamanen in die Berggipfel zurück, um der Kirche und den Konquistadoren zu entkommen. Jahrhundertelang waren sie der Stoff von Legenden, ein Mythos aus längst vergangener Zeit. Vor fast 50 Jahren kamen sie dann von den Berggipfeln herab, um Collor Riti zu feiern, und wurden von den Medizinleuten als die letzten Kinder der Sonne empfangen. Als sie zum ersten Mal herabkamen, auf ihren Ponchos das königliche Emblem der Sonne, teilte sich eine Schneise in der mehrere Tausend Menschen umfassenden Menge, und die Ältesten begrüßten sie mit den Worten: »Wir haben 500 Jahre auf euch gewartet.«

Als ich Don Manuel fragte, warum sie von den Bergen heruntergekommen seien, sagte er, dass es so in ihren Prophezeiungen steht. 500 Jahre lang haben sie das Tun der Konquistadoren beobachtet – die Verschmutzung der Flüsse, das Ausufern der Städte, die Klimaveränderung und andere Zeichen. Ihnen wurde eine Prophezeiung anvertraut, die das Ende der Zeit verkündet. »Jeder kann ein Prophet sein«, erklärte Don Manuel weiter. »Wir sind schon immer die Hüter des Wissens und der Rituale gewesen, die eine neue Zeit für die Menschheit und den Planeten ankündigen. Dieses praktische Wissen gehört nicht nur den indigenen Völkern, sondern der gesamten Welt. Es ist bekannt als *ntosok karpay*, die Rituale der zukünftigen Zeit.«

Ich fragte Don Manuel, wie dieses Wissen und diese Rituale aussehen. »Unsere Prophezeiungen sind in Stein gemeißelt«, sagte er. »Wir haben keine geschriebene Sprache so wie ihr. Wir haben nur unsere Webereien und unsere Steine. Wenn du

Machu Picchu und die Steine dieser alten Stadt verstehst, verstehst du Cuzco. Machu Picchu ist Cuzco im Kleinen. Wenn du Cuzco verstehst, verstehst du das gesamte Inka-Reich.« An dieser Stelle machte er eine Pause, und ich nutzte die Gelegenheit, um mich an einen Felsbrocken zu lehnen und Luft zu holen. Wir waren nur noch eine Meile von Azulcocha, unserem Basislager an der blauen Lagune im Herzen des Berges, entfernt. Überall um uns herum waren *apachetas,* Gebetssteinhaufen, von Pilgern errichtet, die die gleiche Reise unternommen hatten wie wir. Die Steine waren sorgfältig zu Türmen mit einer Höhe zwischen einem und zwei Metern aufeinander gestapelt. Auf dem Felsbrocken, gegen den ich gerade lehnte, befand sich einer dieser *apachetas,* und Don Manuel wies mich darauf hin, dass sie den Eingang zum inneren Raum, zum Herzen des Berges, anzeigten. Don Manuel ließ sich neben mich sinken und öffnete seine *mesa,* eine Sammlung von Steinen und Kraftobjekten, die jeder Schamane bei sich hat. »Wenn du die *mesa* verstehst«, sagte er und öffnete dabei sorgsam seinen Medizinbeutel, um mir die Steine zu zeigen, »verstehst du Machu Picchu und die Prophezeiungen.«

Der Schamane verdient sich seine *mesa* im Verlauf seiner eigenen Heilung. Jeder Stein steht für eine Wunde, die in eine Quelle der Weisheit und des Muts verwandelt wurde. In diesem Verwandlungsprozess entfernt er die karmischen Abdrücke in seinem Leuchtenden Energiefeld sowie die schädlichen Ablagerungen, die seine Chakras verunstalten. Indem er frei ist von dem Griff der Vergangenheit, die in den Abdrücken gespeichert ist, wird er empfänglich für den, der er in Zukunft sein wird. Von seinen Chakras gehen leuchtende Stränge aus, die das Gewebe der Zeit umspannen und sich im Unendlichen verankern. Durch diese Lichtfäden fließen die Weisheitslehren der Vergangenheit und der Zukunft. Er denkt an die alten Ge-

schichten und erinnert sich an die, die noch nicht erzählt wurden. Er kann seinen Körper so beeinflussen, dass dieser anders altert, sich anders heilt und anders stirbt. Aus ihm ist ein Inka geworden, ein Kind der Sonne, *Homo luminus.*

Das Ende der Zeit ... jede Religion der Welt spricht davon. Die Juden erwarten den Messias am Ende der Zeit, und im Christentum endet die Zeit mit dem Erscheinen des Christus und später noch mal, wenn die Lebenden und die Toten zum Jüngsten Gericht auferstehen. Es ist interessant, dass alle annehmen, die Zeit flösse nur in einer Richtung, und dass das Ende der Zeit dann kommt, wenn keine Minuten und Sekunden mehr existieren.

Für Antonio, Laura, Manuel und die anderen Schamanen und Heiler ist das Ende der Zeit nicht etwas, das in einer fernen Zukunft geschieht, sondern ein Prozess, der jetzt stattfindet. Sein wichtigster Bestandteil ist die Illumination. Anstatt den heiligen Raum einen bestimmten Moment lang offen zu halten und *causay,* die Energie der Heilung, fließen zu lassen, betreten sie diesen Raum und kehren zur Quelle zurück, die sie *texemuyo* nennen. Mein Freund, ein Jesuit, hat lange gebettelt, ich möge ihn zu dieser Zeremonie mitnehmen, aber ich habe mich stets geweigert, es zu tun. Während dieser Zeremonie vereint sich der Schamane mit dem Selbst, das den Garten Eden niemals verlassen hat, das immer noch mit Gott spricht und niemals stirbt. Das muss man sich mal klarmachen. Alle warten auf die Ewigkeit, und die Schamanen sagen: »Wie wär's mit heute Abend?«

Das Problem mit der Zeit, wie wir sie kennen, liegt darin, dass sie an Kausalität gebunden ist. Ursache und Wirkung. Weil gestern das und vor zehn Jahren das geschehen ist, bin ich heute so. Eine der unausweichlichen Folgen der Kausalität sind Psychologen. Sie rupfen das Unkraut, das in der Kindheit gesät wurde, haken die Blätter zusammen und beschneiden die Stiele, reißen es aber niemals mit den Wurzeln aus. Sie machen damit weiter, Pathologie zu ernten, und vergessen dabei, die Samen für zukünftige Möglichkeiten zu pflanzen. Kausalität bindet dich an das Gewöhnliche und den Allgemeinplatz.

Mich interessiert die Idee nichtkausaler Beziehungen. Antonio sagt, dass er unser Treffen arrangiert hatte. Es wäre nicht möglich gewe-

sen, ihn durch Suchen zu finden. Wenn Konquistadoren und Missionare ihn und seine Leute 500 Jahre lang nicht gefunden hatten, wie konnte ich mir dann einbilden, dass ich dazu in der Lage war?

Heute ist ein guter Abend, um aus der Zeit herauszutreten. Die Unendlichkeit ist geduldig.

Tagebucheintrag

Bitte berichte mir von deinen Erfahrungen mit dem schamanistischen Heilungsprozess.

Du kannst mich per E-Mail an Dr. Alberto Villoldo erreichen, meine E-Mail-Adresse lautet:
villoldo@thefourwinds.com

Für mehr Informationen, Fotos und Artikel über schamanisches Arbeiten gehe bitte auf die Website
www.thefourwinds.com

Wenn Du mehr über die Healing the Light Body School und ihr Ausbildungsprogramm erfahren willst, besuche bitte ebenfalls unsere Website oder rufe an:

Thefourwinds: 001 435 647 5988

Ein KT2323-Scan

Ein modernes Konzept
energiemedizinischer Heilkunst,
aufbauend auf den alten Heilpraktiken
der Inka-Schamanen

Die Inkas besaßen ein
außergewöhnliches Medizinsystem.
Ihre Schamanen entwickelten vor mehr
als 5000 Jahren eine Technik, Krankheiten
mit Geist und Licht zu heilen.
Alberto Villoldo hat ein praxiserprobtes
Konzept entwickelt, mit dem Sie sich
selbst und andere heilen und Krankheiten
vermeiden können. Im Zentrum stehen
die lichtvollen Energiefelder, die den
materiellen Körper umgeben und sich im
Krankheitsfall verändern. Schritt für Schritt
macht Villoldo Sie mit den Techniken
vertraut, die Aura zu sehen und das
Energiefeld zu harmonisieren.

Deutsche Erstausgabe

GANZHEITLICH HEILEN

GOLDMANN

Dieses ebook ist nicht
zum Verkauf bestimmt
KT2323