

## der fels zwischen den beiden alten lärchen – und andere schamanische reisen im mongolischen altai-gebirge

**...ich konnte das armaturenbrett vom rücksitz aus einsehen:** in den vergangenen 35 minuten war der zeiger für die motortemperatur beständig gestiegen. der fahrer schien es nicht bemerkt zu haben. zuerst hatte es im auto einen seltsamen geruch gegeben; nun hatte der motor zu qualmen begonnen.. dämpfe stiegen während der fahrt neben der haube und aus dem radkasten auf. an einer leichten steigung schliesslich musste der fahrer anhalten: der 260ps starke fourweeldrive tat sich auf der sandpiste etwas schwer. nach dem anhalten öffnete er die motorhaube und ein strahl dampfenden wassers drückte sich senkrecht in die luft. es sah nicht gut aus für unsere heutige strecke durch die hügelige und baumlose zafchan-steppe in der westlichen mongolei. während der fahrer also unser gepäck umstapelte, um an sein werkzeug zu kommen und andere reisende nett gemeinte ratschläge über die mächtigen kotflügel unseres wagens raunten, nahm ich meine schamanische trommel über die schulter, setzte meinen breitrempigen sonnenschutzhut auf, der mich seit einer längeren fahrradreise am rumänischen teil der donau begleitete und zog abseits der strasse direkt auf eine dieser baumlosen, neuseeländisch wirkenden, gerundeten hügelketten los: ich würde jetzt an unserem zweiten reisetag sicher genügend zeit haben, mich mit meinen spirits zu treffen und das land und seine wesensheiten zu begrüßen und herauszufinden, wie sie dem besuch eines fernreisenden, schamanisch orientierten menschen wohl begegnen würden. meine frau und medizinschwester war an meine seite getreten und wir schauten uns nach einem geeigneten platz in dieser baum- und buschlosen steppe um.

für uns als «indoor-schamanen» war es schon etwas besonderes, einfach so, in freier natur, wenige hundert meter neben der transitroute sichtbar für alle anderen fernfahrenden reisenden unser lager einzurichten: ausladende sonnenschutz-kopfbedeckung, trommel und kauernde sitzhaltung waren in unserer phantasie auffallende hingucker in diesem uns noch unvertrauten land. wir fanden eine kleine erhöhung aus kieselsteinen – ein paar meter weiter lag das vertrocknete fell und ein paar knochen eines schafes, das im vergangenen winter hier verendet sein musste. zum glück waren wir den allgegenwärtigen geiern hier in diesem land noch nicht begegnet und uns daher einer möglichen angriffsgefahr durch diese majestätischen greife nicht bewusst.

unser platz hatte etwas makaberer und zugleich fühlten wir die innere gewissheit, am «richtigen» ort zu sein. wir beide sprachen ein paar einladende und dankbare worte für die anreise sowie die kräfte des ortes. dann nahmen wir nah beieinander platz und wie es schon so oft passiert war, trat augenblicklich eine völlige windstille ein: die schläge der trommel entfalteten hörbar einen klangraum und darin jene obertöne, die für unsere weiteren schritte in die naguale welt so wichtig waren...

am ende unserer nagualen begrüssungsreise richteten wir unsere imaginative aufmerksamkeit noch auf unseren landcruiser und hatten den eindruck, dass es nicht mehr sooolange dauern konnte, bis unsere weitereise wieder möglich war. behutsam tauchten wir wieder in der tonalen wirklichkeit auf, legten noch unsere tabakopfer ab und bewegten uns zur strasse zurück, wo der fahrer bereits mit dem einfüllen frischer kühlflüssigkeit beschäftigt war.

**...auf einer anderen schamanischen reise** hatten wir uns in diesem auto nach einer waghalsigen flussdurchquerung über mehr als eine stunde eine sandige piste bergauf bewegt. mehr als einmal schienen die räder im untergrund ihren griff zu verlieren, bis wir schließlich den pass erreichten. alle hatten eine pause verdient: unser fahrer bayram, der motor und unsere durchgeschüttelten leiber. ich sah im grade aufreissenden himmel in der ferne eine schneebedeckte bergkuppe und unsere reiseleiterin bestätigte mir, dass dort hinten, fast eine tagesreise offroad entfernt, der bekannte mongolische «otgon tenger»-berg zu sehen war, an dem sich einmal jährlich die traditionellen schamanen der mongolei zum austausch ihrer fähigkeiten und zum balancieren der kräfte des landes in zeiten zunehmender trockenheit und der beginnenden vergiftung von landschaft durch unregelmässigen bergbau zu treffen (die mongolei war mit einer eigenen art stolz dabei, sich ihrer wirtschaftlichen bedeutung wegen grosser funde an bodenschätzen bewusst zu werden – manche sahen schon das grösste reich der weltgeschichte, jenes von dschingis khan im 12.-15.jahrhundert, wieder auferstehen).

während die anderen reisenden das improvisierte kaffeetrinken auf der herunter geklappten heckklappe unseres land cruisers vorbereiteten, nahm ich rasch mein bewusstsein veränderndes werkzeug über die schulter und liess mich weniger meter hinter dem «ovoo» des bergpasses (eine art heiligtum der mongolen, dass auf den strecken häufig für reisesegen genutzt wurde) auf dem sandigen boden nieder: ich spannte die haut meines «pferdes», wie die sibirischen schamanen ihre trommeln nannten, etwas nach und kaum dass ich zu schlagen begonnen hatte, wurde ich von einem lichtstrahl in richtung dieses berges gezogen. ich näherte mich mit meinem geistigen auge einem lichtvollen gebäude über dem otgon tenger und wurde dort an einem grossen tor begrüsst. mich erinnerte das aussehen der dortigen wesen an die beschreibungen von j.r.r.tolkien vom land der elben (in seiner romantrilogie «herr der ringe»), oder besser noch wie eine unmittelbare begegnung mit dem sagenumwobenen «shambala» von dem olga kharithidi in ihrem roman «das weisse land der seele» berichtet: dortselbst sollten sich ihrer erzählung nach wesen befinden, die sich bereits jenseits der menschlichen inkarnationen bewegten und aus reinem mitgefühl sich um die bewusstseinsentwicklung menschlicher sucherInnen kümmerten.

im buddhismus/lamaismus der mongolei gab es einen boddhisattwa, dem wohl ähnliches zugeschrieben wurde: er hiess avalokiteshvara (bodhisattva des universellen mitgefühls im mahayana-buddhismus)

es schwebte zugleich etwas erschreckend leuchtendes um diese lichtvolle scene, wie etwas ungläubiges meines ewigen zweiflers: konnte es denn sein, dass ich kaum zehn minuten nach einer wilden mehrstündigen offroad-fahrt mich in solchen lichtvollen weiten wiederfinde? ich fand keine zeit, diesem ewigen disput in mir raum zu geben: während ich die trommel weiter schlug, wurde ich von den lichtvollen wesen nach meinem anliegen befragt: in der monatelangen vorbereitung der reise hatten meine spirits mich gedrängt, für mich, ausser der ehrenvollen aufgabe meine partnerin auf dieser medizinreise zu begleiten, auch ein eigenes thema der suche festzuhalten. ich hatte mich für eine frage zur menschlichen evolution entschieden, die mich schon lange beschäftige: worin liegt die kraft der evolution, dass aus einem samenkorn ein ganzer baum entstehen kann und ob darin ausser den naturwissenschaftlich beschriebenen kräften auch noch etwas anderes am wirken sei? ich erinnere mich noch, wie entschlossen und klar die antwort dieser lichtvollen wesen war und wie ich anschließend voller licht und kraft sehr wild zu trommeln und laut zu singen begonnen hatte. ich befürchtete, meinen mitreisenden müsse der keks im halse zerkrümeln, wahrscheinlich aber haben sie nur wenig davon mitbekommen, weil ein wind eingesetzt hatte, der meine stimme sicher weit über den bergpass hinaus verteilt hat. als ich kurze zeit später wieder im auto sass und wir den pass auf sandiger strecke wieder bergab fuhren, fühlte ich mich auf eine weise leuchtend, glücklich und erfüllt, wie schon seit vielen monaten nicht mehr.

**...wir waren erst durch 3 der 21 mongolischen provinzen gereist** und hatten bereits mehr als 1500km offroad zurückgelegt, als wir in der kleinstadt chovd ankamen. es war später nachmittag und noch immer fast 30grad warm. im bezirkskrankenhaus mit etwa 20 belegbetten begegneten wir dem klinikleiter, der uns in das wissen der «traditionellen mongolischen medizin» einführen sollte. joostoil war sehr freundlich. die begegnung begann mit dem herumreichen von milchtee und sauerquarkstücken, wie wir das schon in den jurten der gastgeber der letzten tage erlebt hatten. dann brachte seine tochter eine topshuur, ein mongolisches 2 seitiges instrument. joostoil wollte uns einen gesang zu ehren der nahen altaischen berge darbieten. das spiel auf den zwei aus pferdehaaren geflochtenen saiten begann etwas hölzern und schien monoton. nach einiger zeit entstand aber ein für europäische ohren ungewöhnlicher rhythmus und joostoil öffnete seine stimme für eine darbietung in kehlkopfgesang.

es war erstaunlich: der schulmedizinisch ausgebildete klinikleiter besingt mit inbrunst die natur seiner heimat in einem stimmklang der bei den hörerInnen gänsehaut hinterlässt... und wird später erklären, dass für die gesundung seiner patientInnen eine wieder-verbinding mit den naturkräften ihrer heimat von bedeutung ist. ich hatte das seinerzeit auf einem kongress in neuseeland von einem projekt zur wiedereingliederung junger, entwurzelter und drogenabhängiger maori's gehört: diese wurden vor beginn ihrer re-integration in die stammesgemeinschaft nach ihren geburtsorten befragt und dorthin begleitet: sie wurden für mehrere tage dort auf visionssuchen in die natur ausgesendet: ohne hilfsmittel der zivilisation mussten sie mehrere tage in der natur verbringen. die ältesten sagten, dass diese zeit bedeutsam für die rückbesinnung und innere orientierung der jungen leute sei. später galt es für sie etwas über ihre ahnInnen zu

erforschen: traditionell wurde gesagt, dass eine «erinnerung» über mindestens die personen der vergangenen vier generationen sicherstellt, dass die jungen leute genügend innerliche stärke entwickeln konnten, um konsum- und suchstrukturen zukünftig widerstehen zu können.

nach dem ende seines gesanges fragte joostoil jeden von uns über seine inneren bilder und empfindungen während seines gesanges: es war wie bei einer «getrommelten schamanischen reise»: jede/r von uns teilte mehr oder weniger ausführlich seine erlebnisse..

dann erläuterte der klinikleiter uns aspekte der traditionellen mongolischen medizin: er hob die bedeutung der wiederverbindung der patientInnen mit den kräften ihrer ahnInnen und die bearbeitung ihrer familiären konflikte zur förderung ihrer gesundheit hervor – der bezug zu den ergebnissen systematischer familientherapie in europa war evident.

weitere aspekte sind die behandlung mit extrakten, tinkturen und nahrungsmitteln, wobei es einen erstaunliches vertrauen in die kraft dieser mineralien, pflanzen und tierischen substanzen gibt – begründet in den harten lebensbedingungen der mongolei. der nachmittag verging wie im fluge und ich buchte mit meiner partnerIn noch massage-terminen für den kommenden vormittag, um die art der körperorientierten behandlungen in der mongolei am eigenen leib zu erfahren.

**...wir waren nach über 2 wochen westwärts reisen** schliesslich im tavan bogd nationalpark im mongolisch-russischen grenzgebirge des altai angekommen. unser platz war ausgesetzt im letzten hochtal des gebirgzuges auf mongolischer seite.. wegen einer im winter durch eisgang gebrochenen brücke waren wir abenteuerlich «fahrend durch einen fluss geschwommen» und hatten auf der anderen uferseite uns zuerst die füsse vertreten müssen, um den schreck wieder aus den gliedern zu kriegen. etwas später wurden die beiden wagen geschickt durch einen alten lärchenwald manövriert, bis wir direkt vor dem turgen-warga wasserfall anhielten und unsere zelte abgeladen hatten. der klang des wilden, türkis leuchtenden wasserfalles machte unsere dialoge beim in den letzten wochen geübten zeltaufbau etwas holprig, aber schließlich stand unsere heimstatt der nächsten tage in unmittelbarer nähe des bachufers, etwas abseits vom küchenzelt und unserem späteren lagerfeuerplatz. aufmerksam kreisten mehrere greife über unserem lager. sie inspizierten schon unsere zum abendessen ausgebreiteten lebensmittel, welche absicht sie wenig später in akrobatischen flugmanövern direkt zwischen unserem lager hindurch zu ergreifen versuchten. wie schon öfter in den letzten wochen, suchte ich die strapazen der offroad.abschnitte unserer reise durch ein kühles bad und einige qi ging übungen wieder zu balancieren... als mich ein starkes bedürfnis nach spiritueller nahrung überkam. meine partnerin und medizinschwester muss es mir wohl angesehen haben, als ich auf sie zu kam und wir gingen langsam am ufer des

wildwassers entlang, um uns nach einem geeigneten ort zur befriedigung unseres spirituellen hungers umzusehen. da sahen wir sie: zwei alten lärchen säumten einen fels, dessen füsse im kalten wasser des wildbaches lagen und dessen schräge fläche vom sonnenschein des tages aufgewärmt war. darauf sitzend konnten wir direkt auf den schneebedeckten gipfel des chüiten, des höchsten berges der mongolei, schauen. es war schon mit tonalem blick eine «jaw dropping» erfahrung, wie die hawai'ianer solche naturwunder nennen. nachdem wir uns zwischen schrägem fels, wulstiger baumborke und einigen «kalbsgrossen mongolischen wanderameisen» eingerichtet hatten, begann ich behutsam und regelmäßig die trommel zu schlagen, bis sich die vertrauten obertöne einstellten und uns naguale räume für die entwicklung unserer visionen eröffneten: schlag auf schlag und dazwischen das hohe singen der trommel erlaubten unserem geist aufzusteigen und uns mit räumen voller licht und prismen gespiegelter farben zu nähren... immer weiter schlug ich gleichmässig die gespannte haut meiner trommel und immer lichtvoller und weiter würden die räume vor unserem geistigen auge. je weiter und tiefer unser geist sich öffnete, um so wohliger und entspannter fühlte sich unser leib an... es war wie ein getragen-werden. auf den letzten gemeinsamen schamanischen reisen hatten die inneren orte, von denen meine partnerin anschliessend berichtete, auch eine zunehmende ähnlichkeit mit jenen orten, die sich mir eröffneten, gezeigt. das war das glück mit einer vertrauten person nahezu täglich in nagonalen orten zu reisen.

meine medizinschwester berichtete später davon, dass sie vor diesem berg sich wiedergefunden- und dort eine «tafel des wissens» gefunden hatte, deren zeilen sie aufmerksam zu lesen bemüht war... ich selbst hatte das innere bild gehabt, dass wissen und informationen des altai-gebirges wie durch licht geschrieben von meinem körper aufgenommen und schließlich in der genetischen speichern meiner zellen eingeschrieben worden war.

einer meiner lehrer schrieb einmal:

*«fülle deinen körper mit ki-energie.  
stelle dir deine transzendente verbindung mit dem universum vor.  
stehe entspannt in der natur und fülle deinen unterbauch mit energie.  
die steifheit aus deinem leib wird verschwinden und frische luft füllt deinen leib.  
auf diese weise wird dein körper sich erneuern.»*

hiroshi tada sensei

wir hatten an diesem nachmittag noch lange nach ende der trommelreise im wärmer werdenden licht der sinkenden sonne zwischen den beiden lärchen auf dem felsen beieinander gesessen und diesem glück in uns und zwischen uns nachgeföhlt, bis ein ganz anderer hunger uns in richtung der dampfenden wohlgerüche, die von der feuerstelle zu uns wehten, gehen liess. die greife mussten uns touristen wohl doch noch etwas zum abendessen übrig gelassen haben...

*geschrieben keine sechs wochen später nach rückkehr in europäische gefilde*  
**bernhard schlage**

