

bernhard schlage

körperpsychotherapie, schriftstellerei



reisenotizen zu einer fahrt in das altai-gebirge im sommer 2009

**was sagt man eigentlich am feuer einer
schamanin?**

belanglosigkeiten und wesentliches unseres lebens

wir könnten von interessanten häkelmustern sprechen. oder uns nach ihrer haltung zur aktuellen wirtschaftskrise erkundigen. wir könnten unser herz über den streit in der nachbarschaft erleichtern wollen. doch all das tun wir nicht. wir sitzen vor einer schamanin in den fernen weiten sibriens und stellen fragen, die uns im alltag fern liegen: ob wir überhaupt eine spirituelle entwicklungsmöglichkeit haben? - ist so eine frage. wohin unser leben als nächstes sich entwickeln wird? ein anderes beispiel: wir sitzen da, als würden wir wunder-was von ihr erwarten, sprachlos auf ihre ungewöhnliche garderobe schauend und erstaunen dann, wenn sie über etwas zu sprechen beginnt, was sie eigentlich nicht wissen kann.

wie kommt das? was macht die beziehung zu einer schamanin aus? wir hoffen einerseits, dass sie eine tiefe und weite im erfassen unseres mensch-seins hat, die das alltägliche übersteigt. und gleichzeitig befürchten wir, dass sie irgendetwas in uns sieht, das wir beiseite gedrängt oder noch nicht entdeckt haben. die begegnung mit einer schamanin ist zutiefst ambivalent. wer hat nicht schon mit themen ihres/seines lebens abgeschlossen und diese dann so weit verschoben, dass sie schlicht nicht mehr erinnerbar waren. und nun setzen wir uns willentlich einer vermutlich hellsichtigen person aus, um eben dieses verdrängte wissen wieder ans licht unseres bewusstseins zu bringen. warum tun wir das?

'spirituelles abenteuerum' könnte ein grund sein. irgendetwas in unserem alltag ist so festgefahren, dass wir nach einem kick suchen, da wieder heraus zu kommen. 'spiritueller narzismus' könnte es auch sein, dass wir uns vor uns selbst und anderen damit brüsten können, so ein event durchgestanden zu haben.

'spiritueller hunger' könnte darin liegen, dass wir bei einer indigenen schamanin nach dem authentischen kontakt zu etwas suchen, das uns in der konsumfreudigen entfremdung unseres alltages verloren gegangen ist. es könnte aber auch ein geringes selbstwertgefühl sein: selbstzweifel und der damit verbundene der wunsch nach einer autorität, die uns endlich sagt, wie es mit unserem leben steht. wir machen also mit unserem ansinnen die schamanin auch zu dem, was wir von ihr befürchten.

ich spreche noch nicht von einer lösung dieser scene. ich beschreibe zunächst nur, wie tief ambivalent unsere begegnung mit einer schamanin sein kann. und wie daraus folgend auch ihre empfehlungen keineswegs direkt von uns umgesetzt werden. 'ich sehe dich ohne deinen ehemann!', ist solch eine aussage, die wohl zurück im alltag gut geprüft werden sollte. vielleicht sieht die schamanin ja einfach ihre eigenen, bekannten eheschwierigkeiten in dem kontakt zu mir!? wer supervidiert eigentlich eine schamanin? 'du solltest einen anderen beruf ausüben!', ist eine andere aussage von ihr. sie hat leicht reden: ihr ail ist immer voller gäste und sie hat keine ahnung von der wirtschaftslage für ältere arbeitnehmerInnen in meiner heimat. was aber ist das, was wir der schamanin zusprechen, dass wir uns mit ihren aussagen überhaupt beschäftigen!?

wir wissen, dass diese schamanin sich auf die arbeit mit traumbildern konzentriert hat. wenn wir ihr aber einen unserer träume erzählen wollen, müssen wir eben diesem eine solche bedeutung beimessen, dass wir ihn überhaupt erwähnen. ist also in der begegnung mit der schamanin bereits ein (spiritueller) selbstwertgewinn, einfach weil wir uns trauen, gegenüber einer autorität etwas persönliches aus unserem sein zu erwähnen? oder ist diese beziehungsform gerade deshalb kränkend, weil sie bewirkt, dass wir so vieles in uns für unwert halten, in der folge eben nicht erwähnen und uns obendrein noch mit den von ihr prophezeiten gesundheitlichen schwierigkeiten auseinander setzen müssen? die beziehung zur schamanin wird zu dem, was wir darin als möglichkeit erkennen.

selbstverleugnung in gegenwart einer schamanin

wenn wir die schamanin nicht für voll nehmen, müssen wir uns die frage stellen lassen, was wir überhaupt bei ihr erfahren wollen. wenn wir die schamanin als authentisches gegenüber achten, müssen wir uns damit einrichten, dass wir all unsere empfindungen gegenüber autoritäten und unseren eltern in der begegnung mit ihr aktivieren. wir werden also zu braven kindern, die in befürchtung vor der von ihr ausgesprochenen wahrheit geflissentlich alle einsprüche und ärgernisse mit uns selbst abmachen. wir verwandeln uns zu gutgläubigen schülerInnen, die kritiklos alles für die wahrheit halten, was da in uns 'gesehen' wird. und möglichen kritikern im nachhinein halten wir vor, dass eine schamanische heilung eben nur funktionieren würde, wenn wir möglichst intensiv auch daran glauben würden. vielleicht vergessen wir auch unsere tiefe einsamkeit und bedürftigkeit, weil wir vor so einem bedeutenden menschen uns mit diesen unwerten gefühlen nicht zeigen, oder sie nicht damit belasten wollen. wir werden zu rebellen oder trotzigem kindern, die dies und jenes an ihrem verhalten unausstehlich finden und den an uns herangetragenen lösungen heimlich oder offen widerstehen. wir fallen in tiefste liebesgefühle und fühlen uns endlich von einer autorität gesehen und verstanden, obwohl sie unerreichbar ist und bleiben wird. wir sehnen uns in der begegnung nach wunder-was und sind gleichermaßen enttäuscht oder begeistert, wenn es sich auch verwirklicht, oder eben nicht. wir haben keine zeit, diese beziehung wirklich zu klären. wir werden die schamanin nicht oder zu selten wieder sehen, um unsere übertragungen zu klären.

wir bleiben dem ausgeliefert, was gerade ist und suchen darin unser heil. also erzählen wir von einem traum, den wir neulich hatten. und weil wir bei einer schamanin sind, erzählen wir von einem besonderen traum. nicht irgend so einen alltagstraum. wir erzählen einen traum, der uns besonders wichtig ist und natürlich wird dann ihre antwort auch besonders bedeutsam sein. jedes 'hmm' und 'ich sehe was du meinst!' aus ihrem munde werden wir mit besonderer bedeutung belegen.

vom 'aufträumen' unserer beziehungen

ich hatte einmal einen traum von einem alten mann, der in einem hohen turm sitzt. der turm war voller wasser, wie bei einem

trinkwasserspeicherturm. der mann blickte mit erschöpften augen auf die wasseroberfläche.

stellen wir uns vor, was geschähe, wenn wir diesen traum einem psychoanalytiker erzählen würden. er würde uns vielleicht nach der emotionalen besetzung einzelner elemente des traumes fragen. nach der symbolik des wassers etwa oder nach der bedeutung des turmes in unserem leben, und er würde sich nach dem mann, der da sitzt, erkundigen. fassen wir die sich entwickelnde haltung des analytikers wie folgt zusammen: dein verinnerlichter, depressiver vater wacht über die kontrolle deiner lange zurück gehaltenen gefühle. daraufhin würden wir uns womöglich viele sitzungen lang mit der beziehung zu unserem vater befassen und herausfinden, dass der grund seiner depression in seinen nicht verarbeiteten kriegserlebnissen liegt. und wir würden dadurch womöglich mehr mitgefühl und verständnis für ihn finden.

stellen wir uns als weiteres vor, dass wir im rahmen eines kurses in biodanza von diesem traum berichten: wir werden wohl eingeladen, einzelne elemente des traumes zu tanzen: zum beispiel die sitzende haltung des mannes oder die qualität des ruhenden wassers. womöglich würden wir entdecken, wie unruhig und verzweifelt der mann ist, und wir würden ihn tanzend erwecken. dabei würden ihm die ruhige kraft des wassers in die glieder fahren und er würde in einem zuerst langsamen, dann rhythmischeren tanz ein vibrierendes beben erzeugen, das schließlich diesen turm zum einsturz bringt und wir uns in der umgebung umzugucken anfangen können. wir würden das vielleicht als beängstigend erleben und dann die angst wach-tanzen. dabei würden wir wertvolle emotionale ressourcen aktivieren und ein neues vertrauen in die welt entdecken, das eine veränderung unserer beziehungen im alltag stiften könnte.

die schamanin jedoch könnte ein element heraus greifen und sagen, da wäre etwas karmisches in unserem leben. wir wären von diesem alten mann in dem turm hypnotisiert. sie würde uns mit wachholder abräuchern und nach einigen minuten beängstigender stille würde sie anfangen, direkt mit diesem mann in uns zu sprechen. der traum würde sich also in eine lucide erscheinung der gegenwart verwandeln und sie würde uns vielleicht nach details unserer wohnung befragen: hast du ein foto von einem turm in deiner wohnung? wir würden uns daran erinnern, dass wir von einem urlaub

in tunesien ein foto von einer malerischen altstadt mit einem schutzturm im schlafzimmer hängen haben und die schamanin würde uns daran erinnern, wie sehr unsere beziehung zu unserem damaligen reisebegleiter zerrüttet ist. wir müssten das bild abnehmen und sie würde uns sagen, dass wir einen schutzgürtel tragen müssen, bis die beziehung zu diesem mann geklärt ist. vielleicht würden wir noch bänder in bestimmten farben zu ihr bringen müssen, aus denen sie den schutzgürtel knüpfen und uns umlegen würde. wir würden in den nächsten wochen und monaten einen intensiven selbsterfahrungsprozess durchstehen, bei dem wir die verbindung zu diesen mann und - weil wir endlich begriffen haben, wie wir unser leben immer durch depressive beziehungen haben blockieren lassen - auch einige andere beziehungen klärend bereinigen würden.

unsere träume in unsere beziehungen einzubringen kann also völlig verschiedenartige folgen in unserem leben nach sich ziehen. dabei spielen die verschiedenen methoden, sich mit dem träumen zu befassen, eine kleinere rolle als die vielfältigen aspekte unserer beziehung zum gegenüber. wir könnten uns dabei darin täuschen, ob unsere schamanin nicht eigentlich unsere psychoanalytikerin ist, oder ob unsere tanzlehrerin sich nicht plötzlich zur schamanin verwandelt. ob diese begegnung aber ein portal zu jenem besonderen, leuchtenden und freien wesen, das wir sind, eröffnet, hat in besonderem maße mit jenem zu tun der/die diese träume träumt, und in meinen beispielen hat niemand sich nach dem erleben des träumenden selbst erkundigt.

dieses selbst zu erkunden könnte aber eine interessante aufgabe für dein nächstes traumgespräch sein.

kontakt:

bernhard schlage
körperpsychotherapie, schriftstellerei

gemeinschaftspraxis kugel e.v.
in der steinriede 7, hofgebäude
30161 hannover
telefon & fax 05 11 / 161 42 11
e-mail: post@bernhardschlage.de
internet: www.bernhardschlage.de