

NEUE SERIE



# DER SCHAMANISMUS

## des nördlichen ALPENRAUMS

Die Jahreskreisfeste  
und das Leben in  
Verbundenheit mit den  
Rhythmen der Natur im  
Kontext der alten Traditionen  
aus der Alpengegend

Text • Lucia Schmidt  
Illustration • Simona Koch



**W**enn wir nach spirituellen Wegen suchen, blicken wir oft nach Asien. Da sind die Bräuche noch erhalten und lebendig. Wir beginnen, Yoga, Tai-Chi oder Qigong zu praktizieren. Gerade heute, da das Thema „kulturelle Aneignung“ immer wieder hochkommt, ergibt es für uns im Westen lebende Menschen durchaus Sinn, dass wir uns mit den spirituellen Wurzeln unseres Kulturkreises verbinden. Denn auch bei uns im deutschsprachigen Europa gab bzw. gibt es eine starke spirituelle Tradition. Nur ist sie (leider) nicht so bekannt. In Indien ist man stolz, die Geburtsstätte von Yoga und Ayurveda zu sein, und diese beiden Traditionen werden gepflegt und verehrt.

In allen Kulturen gab und gibt es Männer und Frauen, die als Schamanen, Priester, Magier, Kräuterkundige, Heiler und Weise tätig waren und sind. Menschen, die auf natürliche Weise mit Mutter Erde, den Pflanzen und Tieren, der Natur verbunden waren und sind. Einzig in unserer Kultur wurden die weisen kräuterkundigen Frauen (und einige wenige Männer), die mit den Pflanzen und Tieren sprechen konnten, als Hexen verleumdet, verfolgt, gequält und brutal ermordet. Mit ihnen ging viel von dieser Weisheit verloren. In diesen Schamanismus des nördlichen Alpenraums (wie ich es nenne) sind unsere Brauchtümer eingebettet. Da sind unsere Wurzeln.

Ich freue mich auf diese neue Artikelserie, die eine Einladung ist, dich mit dem Schamanismus des nördlichen Alpenraums bekannt zu machen. Denn für uns ist es meines Erachtens wichtig, in der eigenen Tradition verwurzelt zu sein. Da können wir wachsen und in unsere Kraft hineinblühen.

### SICH WIEDER VERBINDEN

Jede Jahreszeit – mit den entsprechenden Festen – hat ihre ganz besondere Einladung, sich mit der Weisheit von Mama Erde zu verbinden, sich selbst noch tiefer zu erfahren und sich so noch mehr in das große Ganze hineinzuwoben. So können wir auf einer ganz körperlichen Ebene erfahren, dass wir nicht nur Teil der Natur sind, sondern die Natur selbst sind, die sich durch uns erfährt. Das kann ganz viel Dankbarkeit, Freude und Frieden schenken.

Vieles von unserem alten Brauchtum wurde von der Kirche verzerrt, umgedeutet und umgedreht. Damit entfernt es uns von unserem natürlichen Rhythmus und von unserer Verbindung zur Natur. Wenn dieses tiefe Vertrauen und die Liebe zu Mutter Erde zerstört sind, wenn diese natürliche Verbindung gekappt ist, dann werden Menschen manipulierbar. Wenn sie erst einmal abgeschnitten sind von der

natürlichen Verbindung und ihrem Heilsein, kann man ihnen etwas anbieten – wie Religion oder Medizin. Priester, die für dich die Verbindung zu Gott aufbauen, weil du ja schuldig bist. Mediziner, die dich wieder in die Mitte bringen und dich heil machen. Den Menschen wird erzählt, dass sie nichts wissen und können, sondern dafür andere brauchen. Diese innere Leere, die durch das Abgeschnittensein von der Göttin (bzw. der Natur) entsteht, versuchen wir dann zu füllen, indem wir Äußerlichkeiten nachrennen. Damit beginnt das Dilemma: Wir müssen arbeiten, um uns den Konsum zu ermöglichen, und können weniger einfach „sein“. Ein Zustand, in dem wir still werden und das Flüstern der Göttin hören könnten ...

*Der Mensch ist die dümmste Spezies. Er verehrt einen unsichtbaren Gott und tötet die sichtbare Natur. Ohne zu wissen, dass diese Natur, die er vernichtet, der unsichtbare Gott ist, den er verehrt.* (Hubert Reeves)

### DIE JAHRESKREISFESTE

Entstanden sind die Jahreskreisfeste lange vor den Religionen – in einer Zeit, in der die Menschen in einer natürlichen Verbindung mit den Elementen, mit der Natur waren. Eine Zeit, in der alles heilig war: jeder Stein, jeder Baum, jede Pflanze, das Wasser, das Feuer, die Sonne, der Mond, die Erde – einfach alles. Da brauchte es noch keine Religion oder keinen Yoga. Das braucht es erst, wenn die Verbundenheit und das Gefühl des Eingebettetseins in das große Ganze fehlt.

Das gesamte Leben war abhängig davon, dass die Menschen innigst mit den Rhythmen der Natur verbunden waren. Einige sagen, dass die Jahreskreisfeste auf die Zeit zurückgehen, in der die Menschheit Ackerbau betrieben hat. Mein Gefühl sagt, dass sie noch viel, viel weiter zurückgehen: in eine Zeit, in der die Menschen in matriarchalen Stammesgemeinschaften lebten.

Die Menschheit war bis vor etwa zwölftausend Jahren mehrheitlich in Matriarchaten organisiert. Die Venus von Willendorf, die aus einer Zeit vor etwa dreißigtausend Jahren stammt, steht für diese matriarchalen Gesellschaften. Sie wird oft reduziert auf



Venus von Willendorf

Um weiterzulesen, schau  
gerne bei **yoga aktuell** vorbei.  
Vielen Dank für dein Interesse!

[www.yoga-aktuell.de](http://www.yoga-aktuell.de)