

Steven D. Farmer, Ph.D.

Magie der Erde

Heilende schamanische Weisheiten

KOHA

Wichtige Hinweise

Die im Buch veröffentlichten Empfehlungen wurden von Verfasser und Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung des Verfassers bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Um die umständlichen Konstruktionen zu vermeiden, die durch die Nebeneinanderstellung männlicher und weiblicher Nomen und Pronomen entstehen würden, wird meist nur die männliche Form genannt. Selbstverständlich soll der weibliche Teil der Leserschaft und Bevölkerung damit ebenfalls angesprochen werden.

Zehn Prozent des Honorars, das der Autor für dieses Buch erhält, kommt dem Natural Resources Defense Council, Oceana, und den Defenders of Wildlife zugute.

Aus dem Englischen
von Hanna Goldbach

Titel der Originalausgabe:
»Earth Magic«
Copyright © 2009 by Steven Farmer
Original English Language Publication 2009 by
Hay House, Inc. California, USA
Deutsche Erstauflage erschien Juni 2010
Deutsche Ausgabe: © KOHA-Verlag GmbH Burgrain
1. Auflage 2013
Alle Rechte vorbehalten
Lektorat und Satz: Birgit-Inga Weber
Umschlagbild: Marius Michael George
Gesamtherstellung: Karin Schnellbach
Druck: C.H. Beck
ISBN 978-3-86728-236-9

*Für den Geist unserer Ahnen,
die Seele unserer Erdmutter
und alle unsere Verwandten.*

*»Bei allen unseren Überlegungen
müssen wir berücksichtigen,
mit welcher Wucht sich unsere Entscheidungen
auf die nächsten sieben Generationen
auswirken werden.«*

Das große Gesetz der Irokesen

Inhalt

Einleitung	11
TEIL I: Erdmagie und alte Weisheiten der Geistheilung	25
1. Kapitel: Der Preis der Zivilisation	27
2. Kapitel: Persönliche spirituelle Kompetenz	37
3. Kapitel: Erdmagie, Schamanen und Schamanismus	43
4. Kapitel: DNA und Erdmagie	57
TEIL II: Grundlagen der Erdmagie	71
5. Kapitel: Spirituelle Heilung	73
6. Kapitel: Die Bedeutung von Gemeinschaft	82
7. Kapitel: Spirituelle Ursachen von emotionalen und körperlichen Krankheiten	86
8. Kapitel: Die hilfreichen Geister unserer Ahnen	95
9. Kapitel: Geisthelfer aus dem Tierreich und Krafttiere	106
10. Kapitel: Himmlische Geisthelfer	127
11. Kapitel: Naturgeister	133
12. Kapitel: Pflanzengeister und Pflanzenbewusstsein	145
13. Kapitel: Die schamanische Reise	159
14. Kapitel: Heilige Zeremonie	167

15. Kapitel: Heilige Gegenstände, Altäre und Heilungszeremonien	176
16. Kapitel: Tönen und Singen	186
17. Kapitel: Tanzen und Geschichten erzählen	193
18. Kapitel: Divination und Unterscheidungsvermögen	206

TEIL III: Heilende Erdmagie 213

19. Kapitel: Vorbereitungen	215
20. Kapitel: Reisen in die Nichtalltägliche Wirklichkeit	219
21. Kapitel: Rückholung von Krafttieren	232
22. Kapitel: Diagnose und Behandlung der spirituellen Ursachen einer Krankheit	240
23. Kapitel: Seelenrückholung	244
24. Kapitel: Schamanische Extraktion	258
25. Kapitel: DNA und Fernheilung	273
26. Kapitel: Die Heilung von Mutter Erde	278

Nachwort	290
Anhang: Weitere Anregungen für Reisen	294
Empfehlenswerte Quellen	296
Danksagung	300
Über den Autor	302

Der Frieden der wilden Wesen

*Wenn die Verzweiflung über die Welt in mir wächst
und ich nachts von den kleinsten Geräuschen erwache –
voller Angst, wie mein Leben
und das Leben meiner Kinder werden wird –,
gehe ich hin und lege mich dort nieder,
wo der Enterich in Schönheit auf dem Wasser ruht
und der Graureiher jagt.
Ich begeben mich in den Frieden der wilden Wesen,
die ihr Leben nicht nach sorgenvollen Gedanken
an die Zukunft einschätzen.
Ich begeben mich in die Gegenwart stiller Gewässer
und fühle über mir die tagestrüben Sterne,
die mit ihrem Licht abwarten.
Und eine Weile ruhe ich
in der huldreichen Anmut der Welt
und bin frei.*

Wendell Berry

Einleitung

Baumheilung

Vor einigen Jahren nahm ich in Esalen, einem wunderschönen Seminarzentrum an der kalifornischen Küste bei Big Sur, an einem zweiwöchigen Intensivkurs in Schamanismus teil. Das Zentrum liegt auf einem 10 Hektar großen Gelände herrlichster Landschaft, und von den Klippen aus blickt man weit über den Pazifik. Ringsum ist Wald, und die Berge scheinen sich direkt aus den Tiefen des Meeres zu erheben. Das dynamische Nebeneinander von Bergen und Meer bewirkt, dass die Erde vor Leben vibriert und die Kraft der Elemente deutlich spürbar wird.

Diese Gegend war seit Jahrtausenden die Heimat der Esselen-Indianer, die je nach Jahreszeit zwischen der Küste und dem Binnenland hin und her wanderten, um zu jagen und zu fischen. Bis zu 4000 Jahre alt sind die Gegenstände, die man von ihnen entlang der Küste finden kann; manche stammen auch aus dem 18. Jahrhundert.

Michael Murphy und Dick Price gründeten hier 1962 das Esalen-Institut, das schnell für seine interessanten Workshops und den Zustrom verschiedenster Lehrer aus den Bereichen Psychologie, Kunst und Spiritualität berühmt wurde.

In unserem schamanischen Training gab es jeden Tag drei bis vier Unterrichtseinheiten und eine anderthalbstündige Mittagspause. An manchen Abenden, wenn wir frei hatten, versammelten sich einige von uns im Seminarraum, um zu tanzen. Die

Musik und die körperliche Bewegung halfen uns, die Anspannungen des Tages aufzulösen und hinter uns zu lassen.

Nach ein paar Tagen entdeckten mein Zimmergenosse und ich in der Nähe unserer Hütte einen kleineren Raum, in dem es auch eine Stereoanlage und ein paar CDs gab. Also versammelten sich einige von uns an jenem Tag schon vor dem Frühstück dort zum Tanzen. Das brachte die Säfte in Wallung und war viel besser als Kaffee. Im Lauf des folgenden Tages gab es wenig Möglichkeit für körperliche Aktivitäten und kein Abendprogramm, also verabredeten wir uns mit der ganzen Gruppe abends erneut zum Tanzen.

Ich hatte mich zwar am Morgen gut ausgetobt, aber es hatte so viel Spaß gemacht, dass ich abends gerne noch mal dorthin ging. Sobald ich den Raum betrat, bewegte sich mein Körper mit den Rhythmen der Musik, die mal langsamer und mal schneller waren. Nach einigen Liedern setzte ich mich auf eines der vielen Kissen, um auszuruhen. Ich schwitzte stark und spürte eine gewisse Anspannung im Rücken, aber ich dachte mir nichts dabei. Jedenfalls nicht bis zum nächsten Morgen.

Als ich erwachte, war mein unterer Rücken so verspannt, dass ich kaum aus dem Bett kam. Ich musste mich ganz langsam auf die Seite rollen und achtete darauf, tief zu atmen, während ich mich aufrichtete. Kein Gedanke an einen Morgentanz! Nach meinen morgendlichen Ritualen humpelte ich zum Seminarraum. Wenn ich mich im Lauf des Morgens auf meinem Kissen bewegte, versuchte ich, keine Grimassen zu schneiden. Trotz großer Mühen bekam ich kaum mit, was der Lehrer sagte – der Schmerz war einfach zu dominant.

Endlich kam die Mittagspause. Ich ging hinaus, um mich an einen Baum zu setzen, der in der Nähe der Klippen stand und von dem aus man über den Ozean sehen konnte. Ich hatte ein paar Tage zuvor mit meinen Geistführern abgemacht, dass ich fünf Tage lang in jeder Mittagspause an diesem Baum sit-

zen und ein wenig Tabak opfern würde – zur Würdigung des Baumes und der Geister dieses Ortes. Ich lehnte mich an den Baum, schaute aufs Meer und lauschte auf Botschaften des Großen Geistes.

Ich hatte dies zwei Tage lang getan. Nachdem ich an diesem dritten Tag ein wenig Tabak an den Baumstamm gelegt hatte, beschloss ich, den Baum zu bitten, meinen Rücken zu heilen. Ich war mir nicht ganz sicher, ob so etwas möglich war, aber in den letzten beiden Tagen hatte mir der Baumgeist sehr erhellen-de Botschaften übermittelt, und so dachte ich: »Was soll's, ich probiere es einfach!«

Ich schloss die Augen und hörte deutlich, dass der Baumgeist zu mir sagte: »Richte deine Wirbelsäule nach mir aus.« Nachdem ich das getan hatte, atmete ich ein paarmal tief und betete. Ich dankte jenem, den ich »Großvater« nenne, ich dankte dem Baumgeist, den Ahnengeistern und den Geistern dieses Ortes. Ich stellte mir vor, wie die Energie, die meine Rückenmuskeln festhielt, vom Baum aufgenommen wurde und durch die Wurzeln des Baumes in den heilenden Schoß von Mutter Erde floss.

So saß ich einige Minuten, dann musste ich gehen, um noch etwas essen zu können, bevor die Cafeteria schloss und der Kurs wieder losging. Ich dankte allen hilfreichen Geistern, besonders dem Baumgeist, und erhob mich langsam. Der Schmerz in meinem Rücken war unverändert. Ich fühlte mich ein wenig enttäuscht, weil ich auf eine wundersame Spontanheilung gehofft hatte. Nun gut. Ich aß schnell eine Kleinigkeit und humpelte mit langsamen, vorsichtigen Bewegungen zurück in den Seminarraum.

Dort setzte ich mich auf einen gepolsterten Platz, wo ich mich anlehnen konnte, und folgte dem Kurs in den nächsten zwei Stunden mit großem Interesse. Nach dem Kurs sammelte ich meine Sachen ein, erhob mich und ... Oh Wunder, ich war schmerzfrei! Ich bewegte mich ein wenig, reckte und streckte

mich, um zu sehen, ob die heftige Verspannung vielleicht noch irgendwo saß, aber ich konnte mich auf jede beliebige Weise ungehindert bewegen, und so blieb es auch während der restlichen Tage. Ich tanzte sogar wieder an jenem Abend – einen Tanz zu Ehren des Baumgeistes und der anderen Hilfsgeister, die meinen Rücken geheilt hatten.

Das ist Erdmagie!

Mein Weg zur Erdmagie

Bis vor ein paar Jahren war ich Psychotherapeut mit einer sehr aktiven Praxis. Dann erkannte ich, dass die Zeit für einen Wechsel gekommen war, und zwar vor allem, weil ich merkte, dass viele Menschen einen anderen Ansatz brauchten, der nur schwer in das für mich immer engere Modell emotionaler und psychischer Heilung einzubinden war, mit dem ich arbeitete. Auch damals praktizierte ich keine traditionelle Psychotherapie, aber es gab doch gewisse Grundregeln, was in der Arbeit mit Klienten erlaubt war und was nicht. Sosehr ich zum Beispiel die Zweiersituation in einem Beratungsgespräch bis zu einem gewissen Punkt nützlich fand: Das Bedürfnis nach Gemeinschaft mit Angehörigen oder Freunden, die zur Wiederherstellung der emotionalen Gesundheit eines Menschen manchmal sehr wichtig ist, ließ sie zu meinem Bedauern außen vor.

Ein weiterer Aspekt, der im Kontext der Psychotherapie kaum einen Platz hatte, waren die spirituellen Bedürfnisse. Manche meiner Klienten hatten einen religiösen Glauben, der für sie befriedigend zu sein schien, doch viele suchten offensichtlich nach etwas, das sie tiefer berührte, als es die traditionellen Religionen vermochten, bis hin zu jenen, denen eine strenge

religiöse Erziehung tiefe Wunden zugefügt hatte. Ich vermutete, dass dabei vielfach die Getrenntheit von ihren Sinnen, ihrem Körper, ihrem Geist und der Erde selbst eine wichtige Rolle spielte.

Einige Jahre zuvor war ich in Kontakt mit dem Schamanismus gekommen. Er hatte mich sofort begeistert. Keine andere spirituelle Praxis oder Religion, die ich bis dahin kennengelernt hatte, hatte mir so eine umfassende spirituelle Ökologie geboten. Ich lernte, dass Schamanismus der Weg des Heilers ist und nicht des Mystikers, auch wenn es in der schamanischen Arbeit durchaus um mystische Bereiche geht. Besonders faszinierte mich, dass etliche schamanische Praktiken in vielen eingeborenen Kulturen auftauchten, obwohl diese niemals in Kontakt miteinander gestanden hatten. In jeder Kultur waren sie ein wenig anders gewandt, aber die Grundlagen waren die gleichen. Ich wollte unbedingt herausfinden, wie ich diese Dinge mit meiner psychotherapeutischen Praxis verbinden konnte.

Also ließ ich bei manchen meiner Klienten ab und zu ein wenig von den schamanischen Konzepten und Methoden einfließen, die ich lernte, aber ich musste sehr gut abwägen, bei wem das möglich war. Die staatliche Behörde, die mir meine Lizenz verliehen hatte, und auch meine Berufsvereinigung hielten von solchen Experimenten nicht viel. Für manche meiner Klienten wurde ich heimlich zum schamanischen Heiler, doch ich verwendete den Begriff »Schamanismus« äußerst selten. Ich leitete zum Beispiel eine Männergruppe, in der ich meistens mit einem Gebet begann und mit der ich Heilungszeremonien durchführte, die in gewisser Weise schamanischen Charakter hatten.

Nachdem ich ein paar Jahre so gearbeitet hatte, ermutigt und unterstützt durch meine damalige Verlobte Doreen, entschloss ich mich schließlich, meine psychotherapeutische Praxis zu schließen und mich auf die nächste Phase meiner Arbeit einzulassen. Ich wusste in meinem Herzen, dass ich mehr Bücher

schreiben sollte – ich hatte Ende der 1980er-Jahre vier Selbsthilfe-Bücher verfasst –, allerdings war mir unklar, worum es in meinen nächsten Büchern gehen sollte.

Dank meiner inneren Reisen, Meditationen und Beratung durch Freunde wurde mir bald klar, dass ich über schamanische Praktiken schreiben würde. Die Idee für mein erstes Buch in diesem neuen Zyklus, *Sacred Ceremony*, wurde von Hay House angenommen, sodass ich mich wieder auf dem Weg des Autors und Lehrers befand. Frei von den Einengungen der Psychotherapie konnte ich mich jetzt von ganzem Herzen mit immer größeren Gruppen auf spirituelle Heilungen und heilige Zeremonien einlassen. Einmal leitete ich eine Loslösungs-Zeremonie mit über 900 Teilnehmern.

Auch der Inhalt meiner Texte wurde klarer: Ich wollte aus den schamanischen Traditionen, mit denen ich mich befasst und die ich praktiziert hatte, Elemente herausfiltern: Sie sollten allen Menschen nützlich sein, die sich auf dem spirituellen Weg befinden, egal ob sie sich für Schamanismus interessieren oder nicht. Zum Beispiel erkannte ich, dass die heilige Zeremonie zwar ein integraler Bestandteil des Schamanismus ist, dass man aber kein Schamane zu sein braucht und nicht einmal für Schamanismus aufgeschlossen sein muss, um die starken heilenden Wirkungen solcher Praktiken in sein tägliches Leben einzubinden.

Danach wurde ich dahin geführt, mithilfe meiner spirituellen Gefährten sowohl ein Buch als auch ein Kartenset über Krafttiere zu konzipieren, um diese hilfreichen Geistwesen einem breiteren Publikum zugänglich zu machen. Dann schrieb ich ein Buch über die Geistführer aus dem Reich der Tiere und entwarf ein weiteres Kartenset sowie eine CD mit Botschaften von diesen Geistwesen aus dem Tierreich.

Und das bringt mich zu dem Buch, das Sie gerade in der Hand halten: Es steckt zwar voller universeller schamanischer

Prinzipien und Praktiken, doch es geht über diese altbewährten spirituellen Heiltraditionen hinaus, indem es andere innovative und kreative Möglichkeiten zur Anwendung dieser Prinzipien einbezieht, die sie einem breiteren Publikum zugänglich machen. Der Schwerpunkt liegt auf Ansätzen, die eine Brücke zwischen Geist oder *Spirit* und Erde bilden und die allen dienen können, die sich berufen fühlen, sich selbst, andere und den Planeten zu heilen. Wie bereits erwähnt, werden Sie die meisten dieser Ansätze auch unabhängig von Ihrem Interesse an Schamanismus nützlich finden. Und wenn Sie sich zum Schamanismus hingezogen fühlen, wird Sie dieses Buch auf Ihrem Weg gewiss unterstützen.

Mutter Erde und ihre Magie

Von der winzigen Raupe, die über einen Grashalm kriecht, bis zum Regenbogen, der nach einem reinigenden Regenschauer den Himmel überspannt, von den Bäumen, die sich im Wind wiegen, bis zu den Delfinen, die kurz vor der Brandung ihre Sprünge vollführen, steht die Erde in ständiger Wechselwirkung mit sich selbst. Jede Lebensform gibt und empfängt in einem fortwährenden, ständig wechselnden, sich immer wieder ausgleichenden Akt. In unseren sogenannten zivilisierten Gesellschaften, wo wir das Licht einfach durch einen Klick einschalten, die Raumtemperatur durch das Drehen eines »Knopfes« erhöhen und uns innerhalb weniger Stunden an weit entfernte Orte transportieren können, ist es nicht so leicht, auf die gleiche Weise wie unsere Vorfahren und wie die immer weniger werden Naturvölker eine innige Beziehung zum Land und seinen nichtmenschlichen Bewohnern zu entwickeln.