

---

# bergschamane



---

NEWSLETTER JOURNAL

JUNI 2020

---



In der inneren Stille hört jede Bewegung des Denkens auf und das Herz beginnt zu sprechen. Die Einsamkeit festigt die Liebe, macht sie demütig und einzigartig.

Ohne die Liebe ist die Einsamkeit nur verdorrte Erde ohne Wasser und Licht, auf der nichts gedeiht. Bereichere deine innere Stille mit Gedanken der Liebe und einem tiefen Verlangen nach Wissen.

Indianische Weisheit





Liebe KlientInnen, SchülerInnen,  
Freunde und Interessierte!

In dieser Ausgabe widmen wir uns dem Thema Zeremonien. Wir alle haben in irgendeiner Weise Zeremonien gefeiert, die einen bestimmten Abschnitt in unserem Leben gekennzeichnet haben. Allerdings sind wir uns unserer Zeremonien oft gar nicht mehr bewusst. Was sind eigentlich Zeremonien?

Eine Zeremonie ist ein feierlicher Akt oder eine ganz besondere Handlung, die mit voller Aufmerksamkeit, Achtung, Wertschätzung und Wohlwollen vollzogen wird. Seit ewigen Zeiten werden Zeremonien gefeiert um Altes zu verabschieden oder Neues zu begrüßen.

Heutzutage sind meist Taufen, Hochzeiten und Beerdigungen das, was an Zeremonien übrig geblieben ist... doch sind das wirklich noch Zeremonien?

Wenn eine Zeremonie ohne „Geist“ abgehalten wird, also ohne entsprechender innerer Haltung, und nur die äußere Handlung wichtig ist, wird sie zu einem Ritual. Eine Zeremonie hingegen, feiert das Leben und bringt uns Menschen mit dem Leben in Kontakt.

Dein Herz soll im Einklang  
mit den Herzen der Erde schlagen.  
Du sollst fühlen,  
dass Du ein Teil des Ganzen bist,  
das Dich umgibt.

Gebet eines Schamanen

Zuvor noch ein paar persönliche Gedanken zur vergangenen „Zeit des Stillstands“...

Mitte März hieß es auch für mich „Lockdown“ was meinen Praxis- und Seminarbetrieb betrifft und so entschloss ich mich, meine Gewerbe einstweilen ruhend zu melden, um Ausgaben zu sparen. Da ich zweifach sozialversichert bin und auf mehreren Standbeinen stehe, entstand somit für mich auch kein wirklicher wirtschaftlicher Schaden aus den Maßnahmen der Regierung.

Was macht man nun mit soviel verordneter, aber eigentlich geschenkter Zeit? Neben viel körperlicher Arbeit in unserem landwirtschaftlichen Betrieb konnte ich all die Dinge erledigen, die schon lange liegengeblieben sind. Der Genuss dabei war für mich der, an einer Sache dran bleiben zu können, bis diese auch wirklich abgeschlossen ist und nicht, wie sonst, zwischen mehreren Berufen switchen zu müssen. Ich war viel in der Natur draußen, baute einen kleinen Holzschuppen und als ich dessen Dach machte, blickte ich viel in den tiefblauen Himmel über mir. Die Sonne schien und ich fühlte etwas, wie ein tiefes Durchatmen von Pachamama, unserer Mutter Erde. Da wurde mir bewusst, wie still und rein der Himmel war, über den kein einziges Flugzeug flog - nur Vögel und deren Gezwitzcher waren da. Es war eine Zeit des Rastens für Mutter Erde. Wie vielerorts beobachtet werden konnte, braucht Mutter Erde nicht lange, um sich von Menschenhand gemachter Strapazen zu erholen. In Italien kommen wieder Fische und sogar Tümmler bis in die Lagune von Venedig, in vielen Großstädten auf der Welt weichen Smog und Abgase der klaren Sicht auf den Himmel, Menschen bieten sich gegenseitig Hilfe an und sind für einander da...um nur einige Beispiele zu nennen.

In dieser Zeit wurde mir auch sehr deutlich, dass wir „Yanantin“ Geschöpfe sind. Yanantin kommt aus dem Qechua und benennt die Form der Dualität, in der zwei gegensätzliche Energien sich zu einem Ganzen harmonisch verbinden. In der physischen Welt sind wir den Launen von Keimen und Viren, unserem eigenen Immunsystem, unseren Gewohnheiten für oder gegen die Gesundheit und der nahezu unmöglichen Kontrolle unserer Umwelt ausgesetzt. Wir geben die Notwendigkeit der Kontrolle ab und respektieren gleichzeitig unsere Fähigkeit, die Gesundheit unserer eigenen und der anderer zu beeinflussen. Wir erliegen nicht der Angst, sondern verwenden gesunden Menschenverstand, um die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen oder zu stoppen und uns und andere gesund zu halten. Als Schamane und Paqo - ein Praktizierender der Inka Tradition - habe ich verschiedene Möglichkeiten, auf die Ökologie meiner Energieumgebung einzuwirken. Dabei leisten die Grundtechniken der Inka Tradition sehr wertvolle Dienste. Einerseits „Saminchakuy“ um schwere Energie „Hucha“ aus dem eigenem und dem Energiefeld von anderen zu entfernen. Daneben bietet „Saywachakuy“ die Möglichkeit, sich und andere mit leichter Energie „Sami“ zu versorgen. In diesem Zusammenhang ist mir meine neutrale und wertfreie innere Haltung sehr bewusst geworden, da ich nicht darüber entscheiden muss, was gut und schlecht ist. Nein... leicht heißt lediglich, dass die Energie im Fluss und eben leicht, reinigend und nährend ist, nicht mehr und nicht weniger ist nötig.

Ich denke diese Krise ist möglicherweise eine Art „Heilkrise“ für Pachamama und uns - ihre Kinder. Es gilt die Globalisierung und die damit zusammenhängende Weltwirtschaftslage zu überdenken, zu überarbeiten und neu zu gestalten - die Lieferengpässe von medizinischen Produkten, und Medikamenten haben uns die Situation jetzt verdeutlicht. Es gilt das Miteinander unter den Menschen und Nationen zu überdenken und an vielen Stellen zu verbessern.

Ich bete dafür, dass dieser Samen weiter keimt und diese (Heil)Krise tatsächlich eine Heilung auf vielen Ebenen nach sich zieht. Dass der Mensch beginnt, sein Wissen weise einzusetzen, es mit der Kraft der Liebe und des Herzens verbindet und in seinen Taten umzusetzen vermag. Denn das, so denke ich, ist unser aller Aufgabe und unsere Verantwortung Mutter Erde und unsere Mitmenschen gegenüber und bringt uns darüberhinaus in unsere wahre Kraft.

# ZEREMONIEN

## VERGESSENE ECKPFEILER IM RAD DES LEBENS



In schamanisch geprägten Kulturen gibt es eine große Anzahl an Zeremonien, mit denen das Leben gefeiert wird, gedankt wird, gebetet wird oder auch geheilt wird.

Das Leben betreffend sind Zeremonien auch immer mit Initiationen in neue Lebensabschnitte verbunden, wie Geburt (heute Taufe), der Übergang ins Erwachsenenalter, die Lebensgemeinschaft (Hochzeit) oder der Tod (Beerdigung).

Daneben gibt es aber noch eine Menge an Zeremonien und Feiern, die das Leben an und für sich betreffen.

Zeremonien, wie die „Despacho“ Zeremonie aus dem andinen Hochland Südamerikas, bei der ein Mandala aus Blüten und Pflanzen gelegt wird um Mutter Erde (Pachamama) für ihre Gaben zu danken und um Wünscherfüllung zu bitten.

Feuerzeremonien sind in vielen Kulturen dazu da, um sich mit der Kraft des Feuers zu verbinden und über sich selbst hinauszuwachsen, wie zum Beispiel Sonnwendfeuer, über die gesprungen wird, Feuerläufe. Feuer Zeremonien können aber auch dabei helfen, altes zu transformieren und damit Grundlage für neues zu schaffen.

Die Inuit feierten in Zeremonien auch die erste erlegte Robbe der Saison oder die nordamerikanischen Ureinwohner den ersten erlegten Büffel (was sehr wichtig war, da dies ihre Nahrungsgrundlage bildete).

## SCHWITZHÜTTEN ZEREMONIE

Eine wichtige Zeremonie, vor allem bekannt aus der nordamerikanischen Tradition, ist die Zeremonie der Schwitzhütte, obgleich die Schwitzhütte kulturell auch in Mittel- und Südamerika, in Europa und im nahen Osten verwurzelt ist.

Die Schwitzhütte repräsentiert den Schoß von Mutter Erde und die Zeremonie in ihr dient dem Gebet, der Reinigung, Erneuerung, Heilung und Transformation durch die vier Winde Osten - Süden - Westen - Norden und der beiden Polaritäten Himmel und Erde, die, ebenso wie Feuer und Wasser, das männliche und das weibliche Prinzip repräsentieren.

Die Essenz dieser Zeremonie ist die Vereinigung von männlicher und weiblicher Energie, damit etwas Neues entstehen kann.



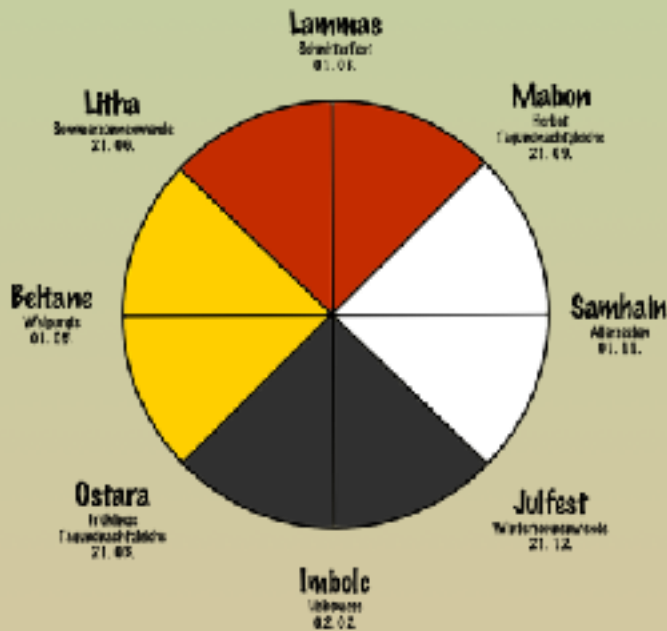
Die Schwitzhütte steht für das Weibliche, das durch die männliche Kraft des Feuers „befruchtet“ wird; das Wasser - von den Natives in Amerika liebevoll als Großmutter bezeichnet - vereinigt sich beim Aufguss mit den heißen Steinen - die ihrerseits als Großväter bezeichnet werden - nach jedem Gebet, um es mit dem Dampf nach oben zu unserem Schöpfer zu tragen.

» Das Leben ist eine Zeremonie in sich selbst wert, mit einer Zeremonie gefeiert zu werden. Wenn Du so lebst, wirst Du allmählich die Balance des Lebens wieder entdecken, die wir alle so dringend brauchen.«

Angaangaq Angakkorsuaq (Ältester der Eskimo-Kalaallit, Grönland)

# DER JAHRESZYKLUS

## DIE ACHT FESTE IM JAHRESKREIS



Die acht Jahreskreisfeste in denen der Jahreszyklus gefeiert und bewusst erlebt wird. Diese Feste sind unser keltisches Erbe und drehen sich um die Sonnenfeste, die in früheren Zeiten ohne künstlichem Licht und Strom eine viel größere Bedeutung hatten als heute, begleitet von vier Mondfesten, was die acht Jahreskreisfeste ergibt:

Samhain (Allerseelen) in der Nacht auf 1. November

Julfest (Winter Sonnenwende) am 21. Dezember

Imbolc (Lichtmess) am 01. Februar

Ostara (Frühjahrs Tagundnachtgleiche) – 21. März

Beltaine (Walpurgis) – Nacht auf 1. Mai

Litha (Sommer Sonnenwende) – 21. Juni

Lughnasad (Schnitterfest) – 1. August

Mabon (Herbst Tagundnachtgleiche) – 21. September

Den Jahreskreis mit diesen Festen ganz bewusst zu erleben und mit einer kleinen Zeremonie zu feiern kann das Leben auf ungeahnte Weise bereichern und uns dem natürlichen Rhythmus des Lebens wieder näher bringen.

Feuerzeremonien sind in vielen Kulturen dazu da, um sich mit der Kraft des Feuers zu verbinden und über sich selbst hinauszuwachsen, wie zum Beispiel Sonnwendfeuer, über die gesprungen wird, Feuerläufe. Feuer Zeremonien können aber auch dabei helfen, Altes zu transformieren und damit Grundlage für Neues zu schaffen.

### ANLEITUNG FÜR EINE FEUERZEREMONIE

Stimme dich auf deine Zeremonie ein – du kannst eine Feuerzeremonie für alle möglichen Anlässe abhalten – wichtig ist eine klare Ausrichtung und Intention.

- Bereite eine Feuerstelle vor, an der du deine Zeremonie abhalten möchtest und lege dir alles bereit, was du dafür benötigst.
- Fertige dir einen „Opferstab“ aus Holz an, dem du deine Gebete, Anliegen, Wünsche und/oder das, was du loslassen und transformieren möchtest, einhauchst. Du kannst deine Anliegen auch darauf schreiben.
- Schaffe einen „heiligen Raum“ für deine Zeremonie, du kannst die vier Winde rufen, einen Schutzkreis machen, das Wiracocha Chakra öffnen oder etwas anderes, das dir entspricht, um deine Zeremonie zu eröffnen.
- Schlichte nun das Feuerholz auf und beginne dabei, je ein Holzscheit in Richtung Osten, Süden, Westen und Norden in Form eines Kreuzes zu platzieren. Damit verbindest du dich mit den Kräften der vier Himmelsrichtungen. Schlichte dann das Feuerholz darüber in Form einer Pyramide auf.
- Entzünde nun das Feuer und lass es ganz entfachen.
- Nähre nun das Feuer dreimal, indem du einen Schuss Olivenöl hineingießt. Den ersten Schuss Öl widmest du den vier Himmelsrichtungen, den zweiten Schuss den beiden Polaritäten Mutter Erde und Vater Himmel, den dritten Schuss allen Anwesenden deiner Zeremonie.
- Beobachte das Feuer ein wenig und erspüre seine Qualität – du bemerkst vielleicht, dass es nun ein wenig sanfter brennt.
- Nun ist es an der Zeit, deinen „Opferstab“ dem Feuer zu übergeben und damit deine Gebete, Wünsche und Anliegen dem Feuer zu übergeben. Mit dem entstehenden Rauch steigen deine Gebete nach oben zu unserem Schöpfer. Wenn mehrere Personen an der Zeremonie teilnehmen, macht das einer nach dem anderen – jede(r) nimmt sich dabei den Raum und die Zeit, die dafür benötigt wird.
- Bringe unmittelbar danach die Energie des Feuers in dein Feld, indem du deine Hände kurz in das Feuer hältst und es zu dir hin schöpfst. Zuerst zur Stirn, dann zum Herzen und zum Bauch. Damit verbindest du symbolisch dein Denken, deine Gefühle und dein Handeln zu einer Einheit.
- Beende die Zeremonie, indem du deinen heiligen Raum wieder schließt und bedanke dich bei allen helfenden Kräften und Mächten.
- Lass das Feuer ganz abbrennen (nicht löschen!) und genieße den Ausklang deiner Feuerzeremonie.



## Vorschau auf die beiden Ausbildungen 2021



### DER SCHAMANISCHE PFAD

…ist eine Ausbildung in schamanischer Energiearbeit, die dir die Möglichkeit bietet, das schamanische Weltbild, Naturspiritualität, die Lebensweise mit der Natur, Zeremonien und das Wissen, dass alles in irgendeiner Weise beseelt und miteinander verbunden ist, kennen zu lernen und in deinen Alltag zu integrieren.

Begib dich auf den schamanischen Pfad und lerne, wie alte überlieferte Praktiken und Zeremonien dir helfen können, eine ganz neue Sichtweise auf das Leben zu bekommen.

#### Entdecke…

- … die Energien, die dich durchfluten, dich umgeben; wie du mit ihnen in Kontakt kommst und sie für dich nutzen kannst.
- … die Rückverbindung zu deinen Ahnen als deine persönliche Kraftquelle.
- … die Verbindung mit der Natur und ihren Kräften.
- … die Bereicherung und die Kraft von Zeremonien.
- … wie du dein Energiefeld und das von anderen reinigen und von emotionalen Schocks und Verletzungen klären kannst.
- … den schamanischen Zugang zum Sterbeprozess und zum Tod.
- … vor allem dich selbst.

**Beginn:** 05.02.2021

### DER Q'ERO PFAD

Den Weg des Paqos zu gehen bedarf einer bewussten Entscheidung und braucht die persönliche Erfahrung. Ein Paqo ist ein Praktizierender der Inka Tradition, gleichermaßen Mystiker, Heiler und Schamane.

Folge dem Quero Pfad, lerne die Energiearbeit der Inkas aus den Anden Perus kennen und entfalte mit ihrer Hilfe dein volles Potential als Kind von Mutter Erde.

#### Entdecke…

- … die einfache und doch so umfassende Spiritualität der Inkas.
- … wie du dich spielend von schwerer Energie (Hucha) reinigen und dich mit leichter Energie (Sami) auffüllen kannst.
- … wie dein Leben mit den Übungen der Inkas leichter und erfüllter werden kann.
- … wie du die Energien rund um dich herum wahrnehmen und bis hin zur Leichtigkeit verändern kannst.
- … die Kosmologie der Q'eros in dieser und der nichtalltäglichen Wirklichkeit.
- … wie du die Kraft der Liebe (Munay) willentlich erzeugen kannst.
- … vor allem dich selbst.

**Beginn:** 22.01.2021


# DIE NÄCHSTEN VERANSTALTUNGEN


	<b>VERANSTALTUNG</b>	<b>DATUM</b>	<b>PREIS</b>
	Trommelbau Workshop	04.07.2020	€ 200,-
	Die Kraft der vier Winde	04.-05.09.2020	€ 200,-
	Schwitzhütten Zeremonie	02.-03.10.2020	€ 190,-
	Trommelbau Workshop	17.10.2020	€ 200,-
	Schwitzhütten Zeremonie	13.-14.11.2020	€ 190,-
	Die Kraft des Wandels - Despacho Zeremonie	28.11.2020	€ 100,-
	Die Kraft der vier Winde	11.-12.12.2020	€ 200,-
	Schwitzhütten Zeremonie	21.12.2020	€ 100,-


VOLKER TRUCKENTHANNER

Gahbergstraße 30

A-4852 Weyregg am Attersee

 +43(0)676 3533845

 [info@bergschamane.at](mailto:info@bergschamane.at)

 [www.bergschamane.at](http://www.bergschamane.at)

