

Johannes Gutenberg-Universität Mainz

FB 06: Translations-, Sprach- und Kulturwissenschaft

Wintersemester 2014/15

Hauptseminar: Eurasische Spiritualität

Dozentin: Univ.-Prof. Dr. phil. Birgit Menzel

Veränderte Bewusstseinszustände im Schamanismus

Romina Heim

2700549

MA Translation

2. Semester

rheim@students.uni-mainz.de

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Schamanismus als Glaubenssystem	2
2.1 Die Definition von Schamanismus	2
2.2 Die Entdeckung des Schamanismus	3
2.3 Weltbild und Aufgaben eines Schamanen	6
3. Induzierte Bewusstseinsveränderungen	8
3.1 Definition und Abgrenzung des Begriffs „Bewusstsein“	9
3.2 Die Induktion veränderter Bewusstseinszustände	11
3.2.1 Physiotrope Methoden	11
3.2.2 Psychotrope Substanzen	13
3.3 Schamanische Bewusstseinszustände in der psychophysiologischen Forschung	15
4. Schamanismus zwischen Psychopathologie und Psychotherapie	19
4.1 Die schamanische Initiationskrise	19
4.2 Schamanismus im Vergleich mit schizophrenen und dissoziativen Störungen	20
4.3 Schamanismus als Psychotherapie	26
5. Fazit	28
Literaturverzeichnis	30
Eidesstattliche Erklärung	32

Spiritual relationship is far more precious than physical. Physical relationship divorced from spiritual is body without soul. (Mahatma Ghandi)

1. Einleitung

Die vorliegende Arbeit entstand im Anschluss an ein Seminar, das der Spiritualität im eurasischen Kulturraum gewidmet war. Spiritualität ist ein Thema, dessen traditionelle Inhalte in jüngerer Zeit aus verschiedenen individuellen Gründen wieder mehr Interesse und Aufmerksamkeit erfahren haben, das jedoch nur schwer Einlass in den akademisch-wissenschaftlichen Diskurs findet. Grund hierfür ist das im Westen vorherrschende rationalistisch-materialistisch orientierte Wissenschaftssystem, das unsere Wirklichkeit nach physikalisch messbaren Faktoren definiert. Subjektive Erfahrungen „einer über das eigene Ich hinausreichenden Wirklichkeit“ werden dabei außer Acht gelassen (Walach 2011: 13). Fraglich ist allerdings, ob ohne die Einbeziehung spiritueller Erfahrungswissens auch tatsächlich eine unserer Wirklichkeit gerecht werdende Definition aufgestellt werden kann.

Im Rahmen des Seminars wurden verschiedene Glaubenssysteme und darauf basierende Praktiken näher beleuchtet, denen im eurasischen Raum seit Menschengedenken eine besondere Bedeutung zukommt und die einen fundamentalen Bestandteil der östlichen Kultur ausmachen. Eines dieser Glaubenssysteme stellt der Schamanismus dar, wobei sich eine religiöse Auffassung als problematisch erweist, da der Schamanismus frei von Dogmen und Hierarchien und auch nicht an einen bestimmten Gott gebunden ist. Er ist vielmehr ein freies, spirituelles System, ein jahrtausendealtes spirituelles Phänomen, das bis heute in verschiedenen Teilen der Welt existiert. Aufgrund des thematischen Schwerpunkts unseres Seminars basiert die folgende Arbeit jedoch überwiegend auf Berichten über den Schamanismus im eurasischen Verbreitungsgebiet.

Den Schwerpunkt dieser Arbeit bilden die für den Schamanismus charakteristischen Trancezustände und die damit verbundene Erfahrungswelt, von der für viele Menschen weltweit spätestens seit den Berichten von Carlos Castañeda eine große Faszination ausgeht. Veränderte Bewusstseinszustände sind nicht nur in spiritueller Hinsicht von Belang, sondern berühren auch die Bereiche von Kultur, Medizin und Psychologie. Vonseiten der Forschung war man seit jeher geneigt, schamanischen Bewusstseinszuständen eine pathologische Ursache zugrunde zu legen, um dem mysteriösen, nicht greifbaren Phänomen eine nach unserer heutigen Auffassung logische Erklärung zu geben.

Im Folgenden sollen veränderte Bewusstseinszustände in der Form, wie sie im Schamanismus zutage treten, sowohl vom Standpunkt der neurophysiologischen Forschung als auch in einem für die westliche Wissenschaft fremden „Erfahrungs- und Kulturkontext“ betrachtet werden, in dem das Phänomen des Schamanismus als Ganzes eingebettet ist (Walach 2011: 12). Zunächst soll ein grundlegender Überblick über Bedeutung, Geschichte und Weltbild des Schamanismus vermittelt werden, um den Kontext, in dem Bewusstseinsveränderungen herbeigeführt werden, verstehen und angemessen beurteilen können. Anschließend werden Überlegungen dazu angestellt, was unter dem Begriff „Bewusstsein“ eigentlich verstanden wird und welche Dimensionen die Wirklichkeit für jeden Einzelnen haben kann. Anschließend werden die verschiedenen im Schamanismus gebräuchlichen Methoden zur Induktion veränderter Bewusstseinszustände sowie neurophysiologische Erkenntnisse dargelegt. Im vierten Kapitel werden schamanische Bewusstseinszustände mit schizophrenen und dissoziativen Störungen verglichen, um im Anschluss daran mögliche psychotherapeutischen Aspekte schamanischer Praktiken in Betracht zu ziehen.

Ziel der Arbeit ist es herauszuarbeiten, ob und inwiefern schamanische Bewusstseinszustände tatsächlich pathologisch bedingt sind. Es soll gezeigt werden, dass Schamanen mittels einer Form von Psychotherapie die Kontrolle über ihre Bewusstseinsveränderungen übernehmen können, wozu psychisch Kranke durch Willenskraft allein nicht imstande sind.

2. Der Schamanismus als Glaubenssystem

2.1 Die Definition von Schamanismus

Das Wort „Schamane“ entstammt der Sprache der Tungusen (heute Ewenken), eines sibirischen indigenen Volkes, und fand durch das Russische Eingang in die anderen europäischen Sprachen (vgl. Vaitl 2012: 229). Es beschreibt eine Person, die „erregt, bewegt und erhoben ist“ (ebd.). Der Psychologe Dieter Vaitl weist darauf hin, dass eine Subsumierung von „Medizinmännern, Hexendoktoren, Zauberer[n], Magier[n] oder Seher[n] unter dem Begriff „Schamane“ unzureichend ist und diesem nicht gerecht wird (ebd.). Er betont, dass ein „Schamane [] stets ein Auserwählter [ist], der zwischen Menschen und spirituellen Wesen („Geistern“) vermittelt, entsprechend dem schamanischen Weltbild, dass der Mensch ein Teil des Kosmos ist und mit diesem in einer Wechselbeziehung steht“ (ebd.).

Eine allseits zufriedenstellende und akzeptierte Definition von Schamanismus scheint nicht zu existieren. In der Literatur zu diesem Thema stößt man auf ein großes Spektrum an verschiedenen Beschreibungen. Manche Definitionen beschränken den Schamanismus auf die für ihn charakteristischen Riten und Praktiken und klammern dabei das schamanische Weltverständnis aus, in dessen Kontext diese notwendig werden. Ein Beispiel für eine Definition dieser Art liefert der amerikanische Psychologe Imants Barušs: “Let us define *shamanism* as a practice in which a person deliberately alters her consciousness for the purpose of interacting with spirits in order to serve the community in which she finds herself“ (Barušs 2003: 136). Auch für Linquist liegt der Schwerpunkt im Schamanismus auf dieser Interaktion mit einer Geisterwelt: “As any religious practice, shamanism (however defined) is interaction between the worlds, between the physical and the numinous, between the world of the people and the world of the spirits” (Lindquist 2006: 14). Eliade definierte den Schamanismus als „ein Komplex von ekstatischen Praktiken, deren Fundament sehr alte religiöse Vorstellungen bilden“ (Eliade 1951: 96). Bereits an früherer Stelle bezeichnet Eliade den Schamanismus als eine „religiöse Erscheinung“ (ebd. 87). Nicht nur für Abaeva Ljubov' und Natalija Žukovskaja ist Schamanismus eine archaische Religion (vgl. Ljubov' / Žukovskaja 2004: 352), sondern auch Stanislav Grof spricht in diesem Zusammenhang von „der ältesten Religion und Heilkunst des Menschen“ (Grof 1997: 342). Andreas Lommel hingegen sieht in der Verbindung oder gar der Gleichsetzung mit der Religion eine mögliche Ursache für das Fehlen einer „allgemein anerkannte[n] Definition des Phänomens Schamanismus“ (Lommel: 1985: 263): „Die Forschung ist vielleicht zu lange dabei verblieben, den Schamanismus als Religion oder nur als Religion zu sehen. Schamanismus ist aber sicher mehr als das: Immer mit der Religion verbunden, aber niemals Religion allein“ (ebd.). Es zeigt sich schnell, dass man sich innerhalb der Forschung uneinig darüber ist, auf welchem Aspekt des Schamanismus der Schwerpunkt einer Definition liegen soll. Diese Frage soll nach der näheren Betrachtung des schamanischen Weltbilds im dritten Teil dieses Kapitels nochmals aufgegriffen werden.

2.2 Die Entdeckung des Schamanismus

Die Tradition des Schamanismus lässt sich anhand zahlreicher, in Afrika, Asien und Europa entdeckter Felsmalereien bis in die Epoche des Jungpaläolithikums zurückverfolgen, weshalb der Schamanismus als älteste Religion der Menschheit gilt (vgl. Ljubov' / Žukovskaja 2004: 352). Die Etymologie des Wortes „Schamane“ mag der Grund dafür sein, dass die

Anthropologin Galina Lindquist Sibirien als Ursprungsort des Schamanismus bezeichnet. Auch Eliade zufolge ist der Schamanismus „in besonderem Maße den sibirischen Völkern eigen“ (Lindquist 2006: 11; Eliade 1951: 87). Eliade betont jedoch auch, dass es sich hierbei dennoch um ein Phänomen handelt, das sich in indigenen Bevölkerungsgruppen weltweit findet:

Doch wenn der Schamanismus auch seine vollendetste Ausprägung in den arktischen und nordasiatischen Gebieten gefunden hat, so darf man ihn keineswegs auf diese Landschaften allein beschränken, denn er kommt ebensogut [sic!] in Indonesien, bei bestimmten nord- und südamerikanischen Stämmen, bei den Munda-Völkern Südindiens und auch anderswo vor. In Spuren läßt [sic!] er sich sogar im alten Indien, in China, dem alten Iran und bei den Skythen nachweisen. (ebd.)

Erste Kenntnisse über Menschen mit schamanischen Fähigkeiten gelangten ab dem 16. Jahrhundert durch Reiseberichte von Missionaren und Forschungsreisenden nach Europa. Auf Grundlage dieser kann davon ausgegangen werden, dass die erste Begegnung zwischen der modernen Welt und Schamanen indigener Völker im 17. Jahrhundert in Sibirien stattfand. Die Vertreter der modernen Welt waren Gesandte des russischen Zaren, die den Auftrag hatten, Sibirien zu erobern. So gelang das tungusische Wort *šaman* über das Russische in die anderen europäischen Sprachen. Eigenen Angaben zufolge konnten die so bezeichneten Menschen mit Geistern kommunizieren, Kranke heilen, das Wetter beeinflussen und die Zukunft vorhersagen. In den darauffolgenden Jahren begegnete man Menschen mit ähnlichen Fähigkeiten in den verschiedensten Teilen der Welt, die in jeder Region zwar anders bezeichnet wurden, aber alle der Figur des sibirischen Schamanen zu gleichen schienen. Die Haltung der Europäer gegenüber Schamanen war von tiefer Ablehnung geprägt. Schamanisches Wissen wurde von den Europäern als Gott allein vorbehaltenes und somit verbotenes Wissen angesehen. In Berichten wurden sie als Schwindler, Zauberer, Hexenmeister und Beschwörer bezeichnet (vgl. Huxley / Narby 2001: 1ff.).

Das Zeitalter der Aufklärung brachte einen Wandel in der europäischen Weltanschauung mit sich. Die Angst vor dem Unbekannten verschwand, doch die Wissenschaftler dieser Zeit strebten danach, die Welt rational begreifen. Schamanische Praktiken zeigten der Rationalität jedoch Grenzen auf, weshalb Schamanen in ihren Augen nichts weiter als Hochstapler waren (vgl. ebd.).

Im 19. Jahrhundert wurden in den neuen wissenschaftlichen Disziplinen Sozialanthropologie und -ethnologie die ersten akademischen Studien über Schamanen durchgeführt. Da jedoch auch die frühen Anthropologen Schamanen als wilde, primitive und minderwertige Menschen betrachteten, gingen nur sehr wenige nützliche Berichte aus dieser Zeit hervor. Erst gegen

Ende des 19. und mit Beginn des 20. Jahrhunderts zeigte sich eine Änderung der westlichen Denkweise. Forscher begannen, alte Vorurteile zu überdenken und bezogen Schamanen sogar in ihre Arbeit mit ein. Einer der bekanntesten Forscher dieser Zeit war der dänische Anthropologe Knud Rasmussen, der Expeditionen in die arktischen Gebiete durchführte und schamanische Praktiken der Inuit studierte. In diesen Jahren entstanden zahlreiche detaillierte Berichte, die eine neue, positive Sichtweise auf den indigenen Schamanismus vermittelten. Dennoch war unter weniger aufgeschlossenen Wissenschaftlern die Auffassung verbreitet, dass Schamanen psychisch krank sein mussten, da sie Halluzinationen hatten, mit Geistern sprachen und Stimmen hörten, die außer ihnen niemand wahrnehmen konnte (vgl. ebd.).

Der rumänische Religionswissenschaftler Mircea Eliade wirkte dieser pathologisierenden Sichtweise mit seinem 1951 erschienenen Buch *Schamanismus und archaische Ekstasetechnik* entscheidend entgegen, indem er dem Schamanismus eine alte religiöse Grundlage unterstellte und dessen Menschlichkeit betonte (ebd. 4). Dieter Vaitl bezeichnet Eliade als „eine der einflussreichsten Persönlichkeiten auf dem Gebiet der akademischen Erforschung des Schamanismus“ (Vaitl 2012:229).

In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts begannen Wissenschaftler ihren Status als außenstehende Beobachter aufzugeben und innerhalb schamanischer Stämme zu leben. Sie nahmen an ihren Riten teil, um von ihnen zu lernen und selbst transzendente Erfahrungen zu machen (vgl. Huxley / Narby 2001: 4). Beispiele dafür sind die Anthropologen Carlos Castañeda und Larry Peters, die selbst eine Ausbildung zum Schamanen erhielten (vgl. ebd.; vgl. Barušs 2003: 141). Zu dieser Zeit experimentierte man sowohl in der westlichen Forschung als auch im Rahmen schamanischer Rituale mit Halluzinogenen wie LSD und Meskalin. Durch die Berichte, die in dieser Zeit nach Europa und in die USA gelangten, gewannen der Schamanismus und die Methoden der Bewusstseinsweiterung im Westen an Popularität. Nicht zuletzt durch Castañedas authentische Schilderungen übten schamanische Praktiken eine große Anziehungskraft auf viele Menschen aus. Der Schamanismus fand im Westen seinen Höhepunkt in der New-Age-Bewegung, einer esoterischen Strömung im Umfeld der Hippie-Bewegung, im Rahmen derer sich eine neoschamanische Szene herausbildete (vgl. vgl. Huxley / Narby 2001: 4ff.). Diese Arbeit ist jedoch dem Schamanismus in seiner traditionellen Form gewidmet, das Phänomen des Neoschamanismus wird daher im Folgenden nicht behandelt.

2.3 Weltbild und Aufgaben eines Schamanen

Für ein besseres Verständnis des komplexen Phänomens Schamanismus scheint es unerlässlich, das in ihm vorherrschende Weltbild und die sich daraus für einen Schamanen ergebenden Aufgaben näher zu betrachten.

Die schamanische Weltanschauung gründet sich zunächst auf die Vorstellung einer beseelten Natur. Im Schamanismus besitzen nicht nur Lebewesen, sondern auch alle Gegenstände eine Seele. Diese kann den Körper in besonderen Situationen (z.B. bei Krankheit oder Tod) verlassen. Desweiteren glauben Angehörige einer schamanischen Gemeinschaft an ein Weiterleben nach dem Tod und damit an die Existenz von Ahnengeistern. Vaitl spricht in Bezug auf diesen ausgeprägten Seelen- und Geisterglauben von der Vorstellung eines „[b]eseelte[n] Kosmos, der „als großer Organismus verstanden [wird]“ (Vaitl 2012: 232).

Neben Animismus und Ahnenkult ist das sogenannte „Drei-Welten-Modell“ charakteristisch für den Schamanismus (ebd.). Nach dem indigenen Volksglauben existieren drei Ebenen des Kosmos, die jeweils eine andere Welt repräsentieren: Himmel, Erde und Unterwelt (vgl. Eliade 1951: 92). Die Ebenen sind durch den „Weltbaum“ miteinander verbunden (ebd.). Der Baum „repräsentiert [] die Achse der Welt“ und fungiert als „Bindeglied zwischen den drei kosmischen Zonen“ (ebd.). Auf der Erde, in der mittleren Welt, befindet sich der Mensch im Alltagsbewusstsein (vgl. Vaitl 2012: 232f.).

Wie der Kosmos in Ebenen unterteilt wird, so besteht auch die Realität aus zwei Dimensionen. Man unterscheidet die Dimension des normalen Alltagsbewusstseins von der Dimension der Geister. Vaitl unterscheidet hier zwischen „Alltagswelt“ und „Geisterwelt“ (vgl. ebd. 233). Um eventuell auftretende Missverständnisse durch die zweimalige Verwendung des Weltenbegriffs zu vermeiden, muss angemerkt werden, dass die Erde die „Alltagswelt“ repräsentiert, Unterwelt und Himmel dagegen die „Geisterwelt“. (vgl. ebd. 233).

Was Vaitl nicht erwähnt, aber als fundamentales Element der schamanischen Weltanschauung nicht fehlen darf, ist der Glaube an die Fähigkeit einzelner, auserwählter Menschen, mit dieser spirituellen Welt in Verbindung zu treten. Schamanen sind nach traditionellem Glaube im Besitz solch außernatürlicher Kräfte und dadurch imstande, den Willen der Geister zu beeinflussen, die über das Schicksal jedes einzelnen Menschen in der Gemeinschaft bestimmen. Die Dimension der Geister existiert sozusagen neben der Dimension unseres Alltagsbewusstseins, ist jedoch nur für einen Schamanen sichtbar und zugänglich, was

bedeutet, dass für ihn – anders als für den normalen Menschen – die Realität aus zwei Dimensionen besteht. Der Schamane lebt sozusagen gewissermaßen in zwei Realitäten. Von bestimmten Orten auf der Erde aus, sogenannten „Verbindungsorten“, ist es einem Schamanen möglich, in die spirituellen Welten – den Himmel oder die Unterwelt – zu reisen. „Quellen, Teiche, Felsspalten und Höhlen“ ermöglichen die Reise in die Unterwelt, wohingegen hohe Berge und Bäume den Schamanen ins Himmelreich befördern (Vaitl 2012: 232f.).

Die Kontaktaufnahme mit der spirituellen Welt findet für gewöhnlich im Rahmen eines Zeremoniells in Anwesenheit der Öffentlichkeit statt, das im sibirischen Verbreitungsgebiet die russische Bezeichnung „Kamlanie“ trägt (Lindquist 2006: 26). Hierfür scheint es keine deutsche Entsprechung zu geben. Während des Kamlanie-Rituals befindet sich der Schamane in einem ekstatischen Trancezustand, in den er sich durch verschiedene, den Körper und/oder die Psyche beeinflussende Techniken selbst hineinversetzt. Auf diesen Trancezustand soll jedoch erst im zweiten Teil der Arbeit näher eingegangen werden.

Die konkreten Aufgaben eines Schamanen während einer Reise in die Geisterwelt sind vielfältig und beruhen auf dem oben beschriebenen Weltbild. Für Eliade sind Schamanen vor allem „Heilkundige und Seelenführer“ (Eliade 1951: 90). Erkrankt ein Mitglied der Gemeinschaft, geht man davon aus, dass dessen Seele Schaden genommen hat oder den Körper verlassen hat. Die Aufgabe des Schamanen besteht in einem solchen Fall darin, die Seele seines Patienten wieder zu finden und zurück in den Körper zu geleiten. Ist jemand aus der Gemeinschaft verstorben, muss die Seele des Toten sicher ins Schattenreich geleitet werden, damit die Seele nicht rastlos in der Welt der Lebenden verweilt. Eliade machte bei seiner Erforschung schamanischer Völker und Praktiken die Beobachtung, dass der Schamane sich in seinem Trancezustand entweder in die Unterwelt oder in das Himmelreich begibt, um die entlaufene Seele zu finden und ihr den Weg zu weisen. Die Ahnengeister können von ihm angerufen werden und ihn bei seiner Aufgabe unterstützen. Interessant ist, dass die Schamanen arktischer Völker in die Tiefen des Meeres hinab tauchen, anstatt die Unterwelt zu betreten. Dies legt die Vermutung nahe, dass das kosmische Bild kulturell bedingt variiert (vgl. ebd.: 90f.).

Infolgedessen ist es auf dreierlei Weise möglich, den Seelen der Kranken zu folgen und sie zurückzuholen: in die Unterwelt zu gehen, auf den Grund des Meeres zu tauchen oder in den Himmel aufzusteigen. Wenn die Trance des Schamanen auch immer die gleiche ekstatische Intensität aufweist, so differiert sie dennoch in ihrem Ausdruck, je nachdem, ob er den Flug eines Vogels imitiert, den Aufstieg in den Himmel spielt, das Untertauchen zum Meeresgrund darstellt oder auf einem Pferd in die Unterwelt reitet usw. (ebd. 91)

Eliade vertritt die Ansicht, dass der ekstatische Aufstieg in das Himmelreich eine „spezifisch schamanische Technik“ und zugleich die älteste Form der Schamanenreise ist. Hierbei steht insbesondere die Vorstellung des Weltbaums als Verbindung zwischen Himmel und Erde im Vordergrund. Eliades Berichten zufolge wird der Weltbaum beim Zeremoniell durch einen normalen Baum dargestellt, wie etwa durch eine Birke. Der Schamane erklimmt die Spitze des Baumes und symbolisiert damit seinen Aufstieg in den Himmel. Der Baum fungiert sozusagen als „Himmelsleiter“ (ebd. 93). „Die ekstatische Trance (d.h. die Himmelsreise verwirklicht sich auf der rituellen Leiter einer Birke, die den kosmischen Baum repräsentiert“ (ebd. 92). Die kosmische Verbindung zwischen Schamane und Weltachse wird zusätzlich durch den wichtigsten Besitz eines jeden Schamanen symbolisiert: die Trommel (ebd.; Lindquist 2006:26). Eliade berichtet von der in indigenen Völkern verbreiteten Überzeugung, dass der Rahmen der Trommel aus dem Holz des Weltbaums gemacht ist (ebd.). Handwerklich begabte Schamanen fertigen ihre Trommeln selbst an, andere lassen diese herstellen (vgl. Lindquist 2006: 26). Eliade vergleicht bereits die Herstellung der Trommel mit dem Aufstieg auf der Himmelsleiter (vgl. Eliade 1951: 92). Beim Zeremoniell singt der Schamane und schlägt die Trommel, um den Geist der Trommel anzurufen, damit dieser dann mit allen anderen bei der Zeremonie anwesenden Geistern in Kontakt tritt (vgl. Lindquist 2006: 26). „Ebenso wie der Schamane, wenn er die Birke erklimmt, in Wirklichkeit den Weltbaum erklettert, befindet er sich beim Trommelschlagen ganz nahe diesem Weltbaum“ (Eliade 1951: 92).

Der Aufgabenbereich eines Schamanen umfasst darüber hinaus noch weitere Tätigkeiten, wie etwa Prophezeiungen zu machen, die Naturgewalten zu beeinflussen oder die Geister zu besänftigen. Ferner gehört die Durchführung traditioneller, periodischer Rituale dazu. Die Pflicht eines jeden Schamanen besteht in jedem Fall darin, Leid von seinem Stamm fernzuhalten bzw. abzuwenden und sich um das Wohlergehen seiner Mitmenschen zu kümmern. „Ein Schamane arbeitet immer im Auftrag und zum Wohle der Gemeinschaft, in der er lebt“ (Vaitl 2012: 232).

3. Induzierte Bewusstseinsveränderungen

We are used to the everyday world being there for us while awake, day after day, and we know from its monotonous regularity what it is that is real and what is not. At night, perhaps we dream, and while we dream we think we know that what we dream is real, but on waking, we realize that it is not. And sometimes, while apparently awake, the everyday world disappears, and what we thought was real is gone, and we are confronted with that which is not supposed to be real. And

afterwards, perhaps we come to think that that which is not supposed to be real really is real, or we no longer know what is real and what is not. (Barušs 2003: 3)

Der zweite Teil dieser Arbeit ist der für schamanische Praktiken charakteristischen Ekstase gewidmet, die einen Bewusstseinszustand darstellt, der sich deutlich von unserem Alltagsbewusstsein unterscheidet. Um eine klare Linie zwischen „normalen“ und „veränderten“ Bewusstseinszuständen ziehen zu können, ist eine nähere Bestimmung des Bewusstseinsbegriffs erforderlich.

3.1 Definition und Abgrenzung des Begriffs „Bewusstsein“

Den Begriff „Bewusstsein“ prägte der „Philosoph, Mathematiker und Logiker Christian Wolff (1679-1754)“, der den berühmten Satz von Descartes „cogito ergo sum“ mit „Ich habe Bewusstsein, also bin ich“ übersetzte, da er der Ansicht war, dass cogitare weit mehr als nur denken umfasse (Vaitl 2012: 6). Durch seine Schriften verbreitete sich der Begriff des Bewusstseins im deutschen Sprachraum (vgl. ebd.). Barušs zufolge kann Bewusstsein von drei Perspektiven aus betrachtet werden: der physiologischen, der kognitiven und der empirischen. Jede dieser Betrachtungsweisen repräsentiert nicht nur ein eigenes Forschungsgebiet, sondern beinhaltet auch ein bestimmtes Denken über Bewusstsein (vgl. Barušs 2003: 5).

Die physiologische Perspektive ist zum Teil eng mit den Neurowissenschaften verbunden und befasst sich mit Körperprozessen, die an Bewusstseinszuständen beteiligt sind. Der normale Funktionszustand des menschlichen Organismus zeichnet sich dadurch aus, dass der Mensch imstande ist, anhand verschiedener Impulse Unterscheidungen zu machen, Informationen zu verarbeiten und zielgerichtet zu handeln. Hier zeigt sich die enge Verbindung zur kognitiven Perspektive, bei der Wahrnehmung, Denken, Gedächtnis sowie Entscheidungsfindung und Kreativität des Menschen im Vordergrund stehen. Durch Verhaltensbeobachtung und rationelles Hinterfragen eignet sich der Mensch eine fundierte Kenntnis seiner Situation, seines inneren Befindens und seiner Handlungen an, er wird sicher seiner Selbst also durch kognitive Prozesse bewusst. Die empirische Perspektive wendet sich den Erfahrungen zu, die ein Mensch im Laufe seines Lebens bewusst macht und basiert auf damit einhergehenden Beobachtungen des Individuums bezüglich seines inneren Befindens (vgl. Barušs 2003: 5ff.). Hierbei handelt es sich somit um eine „[e]rste-Person-Perspektive des erlebenden Subjekts“ (Vaitl 2012: 13). Vom empirischen Standpunkt aus definiert sich Bewusstsein durch das Gefühl des Seins verbunden mit dem Gefühl des eigenen Selbst (vgl. Barušs 2003: 7).

Die Bedeutung des Begriffs „Bewusstsein“ erweist sich als komplex und kann kaum explizit festgelegt werden. Das menschliche Bewusstsein ist – unter Berücksichtigung der von Barušs aufgestellten Theorie – ein Geflecht aus (neuro)physiologischen Vorgängen, Kognition und Introspektion.

Die drei Perspektiven, die das menschliche Bewusstsein bestimmen, repräsentieren nach Barušs gleichzeitig die Kriterien für die Feststellung eines veränderten Bewusstseinszustands:

Given that we have introduced three perspectives concerning consciousness, we can say that altered states of consciousness are stable patterns of physiological, cognitive, and experiential events different from those of the ordinary waking state. We can also use our definitions of consciousness to say that altered states of consciousness are changes to the registration of information and acting on it in a goal-directed manner [], the explicit knowledge of one's situation, mental states, and actions []; the stream of thoughts, feelings, and sensations that one has for oneself []; and the sense of existence of the subject of mental acts [] (ebd. 8).

Somit handelt es sich um einen veränderten Bewusstseinszustand (im Folgenden mit VBZ abgekürzt), wenn der Erfahrungswert sowie die (neuro)physiologischen und kognitiven Prozesse von denen im Alltagsbewusstsein abweichen (vgl. ebd. 8). Informationsverarbeitung, zielgerichtetes Handeln, Kenntnis und Wahrnehmung der eigenen Situation, des eigenen Befindens und Handelns sowie Ich-Empfinden unterliegen einer tiefgehenden Veränderung, die der Mensch im normalen Bewusstseinszustand nicht erfährt.

Wie in sämtlichen anderen Lebensbereichen ergibt sich auch hier die Problematik der Abgrenzung des Normalen vom Abnormalen. Woher weiß man, welches Empfinden von Realität normal ist? Ist denn die Realität für alle Menschen dieselbe? Barušs weist auf eben diese Kontroverse hin, indem er betont, dass der in einer Gesellschaft erfahrene Wachzustand nicht als Basis für „normales Bewusstsein“ dienen kann. Der alltägliche Bewusstseinszustand des einen Menschen könnte schließlich der VBZ des anderen Menschen sein und umgekehrt.

There is also a problem with the baseline for altered states. What is the ordinary waking state against which changes take place? If we accept [the] definition of an altered state as subjectively different from a person's ordinary experience, then one person's ordinary waking state could be someone else's altered state. [...] The experiences of whole societies of people may be quite different from the experiences familiar to the Western intellectual tradition. Such may have been the case, for example, with the native people who were living in parts of what are now Mexico and Central America before contact with Europeans []. We can also think of the ordinary waking state as the state of mind usually experienced in Western societies while awake. It turns out, however, that that state itself is not homogenous, but varies, sometimes dramatically [...] (ebd. 9)

In der Diskussion um Bewusstsein und Bewusstseinsveränderungen scheint viel wichtiger als eine Definition des Normalzustands aufzustellen, sich zu vergegenwärtigen, dass Realität von jedem Menschen anders empfunden und wahrgenommen wird und niemand berechtigt ist, sein alltägliches Bewusstsein als Norm anzusehen. Eventuell muss man sich eingestehen, dass

die Linie zwischen „normalen“ und „veränderten“ Bewusstseinszuständen, die man zu ziehen versucht ist, nicht ganz so eindeutig gezogen werden kann.

3.2 Die Induktion veränderter Bewusstseinszustände

Veränderte Bewusstseinszustände entstehen auf vielfältige Art und Weise. Vaitl unterscheidet zwischen spontan auftretenden und induzierten Bewusstseinsveränderungen. In die erste Kategorie fallen unter anderem Schlaf und Traum, Nahtod- sowie Außerkörper-Erfahrungen. Zu den induzierten Bewusstseinsveränderungen hingegen zählen Hypnose, autogenes Training, Meditation und Bewusstseinsveränderungen durch pharmakologische und physiotrope Methoden sowie schamanische Praktiken (vgl. Vaitl 2012: XIVff.). Im Schamanismus wird das Bewusstsein also willentlich verändert, um jenen Trancezustand zu erreichen, in dem der Schamane seinen Aufgaben und Pflichten nachkommt. Dafür wird auf eine Veränderung der Körperprozesse abgezielt, was entweder mittels physiotroper Methoden oder psychotroper Substanzen erreicht wird (vgl. Vaitl 2012: 234f.). Bevor beide Induktionstechniken näher betrachtet werden, soll zuerst eine Definition von Trance gegeben werden:

Trance ist eine zeitlich umschriebene erhebliche Veränderung des Bewusstseins oder ein Verlust des gewohnten Gefühls der eigenen Identität, ohne dass eine alternative Identität auftritt, verbunden mit mindestens eine der folgenden Symptome:

- Einengung der Wahrnehmung der unmittelbaren Umgebung oder ungewöhnlich eingenge und selektive Fokussierung auf Umgebungsreize,
- stereotype Verhaltensweisen oder Bewegungen, die außerhalb der eigenen Kontrolle erlebt werden. (ebd. 225)

3.2.1 Physiotrope Methoden

Häufig geht Ritualen eine Vorbereitungszeit von mehreren Tagen voraus, sodass der Schamane bei der Zeremonie leichter in Trance geraten kann (vgl. 234). Die hierfür getroffenen Maßnahmen zielen auf „tief greifende und nachhaltige körperliche Erschöpfungszustände“ ab (ebd. 235). Dies wird erreicht durch „mehrtägiges Fasten“, „körperliche Torturen wie Schwitzen [...] und stundenlanger Aufenthalt in eiskaltem Wasser“, „völlige sexuelle Enthaltensamkeit und exzessive körperliche Bewegung“ (ebd.). Die körperlichen Folgeerscheinungen manifestieren sich in Störungen des Hormonhaushaltes, z.B. durch Hypoglykämie (Unterzuckerung), oder des Wasser- und Salzhaushaltes, z.B. durch

Kalziumverlust (vgl. ebd.). Darüber hinaus kann die Vorbereitung auch durch „soziale Abgeschirmtheit und Isolation“ sowie „Phasen der Untätigkeit und Ruhe“ erfolgen (ebd.). Sowohl die „**körperliche Hyperstimulation**“ als auch die **extreme sensorische Hypostimulation** können mit einer Veränderung des Bewusstseins einhergehen (ebd. 223 / 235).

Während des Rituals können dann unter anderem bestimmte Atemtechniken, wie z.B. **Hyperventilation**, einen Trancezustand herbeiführen. Durch verstärkte Atemarbeit, d.h. schnelles und tiefes Ein- und Ausatmen, wird vermehrt Kohlenstoffdioxid (CO₂) abgeatmet. Der dadurch entstandene verminderte CO₂-Anteil im Blut führt wiederum zu einer Verschiebung des Blut-pH-Werts. Infolgedessen kommt es zu einem durch autoregulatorische Prozesse bedingten verminderten Blutflusses im Gehirn mit der Konsequenz eines lokalen Sauerstoffmangels (vgl. ebd. 221f.). „Dies führt schließlich zu Orientierungsverlust, Derealisation und Depersonalisation sowie zu Bewusstseinstrübungen bis hin zu Ohnmachtsanfällen“ (ebd. 222).

Eine besondere Rolle spielt vor allem die „**rhythmische Stimulation**“, die den Schamanen und gegebenenfalls auch die dem Zeremoniell beiwohnenden Zuschauer in einen anderen Bewusstseinszustand hinübergleiten lässt. Wie oben bereits beschrieben, trommelt und tanzt der Schamane während einer Kamlanie-Zeremonie. Seine Tanzbewegungen und der Trommelrhythmus scheinen eins zu werden, vollkommen miteinander zu verschmelzen. Alle Bewegungen laufen wie automatisiert ab und erfordern nicht länger seine Aufmerksamkeit. Im Rahmen der psychophysiologischen Forschung konnte festgestellt werden, dass auditorische Reize, wie z.B. Trommeln in speziellen Rhythmen und Frequenzen, Einfluss auf das Ableitungsmuster des Elektroenzephalogramms (EEG) haben können. Dieser Umstand lässt darauf schließen, dass sich rhythmische Stimulation direkt auf die elektrische Hirnaktivität und damit den Bewusstseinszustand auswirkt. Neben dieser auditorischen Stimulation haben Veränderungen im kardiovaskulären System direkten Einfluss auf die elektrische Hirnaktivität. Ein Zusammenhang zwischen Rhythmus und verändertem Bewusstseinszustand kann dadurch physiologisch erklärt werden, dass körperliche Anstrengung mit im Rhythmus synchronisierter Atemarbeit während des Rituals zu Blutdruckschwankungen führt. Diese Blutdruckschwankungen werden über sogenannte Druckrezeptoren erkannt und zur Hirnrinde weitergeleitet, wo sie zu einer Abschwächung der elektrischen Hirnaktivität führen, was als kortikale Dämpfung bezeichnet wird und eine wesentliche Komponente bei der Herbeiführung des Trancezustands darstellt (vgl. ebd. 225f.).

3.2.2 Psychotrope Substanzen

Neben den oben beschriebenen physiotropen Techniken, können darüber hinaus psychopharmakologische Manipulationen zur Induktion von Bewusstseinsveränderungen zum Einsatz kommen. Bewusstseinsweiternde Substanzen gewannen vor allem während der 1960er und 1970er Jahre an Popularität, unter anderem durch die Experimente mit LSD, die der Psychologe und Harvard-Dozent Timothy Leary durchführte, sowie im Rahmen der Hippie-Bewegung und der Suche nach einer neuen Spiritualität. Anhand der für diese Arbeit herangezogenen Literatur kann nicht eindeutig gesagt werden, ob psychotrope Substanzen tatsächlich in allen schamanischen Gesellschaften Anwendung finden und ob sie traditioneller Bestandteil des Schamanismus in seinem ursprünglichen religiösen Kontext sind. Dennoch soll diese Induktionsmethode nicht vernachlässigt werden, da sie in einigen der vorliegenden Quellen Erwähnung findet. So schreibt beispielsweise Vaitl, dass die „physiotropen Praktiken noch durch die Einnahme von psychotropen Substanzen [unterstützt werden]“ (Vaitl 2012: 235). Auch Gerhard Mayer und Michael Schetsche nennen in ihrem Aufsatz den „Einsatz von Trancetechniken und/oder Drogen“ (Mayer / Schetsche 2006: 2). Narby und Huxley sprechen ebenfalls von schamanischen Ritualen, bei denen halluzinogene Pflanzen konsumiert wurden (Huxley / Narby 2001: 5).

Als psychotrop werden alle Stoffe bezeichnet, die Einfluss auf die menschliche Psyche nehmen. Die psychotropen Substanzen, die im Schamanismus Anwendung finden, besitzen allesamt eine halluzinogene Wirkung. Allerdings weist Vaitl darauf hin, dass die Kategorisierung dieser Substanzen als Halluzinogene nicht vollkommen korrekt ist, da diese nicht allesamt „visuelle oder akustische Halluzinationen hervorrufen“ (Vaitl 2012: 213). Auch Barušs kritisiert die Ungenauigkeit dieser Bezeichnung. Für ihn definiert sich Halluzination über das Gefühl, das Erlebte als physikalisch real wahrzunehmen: „[T]hat is not an altogether accurate term, given that it is rare during intoxication with psychedelics to mistake imaginary events as being physically real [...], if that is to be taken as the meaning of ‘hallucination’“ (Barušs 2003: 164). Beide verwenden aus diesem Grund den Ausdruck „Psychedelika“, da dieser lediglich einen Einfluss auf Geist und Seele beschreibt (vgl. ebd./Vaitl 2012: 213)

Im Folgenden werden nicht alle physiotropen Substanzen, die eine psychedelische Wirkung besitzen, behandelt. Stattdessen sollen nur die Psychedelika beleuchtet werden, die sowohl von Dieter Vaitl als auch von Imants Barušs genannt werden und deren Prototyp LSD ist, was bedeutet, dass deren Wirkungen Ähnlichkeiten mit LSD aufweisen (vgl. Barušs 2003:161 /169).

Seit Tausenden von Jahren sind unter indigenen Völkern im Norden Mexikos und Südwesten der Vereinigten Staaten die Wirkungen von Kakteen bekannt, die psychotrope Stoffe enthalten. Eine dieser Pflanzen ist der Peyote-Kaktus, aus dem unter anderem die Substanz **Meskalin** gewonnen werden kann. Eine psychedelische Wirkung wird mit der Einnahme von ungefähr 200 Milligramm Meskalin erzielt und hält für acht bis zwölf Stunden an (vgl. Barušs 2003: 169). Die Droge produziert vor allem visuelle Illusionen, die eine Farbintensität der Umgebung sowie Bilder in geometrischer Form erzeugen (Vaitl 2012: 214). Als Nebenwirkungen der Droge nennt Vaitl „Übelkeit, Tremor, Schweißausbrüche, Pupillenerweiterung, Herzraten- und Blutdruckanstiege“ (ebd.).

Ein weiteres pflanzliches Psychedelikum ist **Psilocybin**, das in etwa neunzig verschiedenen Pilzarten enthalten ist. Der Pilz, in dem Psilocybin erstmals entdeckt wurde trägt die Bezeichnung *Stropharia cubensis*. Ab einer Dosis von 15 Milligramm kommt es zu einer Bewusstseinsveränderung, deren Dauer von zwei bis fünf Stunden reicht (Barušs 2003: 169). Die Wirkung von Psilocybin kann in drei Phasen unterteilt werden: Der Beginn des Trips ist durch Empfindungen von Gliedertaubheit, Vibrationen, Wärme und Schwere gekennzeichnet. In der darauffolgenden Phase wird eine Farbintensität erlebt und Halluzinationen sowie Illusionen treten zutage. Neben der Umgebungswahrnehmung ändert sich ebenfalls das Raum- und Zeitgefühl. Die dritte und letzte Phase macht sich durch eine körperliche Erschlaffung bemerkbar, die jedoch nicht mit einer Trübung des Bewusstseins einhergeht. Die Konsumenten wirken versunken, ihre Gesichter sind ausdruckslos. Die Umwelt (Menschen, Objekte, Umgebung) wird als fremd wahrgenommen und es kommt zu einer veränderten Selbstwahrnehmung (vgl. Vaitl 2012: 214).

Das als stärkstes angesehene Psychedelikum ist Lysergsäurediethylamid, vor allem unter der Abkürzung **LSD** bekannt. Bereits in geringen Dosierungen von fünfzig bis hundert Mikrogramm kann eine Veränderung des Bewusstseins herbeigeführt werden. Der Trip beginnt ca. 45 bis 60 Minuten nach Einnahme der Droge und endet zwischen fünf und zwölf Stunden danach. Auch hier wird von einer Wahrnehmung geometrischer Formen berichtet (vgl. Barušs 2003: 167). Die Einnahme von LSD kann „Pupillenerweiterung, Übelkeit, Schwindel, Herzraten- und Blutdrucksteigerungen“ zur Folge haben, ähnlich wie bei Meskalin (Vaitl 2012: 214). Darüber hinaus kann die Droge beim Konsumenten drastische Stimmungsschwankungen hervorrufen. Das Empfinden des Trips ist zu einem wesentlichen Teil abhängig von der physikalischen, sozialen und kulturellen Umgebung, in der die Droge konsumiert wird (vgl. Barušs 2003: 167).

Neben diesen drei psychotropen Substanzen soll nun noch ein weiteres Psychedelikum betrachtet werden, das unter anderem bei Schamanen im Amazonasgebiet Anwendung findet. Es handelt sich hierbei um einen Cocktail, der den Namen **Ayahuasca** trägt. Dieser wird neben anderen Pflanzen aus der Liane *Banisteriopsis caapi* zubereitet, die psychoaktive Stoffe enthält. Der Cocktail wirkt abführend, erhöht den Blutdruck und die Herzfrequenz, bewirkt Schweißausbrüche und Zittern. Das Zeitgefühl ändert sich drastisch: Oft kann der vergangene Zeitraum nicht geschätzt und Ereignisse können nicht zeitlich eingeordnet werden. Erfahrungsberichte zufolge vermittelt die Droge das Gefühl zu fliegen. Auch ist davon die Rede, dass geometrische Formen wahrgenommen werden, wie auch beim Konsum von Meskalin und LSD. Während des Trips kann es zu Visionen von Hilfsgeistern, Dämonen, Gottheiten oder Ereignissen kommen. In indigenen Völkern wird dem Cocktail eine magische Wirkung zugeschrieben. So soll dieser den Konsumenten unter anderem dazu befähigen, Hilfsgeister zu finden, Kenntnis über Ursachen und Heilmittel für Krankheiten zu erhalten oder die Zukunft vorherzusagen (vgl. Barušs 2003: 171).

Meskalin, Psilocybin und LSD gehören zur Gruppe der sogenannten „[s]erotonerge[n] Psychedelika“ (Vaitl 2012: 214). Die Wirkung dieser Substanzen entfaltet sich durch deren Einwirkung auf die Rezeptoren der natürlichen Stoffe Serotonin, Dopamin und Adrenalin. Durch das Eingreifen in die Neurotransmittersysteme und der folgenden Deregulation kommt es zu einer überdurchschnittlich starken Aktivität bestimmter Hirnregionen, die „mit Erlebnissen der Depersonalisation und Derealisation, Denkstörungen sowie Manie-ähnlichen Symptomen“ einhergehen (Vaitl 2012: 218).

3.3 Schamanische Bewusstseinszustände in der psychophysiologischen Forschung

Obwohl inzwischen verschiedene Induktionsmethoden und deren Wirkungsweise bekannt sind, bleiben die besonderen, willentlich herbeigeführten Bewusstseinszustände von Schamanen für die Forschung ein Mysterium. In der zweiten Hälfte des vorigen Jahrhunderts begann man, die Gehirnfunktionen von Schamanen erstmals wissenschaftlich zu untersuchen. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der Studie zu, die an der McGill-Universität in den USA durchgeführt wurde und die neuronalen Prozesse „normaler“ Menschen mit denen von Schamanen verglich. Im Rahmen dieser Studie wurde festgestellt, dass bestimmte Situationen bei jedem Menschen eine Bewusstseinsveränderung hervorrufen können und diese nicht allein bei „geisteskranken“ Schamanen auftritt, wie bisher angenommen. Eine solche Bewusstseinsveränderung erwies sich als eine natürliche Reaktion des Gehirns auf einen

Mangel an Sinnesreizen (vgl. Charitonova 2006: 29f.). Eben diese „sensorische Hypostimulation“ wurde im vorangehenden Abschnitt als eine der Induktionsmethoden vorgestellt, die für schamanische Rituale bewusst angewandt werden. Vaitl spricht in diesem Zusammenhang zuweilen auch von einer „sensorische[n] Deprivation“ (Vaitl 2012: 235). Dieses Ergebnis stellte also den scheinbar pathologischen Hintergrund schamanischer Bewusstseinszustände in Frage und gab den Anstoß zu deren differenzierter Erforschung.

Es kann jedoch davon ausgegangen werden, dass sich die Einstellung der meisten Psychiater gegenüber Schamanen erst im Zuge der Experimente zur Bewusstseinsenerweiterung nachhaltig änderte. Versuche mit LSD und Methoden wie das von Stanislav Grof entwickelte „holotrope Atmen“ erlaubten es auch „normalen“ Menschen, in die Tiefen des Unterbewusstseins einzutauchen und lebensverändernde Erfahrungen zu machen. Diese Versuche zeigten, dass Menschen in solchen Bewusstseinszuständen für gewöhnlich ein befremdliches Gebaren an den Tag legen, was ebenfalls an der Krankheitstheorie zweifeln ließ (vgl. Charitonova 2006: 30).

Die Anthropologin und Ethnologin Valentina Charitonova nahm in den Jahren 2002 bis 2004 an einem wissenschaftlichen Projekt teil, in dessen Rahmen die schamanischen Bewusstseinszustände erforscht wurden. Die Forschungsarbeit wurde in Moskau sowie in verschiedenen Teilen Sibiriens durchgeführt. Für das Projekt wurden unter anderem Ethnologen, Psychologen, Neurophysiologen, Psychiater und Biophysiker herangezogen, um eine vielschichtige und umfassende Untersuchung des komplexen Phänomens zu gewährleisten und eine einseitige Betrachtung zu vermeiden (vgl. ebd.). Galina Lindquist, ebenfalls Anthropologin, hatte Valentina Charitonova bereits im Jahr 2001 zu einer Expedition nach Sibirien begleitet, deren Ziel ebenfalls die Erforschung des dort praktizierten Schamanismus war. Zu Beginn ihres Reiseberichts, weist sie auf einen Sachverhalt hin, der in Bezug auf die wissenschaftliche Untersuchung des Schamanismus nicht unbeachtet bleiben darf:

Valentina's work was premised on the conviction that there are people who possess a certain gift. Sometimes it is referred to as 'abilities', and is an inborn capacity, not to be confused with 'knowledge', which can be acquired and transmitted. This gift makes it possible to change physical reality, that of the environment and of the human body, with the help of the force of intentional, directed consciousness. These powers, inaccessible for the majority of the mortals, are however an objective phenomenon, possible to observe, register and study in experiments with the help of physical equipment. The people with 'abilities' are different from those who just engage in psychotherapy, and also from those who are self-deluded about these abilities, as well as those who delude others, those referred to as 'charlatans'. The work of shamans and healers is a work of effecting changes in the world. These changes are real, and they can and should be measured and registered 'scientifically', objectively, with the help of machines and apparatuses. The objects of the experiments are 'operators': healers, shamans and other people with 'paranormal abilities' that

somehow, by some reliable reference persons, are agreed to be 'genuine' shamans (nastoiashchie shamany) or maybe 'strong shamans/healers' (sil'nyie shamany/tseliteli). (Lindquist 2006:14f.)

Lindquist weist an dieser Stelle darauf hin, dass der Glaube an eine besondere Fähigkeit mancher Menschen das Fundament für die Forschungsarbeit darstellte. Diese Fähigkeit ist nicht gleichzusetzen mit Wissen, das erworben und vermittelt werden kann. Auch ist damit keine physiologische Disposition gemeint, die das Herbeiführen von Trancezuständen erleichtert. Hier ist die Rede von dem Glauben an eine Gabe, die ihrem Besitzer den Status eines „wahren“ Schamanen verleiht und ihn von allen anderen unterscheidet, die ein solches Talent für sich beanspruchen, aber nicht darüber verfügen (vgl. ebd.) Bemerkenswert ist hierbei vor allem, dass sich der Glaube an eine übernatürliche Befähigung und eine akademische, objektive Herangehensweise nicht auszuschließen scheinen.

Hier stellt sich sogleich die Frage, woran „wahre“ Schamanen erkannt werden können. Lindquist kann darauf keine Antwort geben, die für ihre Leserschaft oder gar für sie selbst zufriedenstellend ist. Ihren Beobachtungen zufolge konnte jemand als „wahrer“ Schamane angesehen werden, wenn seine Heilrituale die gewünschten Wirkungen zeigten und die öffentliche Meinung seine Fähigkeit und Erfolge bestätigte. Eben diese „wahren“ Schamanen repräsentierten das Objekt der Begierde für die an der Expedition im Jahr 2001 beteiligten Forscher. Ihr Ziel war es, den während eines Rituals auftretenden Veränderungen des Bewusstseins von Schamanen ein psychophysiologisches Erklärungsmodell zugrunde zu legen und ihnen damit einen Wahrheitsgehalt zu verleihen. Mit Hilfe von Elektrokardiogrammen (EKG) und Elektroenzephalogrammen (EEG) sollten Auffälligkeiten in der Herz- und Hirnaktivität von Schamanen während der Durchführung eines Rituals festgestellt werden. Aufgrund der Ähnlichkeiten in der Beschreibung der beiden Forschungsprojekte (2001 und 2002-2004), kann davon ausgegangen werden, dass der Fokus der nachfolgenden Expedition derselbe war.

Im Rahmen der Experimentenreihe wurden die neuronalen Prozesse sogenannter „sensitiver“ Menschen, die angeblich im Besitz schamanischer Fähigkeiten waren, mit denen von „normalen“ Menschen – der Kontrollgruppe – verglichen. Stark vereinfacht kann gesagt werden, dass während des Rituals über die rechte Hemisphäre, insbesondere über den Temporal-, Parietal, und Okzipitallappen (Schläfen-, Scheitel- und Hinterhauptbereich), vermehrt Hirnströme abgeleitet werden konnten, was auf eine höhere Aktivität dieser Gehirnregionen hindeutete. Diese bei Schamanen stimulierten neuronalen Mechanismen erlauben offenbar eine schnelle und effiziente Verarbeitung von Informationen. Darüber hinaus ließ die niedrige Aktivität der linken Gehirnhälfte, die unter anderem für analytische,

kategorisierende Vorgänge verantwortlich ist, eine anschauliche, nonverbale Denkweise sowie intuitive Vorgehensweise von Schamanen vermuten. Außerdem wurde bei den „Sensitiven“ generell eine höhere psychoemotionale Anspannung verzeichnet als bei Menschen der Kontrollgruppe. Da Charitonovas Ergebnisbericht keine Ausführung über die spezifische Funktionsweise einzelner Gehirnregionen enthält, kann an dieser Stelle lediglich festgehalten werden, dass diese Befunde von einem neurophysiologischen Standpunkt aus mit der Fähigkeit von Schamanen, verhältnismäßig leicht die Realität verlassen zu können, in Verbindung gebracht wurden. Die Forscher sahen darin eine Erklärung für Phänomene wie Derealisation und Depersonalisation, Außer-Körper-Erfahrungen und andere psychotische Erscheinungen (vgl. Charitounova 2004: 31ff.).

Auch Vaitl erwähnt in seinen Ausführungen zu den möglichen psychophysiologischen Vorgängen die Aktivität bestimmter Gehirnregionen. Er geht sogar noch einen Schritt weiter und vergleicht diese Befunde mit dem „physiologische[n] Muster eines Schläfenlappensyndroms“, das eine Form von Epilepsie darstellt (Vaitl 2012: 237). Jedoch unterscheidet er deutlich

zwischen einer Person mit diesen Hirnfunktionsanomalien und einem Schamanen, der seine Rituale seit vielen Jahren beherrscht. Sie sind – wie alle auf diesem Gebiet erfahrenen Personen – sehr wohl in der Lage, Anfang und Ende des veränderten Bewusstseinszustands zu bestimmen und selbst dabei in einer psychophysiologischen Balance zu bleiben. (ebd.)

Vaitl zieht die Möglichkeit in Betracht, dass Schamanen mit einer solchen physiologischen Disposition über die Jahre lernen, die damit einhergehenden Anomalien zu beherrschen und eventuell sogar bewusst hervorzurufen (vgl. ebd.).

Auch wenn schamanische Bewusstseinszustände durch die bisher ermittelten Forschungsergebnisse nicht vollständig erschlossen werden können, so können doch deutliche Unterschiede in den neurodynamischen Prozessen zwischen Schamanen und „Menschen der Norm“ festgestellt werden, was den Schamanen zu einer besonderen Figur unserer Welt macht. Lindquist weist außerdem auf eine weitere Wirkung des Forschungsprojektes hin. Die Feststellung gewisser psychophysiologischer Besonderheiten hatte entscheidenden Einfluss auf die Anerkennung dieser als „wahr“ geprüften Schamanen in ihrem sozialen Umfeld und auf ihre Karriere. Die Bestätigung vonseiten der Forschung verlieh ihnen Legitimation und Authentizität (Lindquist 2006: 15).

4. Schamanismus zwischen Psychopathologie und Psychotherapie

4.1 Die Schamanische Initiationskrise

Die Verleihung der Schamanenschaft erfolgt nicht willkürlich, sondern durch die Berufung eines Menschen in dieses Amt (vgl. Vaitl 2012: 233). Eliade vertritt die Meinung, dass es sich dabei „stets um eine göttliche oder übernatürliche ‚Wahl‘ [handelt]“ (Eliade 1951: 88). In ihrer Gemeinschaft gelten Schamanen als Auserwählte des Himmels oder der Götter (Ljubov' / Žukovskaja 2004: 380). Vaitl zufolge kann es in jedem Lebensalter zu einer Berufung kommen (vgl. Vaitl 2012: 233), allerdings wird in anderen Quellen darauf verwiesen, dass diese insbesondere im Jugendalter erfolgen, seltener in der Kindheit (Ljubov' / Žukovskaja 2004: 381; Peters 1982: 23).

Dass ein Mensch zum Schamanen berufen ist, kann sich auf verschiedene Art und Weise offenbaren. Manchen werden schicksalhafte Erfahrungen zuteil, wie beispielsweise Geistererscheinungen, Außer-Körper-Erfahrungen oder das wundersame Überleben einer tödlichen Krankheit (vgl. Vaitl 2012: 233). Andere legen ein Aufsehen erregendes Gebaren an den Tag, wie etwa durch „epileptische Anfälle [oder] Verhaltensweisen des anderen Geschlechts“ (ebd.). Auch körperliche Besonderheiten können ein Indiz für die Eignung einer Person sein. Als Beispiele hierfür nennt Vaitl „ein[en] zusätzliche[n] Finger, ein besonderes Muttermal [sowie] Albinismus“ (ebd.). Schamanische Fähigkeiten können auch innerhalb einer Familie vererbt werden. Dabei können manche Generationen aber auch übersprungen werden (vgl. Peters 1982:22).

Die wohl am häufigsten überlieferte und bekannteste Manifestation einer schamanischen Berufung sind „spontan auftretende visionäre Zustände oder seelisch-geistige Krisen“ (Grof 1997: 342). Diese Erlebnisse können von den betroffenen Personen nicht kontrolliert werden und wirken sich drastisch auf ihr Leben aus. Sie leiden unter Verwirrtheits- und Angstzuständen, verweigern jegliche Nahrung oder isolieren sich von ihrer Gemeinschaft (vgl. Vaitl 2012: 234). Viele suchen an menschenverlassenen Orten die Einsamkeit, wo sie dann von ihren Visionen häufig übermannt werden (vgl. Barušs 2006:137; Peters 1982: 22f.). In einem Bericht über die Tamang, einer in Nepal angesiedelten ethnischen Gruppe, ist von einer Art Besessenheitszustand die Rede, unter dem die für den Schamanenberuf auserkorenen Menschen leiden. Nach dem dort vorherrschenden Glauben ergreifen Geister von ihnen Besitz und zwingen sie dazu, das Amt eines Schamanen anzutreten (vgl. Peters 1982: 22).

This unsolicited altered state of consciousness that afflicts future shamans is called crazy possession [...]. In this mental state, the neophyte shakes convulsively, indicating that he is possessed but not knowing why or by what. At times he may shout incoherently or weep. As mentioned earlier, he may have visions, but they are unstructured and chaotic. The future shaman's family becomes concerned because he forgets to eat and becomes lethargic when not beset with anxiety. Eventually, he may run naked into the forest and live with the animals for several days. (ebd.)

Dieses Phänomen wird in Berichten von Anthropologen häufig als „Schamanenkrankheit“ bezeichnet (Grof 1997: 342). Auch Eliade schreibt, dass „sich die Berufung im Verlauf einer hysterischen oder epileptischen Krankheit [offenbart]“ (Eliade 1951: 88). Für Grof zeigt sich in dieser pathologisierenden Einschätzung eine „typisch westliche Voreingenommenheit“ (Grof 1997: 342). Vaitl spricht in diesem Zusammenhang von sogenannten „Initiationskrisen“ (Vaitl 2012: 233). Diese scheinen nach einem bestimmten Muster abzulaufen und lassen die Adepten einen mentalen Prozess von „Todeskampf, Tod und Wiederbelebung“ durchlaufen (Eliade 1951: 88). Häufig wird von einem Angriff der Geister berichtet, dem der Adept hilflos ausgeliefert ist und den er als körperliche Zerstörung erlebt. Er hat das Gefühl zu sterben, um dann auf wundersame Weise gerettet bzw. wiedergeboren zu werden. Diese Wiedergeburt geht offenbar mit einer veränderten Weltanschauung, einer anderen Identität sowie einer körperlichen Rekonstruktion einher (vgl. ebd.; Barušs 2006: 137).

Initiation is marked by ordeals of death and rebirth, whereby neophytes are often isolated from society, subjected to deprivation, and experience exhaustion, suffering, and symbolic death, resulting apparently in access to another real of existence. The neophyte is reconstituted, sometimes with a change of identity, including sexual identity, and sometimes with purportedly changed body parts such as having intestines made of quartz. (ebd.)

Grof zufolge kann dieser Initiationsprozess als eine Art Übergangsritus verstanden werden, bei dem „das psychische Sterben und Wiedergeborenwerden der Jugendlichen als Tod der Jungen und Mädchen und Geburt der erwachsenen Männer und Frauen aufgefaßt [sic!] [wird]“ (Grof 1997: 347).

4.2 Schamanismus im Vergleich mit schizophrenen und dissoziativen Störungen

Wie bereits aus der bisherigen Analyse hervorgegangen ist und wie die Etablierung des Begriffs der „Schamanenkrankheit“ abermals zeigt, war man vonseiten der (westlichen) Forschung lange bestrebt, eine pathologische Ursache zu finden, um das Phänomen schamanischer Bewusstseinszustände zu erklären. Diese Bewusstseinsveränderungen, wie sie während des eben beschriebenen Initiationsprozesses sowie bei der Durchführung von Ritualen auftreten, werden häufig als eine Art schizophrener Psychose interpretiert. Von schizophrenen Psychosen spricht man in der Medizin im Falle eines „Auftreten[s]

charakteristischer, symptomatisch oft sehr vielgestaltiger psychopathologischer Querschnittsbilder mit Wahn, Halluzinationen, formalen Denkstörungen, Ich-Störungen, Affektstörungen und psychomotorischen Störungen“ (Möller 2013: 154).

Ausschlaggebend für eine solche Einstufung ist wohl zunächst das Erleben verschiedener Arten von Halluzinationen. Bei einer schamanischen Reise in die Ober- oder Unterwelt nimmt der Schamane seine neue Umgebung sowie die an ihn gerichteten Botschaften der Geister visuell wie akustisch wahr. Das Erfahren von Sinneswahrnehmungen, die anderen Menschen verborgen bleiben, zeigt sich noch deutlicher während der Initiationskrise des Neophyten. Er hört Stimmen, die ihm Anweisungen geben (Noll 1983: 453), hat Visionen und glaubt physisch zerstört und anschließend rekonstruiert zu werden (Barušs 137f.). Halluzinationen sind ein wesentliches Charakteristikum für schizophrene Erkrankungen, insbesondere „akustische Halluzinationen in Form des Stimmenhörens. Dabei hört der Kranke Stimmen, die ihn ansprechen, beschimpfen oder ihm Befehle erteilen“ (Möller 2013: 165). Darüber hinaus können auch visuelle sowie den Körper betreffende Halluzinationen auftreten (vgl. ebd.).

Des Weiteren scheinen sogenannte „Ich-Störungen“ eine pathologische Kategorisierung zu begünstigen. Diese werden folgendermaßen beschrieben: „Die Grenzen zwischen Ich und Umwelt werden als durchlässig empfunden, Gedanken und Gefühle des Körpers werden als fremd (Depersonalisation) bzw. die Umwelt wird andersartig erlebt (Derealisation)“ (ebd.). Wie in Kapitel 2.3 bereits beschrieben, besitzt die Realität für Schamanen zwei Dimensionen – eine menschliche und eine spirituelle. Durch die Fähigkeit der Bewusstseinsveränderung leben sie gewissermaßen in beiden, somit könnte man sagen, dass die Grenzen zwischen Ich und Umwelt durchlässig sind. Depersonalisation und Derealisation können, wie in Kapitel 3.2 erwähnt, als Folge von Hyperventilation sowie der Einnahme psychedelischer Substanzen auftreten und sind somit Bestandteil schamanischer Bewusstseinszustände. Als Ich-Störung zählt auch mangelhaftes soziales Verhalten eines Patienten: „Zunehmend verstrickt er sich in seine psychotisch veränderte Innenwelt und kapselt sich von der realen Welt ab“ (Möller 2013: 165). Damit verknüpft scheinen „Störungen des Antriebs- und Sozialverhaltens“, die sich unter anderem darin offenbaren, dass der Erkrankte sich „von seinen Kontakten bis hin zur völligen Isolierung zurückzieht“ (ebd. 167). Solche Verhaltensweisen legt der Neophyt während seiner Initiationskrisen an den Tag, wenn er sich in die Natur zurückzieht. Seine ebenfalls in diesem Zusammenhang auftretenden Angstzustände könnten aus medizinischer

Sicht als „affektive Störung“ gewertet werden, was ebenfalls zur Symptomatik schizophrener Erkrankungen zählt (Möller 2013: 166).

Die für den Schamanismus charakteristischen Bewusstseinszustände scheinen also pathologische Merkmale aufzuweisen. Gleichzeitig können zahlreiche Argumente aufgeführt werden, die den pathologischen Standpunkt widerlegen und Beweise für die mentale Gesundheit von Schamanen erbringen.

Zunächst wurde in der Argumentation für eine pathologische Diagnose das Erleben von Halluzinationen genannt. Jedoch gilt es hinzuzufügen, dass bei einer schizophrenen Psychose akustische Halluzinationen dominieren, wohingegen schamanische Bewusstseinsveränderungen überwiegend von visuellen Illusionen geprägt sind. Außerdem treten akustische Halluzination im Schamanismus nie alleine auf, sondern lediglich als Nebenerscheinung einer Vision (vgl. Möller 2013: 165; Noll 1983: 453). Darüber hinaus werden die bei einer Schizophrenie auftretenden akustischen Halluzinationen häufig als herabwürdigend und demütigend erfahren. Die Stimmen, die ein Schamane in Trance vernimmt, teilen ihm Botschaften mit, die ihm bei seiner Reise helfen sollen und besitzen somit einen eher positiven Charakter.

Ferner wurde die Verschwommenheit der Grenzen zwischen Selbst und Umgebung als eine Form der Ich-Störung angeführt. Dieser Sichtweise kann nun entgegengehalten werden, dass der Schamane zwar gewissermaßen in zwei Realitätssphären und damit auch in zwei Bewusstseinszuständen existiert, aber sehr wohl zwischen diesen zu unterscheiden in der Lage ist (vgl. Noll 1983: 451). Er ist sich der Veränderung seines Bewusstseins bewusst, die er nur dann einleitet, wenn es die Aufgaben seines Amtes verlangen (vgl. Kapitel 2.3). Schizophrene Menschen hingegen sind oft nicht imstande zwischen ihrem normalen und einem veränderten Bewusstseinszustand zu unterscheiden:

The distinction between the baseline, or ordinary state of consciousness, and nonordinary states, between the outer and the inner, is a distinction that the schizophrenic simply cannot always make. This does not appear to be true of most shamans studied by ethnographers. [...] The validity of both realms is acknowledged by the shaman, whose mastery derives from its ability to not confuse the two. (Noll 1983: 452)

Eine Ich-Störung kann aufgrund der Position eines Schamanen in seiner Gesellschaft nur schwer in Betracht gezogen werden. Schamanen werden aufgrund ihrer übernatürlichen Fähigkeiten innerhalb ihres Stammes geachtet und genießen einen hohen Rang. Oft haben sie eine Familie und führen neben ihrer schamanischen Tätigkeit ein normales Leben im Kreis ihrer Stammesgenossen. Dies zeugt davon, dass Schamanen gut in ihrer Gemeinschaft

integriert sind. Die Lebensumstände lassen auf ein ausgeprägtes Selbstempfinden schließen, das ihnen dabei hilft, trotz der Körper und Geist belastenden Aufgaben in einer beständigen Balance zu bleiben (vgl. Noll 1983: 454; Vaitl 2012: 236).

Wenn auch Angstzustände, die der Neophyt bei seiner Berufung erlebt, als affektive Störung interpretiert werden könnte, so erfüllt das Verhalten eines Schamanen in keinster Weise die sonstigen Kriterien für eine solche Störung, wie zum Beispiel inadäquate, abgestumpfte Gefühlsäußerungen (vgl. Möller 2013: 166). Wie aus Kapitel 3.2 hervorgegangen ist, impliziert jedoch die willentliche Induktion eines veränderten Bewusstseinszustands einen erhöhten Grad an Gemütsregung. Außerdem ist das Handeln eines Schamanen stets an die aktuelle soziale Situation und die Forderungen der Öffentlichkeit angepasst (vgl. Noll 1983: 454). Mangelhaftes soziales Verhalten legt ein Schamane, wenn überhaupt, während seiner Initiationskrise an den Tag. Zu diesem Zeitpunkt ist er jedoch noch kein ausgebildeter Schamane. Eine gefühlsarme Verhaltensweise würde der schamanischen Bestimmung als Heiler, Helfer und Beschützer seiner Gemeinschaft widersprechen.

Zur Symptomatik schizophrener Erkrankungen zählen auch „formale Störungen des Denkens“ (Möller 2013: 165). Diese werden in folgendem Wortlaut definiert: „Der gedankliche Bogen wird nicht durchgehalten, der Informationsgehalt des Gesprochenen nimmt ab. Die Logik der Argumentation wird verzerrt, unstimmig, unrichtig [...] Bei stärkerer Ausprägung verlieren die Gedanken den Zusammenhang [] bis hin zur völlig willkürlich erscheinenden Verknüpfung von Worten [...] (ebd.). Barušs hält diesem Charakteristikum entgegen, dass sich der Schamane während seiner Trancezustände in höchster Konzentration befindet. Dies ist womöglich darauf zurückzuführen, dass eine Bewusstseinsveränderung nur zu einem bestimmten Zweck induziert wird. Darüber hinaus besteht immer ein Zusammenhang mit dem kosmologischen Weltbild. Die mit einer Schizophrenie einhergehenden Bewusstseinsveränderungen hingegen sind oft unzusammenhängend und bruchstückhaft (vgl. Barušs 2006: 138f.)

Der wesentliche Unterschied zwischen einem schamanischen Bewusstseinszustand und einer schizophrenen Psychose liegt aber wohl in der Kontrolle, die Schamanen über ihre Bewusstseinszustände haben. Außer bei der Induktion mittels psychotroper Substanzen, bestimmen die Schamanen selbst über Anfang und Ende ihres Trancezustands. Natürlich ist dies nicht der Fall bei einer Initiationskrise, die den Adepten spontan übermannt. Er lernt aber, diese Bewusstseinsveränderung zu steuern und später willentlich herbeizuführen, um seinen Pflichten und Aufgaben gerecht zu werden. Jederzeit kann er aus der spirituellen in die

menschliche Welt zurückkehren (vgl. Barušs 2006: 138; Noll 1983: 450). Mit der Fähigkeit der Kontrolle besitzen die Schamanen einen klaren Vorteil gegenüber einem an Schizophrenie erkrankten Menschen. Dieser ist den Auswirkungen seiner Krankheit hilflos ausgeliefert und kann sich gegebenenfalls lediglich mit Medikamenten behelfen. Auch Vaitl sieht in diesem „Maß an Selbstkontrolle [] ein spezifisches Merkmal, das im Falle des Schamanismus zwischen ‚normal‘ und ‚pathologisch‘ zu unterscheiden erlaubt (Vaitl 2012: 236).

Das Abwägen verschiedener Sachverhalte zeigt, dass die Initiationskrise eines Neophyten die meisten Ähnlichkeiten mit einer schizophrenen Störung aufweist. Barušs hält dem entgegen, dass pathologische Symptome im Laufe der Ausbildung verschwinden und der Schamane letztendlich ein voll integriertes Mitglied seiner Gemeinschaft ist.

The shamanic initiation resembles schizophrenia to the extent that initiatic crises involve perceived dismemberment, disintegration of self-identity, the presence of visions, and the adoption of a world view in which the initiate believes that she is interacting with spirits. However, although there may be such similarities between the experiences of a person with schizophrenia and a neophyte shaman, the shaman's disintegration makes possible her reconstruction as a healer and her social reintegration, whereas a person with schizophrenia often remains disorganized and becomes a social outcast. A shaman learns to gain control and to use productively the altered states of consciousness in which she finds herself at the time of her initiation. (Barušs 2006: 138)

Was bisher noch nicht erwähnt wurde, der Vollständigkeit halber jedoch zumindest gekürzt auch erläutert werden soll, ist eine zweite Möglichkeit der Kontaktaufnahme mit der spirituellen Welt. Neben der Seelenreise in andere kosmische Zonen kann die Kommunikation mit den Geistern auch dadurch erfolgen, dass ein Geist vom Körper des Schamanen Besitz ergreift und durch ihn spricht und handelt. Diese Interaktion erfolgt also während eines Besessenheitszustands (vgl. Barušs 2006: 136). Diese Form der Bewusstseinsveränderung wurde als Merkmal einer dissoziativen Störung interpretiert (vgl. Barušs 2006: 144; Noll 1983: 31) Unter dissoziativen Störungen versteht man

eine Gruppe von Störungen, bei denen es zu körperlich (meist neurologisch) anmutenden Ausfällen kommt, ohne dass es eine erklärende somatische Ursache gibt und deren Entwicklung ein psychischer Konflikt vorausgeht. Es kommt dabei zu einer teilweisen oder vollständigen Entkopplung von seelischen und (umschriebenen) körperlichen Funktionen (Dissoziation). (Deister 2013: 268)

Der Grund für die Deutung schamanischer Bewusstseinszustände als dissoziative Störungen ergibt sich wohl aus der Feststellung zweierlei Gemeinsamkeiten. Zunächst wurde festgestellt, dass der Besessenheitszustand eines Schamanen mit Gedächtnisverlust einhergehen kann (vgl. Peters 1982: 31; Barušs 2006: 136). Amnesie gehört zur Symptomatik dissoziativer Störungen und wird als „[p]lötzliche Unfähigkeit [verstanden], sich an wichtige persönliche Daten zu erinnern“ (Deister 2013: 274). Allerdings scheint Gedächtnisverlust eher selten der Fall zu sein: Lediglich in neun von 29 erforschten Kulturkreisen wurde dies festgestellt. Darüber

hinaus weist Peters darauf hin, dass das Bezeugen von Gedächtnisverlust in zweien dieser Kulturkreise eventuell zur Authentizität des Schamanen beiträgt. Das zweite Merkmal, das schamanischen und dissoziativen Zuständen gemeinsam ist, betrifft das Identitätsbewusstsein. Die Besessenheit eines Schamanen weist diesbezüglich Ähnlichkeiten mit einer multiplen Persönlichkeitsstörung auf. Diese wird folgendermaßen definiert:

Das Merkmal dieser Störungen ist die Existenz von zwei oder mehr Persönlichkeiten oder Persönlichkeitszuständen innerhalb eines Individuums. Dabei ist zu einem bestimmten Zeitpunkt jeweils nur eine der Persönlichkeiten nachweisbar, wobei jede in der Regel eigene Persönlichkeitszüge, Erinnerungen und Verhaltensweisen besitzt. In typischen Fällen sind diese vollständig voneinander getrennt, keine hat Zugang zu den Erinnerungen der anderen und eine Persönlichkeit ist sich der Existenz der anderen selten bewusst. Der Wechsel von einer Persönlichkeit zur anderen vollzieht sich beim 1. Mal gewöhnlich plötzlich und ist häufig mit traumatischen Erlebnissen verbunden. Spätere Wechsel sind oft begrenzt auf dramatische oder belastende Ereignisse. (Deister 2013: 273).

Parallelen zwischen dem schamanischen Besessenheitszustand und einer dissoziativen Identitätsstörung sind zunächst insofern zu erkennen, als dass der auserwählte Schamane während seiner Initiationskrise plötzlich und ungewollt von übernatürlichen Kräften in Besitz genommen und in den Wahnsinn getrieben wird. Das erste Auftreten dieser Bewusstseinsveränderung entspricht also gewissermaßen der medizinischen Definition. Die Tatsache, dass ein Geist scheinbar durch den in Trance versunkenen Schamanen spricht, erweckt außerdem den Eindruck, dass es in der Tat zu einem Wechsel der Persönlichkeiten gekommen sein könnte. Barušs hält fest, dass der Besessenheitszustand im Schamanismus häufig mit einem verringerten Identitätsbewusstsein assoziiert ist, was möglicherweise ebenfalls für den Vergleich mit einer dissoziativen Störung spricht (Barušs 2006: 136). Auch Peters gibt zu, dass es bei dieser Form der Geisterkommunikation zu einer Dissoziation kommen kann, allerdings sieht er darin vielmehr ein sozial erworbenes Phänomen:

Spirit possession in shamanism, however, unlike the dissociation that occurs in multiple personality, is not idiosyncratic, but is socially learned behavior that is culturally valued and psychologically voluntary and controlled. (Peters 1982: 32)

Darüber hinaus betont Peters, dass sowohl die Tamang als auch die Tungusen zwischen unfreiwillig besessenen und damit kranken Personen und Schamanen, die diesen Besessenheitszustand willentlich hervorrufen, unterscheiden (vgl. ebd.: 22). Auch hier wird deutlich, dass Kontrolle das Schlüsselmerkmal darstellt, das schamanische von pathologischen Bewusstseinszuständen unterscheidet.

4.3 Schamanismus als Psychotherapie

Eben diese Kontrolle oder, besser gesagt, das Erlernen der Kontrolle über einen augenscheinlich pathologischen Zustand ist es, was den Anthropologen Larry Peters dazu veranlasst, einen pathologischen Hintergrund nicht nur klar abzulehnen, sondern noch einen Schritt weiterzugehen, und im Schamanismus eine Form von Psychotherapie zu sehen.

The process of becoming cured can be compared to [the] concept of “mazeway resynthesis”, that is a reorganization of one’s way of structuring the world due to intolerable anxiety and crisis. Therefore, although the experience is critical, its outcome (psychological change and attainment of a career) seems highly therapeutic. (Peters 1982: 24)

Die kurze psychotische Episode, die ein Schamane im Rahmen seiner Initiationskrise erlebt, zeigt – wie zuvor dargelegt – durchaus Ähnlichkeiten mit pathologisch bedingten Erscheinungsformen wie schizophrenen oder dissoziativen Störungen. Dennoch gelingt es dem Schamanen, diesen Zustand zu überwinden, wohingegen andere mit diesen Störungen diagnostizierte Personen nicht selten ein Leben lang darunter leiden. Die Frage, weshalb dies so ist und worin der Unterschied zwischen diesen beiden Personengruppen besteht, beschäftigte auch Peters. Die Antwort findet sich seiner Meinung nach vor allem im soziokulturellen Umfeld der erkrankten Personen:

Now, why is it that some individuals are successful in resolving such crises and others are not? Why do some people develop delusionary and paranoid systems? One factor suggested is the extent of sociocultural acceptance of the crisis experience. [...] [C]ulture can be either a hindrance or a support to mazeway resynthesis, depending on whether it views the experience as undesirable and negative, thereby invoking shame, anxiety, and feelings of alienation, or as positive and appropriate, providing a culturally sanctioned channel for nonordinary experience []. In other words, the status, role, and prestige accorded the shaman greatly enhance his chances of successful readaptation as opposed to a similar experience in another culture where such supports are unavailable. (ebd.)

Peters vermutet also, dass die Haltung der Gesellschaft wesentlich zum Verlauf der psychotischen Erkrankung eines Individuums beiträgt. In einer schamanischen Gesellschaft werden nicht der Norm entsprechende Verhaltensweisen akzeptiert, nach dem kosmischen Weltbild interpretiert und sogar erwartet. Geister sowie der Glaube an die Fähigkeit bestimmter Menschen mit diesen zu kommunizieren gehören zur Realität, was dem Auftreten akuter Psychosen eine ganz andere Ausgangsbasis verschafft.

Darüber hinaus spielt die Ausbildung eines Schamanen eine essentielle Rolle, in deren Verlauf der Adept lernt, mit seiner Psychose umzugehen und sie letzten Endes zu überwinden. Peters teilt die Ausbildung in vier Phasen ein. In der ersten Phase erfährt der Adept jenen plötzlich auftretenden und unkontrollierten Bewusstseinszustand, der als Zeichen für die Berufung in das Amt des Schamanen verstanden wird. Nachdem dieser anfängliche Zustand

überwunden ist, hat der Adept die Aufgabe, einen Lehrer zu finden, der ihn in die Mythologie und Techniken des Schamanismus einweihet. In der zweiten Initiationsphase bringt der Lehrer sich und seinen Schüler in einen Trancezustand und zwingt ihn dazu, seine traumatischen Erfahrungen erneut zu durchleben. Dabei fordert er den Geist, der von dem Adepten Besitz ergriffen hat, auf, sich zu erkennen zu geben. Dieser spricht durch den Adepten und gibt so seine Identität preis. Anschließend wird dieser Geist zum Schutzgeist des Adepten und zu einer Art spirituellem, inneren Lehrer. In dieser Phase lernt der Adept auch, seine Bewusstseinsveränderungen mehr und mehr unter Kontrolle zu bringen und seinen Schutzgeist herbeizurufen. Der Besessenheitszustand wird also von nun an willentlich herbeigeführt. Die dritte Phase ist dann eingetreten, wenn der Schüler nach mehreren Ritualen völlige Kontrolle über den Geist besitzt, den er herbeiruft und der durch ihn spricht und handelt. So ist der Adept imstande, die Kräfte des Geistes für die Erfüllung seiner Aufgaben zu nutzen und beispielsweise Heilrituale durchzuführen (vgl. ebd. 25f.) Peters merkt hierzu an: "This is the stage of control which, as noted before, is so important in distinguishing pathological from controlled possession" (ebd. 26). Die vierte Phase und damit das Ende seiner Ausbildung hat der Schamane erreicht, wenn er seinen Trancezustand für eine Seelenreise nutzen kann und ihm von den Göttern der Zugang zum Himmelreich gewährt wird (vgl. ebd.).

Es zeigt sich, dass ein Schamane nicht nur seinen Patienten gegenüber die Rolle eines Psychotherapeuten einnimmt, sondern auch in seiner Funktion als Lehrer. Er erklärt seinem Schüler die Bedeutung seiner Visionen, nimmt ihm die Furcht vor seinen mentalen Erscheinungen und bettet diese in den Kontext eines archaischen Glaubens- und Traditionssystems ein. Der Schüler hingegen, selbst Teil dieses Systems, übernimmt die für ihn konstruierte und sozial akzeptierte Position als Auserwählter der Götter. In gewisser Weise entspricht dieser Hergang der für Persönlichkeitsstörungen empfohlenen Psychotherapie:

Wichtig ist während des gesamten Krankheitsverlaufs die „supportive Psychotherapie“ Der Arzt muss dem Patienten helfen, die schwere Bürde der Erkrankung zu tragen, und ihm in realistischer Weise Hoffnung und Mut vermitteln. Informationen über die Erkrankung, ihre Behandlung und ihre Therapiemöglichkeiten sowie über pathogene Einflussfaktoren sind in diesem Zusammenhang von großer Wichtigkeit und fördern die Behandlungsmotivation [].

Peters erkennt im Prozess der Initiation Merkmale des von Sigmund Freud entwickelten psychoanalytischen Therapieverfahrens. Im Verlauf der Ausbildung wird der Zustand während der Initiationskrise mehrmals wiederholt, wodurch die traumatischen Ereignisse dem Adepten in Erinnerung bleiben und nicht von ihm verdrängt werden können. „Entsprechend

der Freud'schen Trias: Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten wird eine „Rekonstruktion der Entstehungsgeschichte“ der Störung bzw. Erkrankung möglich und somit auch deren therapeutische Bearbeitung (Laux 2013: 550).

5. Fazit

Die vorangehende Analyse lässt vermuten, dass schamanische Bewusstseinszustände in ihrem erstmaligen Auftreten durchaus pathologisches Potential aufweisen. Sie lassen in der Tat Züge einer schizophrenen oder dissoziativen Störung erkennen. Entscheidend ist jedoch, dass der Schamanismus offenbar ein Therapieverfahren bereithält, mit dessen Hilfe Veränderungen des Bewusstseins willentlich gesteuert und kontrolliert werden können. Der therapeutische Effekt der schamanischen Ausbildung ist also insofern gegeben, als der Schamane lernt, seine Bewusstseinsveränderungen zu beherrschen und nicht von ihnen beherrscht zu werden, wie es häufig bei psychisch Kranken der Fall ist, die meist ein Leben lang durch ihre Krankheit bedingte Beeinträchtigungen erfahren. „Dieses Maß an Selbstkontrolle ist ein spezifisches Merkmal, das im Falle des Schamanismus zwischen „normal“ und „pathologisch“ zu unterscheiden erlaubt (Vaitl 2012: 236).

Ein weiterer, nicht zu unterschätzender Unterschied, der zwischen Schamanen indigener Bevölkerungsgruppen und psychisch Kranken unserer industrialisierten Gesellschaft besteht, ist die Akzeptanz gegenüber nicht der Norm entsprechenden Verhaltensweisen und Denkmuster. „Niemals [] betrachten die Einheimischen sie als geistig gestört oder gar als Geistesranke“ (ebd.). In unserem Kulturkreis hingegen wirkt sich die gesellschaftliche Stigmatisierung oft verheerend auf das Leben eines mental erkrankten Menschen aus. Peters Hypothese von der Wichtigkeit des soziokulturellen Umfelds muss zweifellos einer näheren Betrachtung unterzogen werden. Ihm zufolge besteht die Möglichkeit, dass sich die akuten psychotischen Erscheinungen im Leben eines jungen Schamanen in einem anderen gesellschaftlichen Kontext zu einer ausgeprägten Erkrankung entwickeln könnten (vgl. Peters 1982: 24). Kontrolle und Akzeptanz sind die beiden Schlüsselbegriffe, die Schamanismus klar von der Psychopathologie abgrenzen.

Schamanismus erweist sich als eines der komplexesten und geheimnisvollsten archaischen Phänomene. Der „zivilisierte“ Mensch hat es sich zur Aufgabe gemacht, alle Rätsel der Welt wissenschaftlich zu erschließen. Die vorliegende Arbeit zeigt jedoch, dass nicht immer ein rationalistisches, auf naturwissenschaftlichen Erkenntnissen basierendes Erklärungsmodell

gefunden werden kann. Doch ist es denn erforderlich, alle Geheimnisse der Menschheit zu lüften? Für Menschen, denen es gelungen ist, in die verborgenen Dimensionen des menschlichen Bewusstseins zu gelangen und eine Nicht-Alltagswelt kennenzulernen, ist dieses spirituelle Erlebnis eine Erfahrung von Wirklichkeit. Die in unserer Gesellschaft vorherrschende Auffassung von Realität sollte also auf Vollständigkeit und Richtigkeit geprüft werden und subjektive Erlebnisse mit einbeziehen. Es liegt allerdings in der Natur des Menschen alles Fremdartige und Unerklärliche mit großen Misstrauen zu betrachten und schließlich als nicht „normal“ oder „nicht real“ abzulehnen.

Whatever disparate meanings of shamanism might be, the processes by which these meanings are created and moved, to be transformed and recreated in the process, contribute to a changed popular consciousness. For people who have once experienced spirits as real, it is easier to respect the Earth with its springs and mountains, and with the indigenous people who treat these as sacred, and to see these peoples not as a substrate for 'progress' and 'development', faceless forces imposed from outside and often leading to disturbance and destruction, but as creators and managers of a vibrant world in its own right. (Lindquist 2006: 70)

Literaturverzeichnis

Abaeva, Ljubov' / Žukovskaja, Natalija: *Šamanism – Drevnjaja Religija Burjat*. In: Abajeva, Ljubov' / Žukovskaja, Natalija(2004): *Burjaty*. Moskau: Nauka.

Barušs, Imants (2003): *Alterations of Consciousness: An Empirical Analysis for Social Scientists*. Washington: American Psychological Association.

Charitonova, Valentina: *Put' k bogam ili doroga k predkam?* In: Charitonova, Valentina (2006): *Feniks iz pepla: Sibirskij Šamanism na rubeže tysjačiletij*. Moskau: Nauka. S. 27-40.

Deister, Arno: *Dissoziative Störungen*. In: Deister, Arno / Laux, Gerd / Möller, Hans-Jürgen (2013): *Duale Reihe: Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag. 5. Auflage. 268-279.

Eliade, Mircea: *Einführende Betrachtungen über den Schamanismus*. In: *Paideuma* (1951): Bd. 5, H. 3. S. 87-97.

Huxley, Francis / Narby Jeremy (2001): *Shamans Through Time. 500 Years on the Path to Knowledge*. London: Thames & Hudson.

Laux, Gerd: *Psychotherapie*: In: Deister, Arno / Laux, Gerd / Möller, Hans-Jürgen (2013): *Duale Reihe – Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag. 5. Auflage. S. 538-574.

Lindquist, Galina (2006): *The quest for the authentic shaman: Multiple meaning of shamanism on a Siberian journey*. Uppsala: Almqvist & Wiksell International.

Lommel, Andreas: *Schamanismus in Eurasien*. In: *Anthropos* (1985): Bd. 80, H. 1/3. S. 262-269.

Möller, Hans-Jürgen: *Schizophrene Psychosen* In: Deister, Arno / Laux, Gerd / Möller, Hans-Jürgen (2013): *Duale Reihe – Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag. 5. Auflage. S. 154-181.

Noll, Richard: *Shamanism and Schizophrenia: A state-specific Approach to the "Schizophrenia Metaphor" of Shamanic States*. In: *American Ethnologist* (1983): Vol. 10, Nr. 3. S. 443-459.

Peters, Larry G.: *Trance, Initiation, and Psychotherapy in Tamang Shamanism*. In: *American Ethnologist* (1982): Vol. 9, Nr. 1. S. 21-46.

Vaitl, Dieter (2012): *Veränderte Bewusstseinszustände: Grundlagen – Techniken – Phänomenologie*. Stuttgart: Schattauer GmbH.

Walach, Harald: *Einleitung*. In Walach, Harald (2011): *Spiritualität: Warum wir die Aufklärung weiterführen müssen*. Klein Jasedow: Drachen Verlag GmbH. S.10-19.

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere hiermit, dass ich zur Anfertigung vorliegender Arbeit keine anderen als die hier angegebenen Hilfsmittel benutzt und keine fremde Hilfe in Anspruch genommen habe.

Germersheim, den 31.03.2015

Romina Heim

Romina Heim