



Einführung in die Religions- und Bewusstseinsforschung

Rituelle Körperhaltung & ekstatische Trance nach Felicitas Goodman

Quelle: <http://www.univie.ac.at/ksa/elearning/cp/rebetance/rebetance-titel.html>

Gastautorin Susanne Jarausch

Institut für Kultur- und Sozialanthropologie, Universität Wien

Kapitelübersicht

- 1 Felicitas Goodman
 - 1.1 Pionierin der Tranceforschung und Reisende zwischen den Welten
- 2 Rituelle Körperhaltungen als Tore in die andere Wirklichkeit
 - 2.1 Die Entdeckung der rituellen Körperhaltungen
 - 2.1.1 Erste Erlebnisberichte in der Haltung von Lascaux
 - 2.2 Herkunft und Verbreitung der rituellen Körperhaltungen
 - 2.2.1 Der Bärengest — eine der häufigsten Haltungen
 - 2.2.2 Die Fanny — die älteste Haltung
 - 2.3 Das Erleben in der Trance mit den rituellen Körperhaltungen
 - 2.3.1 Phänomenologische Studie: Trancehaltung und Erlebnisinhalt
 - 2.4 Haltungen und transpersonale Erlebnisinhalte
 - 2.4.1 Eine Begegnung mit dem Bärengest
 - 2.4.1.1 Lied der Eskimo-Schamanen
 - 2.4.2 Die Antworten des Wahrsagers
 - 2.4.3 Eine Reise in die untere Welt
 - 2.4.4 Das uralte Thema der Verwandlung
 - 2.4.4.1 Durch die Augen des Jaguars
 - 2.4.4.2 Magische Worte
 - 2.5 Die praktische Anwendung der rituellen Körperhaltungen
 - 2.5.1 Ablauf und Durchführung des Rituals
 - 2.5.2 Maskentanz als Anwendung der rituellen Körperhaltungen in einem großen Ritual
- 3 Das religiöse Ritual aus der Sicht Felicitas Goodmans
 - 3.1 Das Drama der Geburt als Tiefenstruktur im religiösen Ritual
 - 3.1.1 Das religiöse Ritual im Wandel der Gesellschaftsformen
 - 3.1.2 Das Drama der Geburt in rituellen Körperhaltungen
 - 3.2 Die religiöse Trance
 - 3.2.1 Die religiöse Trance in der menschlichen Evolution
 - 3.3 Die andere Wirklichkeit
 - 3.3.1 Die andere Wirklichkeit im Wandel der Kulturen und Zeiten
- 4 Tranceforschung durch Felicitas Goodman
 - 4.1 Trancestudie unter Erika Bourguignon
 - 4.2 Glossolalie — das Sprechen in der Trance
 - 4.2.1 Feldforschung in Yucatán
 - 4.2.2 Rahmenbedingungen für das Eintreten in der Trance
 - 4.3 Die Schamanin im Labor — Untersuchungen zur Trance mit rituellen Körperhaltungen
 - 4.3.1 Endokrinologische Untersuchungen München 1983
 - 4.3.2 Neurophysiologische Untersuchung Wien 1987
 - 4.4 Weiterführende Untersuchungen
 - 4.4.1 Immunologische Untersuchung Wien 2005
 - 4.4.2 Weitere Pilotstudien und Überlegungen für weitere Fragestellungen für zukünftige Forschung
- 5 Bedeutung einer zeitgemäßen Trancekultur für den modernen Menschen
 - 5.1 Ein Weg zu einer neuen, ganzheitlichen, tiefgründigen und ursprünglichen Spiritualität
 - 5.2 Ein Weg zu einer ökologischen Spiritualität
 - 5.3 Weiterführung der Trancearbeit nach Felicitas Goodman

- 6 Publikationen
 - 6.1 Publikationen von Felicitas Goodman
 - 6.2 Publikationen mit und über Felicitas Goodman
 - 7 Bibliographie
 - 7.1 Bilder
 - 7.2 Texte
 - 7.3 Filme
 - 7.4 Artikel und Vorträge
-

1 Felicitas Goodman



Foto: Felicitas Goodman (Foto © Focus-Stadtzentrum)

Prof. Dr. Felicitas Goodman, **1914** in Budapest geboren, verbrachte ihre Kindheit unter den Wirrnissen des ersten Weltkrieges in Ungarn, Rumänien und Deutschland. Sie studierte in Heidelberg und erwarb 1936 ein Diplom als **Lehrerin und Übersetzerin** in englischer Sprache. Mit ihrem Mann und den ersten drei von vier Kindern wanderte sie 1947 nach Amerika aus, wo sie als mehrsprachige wissenschaftliche Übersetzerin arbeitete.

1965 begann sie im Alter von 51 Jahren erneut zu studieren – Linguistik und im späteren Verlauf Kulturanthropologie und Religionspsychologie. In Zusammenarbeit mit ihrer Lehrerin Dr. Erika Bourguignon begann ihre Forschungstätigkeit über Trance und das Religiöse in den Kulturen der Welt. 1968 bis zu ihrer Emeritierung 1979 las sie **Linguistik, Kulturanthropologie und vergleichende Religionswissenschaften** an der Denison University/Ohio.

1979 gründete sie das **Cuyamungue Institut** in New-Mexico zur Erforschung und Lehre der „**rituellen Körperhaltungen und ekstatischen Trance**“ und begann ihr Wissen und ihre Methode in Seminaren in den USA und Europa weiterzugeben. Zahlreiche Publikationen zeugen von ihrem Werdegang und ihrer Forschung. Felicitas Goodman verstarb am 30. März **2005** im Alter von 91 Jahren.

1.1 Pionierin der Tranceforschung und Reisende zwischen den Welten



Foto: Felicitas Goodman in ihrem Institut in Cuyamungue mit einer Büffelfigur aus Alabaster (Hermine Brzobohaty-Theuer © 1989)

Die Fähigkeit zur Ekstase, die Felicitas Goodman seit frühen Jahren kannte, war für ihren Lebensweg entscheidend. In ihrer Kindheit – so schreibt Felicitas Goodman in ihrem Buch **‘Wo die Geister auf den Winden reiten’** - konnte sie die Welt um sich zum ´Glühen´ bringen – eine innere Tür öffnete sich und, wenn sie hindurchtrat, empfand sie eine köstliche Wandlung, alles rundum war wie verzaubert. Mit der Pubertät jedoch trat eine plötzliche Wende ein. Der frisch gefallene Schnee, das goldene Sonnenlicht am Morgen, der Geruch der Pferde, alles war das gleiche wie immer und doch – der Zauber war vorbei.

Aus ihrer späteren Sicht der Dinge wusste sie, dass ein Großteil der **traditionellen Pubertätsriten** dazu dient, die in der Pubertät verlorengehende Fähigkeit zur Verzückung, zur Ekstase neu zu schaffen, zu festigen und in eine erwachsene Form überzuführen. Die Konfirmation in der lutherischen Kirche jedoch, die, wie sie meint, wahrscheinlich eine Nachbildung vorchristlicher Jugendweihen ist, war für sie damals eine bittere Enttäuschung.

Die Sehnsucht nach einer anderen Dimension war für ihr ganzes zukünftiges Leben entscheidend geworden. Erst nach ihrer Auswanderung in die USA begann sich das Tor in eine andere Wirklichkeit durch den Kontakt mit der indianischen **Pueblo Kultur** wieder zu öffnen. In visionsartigen Träumen wurde sie in diese neue fremdartige Welt eingeladen, was sie als Anstoß nahm, 1963 einen über hundert Hektar großen rauen Landstrich in New Mexiko zu erwerben, auf dem sie später ihr Institut gründete.



Foto: Zwei Skulpturen und das Studentengebäude am Institut (Cuyamungue Institut © 1995)

In ihrer universitären Laufbahn, die sie 1968 einschlug, konnte Felicitas Goodman sich wieder schrittweise dem Phänomen der Ekstase annähern und es gelang ihr, grundlegende Meilensteine in der **Tranceforschung[1]** zu setzen.

Dass die ekstatische Trance weltweit ein sinngebender, fester Bestandteil religiöser Rituale ist, machte sie 1968 in der **Studie unter Erika Bourguignon** über das religiöse Erleben in nicht-westlichen Kleingesellschaften deutlich. Ihre darauffolgende Feldforschung über **Glossolie** zeigte, dass die religiöse Trance bei allen Menschen mit gleichen Veränderungen der Körperfunktionen verbunden ist.

Mit der Entdeckung und gründlichen Erforschung der **rituellen Körperhaltungen** machte sie **Ekstase** auch **außerhalb eines festliegenden religiösen Systems** zugänglich. Die dabei auftretenden charakteristischen **Veränderungen der Körperfunktionen**, welche die Grundlage für das religiöse Erleben bilden, hat sie in **Laborstudien** näher bestimmt. Die Fähigkeit in Trance zu gehen erkannte sie als eine in allen Menschen angelegte neurobiologische **Erbanlage**, die, sofern sie ungenützt bleibt, zu **Ekstasedeprivation** auf körperlicher und seelisch-geistiger Ebene führt.

1979, nach ihrer Pensionierung und nach der Entdeckung der rituellen Trancehaltungen, gründete sie an ihrem Platz in New Mexiko das **Cuyamungue Institut[2]**, benannt nach einer früher in dieser Gegend bedeutenden indianischen Siedlung. Das Institut diente der Erforschung und Weitergabe der von ihr entwickelten Trancetechnik. Im intensiven Austausch mit der indianischen Bevölkerung und durch den direkten Kontakt mit den Geistwesen der anderen Wirklichkeit wurde dieser Platz zu ihrer spirituelle Heimat.



Foto: Felicitas Goodman mit ihrer Trommel vor der Kiva, einem halb unterirdisch angelegten Ritualraum, den sie auf dem Gelände ihres Instituts in New Mexiko errichtet hat (Hermine Brzobohaty-Theuer © 1989)

Als Wissenschaftlerin und **Pionierin der Tranceforschung** hat Felicitas Goodman wesentlich dazu

beigetragen, Trance und Ekstase aus dem zu ihrer Zeit

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel

[2] <http://www.cuyamungueinstitute.com/>

2 Rituelle Körperhaltungen als Tore in die andere Wirklichkeit

„Die in der Kunst versunkener Kulturen bewahrten außerordentlich abwechslungsreichen Körperhaltungen sind in Wirklichkeit **in sich geschlossene Rituale** und erstehen ohne die Notwendigkeit, die dazugehörige, meist unbekannte Kultur zu übernehmen, unter **Hinzufügen einer rhythmischen Anregung** zu neuem Leben.“ ...schreibt Felicitas Goodman in ihrem Buch „Trance, der uralte Weg zu religiösem Erleben“ über die von ihr 1977 entdeckte Bedeutung überlieferter Körperhaltungen).

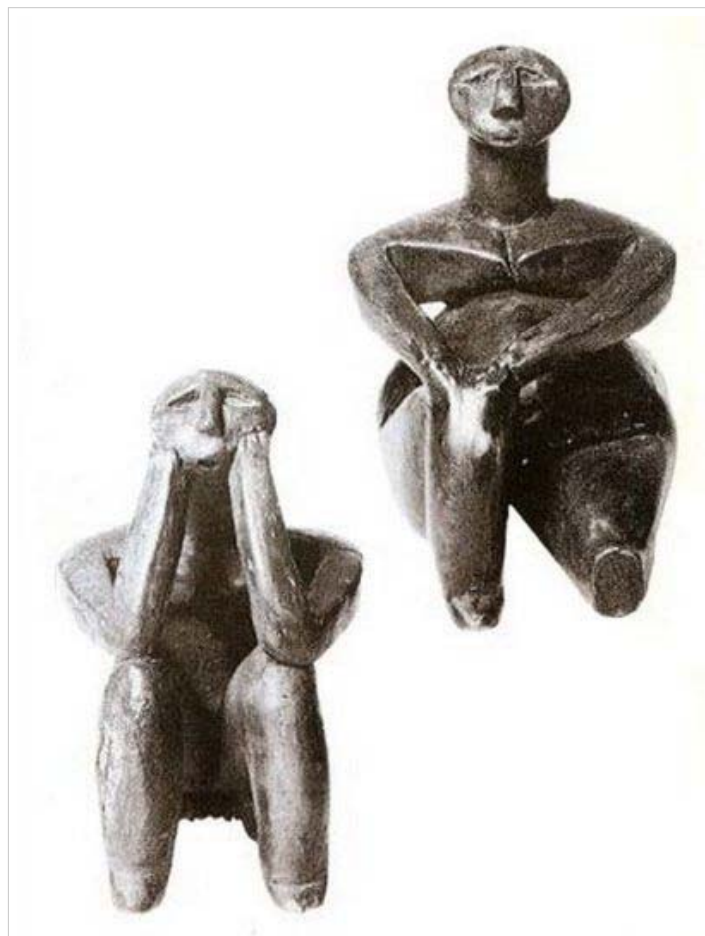


Foto: Das „Paar von Cernavoda“ als Beispiel für eine rituelle Körperhaltung vermittelt ein heilendes Erleben. Mann und Frau nehmen dabei unterschiedliche Positionen ein. Die beiden Figuren wurden zusammen in einem Grab im Donaudelta (5000 v.u.Z.) bei der heutigen rumänischen Stadt Cernavoda entdeckt (ORF © Nachlese 7/96: 22)

Felicitas Goodman entdeckte, dass die vielen, teils recht merkwürdigen Körperhaltungen in der Kunst der nichtwestlichen Welt, die seit Tausenden von Jahren quer über alle Kulturen immer wieder auftauchen, ein subtiles Kommunikationssystem beinhalten. Grabbeigaben, Felsritzungen, Statuetten sind eine in Form gebrachte Codierung höchsten Wissens um die andere Wirklichkeit und die Wege dorthin. Wenn wir eine dieser rituellen Körperhaltungen einnehmen und zum gleichförmigen Rhythmus einer Rassel oder Trommel in Trance gehen, entschlüsselt sich der Code und der entsprechende öffnet sich.

Außer einem intensiven körperlichen Wohlbefinden ergeben sich eindrucksvolle **Begegnungen mit der anderen Wirklichkeit**. Wir erfahren Heilung und Reinigung, erleben Verwandlung, gehen auf Reisen mit unseren Krafttieren, erkunden die Räume von Geburt und Tod und bekommen Antworten in Form von konkreten Informationen und ganzheitlichem Verstehen.

Wir treffen den Bärengestalt und erfahren seine heilsame Kraft, fliegen in einer anderen Haltung der Seelenreise als Adler über die weite Landschaft der Unterwelt, verwandeln uns in der Metamorphosehaltung in eine Löwin und jagen über die Steppe, erleben in der Haltung des Weltenbaumes die zeitlose Macht und Größe des Weltenbaums oder hören die Botschaften des Tennessee Wahrsagers, der Antworten auf unsere Fragen gibt. In der Trance finden Erlebnisse und Erkenntnisse auf ganzheitlicher Ebene statt und ein tiefes Gefühl der Verbundenheit, ein gelandet Sein im Zentrum des eigenen Wesens und tiefes Wohlfühl schwingen nach der ekstatischen Erfahrung weiter.

2.1 Die Entdeckung der rituellen Körperhaltungen

Das **religiöse Erleben**, die **direkte Erfahrung einer anderen Wirklichkeit**, war Mittelpunkt der Forschungen von Felicitas Goodman.

Als sie schon an der Denison Universität in Ohio unterrichtete, baten ihre Studenten sie darum, ihnen die Trance „beizubringen“. Aus ihren Feldforschungen bei den Pfingstgemeinden in Yucatán waren ihr die **Rahmenbedingungen[1]** für ein religiöses Ritual bekannt, und sie versuchte diese auf die universitäre Umgebung zu übertragen. Felicitas Goodman wies die Studenten an, sich in einer für sie geeigneten Weise zu bewegen oder zu positionieren und rasselte mit einer einfachen **Kürbissrassel**, wie sie von Pueblo-Indianern in Neumexiko verwendet wurde, in einem konstanten Rhythmus von **210 bpm** eine Viertelstunde lang. Die Studenten erlebten fast alle einen anderen Bewusstseinszustand, die Erfahrungen waren jedoch nicht konstant. Sie hatten zwar visuelle und auditive Wahrnehmungen und stellten körperliche Veränderungen fest, schienen aber ziellos in anderen Bewusstseinsräumen herumzuirren.



Foto: Von Pueblo-Indianern rituell gefertigte Kürbissrasseln aus New Mexico, wie sie Felicitas Goodman verwendete (Susanne Jarausch © 2008)

Vier Jahre lang hat sie mit ihren Studenten experimentiert, um schließlich feststellen zu müssen, dass eine solche **Anregung nicht automatisch zu einem religiösen Erleben** führt. Das Erleben hat zu sehr gestreut, es fehlte etwas Spezifisches, ein religiöses Ritual aus dem kulturellen Hintergrund, um die Verbindung zur anderen Wirklichkeit herzustellen. „Es handelt sich um einen neurophysiologischen Vorgang, der nur durch die in der betreffenden Kultur enthaltenen Signale einen Inhalt erhält“, fasste sie das Ergebnis zusammen (Goodman 1989: 29).

Der entscheidende Hinweis kam schließlich durch einen Artikel über den Zusammenhang von Körperhaltungen und Meditationserfahrungen, den F. Goodman in die Hand bekam. Die **Körperhaltung** hatte sie bis jetzt nicht beachtet. Aus dem Wissen, dass es bei nichtwestlichen Kleingesellschaften keine Trennung zwischen Religion, Kunst und Leben gibt, musste das, wonach sie suchte, in dem, was wir heute Kunst nennen, enthalten sein.

Sie schlug das Buch „Die Welt der frühen Jäger“ von Andreas Lommel auf und stieß auf die Darstellung des Schamanen mit dem **Bärengestalt[2]**, die vom Ausdruck her auf eine religiöse Szene schließen ließ. Augenblicklich nachdem ihre Studenten diese Haltung eingenommen hatten und zum Rhythmus der Rassel in Trance gingen, hat sich ein **fest umschriebenes religiöses Erleben** eingestellt. Auch die nächsten Körperhaltungen, wie jene des Nupe malla, eines afrikanischen Wahrsagers, oder des Mannes von Lascaux,

vermittelten ein bestimmtes, vorauszusagendes und von anderen unterscheidbares Erlebnis.

Mit dieser Entdeckung begann 1977 eine neue Phase ihrer Forschung. Heute sind bereits etwa 70 rituelle Trancehaltungen und deren Erlebnisinhalte bekannt.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 4.2.2

[2] Siehe Kapitel 2.2.1

2.1.1 Erste Erlebnisberichte in der Haltung von Lascaux

„Ich wünschte, ich könnte noch einmal das Staunen über die Verzauberung erleben, die mich damals in ihren Bann schlug, als wir anfangen, diese neue Möglichkeit zu erforschen.“ (Goodman 1989: 32)



Foto: Die Felsmalerei aus der Höhle von Lascaux aus der Altsteinzeit zeigt einen Mann mit den Kennzeichen eines Schamanen (Schamanenstab, Vogelmaske), der in einem Winkel von 37 Grad zur Horizontalen liegt

Wie sich herausstellte, vermittelt die Haltung in dieser Schräglage das Erleben einer **Seelenreise in die obere Welt**. Der Winkel von 37 Grad ist auch in anderen Haltungen für ein Reiseerlebnis in obere Gefilde maßgebend.

Die TeilnehmerInnen legten sich mit einer Arm- und Handhaltung wie auf der Darstellung auf extra vorbereitete Holzgerüste im **37 Grad**[1] Winkel. Schon bei der ersten Rasseltrance gab die Aneinanderreihung der Einzelberichte im Gesamtbild eine Seelenreise in die obere Welt:

„Die Energie ist in meinem Körper herumgerast, plötzlich hat sie sich auf die Genitalien konzentriert. Schließlich hat sie begonnen, in meinem Körper aufwärts zu strömen.“ – „... wie ein Orgasmus im Kopf, als sollte alles aus mir herausgequetscht werden; ich bin durch meinen Kopf hinausgepresst worden.“ – „Es hat da so etwas wie eine riesige Ausstechform gegeben, die hat angefangen, mich zu vervielfältigen. Dann war da etwas, das wollte aus mir heraus. Alle Haare von meinem Körper sind zu Berge gestanden, als dieses Ding aus mir herausgekommen ist. Ein genauer Abklatsch von mir selbst.“ – „Ich habe einen Pfad gesehen, auf dem bin ich zu einer weißen Wolke gekommen. Dann bin ich in der Wolke drin gewesen, die hat sich geöffnet, und ich bin herausgekommen und im Blau herumgeflogen.“

*„Es war nicht von der Hand zu weisen, dass der veränderte Bewusstseinszustand, den die einfache rhythmische Anregung durch die Kürbissrassel hervorgerufen hatte, tatsächlich die religiöse Trance war, denn die Teilnehmer an meinen Versuchen hatten eine Seelenfahrt erlebt, also etwas Religiöses. Außerdem hatten wir gleichzeitig begonnen, ein System von Signalen an das Nervensystem wiederzuentdecken, die Zeichen einer höchst verwickelten Kunst, mit deren Hilfe die an sich **formlose Trance in ein religiöses Erlebnis umgeformt** werden kann, ein wahrhaft wundersames Geschenk der vielen namenlosen Künstler, die diese besonderen Haltungen gestaltet hatten.“* (Goodman 1989: 36) ... der Schritt von den körperlichen Veränderungen zum ekstatischen

Erlebnis, vom Diesseitigen, **vom Profanen zum Heiligen** war gelungen.

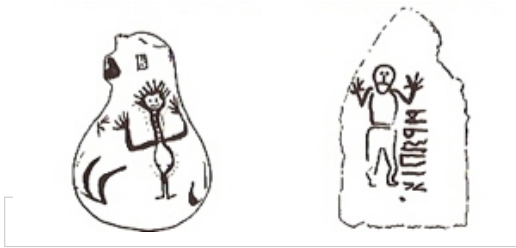
Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.2.2

2.2 Herkunft und Verbreitung der rituellen Körperhaltungen



Abbildung: Vier Darstellungen zeigen die rituelle Körperhaltung „das Rufen der Tiere“: Ein Spindelgewicht, Cowichan (amerikanische NW-Küste) 19. Jh.; eine Felszeichnung aus Kalifornien; eine Tonfigur von Cochiti Pueblo, Neumexiko und eine Felszeichnung aus Korgsta, Schweden. (Goodman 1989: 75)



Darüber, wie die Menschen im Lauf der Geschichte auf diese Haltungen kamen, wissen wir nichts. In den Mythologien finden wir dazu keine Angaben, sie erzählen uns jedoch, wie Rituale als Geschenke aus der anderen Wirklichkeit in Visionen geschaut oder in diese Wirklichkeit herübergeträumt wurden. Es liegt nahe, dass die Haltungen als religiöse Rituale ebensolche Geschenke, **Offenbarungen aus der anderen Wirklichkeit** sind.

Die meisten rituellen Körperhaltungen stammen **aus den Kulturen der Jäger und Sammlerinnen und der Gartenbauer**[1] (jener Völkerschaften, die neben dem Jagen oder Fischen kleine Stücke Land bearbeiten und nicht wie die Ackerbauer offene Felder besitzen). Es sind Menschen, bei denen es keine Befehlsgewalt und hierarchische Ordnungen gibt, nicht einmal bei den Geistern. Das Verhalten wird vom **Prinzip der Gegenseitigkeit** bestimmt, die Ethik ist die der **angemessenen Handlungsweise**. Eine Ich-Identität, wie wir sie kennen, ist noch nicht in diesem Ausmaß ausgebildet, ein verbindendes **Wir** ist in der Gemeinschaft und auch mit der Umwelt tragend.

Ihre Rituale, so auch die rituellen Körperhaltungen, bilden eine Schutzmauer gegen die Welt der Ackerbauer mit ihrer Gespaltenheit in Gut und Böse und ihrer Angst vor allem Dämonischen. Bei den **Ackerbauvölkern** sind **keine neuen Haltungen** mehr aufgetaucht und die althergebrachten sind allmählich verschwunden. Eine Körperhaltung wird nicht mehr als konkrete Brücke zum Erleben der anderen Wirklichkeit gewertet, sondern als Symbol gewisser Glaubensinhalte. In dieser tiefgehenden Verschiebung des Religiösen versinkt das Geheimnis der Haltungen.

Ein und dieselbe Haltung ist oft **weltweit** in Darstellungen aus **unterschiedlichen Zeitepochen** zu sehen, von manchen, besonders den ältesten Haltungen, gibt es nur Einzelfunde.

Wie sich der Erlebnisinhalt dieser weltweit sehr häufigen Haltung aus der Jägerkultur, mit der das Wild angelockt wird, enthüllte, beschreibt Felicitas Goodman in ihrem Buch „Wo die Geister auf den Winden reiten“ (2007: 95-104).

Zwei Beispiele in den folgenden Abschnitten zeigen die weite Verbreitung und das Alter der Haltungen.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel

2.2.1 Der Bäregeist — eine der häufigsten Haltungen

Die Haltung mit dem **Bäregeist**[1], eine **Heilhaltung**, ist **seit mindestens siebentausend Jahren auf der ganzen Welt** sowohl bei den Jägerstämmen wie auch bei den Gartenbauvölkern und den nomadisierenden Hirten Sibiriens bekannt.

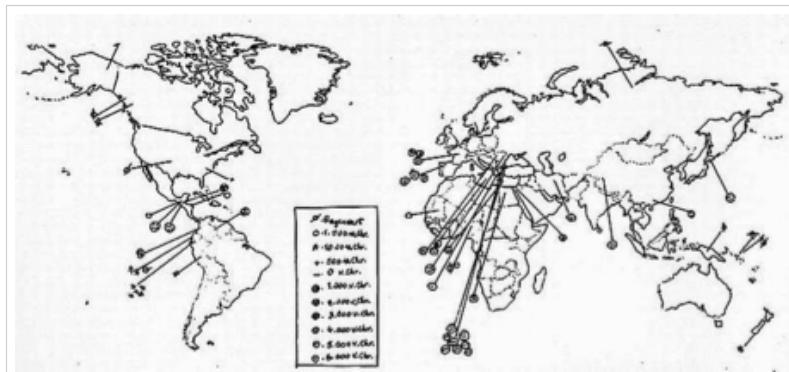


Abbildung: Weltkarte aus Goodman 1989: 130,131

Sie ist eine der häufigsten Haltungen, auf den Kykladen allein wurden 34 dieser Haltungen gefunden. Die folgende Abbildung zeigt Darstellungen aus verschiedenen Kulturen:

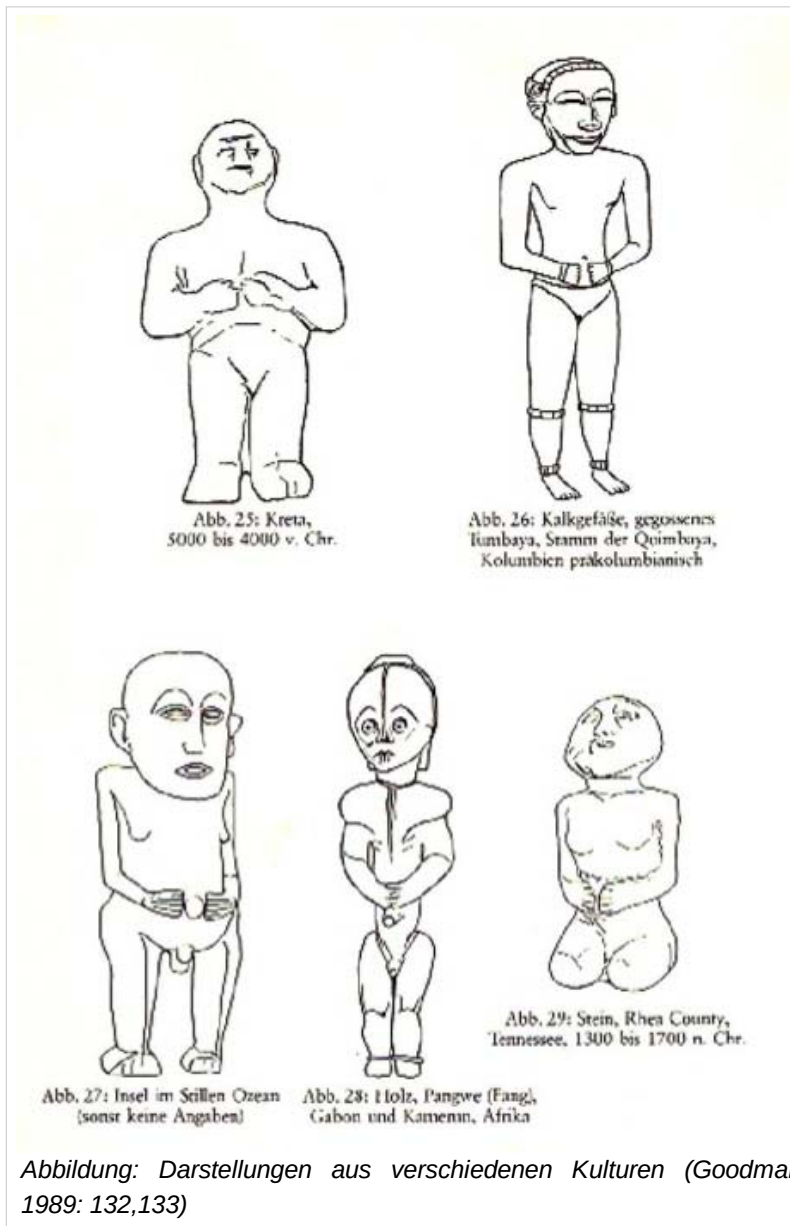


Abbildung: Darstellungen aus verschiedenen Kulturen (Goodman 1989: 132,133)

Abb. 25: Kreta 5000 bis 4000 v.u.Z.,

Abb. 26: Kalkbehälter aus Gold, Stamm der Quimbaya, Kolumbien präkolumbianisch,

Abb. 27: Insel im Stillen Ozean (sonst keine Angaben),

Abb. 28: Holzfigur, Pangwe (Fang), Gabon und Kamerun, Afrika,

Abb. 29: Steinfigur, Rhea County, Tennessee, 1300 bis 1700 n.u.Z.,

Abb. 30b: Menhir, Saint-Germain-sur-Rance, Frankreich, 2000 v.u.Z.,

Abb. 30c: Walrosszahn, Eskimo, Banks Island, Northwest Territory, Kanada, 1800 bis 1850 n.u.Z.,

Abb. 30d: Sitka Puppe, Holz, amerikanische Nordwestküste,

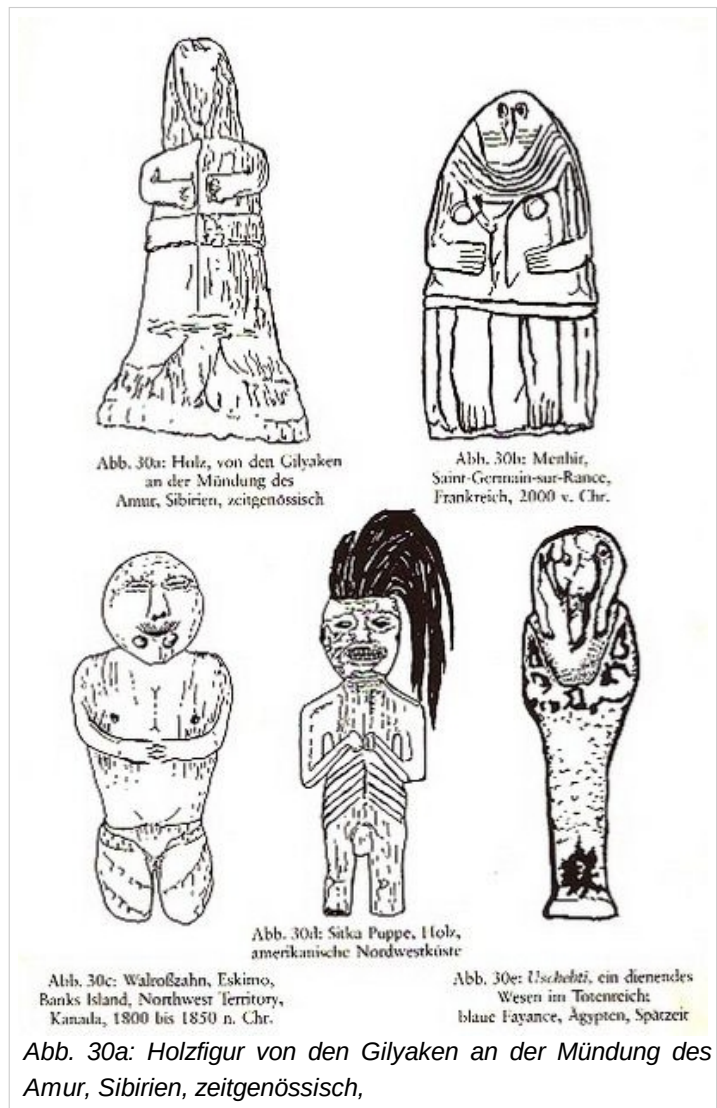
Abb. 30e: Uschebti, ein dienendes Wesen im Totenreich; blaue Fayance, Ägypten, Spätzeit.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.4.1

2.2.2 Die Fanny — die älteste Haltung

Die älteste rituelle Körperhaltung und zugleich auch älteste als weiblich erkennbare Darstellung, die bislang gefunden wurde, ist die 1988 von der österreichischen Archäologin Dr. Christine Neugebauer-Maresch in Stratzing/Krems-Rehberg entdeckte **Venus vom Galgenberg** (nach der bekannten Tänzerin auch **Fanny** genannt) mit **32.000 Jahren**. Eine 7,2 cm große Figur aus grünlichem, stark glänzendem Schiefer.





Das Gewicht der Frau ruht auf dem durchgestreckten, linken Standbein, das rechte Bein ist in Kniehöhe leicht abgebogen. Der Oberkörper ist von den Hüften aufwärts leicht nach links gedreht, die linke Brust, der Kopf und der erhobene linke Arm sind in Seitenansicht dargestellt. Der rechte Arm ist seitlich am Körper von diesem getrennt und berührt dann den Oberschenkel. Als Fortsetzung ist neben dem rechten Bein ein länglicher Gegenstand, vielleicht ein Stab, angedeutet.

Der Winkel zwischen dem Kopf und dem hochgestreckten linken Arm misst **37 Grad**, ein Winkel, der wie beim **Mann von Lascaux[1]** ein Indikator für eine Reise in die obere Welt ist. Bei der Fanny geht das Erleben jedoch darüber hinaus, es ist eine komplexe **Seelenreise in alle drei Welten**.

So wie es die Aufgabe der Schamanen war bzw. ist, erleben sich die Menschen in die Weiten des Kosmos fliegen, berühren die Muster der noch ungeformten Wirklichkeit, bringen die Energien auf die Erde und schaffen hier Gleichgewicht und Harmonie. Sie erleben sich als Weltenbaum, der in die unendlichen Weiten des Kosmos reicht und reisen in die obere und untere Welt.

„(Ich wurde zu) einer sehr komplexen, multidimensionalen Matrix mitgenommen... einem äußerst komplizierten Muster. Ich fuhr den Linien nach und durch die Zwischenräume hindurch... Plötzlich explodierte ich in einen Lichtsamen... (Wenn ich einen Ton auf dieser anderen Ebene von mir gab), schien es zu einer Verschiebung, Wendung oder Verbindung zwischen Teilen der Matrix beizutragen, die zuvor noch nicht miteinander verbunden waren.“

„Ich versuchte mich zu konzentrieren. Die Versammlung (der Bäume) fand auf einer so tiefen Ebene statt – sie reichte in alle Tiefen und bis in die Sterne hinauf -, und ich begriff, dass die Bäume versuchten, sich nach einem Muster in den Sternen zu richten und dass ich das mit meinem eigenen Körper auch tun konnte – Körper, Bäume, Erde, Sterne, wenn alle in Übereinstimmung miteinander waren, konnte die Energie fließen. „Ist das alles?“ fragte ich. Eine etwas erstaunte, strenge Stimme sagte: „Wieso nicht? Das ist alles – diese Übereinstimmung mit einem großen Muster, damit die Energie durch alles fließen kann – darin liegt die Bedeutung aller Dinge.“ (B. Gore, 1996: 222-223)

„Ich wachse spiralgig hinauf, werde sehr groß, es ist hell und klar. Mein Arm reicht wie ein riesiger Ast des

Weltenbaums weit ins Universum, in seine Muster hinein. Ich bin in diesen Mustern und gleichzeitig spüre ich Energie durch den Arm herunter fließen. Dann gehen Energiestrahlen aus meinen Fingern nach oben und zeichnen Linien ins Universum. Wie Sternenstaub rieselt die neue Energie in meine erhobene Hand und durch mich hindurch in die Erde. Ich begreife, dass oben gleich unten ist, was oben sich bewegt, ohne dort eine Form anzunehmen, bewegt sich unten, sprießt in den Pflanzen, Tieren, allen Wesen auf der Erde. Es ist ein Tanz von Energie, ich tanze mit, wiege mich. Das Leben ist ein Tanz, die Verbindung von oben und unten. Eine spiralige Bewegung geht hinauf und hinunter und trifft sich mittig. Von dieser Mitte spüre ich eine unermessliche Liebe nach allen Seiten ausgehen, ein Ja zum Sein, klar und nüchtern. In dieser heilsamen und weisen Energie fühle ich mich

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.1.1

2.3 Das Erleben in der Trance mit den rituellen Körperhaltungen

Das Geschehen, wenn Menschen in einer rituellen Haltung in Trance gehen, sieht **von außen recht unspektakulär** aus. Das eigentliche Erleben ist ein inneres.

Die extremen biologischen Veränderungen, die mit der Trance einhergehen, können auf **körperlicher Ebene** in sich ausbreitender Hitze bis starkem Schwitzen, einem Zucken kleiner Muskeln, ein Vibrieren, das den ganzen Körper erfasst, dem Anspannen von Muskeln, dem Vertiefen der Atmung spürbar sein. Manchmal ist die Erregung so intensiv, dass der Körper wie in eine Form gegossen erstarrt erlebt wird.

Gleichzeitig zu den körperlichen Phänomenen tritt das **visionäre Erleben** ein. Jede rituelle Körperhaltung öffnet in der Trance einen ihr spezifischen **transpersonalen Erlebnisraum**[1], wo das Bewusstsein oder die Wahrnehmung über die gewöhnlichen Ich-Grenzen hinaus erweitert ist und die Schranken von Raum und Zeit überschritten werden. Die **rhythmische Anregung** ist der auslösende Reiz, gleichsam das Fahrzeug hinüber in die Trance, die **Haltung** öffnet das Tor zu einem bestimmten Erlebnisraum wie z.B. der Verwandlung, des Reisens, des Heilens..., der je nach Fähigkeit, Verfassung, Übung usw. in einem breiteren oder schmäleren Spektrum erlebt wird.

Dieses Erleben wird wiederum von der **persönlichen Ebene** gefärbt, man kann auch sagen in sie hineinübersetzt. Die Botschaften und Antworten, die man bekommt, die Heilung, die man erfährt, die Fähigkeiten, welche man in der Verwandlung erlernt, stehen in Bezug zum persönlichen Leben.



Foto: Die Schlangenpriesterin von Knossos/Kreta, eine Fayance-Figur aus ca. 1650 v.u.Z. – eine rituelle Haltung die einen weiblichen Kraftaspekt vermittelt (Biedermann 1978)

Am Erleben selbst sind **alle Sinne** beteiligt. Wir sehen, hören, riechen, schmecken, empfinden in der Trancevision in einer ganzheitlichen Weise, unser ganzer Körper/Geist ist sozusagen als Auge, Ohr... in fühlender Wahrnehmung.

Die **Ekstase**, in die das visionäre Erleben eingebettet ist, lässt sich kaum in Worte kleiden, geschweige denn in einer wissenschaftlichen Kategorie erfassen. Ekstase als das Erleben der Seele von sich selbst ist ein ganzheitliches Aufgehen im eigenen Sein und dem Sein an sich. Ekstase ist das Heraustreten aus Zeit und Raum zu einem Erleben tiefster Verbundenheit, der Einheit des Ich und der Welt, zeitlos, grenzenlos.

Es braucht einerseits Hingabe, ein willentliches Hineinschmelzen in die Trance, gleichzeitig behält man in dieser **Wachtrance** die Kontrolle, d.h. die Möglichkeit in der Vision zu entscheiden und zu handeln aber auch jederzeit die Haltung zu lösen und aus der Trance auszusteigen.

Da die Haltungen aus den Kulturen der **Jäger und Gartenbauer** stammen, betreten auch wir die geistige Welt dieser frühen **Gesellschaftsformen**[2]. Es gelten die Prinzipien der Angemessenheit und Gegenseitigkeit, wir stehen **auf Augenhöhe mit wohlwollenden Geistwesen** der anderen Wirklichkeit und erleben ein **verbindendes Wir**.

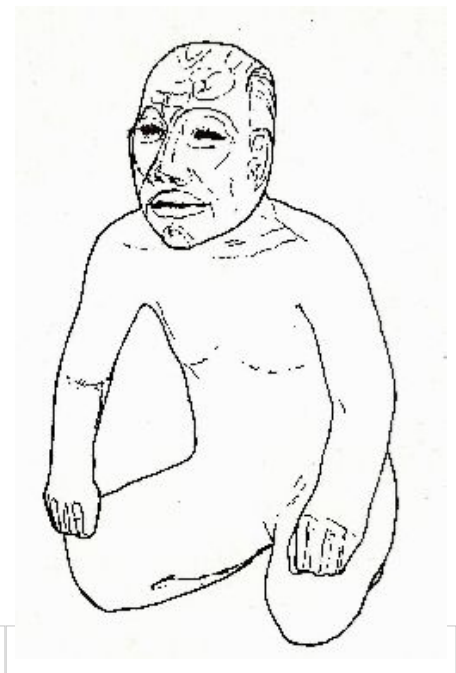
Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.4

[2] Siehe Kapitel 2.2

2.3.1 Phänomenologische Studie: Trancehaltung und Erlebnisinhalt

In einer phänomenologischen Studie untersuchte M. Schirmbrand (1991) die **Korrelation zwischen bestimmten Haltungen und den auftretenden Erlebnisinhalten**. In vier Versuchsdurchgängen hat sie einen systematischen Vergleich der Reise in die Unterwelt, der Maisgöttin und des tätowierten Jaguars vorgenommen, wobei die Ähnlichkeit der beiden zuletzt genannten Haltungen keine großen Unterschiede im Erleben erwarten ließ.



(Die 3 Bilder nebeneinander in eine Reihe, je 250P)

Abbildung: Reisehaltung, Maisgöttin und tätowierter Jaguar (aus Goodman 1989)

Abb. li.: Südamerikanische Reisehaltung nach M. Harner (1973: 83) – Tonfigur von einer Schülerin von Felicitas Goodman gestaltet.

Abb. mi.: Maisgöttin; Zentralmexiko, aztekisch.

Abb. re.: Tätowierter Jaguar; La Venta, olmekisch.

Die VersuchsteilnehmerInnen wussten nichts von den möglichen Erlebnisinhalten und hatten keinerlei Vorerfahrung. Ihr Erleben, welches sie nach der Trance berichteten, wurde inhaltsanalytisch nach **Befinden** und Wahrnehmungen **visueller**, **akkustischer** und **kinästhetischer** Art differenziert.

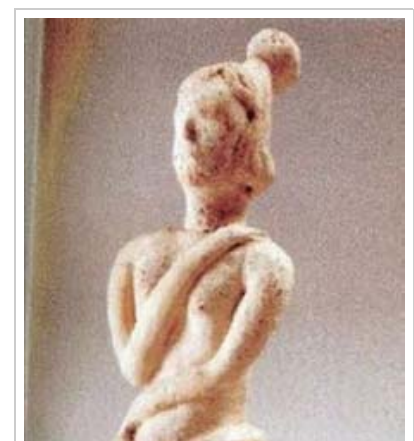
In allen diesen vier Bereichen zeigten sich deutliche und charakteristische Unterschiede, **genau jene Unterschiede, die auch aus Feldstudien bekannt** sind. (vgl. Guttman 2001)

2.4 Haltungen und transpersonale Erlebnisinhalte

Die rituellen Körperhaltungen lassen sich nach ihren **Erlebnisinhalten[1]**, den transpersonalen Erlebnisräumen, die sich in der Trance öffnen, thematisch in verschiedene Gruppen zusammenfassen.

Zu den wichtigsten Bereichen zählen:

- Heilen, Reinigung und Kräftigung
- Wahrsagen
- Reisen in die obere, untere und über die mittlere Welt
- Metamorphose
- Geburt, Tod, Wiedergeburt und Initiation
- Feiern und Rufen der Geister



- Erleben von Mythen
- Weibliche und männliche Kraft
- Erneuerung

Abbildung: Gipfelheiligtum aus Kreta (aus dem Katalog "Im Labyrinth des Minos" 2000: 253)

Dieses Gipfelheiligtum aus Kreta, 19. Jh.v.u.Z. ist ein Beispiel für eine weibliche Heilhaltung. Sie wird Haltung der Chiltangeister genannt nach jenen weiblichen Geistwesen, welche von Schamaninnen in den Tälern von Uzbekistan zum Heilen gerufen werden. Beim Ritual sitzen die Schamaninnen mit eben dieser Armhaltung im Schneidersitz (Goodman 1989: 144).

Ist man vertraut mit den Erlebnisinhalten der Haltungen, kann man für ein **aktuelles Anliegen** das Reiseziel definieren und diejenige **Haltung auswählen**, die in den passenden Erlebnisraum führt.

Stehen Entscheidungen an, fragt man den Wahrsager um Auskunft, bei Krankheit oder Unausgewogenheit kann man den Bäreng Geist mit seiner erdigen, großväterlichen Energie oder auch die Chiltangeister, jene 41 weiblichen Geistwesen um Hilfe bitten. Bei einem Todesfall weist der Ritt zum Totenreich dem Verstorbenen den Weg, will ein Kind auf die Welt kommen, bereitet die Geburtshaltung die werdende Mutter vor.

Natürlich können immer auch Haltungen einfach ausprobiert werden — Touristen sind drüben immer willkommen — vorausgesetzt die Reise wird in einer Haltung des **Respekts und der Achtung** (nach den Prinzipien der **Angemessenheit und Gegenseitigkeit**[2] unternommen.

Vier Beispiele geben einen Einblick in die unterschiedlichen Erlebnisinhalte des Heilens, des Wahrsagens, der Seelenreise und der Metamorphose.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.3.1

[2] Siehe Kapitel 2.2

2.4.1 Eine Begegnung mit dem Bäreng Geist



Abbildung: Schamane mit dem Bäreng Geist, Holzschnitzerei vom Stamm der Kwakiutl, Nordwestamerika, spätes 19. Jahrhundert (aus Lommel 1980: 85)

Von allen rituellen Körperhaltungen ist die Bärenhaltung die bekannteste. Auf den Kykladen allein hat man 34 solcher Figuren gefunden. Darstellungen der Haltung gibt es **auf der ganzen Welt** (1.2.2.1) von 6000 v.u.Z. bis heute.

Will man diese Haltung einnehmen, stellt man sich mit leicht gebeugten Knien hin oder setzt sich, vorzugsweise

in den Kniesitz, die Hände ruhen dabei in lockeren Fäusten am Bauch, wobei die Knöchel der Zeigefinger einander berühren. Der Kopf ist leicht nach hinten geneigt, Mund und Augen sind geschlossen.

Die Haltung mit dem Bärengest zählt zu den **Heilhaltungen**, wobei **Heilen bedeutet, das Gleichgewicht und die Ganzheit wieder zu gewinnen und zu erhalten**. Dabei wird nicht zwischen körperlichen, seelischen, geistigen oder sozialen Problemen unterschieden.

Die Haltung des Bärengestes vermittelt die großväterliche, erdige Energie des Bärengestes, eines mächtigen Heilers in verschiedenen Traditionen, die von den TeilnehmerInnen auf ganz persönliche Weise als heilsam erfahren wird. Oft erscheint der Bärengest selbst und überträgt seine Kraft, was von dem Erleben tiefer **Geborgenheit** und eines **genährt Werdens** bis zum zerstückelt und wieder neugeboren Werden, ähnlich einer schamanischen **Initiation**, reicht.

„...Die Rassel war wunderschön, es ist eine Kindheitserinnerung aufgetaucht, wo ich in einem Waschbecken Murmeln herumgerollt habe. Ich habe gesehen, wie sie herumgerollt sind und war traurig, dass das Bild nur sehr kurz war. Ich krabbele wie durch einen Tunnel, und alles ist weg, meine Trauer, mein Schmerz. Ich komme zu einer Bärenfamilie, es sind 13 kleine Bären und weit weg ist die Mutterbärin. Ich wollte nicht weg, aber die Rassel hat gesagt: „Rüben raspeln, Rüben raspeln!“ Dann habe ich gesagt: „Ich kann es!“ und bin weg von den Bären und fühle mich sehr stark. ...Hinter mir war ein schwarzes Gefühl, und zwei schwere Pranken haben mich umarmt. Ich musste Vögel füttern, dafür bekam ich ein weißes Bärenfell geschenkt. Die 13 Bärchen sind auf mir herumgekrabbelt, und ich habe mich in einen Bären verwandelt.“

Dieser Erlebnisbericht aus einem Seminar mit Felicitas Goodman zeigt, wie sich ein durch eine schlimme Kindheit verursachter Schmerz zu lösen beginnt und Kraft und Stärke erfahren werden. Wie häufig berichtet wird, stellt sich der Bärengest hinter die Teilnehmerin und umarmt sie. Als Gegenleistung für ihre Gabe an die Vögel bekommt sie die **Bärenkraft** in Form des weißen Fells geschenkt und **verwandelt** sich schließlich selbst in einen Bären, der manchmal die Welt völlig anders wahrnimmt, wie folgender Bericht verdeutlicht.

„...Ich habe mich in einen Bären verwandelt und mich völlig anders gefühlt. Meine Nase ist riesig geworden. Ich habe die Welt durch das Riechen wahrgenommen. Ich habe gerochen, wo es etwas zu fressen gibt, ja die Welt war ein Informationsnetz aus Gerüchen. Ich habe **verstanden**, wo es lang geht, es war wunderbar, eine ganz andere Welt...“

Diese Teilnehmerin aus einem Seminar von S. Jarausch hat die gewonnene Klarheit für eine anstehende Entscheidung in den Alltag mitnehmen können.

Heilung bringt der Bär auf sanfte, manchmal auch auf heftige Art.

„...Der Bär ist von hinten gekommen und hat seine Arme um mich gelegt, und ich habe mich in mütterlicher Geborgenheit gefühlt. Dann hat er mich mit seinen T

2.4.1.1 Lied der Eskimo-Schamanen

Den Bären-Traum Tanzen

Wenn ein Mensch krank ist,

Verwandle ich mich in einen Bären -

Den Großen Bären der ersten Schöpfung.

Mein Pelz ist weiß -

Doch nicht, weil ich ein Eisbär wäre,

Ich bin der Bär der Ersten Schöpfung.

Ich lecke sorgsam meine Tatzen,

Umschließe den Menschen mit meinen Armen,

Drücke ihn an mich mit all seinen Schmerzen.

Dann blase ich über seinen Leib



Meinen heilenden Atem

Den Geist-Atem der ersten Schöpfung.

Bärenlied der Eskimo Schamanen Reindeer Chukchee

Waldemar Bogoras The Chukchee.

Foto: Maske und Foto von Gabriele Wimmer-Weinzettl © 2002

*Dieses Lied war der Teilnehmerin eines **Maskentanzes**[1] nicht bekannt, als sich in ihrer Vision ein weißer Bär zeigte. Sie war vertraut mit dem Bärengest, in vielen Trancereisen hatte sie sich mit seiner heilsamen Kraft schon verbunden. Aber diesmal war der Bärengest von einer ganz anderen Kraft.*

„... Ich habe einen weißen Bären gesehen, er war ungewöhnlich, von einer Kraft, die ich nicht beschreiben kann. Ich musste ganz tief atmen, so als wäre die Luft eine Substanz und meine Hände sind heiß geworden. Der Bär war weiß, aber eindeutig kein Eisbär.“

Beim Maskentanz selbst hatte dieser weiße Bär eine besondere Funktion. Er brachte Heilung für die anderen Tierwesen, indem er immer wieder mit seinen Tatzen über sie hinwegstrich und seinen Atem über sie blies.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.5.2

2.4.2 Die Antworten des Wahrsagers

In allen Gesellschaften werden Wahrsagerituelle durchgeführt, und meist stellen sie einen wesentlichen Bestandteil der jeweiligen religiösen Systeme dar. Die Jäger haben den Ritus vor allem gebraucht, um mit seiner Hilfe das Jagdwild leichter finden zu können. Als sich dann auch andere Gesellschaftstypen entwickelten, wurde das Wahrsagen den veränderten Umständen angepasst, hat aber immer wichtigen gesellschaftlichen Belangen gedient.

*Wahrsagen bedeutet nicht notwendigerweise ein Voraussagen der Zukunft, sondern eher eine Deutung und Auslegung der bestehenden Verhältnisse. Wahrsagerituelle dienen dem Ratsuchenden dazu, **wahr-zu-sagen**, heller und klarer zu sehen, **was ist**, ihm etwas Wichtiges über sich selbst oder sein gesellschaftliches Umfeld zu enthüllen.*

Es gibt unterschiedliche Haltungen des Wahrsagens, in denen man über verschiedene Bereiche des Lebens Auskunft bekommen kann. Die Antworten spiegeln einerseits den Charakter der jeweiligen Wahrsagehaltung wieder und sind gleichzeitig sehr persönlicher Natur. Sie können sich in klaren Bildern und Sätzen, in intuitivem Wissen und Verstehen zeigen.



Foto: Nupe mallam, ein Wahrsager der in Zentralnigeria lebenden Nupe (Mair 1969: 94)

In der Haltung des **Nupe mallams**, bekommt man Auskünfte, die sich auf das **soziale Umfeld** beziehen. Wie aus den Erlebnisberichten hervorgeht, erfahren die Menschen zu Beginn der Trance oft eine V-förmige Aufspaltung des Kopfes, eine Verwandlung in einen Wirbelwind oder die Wahrnehmung einer Spirale, ein Zeichen dafür, dass sich die nötige Energie aufbaut, um die Informationen ganzheitlich verarbeiten zu können. „Du sollst nicht schauen, sondern verstehen!“ war die Anweisung des Wahrsagers an eine Teilnehmerin.



Foto: Steinfigur aus Tennessee (Frank H. McClung Museum © University of Tennessee, Knoxville)

Der **Wahrsager von Tennessee**, eine etwa 800 Jahre alte Sandsteinstatue aus einem Grab im Bezirk Wilson im Staate Tennessee, weist zwei Besonderheiten auf: eine spezielle Kappe und einen schwarzen Strich, der von einem Ohrläppchen über die Nase zum anderen Ohrläppchen gezogen ist. Zusätzlich hält er die Zunge zwischen den Lippen, was an die Reihe von Traditionen aus der amerikanischen NW-Küste und auch aus Asien erinnert, wo man von den Geistern Kraft über die herausgestreckte Zunge erhält. Wenn man beim Einnehmen der Haltung diese Besonderheiten nachmacht, verstärkt sich das Tranceerleben.

Der Wahrsager von Tennessee gibt uns in recht knapper Form Auskunft über persönliche Angelegenheiten, wirklicher **Sachverständiger** ist er **in rituellen Dingen**. Wenn ihm Fragen auf diesem Gebiet, wie z.B. Inhalt und Ablauf eines Maskentanzes, vorgelegt werden, fallen die Antworten ausführlich und detailreich aus.



Abbildung: Tonfigur aus Cholula, Mexiko, präkolumbianisch (Goodman 1989: 109)

Die **Dame von Cholula** wiederum gibt in einer weiblichen, fast mütterlichen Note ausführlich und geduldig Auskunft über **persönliche Belange**. Von dieser Haltung gibt es zwei kleine Tonstatuetten aus den Jahren um 1350 n.u.Z. aus Cholula, einem der wichtigsten religiösen Zentren Mittelamerikas. Sie tragen spitze Mützen und weite Krägen mit Quasten, sitzen auf einem Schemel und haben die Zunge zwischen den Lippen.

<

2.4.3 Eine Reise in die untere Welt

Die älteste Kosmologie ist die des Weltenbaumes oder einer Weltenachse, über die der religiöse Spezialist in die **obere**[1] und untere Welt und über die mittlere Welt reisen kann.

Die Unterwelt hat einen **reichen Schatz an Erlebnissen** zu bieten. Sie ist genauso reich bestückt wie das gesamte Menschenreich. Sie enthält unsere Landschaften und Städte, die Tiere und Pflanzen, unsere Geschichte und Erinnerungen, unsere Mythen und auch unsere Totengeister. Sie hat nichts mit den finsternen Höllenorten zu tun, zu welchen die einstmals **fröhliche, bunte und kraftspendende** Welt in späteren Kulturen gemacht wurde.

Vielerorts in der Welt, in Sibirien, Australien oder in Südamerika ist die Unterwelt der Ort, wo man das **Heilen** lernt oder wohin der Schamane hinabsteigt, um eine verlorene Seele wiederzufinden, was ebenfalls eine Heilung darstellt. Bei der Arbeit mit den Haltungen steht dies nicht im Vordergrund, Heilung kann in einer Reihe von verschiedenen Haltungen stattfinden und ist vor allem ein Geschenk des mächtigsten aller Heiler, des Großvater Bär.

Wir reisen in die Unterwelt, um unsere Verwandten, die sogenannten **Krafttiere** zu treffen, wir begegnen **Lehrern**, die uns aus ihrem empirischen Wissen heraus lehren, kommen in Kontakt mit **Verstorbenen**, erfahren das **Wissen der Pflanzen und Steine** oder genießen es einfach mit dem Adler **über die weite Landschaft zu fliegen**.

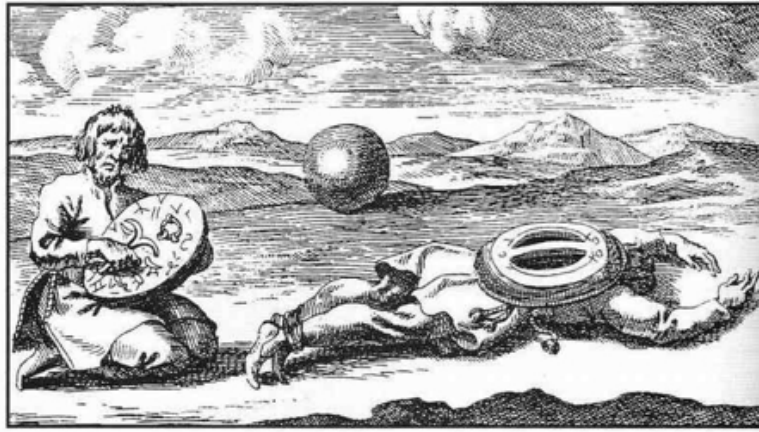


Abbildung: Schamanische Reise: Stich von Johannes Scheffer (aus „Lappland“, 1675) (aus Hoppal 2002: 116)

Die Reisehaltung ist liegend, entweder am Rücken, wie die Darstellung der **südamerikanischen Reisehaltung**[2] nach M. Harner (1973: 83) zeigt, oder am Bauch, wie aus dem Stich von Johannes Scheffer hervorgeht. Der **Sami-Schamane** (noaide) liegt auf dem Boden und hat die Trommel auf dem Rücken. (Hoppal 2002: 116)

Auch ohne den Erlebnisinhalt der Haltung zu kennen, erfahren die Teilnehmer, wenn sie einer dieser Haltungen in Trance gehen, eine **Bewegung nach unten**. Sie reisen durch einen Tunnel, durch einen See, oder das Meer, über einen Fluss hinunter oder schmelzen in die Erde, um in den Bereich der Unterwelt zu gelangen.

Nach der Reise in die untere Welt schwingt öfters eine Wehmut nach, so als wäre man gerade endlich zu Hause gewesen, in einer **Heimat der Freude und Kraft**, die aus der Sicht der Alltagsrealität wieder hinter einem Schleier verschwindet. „Du kannst ja wieder kommen“ trösten uns die Geistwesen. Bei den Hopis wird erzählt, dass die Menschen aus einer unteren Welt in die jetzige aufgestiegen sind. Die Reise hinunter ist demnach eine Reise zu unserer Quelle, zu unserem Ursprung.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.1.1

[2] Siehe Kapitel 2.3.1

2.4.4 Das uralte Thema der Verwandlung

Spuren **weicher Grenzen zwischen Mensch und Tier** finden wir überall. Ägyptische, indische und keltische Gottheiten tragen Tierköpfe oder haben sogar Tierkörper. In der ganzen Welt gibt es Mythen darüber, bei den australischen Eingeborenen ebenso wie in den Märchen der Gebrüder Grimm und natürlich auch bei den Indianern.

Eine Sage der Nordamerikanischen Indianer z.B. erzählt von einem Jäger, der einst Gelächter aus einer Höhle hörte. Als er zum Eingang schlich und hineinschaute, sah er Tiere, die sich einen Riesenspaß daraus machten, sich in Menschen zu verwandeln.

Es ist zu erwarten, dass die Menschen ebenfalls die Fähigkeit haben, die Grenzen ihrer Art zu überschreiten. In der Literatur finden wir sogar Berichte über außergewöhnliche Schamanen, die nicht nur im visionären Erleben, sondern tatsächlich ihre Gestalt wechseln können.

Bei den heute noch bestehenden **Jägerstämmen** gibt es **heilige Tänze**, in denen Menschen sich in jene Tiere verwandeln, zu denen sie eine besondere Beziehung haben. Die Bewegungen der Tiere werden so lange sachkundig nachgeahmt, bis sich die Tänzer in der religiösen Trance in die dargestellten Wesen verwandeln. Auf dieser alten Felszeichnung aus Südafrika wird dargestellt, wie die Buschmänner die Bewegung der Antilope nachahmen, während die Frauen dazu klatschen. Einer der Männer ist in der Metamorphose begriffen und hat sich bereits bis zur Hälfte in eine Antilope verwandelt.

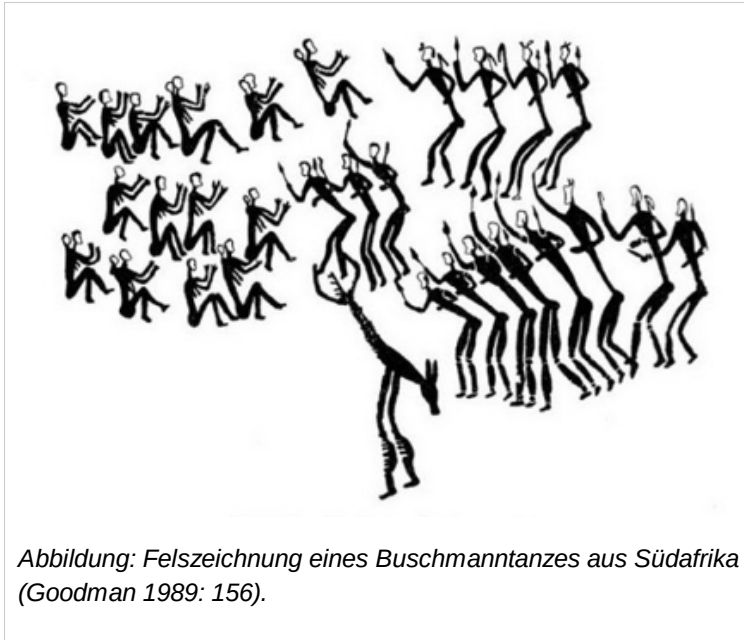


Abbildung: Felszeichnung eines Buschmanntanzes aus Südafrika (Goodman 1989: 156).

Felicitas Goodman hat diese ursprüngliche Technik der Metamorphose übernommen. Das **Krafttier**, dem man in einer Seelenreise begegnet oder der Tiergeist, der im **Maskentanz** zum Leben erwacht, kann in einem solchen Tiertanz zum Rhythmus der Trommel getanzt werden. Gibt man den Bewegungsimpulsen des Körpers Ausdruck, erfährt man in der Metamorphose die speziellen Fähigkeiten und Kräfte des Tiergeistes.

Die Tradition der **Tiertänze** hat sich in den **Gartenbaugesellschaften** (jene Völkerschaften, die neben der Jagd auch kleine Stücke Land bearbeiten) fortgesetzt. Reste davon gibt es noch in den Hirsch-, Büffel- und Schmetterlingstänzen der Pueblo- Indianer. Als Ausdruck eines neuen Kulturgedankens, in dem die Metamorphose im Vordergrund steht, finden wir nun eine Vielzahl an rituellen Körperhaltungen, die ebenfalls das Erleben der Verwandlung vermitteln.

2.4.4.1 Durch die Augen des Jaguars

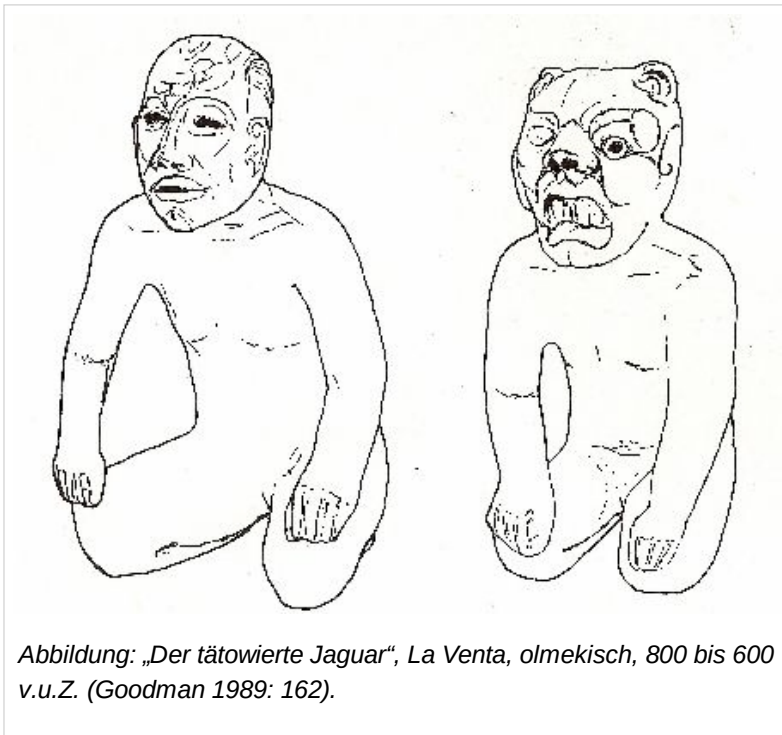
Menschen, die neben der Jagd begannen, kleine Gärten anzulegen, erlebten, wie aus dem Samen die Pflanze wuchs, die wiederum Samen spendete. In jenen Gesellschaften wurde diese Beobachtung zum zentralen **Kulturgedanken** – dem des Wandels, der **Metamorphose**. Gleichmaßen erscheinen in der Geschichte eine Vielzahl von rituellen Körperhaltungen, die eigens dazu dienen, das Erleben der Metamorphose, des Übergangs von der menschlichen in eine nicht-menschliche Form zu ermöglichen.

Figuren aus der **olmekischen Tradition**, in welcher der **Jaguar** das wichtigste Krafttier war, zeigen meist deutliche Hinweise auf diesen Erlebnisinhalt. Z.B. weist der Kopf die Züge des Jaguars auf, die Hände liegen in Pfotenstellung oder es sind Krallen an den Füßen abgebildet wie bei folgender Darstellung:



Foto: Eine Bildurne aus Ton, 300 bis 600 n.u.Z. (Anton 1986: Fig.137)

Auch die beiden fast gleichen Figuren aus La Venta, eine mit einem Menschen-, die andere mit einem Jaguarkopf dargestellt, scheinen auszudrücken: „Wenn du in dieser Haltung eine Trance erlebst, verwandelst du dich in einen Jaguar und wirst auf diese Weise an seiner Kraft teilhaben.“



Da der Jaguargeist bei uns, anders als im olmekischen Ritual, nicht ohne weiteres präsent ist, verwandeln sich die TeilnehmerInnen eher selten in ihn. Die in der Metamorphose übernommenen Gestalten stammen hingegen aus dem **gesamten Spektrum der Erscheinungsformen**, angefangen von Vögeln, Säugetieren, Insekten, bis hin zu Wolken, Bergen und Sand.

Das Selbst, die erlebende Persönlichkeit bleibt trotz aller Verwandlungen unverändert. Es ist, wie einen Mantel zu wechseln, das beobachtende Ich bleibt dabei gleich.

Ein weiteres Beispiel einer sehr kräftigen Verwandlungshaltung ist der **Olmekische Prinz** :



Foto: „Principe de la Cruz del Milagro“, Andesit, etwa 1200 bis 800 v.u.Z. (Anton 1986: Fig.36)

Haltungen aus anderen Kulturen, welche die Metamorphose nicht schon im Aussehen andeuten, lassen die Verwandlung genauso erleben, wie jene aus der olmekischen Kultur.

2.4.4.2 Magische Worte

In sehr früher Zeit

Als sowohl die Menschen wie auch die Tiere auf der Erde lebten,

konnte jemand ein Tier werden,

wenn er das wollte,

und ein Tier konnte ein Mensch werden.

Manchmal waren die Wesen Menschen,

dann wieder Tiere.

Es gab keinen Unterschied.

Alle sprachen sie dieselbe Sprache.

Das war die Zeit,

in der Worte wie Zauber waren.

Ein Wort, zufällig gesprochen,

konnte merkwürdige Folgen haben.

Es wurde plötzlich lebendig,

und was die Menschen wünschten,

das geschah –

alles, was man tun musste, war, es zu sagen.

Niemand kann das erklären:

So war es ganz einfach.

(Lied der Eskimo, Hetmann 1995: 196)

2.5 Die praktische Anwendung der rituellen Körperhaltungen



Foto: Innenansicht der Kiwa (Cuyamungue-Institut © 1995)

Das Foto zeigt die Innenansicht der Kiwa, des runden, halbunterirdischen Ritualraums, den F. Goodman auf dem Gelände ihres Institutes in Cuyamungue erbaut hat. Man sieht u.a. ihre Rasseln und Trommeln, eine Muschel zum Räuchern von Steppensalbei auf dem Tisch, Masken von KursteilnehmerInnen an der Wand und peruanische Flöten im Regal.

Rituale stehen in Bezug zur Kultur, aus der sie stammen. Da nun der Großteil der rituellen Körperhaltungen aus jenen Kulturen stammen, die neben der Jagd kleine Stücke Land und noch keine großen Felder wie die Ackerbauern bearbeiteten, hat Felicitas Goodman bei der äußeren Gestaltung des Rituals **Handlungselemente** aus diesen Kulturen, die transkulturell große Ähnlichkeiten besitzen und z.B. bei den Pueblo-Indianern noch lebendig sind, übernommen. Die Rahmenbedingungen für ein religiöses Erleben waren ihr aus ihrer Feldforschung bekannt.

Im **einführenden Teil** wird der heilige Raum geschaffen, im **Hauptteil** findet der Übertritt in die Trance statt, im **abschließenden Teil** wird der Raum wieder verabschiedet.

Eine gute **Vorbereitung**, zu welcher

- die eigene Verfassung und Einstellung,
- die Gestaltung der Umgebung und Situation und
- die Auswahl und das Einüben der Haltung zählt,

bildet den Boden für die Durchführung des Rituals.

Die **Nachbereitung** hilft zur Integration des Erlebten.

2.5.1 Ablauf und Durchführung des Rituals

Das Ritual ist so beschrieben, wie Felicitas Goodman es ausführte. Sie begann mit dem Räuchern, der Speisegabe an die Rassel, dem Einladen der Wesen und der Atemübung. In die Stille der Atemübung setzte sie ein Signal mit der Rassel, worauf die TeilnehmerInnen die Haltung einnahmen und Felicitas Goodman 15 min rasselte. Ein paar langsame, kräftige Schläge mit der Rassel markierten das Ende der Trancephase. Während Felicitas Goodman die Geister mit der Mehlstraße verabschiedete, lösten die TeilnehmerInnen die Haltung und ließen sich entspannt nieder. Die Erlebnisse wurden aufgeschrieben, im Kreis mitgeteilt, von Felicitas Goodman zusammengefasst und mit dem transpersonalen Erlebnisinhalt der jeweiligen Haltung in Zusammenhang gebracht - ohne Wertung und Interpretation.



Foto: Das Räuchern mit Salbei zu Beginn eines Rituals (Susanne Jarausch © 2008)

Die Rituelle Reinigung:

Zu Beginn des Rituals zündet die LeiterIn zum **Räuchern** z.B. getrockneten Salbei (sage / Steppenbeifuß bei den Puebloindianern) an, geht reihum und jede RitualteilnehmerIn streicht sich den Rauch über den Körper. Verschiedene Kräuter entfalten unterschiedliche Wirkungen, wobei Salbei reinigend wirkt.

Das „Wecken“ der Rassel oder Trommel:

Mit einer rituellen Gabe wird die energetische Entsprechung, das Geistwesen des Instrumentes in der anderen Wirklichkeit, gerufen, geehrt – „geweckt“. Puebloindianer verwenden eine **Speisegabe** aus dem heiligen, rituell verwendeten, blauen Maismehl. Wenn kein Maismehl zur Hand ist, empfiehlt Felicitas Goodman eine Gabe aus traditionellem Mehl wie z.B. Dinkelmehl. Etwas Mehl wird behaucht, um die eigene Geistsubstanz hineinzuhauchen, in die vier Himmelsrichtungen und nach oben und unten gewiesen und mit persönlichen Worten über die Instrumente gestreut. Das Mehl wird nun leicht angeblasen, um es um die Instrumente zu verteilen, wo der Geist der Rassel oder Trommel es „essen“ kann.

Das Einladen der Wesen:

Durch viermaliges **Rasseln oder Trommeln in die vier Himmelsrichtungen, zum Himmel und zur Erde** werden die Tore zu den Richtungen geöffnet und die Geister eingeladen. Sie sind damit anwesend und werden mit einer **Speisegabe** aus Mehl begrüßt, das man ebenfalls zuerst anhaucht, in die sechs Richtungen weist und in weitem Bogen in die Luft streut. Die Geister sammeln die Essenz ein, der Rest fällt zu Boden.

Eine Konzentrationsübung:

Eine einfache **Atemübung** hat die Aufgabe, den Körper auf die nachfolgende Trance einzustellen, sich zu beruhigen und einzustimmen. In bequemer Haltung wird der Atem beobachtet, ohne ihn zu verändern. Dabei werden die Atemzüge gezählt bis etwa 50.

Der Hauptteil mit der Rasseltrance:

Die vorab gewählte und eingeübte Körperhaltung wird eingenommen, die Augen werden geschlossen und die LeiterIn rasselt oder trommelt 15 Minuten lang mit etwa 200 bis 210 Schlägen pro Minute. Wahlweise kann auch eine Rassel- oder Trommel-CD oder –MC verwendet werden. Der gleichförmige Rhythmus der **Rassel oder Trommel** führt in die **Trance**, die dabei eingenommene rituelle **Körperhaltung** öffnet den ihr entsprechenden **Erlebensraum** (link zu 1.2.4).



Foto: Ritual in der Haltung der Venus von Willendorf, angeleitet von S. Jaraus

(M. Ploderer © 2008)

Nach Beenden des Rassels oder Tummelns wird die Haltung gelöst und die TeilnehmerInnen kehren wieder in den gewöhnlichen Bewusstseinszustand zurück.

Der Abschluss:

Um die Tore zwischen den Welten wieder zu schließen, sich bei den Wesen zu bedanken und sie zu verabschieden, wird wiederum eine Speisegabe gegeben. Die LeiterIn haucht ein wenig Mehl an und streut damit einen dünnen **Mehlpfad** von sich oder der Kreismitte zum nächsten Fen

2.5.2 Maskentanz als Anwendung der rituellen Körperhaltungen in einem großen Ritual

Traditionelle Maskentänze kennen wir von verschiedenen Völkern Afrikas, Asiens, Polynesiens, Amerikas usw. Sie weisen einen seit Generationen **überlieferten Ablauf** auf und haben für das jeweilige Volk eine tiefe und ganz spezifische Bedeutung. Dabei kann die Maske einfach daraus bestehen, dass das Gesicht bzw. der Körper mit Lehm, Ruß oder Farbe bedeckt wird. Andererseits gibt es z.B. aus Holz geschnitzte Masken, die, ebenso wie die dazugehörigen Kostüme, von ganz einfachen bis komplexen Ausführungen reichen und bei den entsprechenden Tänzen immer wieder zum Leben gerufen werden.

Wir, die aus der westlichen Tradition kommen, bleiben Beobachter, sehen den Maskentanz von außen, sind vielleicht irgendwie von dem Zauber berührt. Das Geheimnis bleibt jedoch verborgen. Es geht um das direkte Erleben, die Verwandlung, das hinüberwechseln Können auf die andere Seite. Nur in diesem Grenzgang erschließt sich der Sinn.

Der Maskentanz nach Felicitas Goodman ist eine Schöpfung des Rituals aus dem direkten Kontakt mit der Anderen Wirklichkeit.

Felicitas Goodman wusste, dass sie ein traditionelles Ritual nicht einfach übernehmen konnte – es hätte für uns keine kulturelle Bedeutung, wäre nicht aus unserer Vision gewachsen. Vor die Aufgabe gestellt, einen Maskentanz zu gestalten, hat sie eine Anleitung geschaffen, bei welcher **in der direkten Vision**, der Begegnung mit der Anderen Wirklichkeit, der **Inhalt** des Rituals und die **Wesen**, die



Foto: Ein Beispiel für eine traditionelle Maske: Kaloqutsuis 'gekrümmter Schnabel der oberen Welt', ein riesiger Vogel – Qagyuhl, 1914 (aus Curtis 1996: 74)

sich in der Maske verkörpern wollen, erfahren werden.



Foto: Beim Maskentanz in Cuyamungue 1995 führt Felicitas Goodman als Büffelfrau mit ihrer Rassel die Tierwesen an (Cuyamungue Institut © 1995)

Werkzeug dafür ist die Rasseltrance mit den Körperhaltungen, die uns in die jeweils wichtigen Erfahrungen (1.2.4) führen.

- Die **Reise in die Unterwelt** lässt das Geistwesen, welches sich meist in Tiergestalt zeigt, erfahren, worauf der Bau der Maske beginnen kann. Die Maske wird zuerst in Ton geformt, dann mit einigen Schichten Papier und Kleister überzogen. Wenn diese trocken sind, wird diese Papiermachee-Maske bemalt und fertiggestellt.
- **Verwandlungshaltungen** erlauben das Erleben der Qualitäten, Kräfte und Fähigkeiten dieses Geistwesens von innen her.
- Der **Wahrsager von Tennessee** gibt Auskunft über den Inhalt des Tanzes. Die Erlebnisse, welche die TeilnehmerInnen in dieser Haltung berichten, werden gesammelt und wie ein Puzzle zu einem großen Ganzen zusammengefügt.
- **Heilhaltungen** begleiten die eigene Transformation.
- Mit der **gefiederten Schlange** wird das Sterben und Wiederauferstehen – die eigene Neugeburt im Ritual gefeiert.
- In der Haltung des **Rufens der Geister** werden die Wesen am Vorabend des Tanzes eingeladen.

Der Höhepunkt **am Ende der Woche ist der Tanz, das Drama** - absolut neu und einzigartig. Aufgeführt ohne Zuschauer, ein einziges Mal, um gleich wieder wie ein Sandbild zu verwehen. Ein **Tiertanz**, wie wir ihn aus Jägerkulturen kennen, bildet den Abschluss des Rituals.



Foto: Maskentanz 1995 (Cuyamungue Institut © 1995)

Auf **transpersonaler Ebene** ist es ein Tanz, eine Bewegung zwischen den Welten, die, aus schamanischer Sicht, das Muster, nach dem das Netz der Wirklichkeiten gewebt wird, neu ordnet und stärkt.

Auf **persönlicher Ebene** ist es ein Tanz, der unsere persönlichen Muster neu webt, neue Zugänge entdecken lässt und Mut zur effektiven Neugestaltung macht.



Foto: Felicitas Goodman mit ihrer Büffelmaste beim Maskentanz 1995 in Cuyamungue (Cuyamungue Institut © 1995)

„Die wohl wichtigste Einsicht, die wir aus den Maskent

3 Das religiöse Ritual aus der Sicht Felicitas Goodmans

Felicitas Goodman beschreibt das religiöse Ritual als eine geschlossene Form von Handlungen, deren ausdrückliche Aufgabe es ist, die **Verbindung zur anderen Wirklichkeit** herzustellen und auf diese Weise die Ausübenden zu einem **religiösen Erlebnis** zu führen.

Oder in anderen Worten: „Das **Ritual ist die Regenbogenbrücke**, über die wir zu den Geistern gelangen können und über die sie in unsere Welt herüberwechseln. Warum sie das möchten, ist nicht ohne weiteres klar. Es liegt wohl daran, dass sie wissen, was wir in der westlichen Welt vergessen haben, nämlich, dass die gewöhnliche und die andere Wirklichkeit zusammengehören, als **zwei Hälften eines Ganzen**. Nur wenn beide Hälften zusammengefügt sind, ergibt sich die Welt als Ganzheit, eine Welt, in der es sich zu leben lohnt. Das Menschendasein ist leer ohne die Geister, aber auch das Geisterdasein ist unvollständig ohne uns Menschen und unsere Welt. Und obgleich die Geister soviel mächtiger sind als wir Menschen, brauchen sie uns in diesem Sinne eben auch.“ (Goodman 1989: 68)

Es ist das Verdienst der Ethnologin, Religionswissenschaftlerin und Tranceforscherin Felicitas Goodman, das religiöse Ritual von den ersten erkennbaren Manifestationen bis zur heutigen Gesellschaft systematisch erforscht zu haben. Die **Grundlagen des Religiösen und deren Wandel in den unterschiedlichen Gesellschaftsformen** sind Thema ihres Buches „Die andere Wirklichkeit – über das Religiöse in den Kulturen der Welt“. Auszüge daraus bilden die Basis für dieses Kapitel.

3.1 Das Drama der Geburt als Tiefenstruktur im religiösen Ritual

Bei der Dekonstruktion der Rituale und der Reihung ihrer Elemente zu logischen Abfolgen gab sich für Felicitas Goodman... „die gesuchte Tiefenstruktur plötzlich zu erkennen. Es ist gut möglich, dass sie deshalb noch niemandem aufgefallen ist, weil Ritualstrukturen bisher ausschließlich von Männern analysiert worden sind. Was mir als Frau äußerst sinnvoll erschien, sobald ich es einmal erkannt hatte, war die Tatsache, dass es sich bei dem verborgenen Muster um das ergreifende **Drama der Geburt** handelte. Klar und deutlich stellen die Rituale eine **Transformation der Geburtsvorgänge ins Rituelle** dar: angefangen bei den Wehen der Mutter über das Ausstoßen der Frucht aus dem Schoß bis hin zum Willkommenheißten des Neugeborenen, zu seiner Versorgung und schließlich dem Anlegen an die Mutterbrust zur ersten Nahrungsaufnahme.

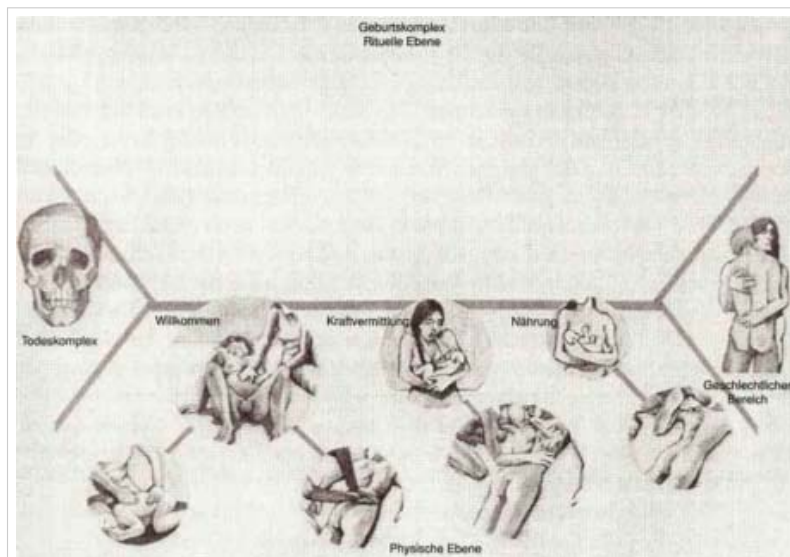


Abbildung: Das menschliche Drama (Originalzeichnung © Reed Campbell)

Wiewohl der Geburtsvorgang den Mittelpunkt des Ereignisses bildet, handelt es sich jedoch nicht um ein ausschließlich weibliches Drama. Denn mit Einsetzen des Geburtsaktes erscheinen die Totengeister, Männer wie Frauen, zur Aufwartung. Und die Männer bringen das Drama zum Abschluss und beginnen gleichzeitig in einer rituellen Andeutung der Zeugung den Kreislauf von neuem. Figur 1 ist der Versuch, den »Grundriss« des Geschehens wiederzugeben. Sie zeigt die körperlichen Erfahrungen, den physischen Bereich, den ich als Tiefenstruktur begreife und der mir für den Ablauf der Ereignisse bestimmend zu sein scheint.

Das religiöse Ritual stellt meiner Meinung nach die **erhabenste Form menschlicher Kommunikation** dar, und

die Entdeckung der genannten Tiefenstruktur weckt ein Gefühl der Achtung, das über den früheren dünnen Analysen völlig verlorengegangen war. Man kann sich das, was Menschen in ihren Ritualen geschaffen haben, als eine **Feier des Menschseins vorstellen, ein riesiges Gemälde, das zeigt, was den Menschen zum Menschen macht.**

Dies zu erkennen, war deshalb so schwer, weil die Schöpfer des Gemäldes eher surrealistisch gearbeitet haben (wie, sagen wir, Salvador Dali) als realistisch (wie Michelangelo Buonarroti). Denn obgleich sie das Grundsche ma nie außer acht lassen, gehen sie doch mit den Einzelheiten in denkbar großzügiger Weise um. In einem australischen Ritual z.B. ist der Mann einmal männlich, dann stellt er ein Mädchen dar; schließlich wird er von einer Jamswurzel vertreten. Oder man geht zu einer Art Kurzschrift über – in der gleichen Weise, wie Abendmahl und Heilsgeschichte in den engen Rahmen einer Messe eingepasst werden, wobei das Festmahl aus einer Oblate und einem Schluck Wein besteht. Um es noch einfacher zu sagen: **das Ritual versetzt uns auf eine völlig andere Ebene der Wirklichkeit, in eine ebenso geordnete Welt, wie es unsere Alltagswelt ist, aber die Regeln sind andere, und die Gesetze der Alltagswirklichkeit haben keine Gültigkeit.** Der Säugling erscheint plötzlich als Initiand, der Schmerzen – die Wehen – erleiden muss; oder das Kind ist der Patient, der durch eine Wiedergeburt geleitet wird, die ihm Genesung bringt; oder aber das Kind ist der Gast, der willkommen geheißen wird, den man zum Mahl lädt und dem man aufwartet. Der Gast seinerseits kann aus der anderen Wirklichkeit kommen, bereit, das Opfer des ehrfürchtig dargebotenen Mahls entgegenzunehmen. Wie dem auch sei, **der Grundplan bleibt der gleiche, und die vielen uns überlieferten Rituale sind voll von großartigen Variationen über das komplexe Grundthema menschlichen Lebens.**“ (Goodman 1994: 44-46)

(Hervorhebungen im Text durch die Autorin hinzugefügt)

3.1.1 Das religiöse Ritual im Wandel der Gesellschaftsformen

„Rituale wandeln sich mit den Beziehungen zwischen Mensch und Umwelt. In Sammler- Jäger-Kulturen füllt das Ritual (mit dem Drama der Geburt) die **gesamte Fläche** des Gemäldes aus. Mit der Hinwendung zum Gartenbau **verengt** sich notwendigerweise auch das Bild. Anfänglich drückt sich das nur in einer Akzentverschiebung aus, doch rückt bei den Ackerbauern das **gemeinsame rituelle Mahl** in den Vordergrund, während andere Aspekte zurücktreten. In der Stadtkultur schließlich erleben wir eine Umkehrung des Kommunikationsvorgangs: **statt Einverleibung Entäußerung.** Die bei städtischen Massen so beliebten Sportveranstaltungen sind eigentlich nichts anderes als enorme exorzistische Spektakel. Das einst im hellsten Licht erstrahlende Gemälde wird im Laufe der Zeit immer dunkler, bis nur noch ein schmaler Lichtstrahl die eine oder andere Einzelheit heraushebt.“ (Goodman 1994: 46)

(Hervorhebungen im Text durch die Autorin hinzugefügt)

3.1.2 Das Drama der Geburt in rituellen Körperhaltungen



Unter den **rituellen Körperhaltungen** gibt es solche, die das **Geburtserlebnis in allen seinen rituellen Aspekten** vermitteln. Sowohl weibliche als auch männliche Figuren in der Geburtshaltung wurden überall auf der Welt gefunden, von etwa 7000 Jahre alten im Negeb im Nahen Osten zu modernen in Zentral- und Westafrika, Neuseeland und überall in Polynesien.

Bei dem Erlebnis handelt es sich nicht darum, sich an die eigene Geburt zurückzuerinnern, sondern um das Erleben, das im weitesten Sinn mit dem Ereignis des Geborenwerdens zusammenhängt. Es kann der Zeugungsakt erlebt werden als Übergang von der Seelenebene zum Körperlichen; die Ankunft der Ahnengeister, die bei der Geburt anwesend sein und sie feiern wollen; der Traum des Ungeborenen von der Welt, in die es bald eintreten wird; die Geburt selbst, wobei das Wasser auftauchen kann und ein Gefühl der Erschöpfung, man sieht vielleicht einen Lichtkreis, eine V- förmige Öffnung oder ein Auge; man fühlt sich gestützt, denn es kommen Besucher, um das Neugeborene zu begrüßen; lila Kreise sind die Brüste, die die Nahrung ankündigen.

Die Statue zeigt den ursprünglichen Schöpfergott Ostpolynesiens, der andere Götter und Menschen zur Welt bringt, die überall auf seinem Körper als kleine Figürchen in verschiedenen rituellen Haltungen

Foto: Der Gott Tangaroa,
Eisenholzschnitzerei, Rurutu, Austral
Islands, 17. Jh. n.u.Z.

(aus Cotterell 2004: 225)

eingeschnitzt sind.

3.2 Die religiöse Trance

Eine wichtige Begleiterscheinung des rituellen Geschehens ist die religiöse Trance und das damit verbundene ekstatische Erlebnis. In der westlichen Kultur ist im Laufe der historischen Entwicklung das unmittelbare sinnliche religiöse Erleben zu Gunsten des Glaubens, also des theoretischen „Für-wahr-Haltens“, in den Hintergrund gedrängt worden, meint F. Goodman im Vorwort zu ihrem Buch „Trance, der uralte Weg zum religiösen Erleben“.

„In der chrislich-protestantischen Tradition, in der ich erzogen worden bin, ist man der Auffassung, dass man mit den Wesenheiten, die die andere Wirklichkeit bewohnen, nur über das Gebet in Verbindung treten kann. Die Mehrzahl der anderen Traditionen ist jedoch der Ansicht, dass die Rede, als Kommunikationsmittel der gewöhnlichen Wirklichkeit, zu diesem Zweck recht ungeeignet sei. Sie ist wie ein kaum wahrnehmbares Klopfen an der dicken Mauer, die die Menschen vom Reich der Geister trennt. Die Menschen müssen sich mächtig anstrengen, um auf der anderen Seite bemerkt zu werden. Einfach nur andächtig zu sprechen, ein ‚transzendentes‘, ‚numinöses‘, ‚ozeanisches‘ Gefühl heraufzubeschwören, oder wie immer Fachausdrücke es auch beschreiben mögen, ist einfach nicht genug. Wenn jemand aus solchen Traditionen wirklich das dringende Bedürfnis hat, sich durch einen Spalt in der Mauer zu zwängen, muss er eine **grundlegende Änderung der Körperfunktionen** herbeiführen. Diese Änderungen werden als **religiöse Trance** bezeichnet. Sie ist eine aus einer ganzen Reihe von veränderten Bewusstseinszuständen, zu denen alle Menschen fähig sind. Sie wird als religiös bezeichnet, weil sie bei religiösen Erlebnissen beobachtet wird, das heißt, **in Situationen, in denen man mit der anderen, der heiligen Wirklichkeit in Verbindung tritt**.“ (Goodman, 1989: 21) (Hervorhebungen in fett durch die Autorin)

Die Untersuchung, die Felicitas Goodman unter E. Bourguignon durchgeführt hat, zeigte, dass die religiöse Trance im Rahmen eines kulturellen Phänomens ein **normales menschliches Verhalten** ist.

Gemeinschaften, die Trance praktizieren, entwickeln Rituale, um die Trance herbeizuführen und die Teilnehmer lernen auf die **auslösenden Reize** zu reagieren. Rasseln, Trommeln, Klatschen, Drehen um die eigene Achse, das Schauen auf ein bewegtes Wasser oder in das Flackern einer Kerze, Weihrauchduft – es gibt kaum einen Sinnesreiz, der nicht zu diesem Zweck eingesetzt werden kann, so dass nicht der Reiz an sich, sondern die **Erwartung** in Verbindung mit dem rituellen Geschehen zu einer starken **Konzentration** führt – die Voraussetzung für das Erleben von Trance.



Foto: Trommel und Rassel eines Tänzers der Musquakie,
Nordamerika, 19. Jh. (aus Hultkrantz 2002: 72)

Die Trance selbst verläuft auf der physiologischen Ebene bei allen Menschen ziemlich ähnlich – wir haben alle das gleiche Nervensystem – doch treten große Unterschiede im Erleben der Ekstase auf. Das gemeinsame Eingangstor sind die **physiologischen Veränderungen** (link zu 1.4.3), doch der Weg dahinter führt zu einer jeweils unterschiedlichen **anderen Wirklichkeit, die kulturell geformt** und geprägt ist. Ein Pygmäe findet sich im Urwald wieder, in der übertragenen Wirklichkeit seine Urwaldheimat, wohingegen ein Sufi-Jünger etwa einen

goldenen Vogel am Himmel sieht und die Dämonen in der Erde.

Die religiöse Trance endet auf ein bestimmtes **Signal**, die Menschen kehren reich beschenkt in ihren gewöhnlichen Bewusstseinszustand zurück mit einem noch weiter anhaltenden intensiven Wohlgefühl bis Euphorie. Wenigen Menschen wird das Glück zuteil, von einem extremen Gipfelerleben durchflutet zu werden, eine im Leben meist einmalige Erfahrung, wonach die Person von Grund auf verändert erscheint.

3.2.1 Die religiöse Trance in der menschlichen Evolution



Foto: „Der Mann mit dem grünen Poncho“ der Jama Coaque-Kultur, 300 bis 800 n.u.Z. zählt zu den rituellen Körperhaltungen, die eine Verwandlung erleben lassen

Ändert sich die Beziehung zur Umwelt, dann ändert sich auch das Ziel der religiösen Trance. Jägerkulturen wenden die Trance zum **Heilen** und vor allem auch zur **Seelenfahrt** an. Bei den Gartenbauern, die in ihren Pflanzungen den Kreislauf der Natur beobachteten, entwickelte sich der zentrale Kulturgedanke des Wandels. In der religiösen Trance steht dann auch das Erleben der Verwandlung, der **Metamorphose**^[1] im Vordergrund. Diese Form der Trance ist den Ackerbauern verloren gegangen, und stattdessen wurde das Phänomen der **Besessenheit** vorherrschend. Hirtennomaden wenden die Trance ihren entwicklungsgeschichtlichen Gegebenheiten entsprechend für Seelenfahrten, Weissagungen oder Besessenheit an.

Mit dem Aufkommen von **Ackerbau, Viehzucht und Sesshaftigkeit** treten die Aspekte der Verbundenheit mit der Natur und ihren allgegenwärtigen Geistern sukzessive zurück. Die sich ausbildende Ethik polarisiert in Gut und Böse, es entstehen Privateigentum und patriarchale Hierarchien. Das individuelle Ich gewinnt an Stärke, der heilende Wert der Gemeinschaft schwindet. So wie territoriale Grenzen gezogen werden, entsteht die Furcht vor dem Anderen, dem Fremden. Die Qualität des Ritualwesens verschiebt sich zu einer Schutzmauer gegen die Welt des Dämonischen, gespeist aus der Angst vor dem Unbekannten und der Gespaltenheit in

Gut und Böse.

Das Erleben in der Trance wandelt sich immer mehr von der vormalig klar bewussten Wachtrance der Jäger- und Sammlerinnenzeit zur Besessenheitstrance, mit schwindender Bewusstheit über das eigentliche Tranceerleben, das bis zur vollkommenen Abwesenheit der Erinnerung gehen kann. Nicht mehr Verwandlung geschieht in der Trance, sondern ein Besitz Ergreifen des Körpers durch ein Wesen aus der anderen Wirklichkeit.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.4.4

3.3 Die andere Wirklichkeit

Aus allen Zeiten, von allen Orten gibt es zuverlässige Berichte über menschliche Gemeinschaften, deren Verhalten wir entnehmen können, dass für sie die Existenz



einer anderen Wirklichkeit und die Dualität der Wirklichkeit an sich etwas Selbstverständliches war.

Foto: Eine etwa 3500 Jahre alte Terracottafigur aus Tlatilco/Mexiko (Anton 1986: Fig.5)

Man kann die **doppelte Natur der Wirklichkeit** am besten verstehen, indem man sich klarzumachen versucht, dass in dieser Weltsicht, beide Aspekte der Wirklichkeit nebeneinander existieren, **zur gleichen Zeit und am gleichen Ort vorhanden** sind. Es kommt auf den **Bewusstseinszustand des Betrachters** an, ob die gewöhnliche oder die andere Wirklichkeit wahrgenommen wird. Beim gewöhnlichen Sehen sieht man z.B. einen Baumstumpf im Wald, für den Schauenden, das heißt, den in der religiösen Trance Befindlichen, steht an der Stelle ein Zwerg.

Dass es um das **Schauen** geht, zeigt uns die kleine, etwa 3500 Jahre alte Terracottafigur aus Tlatilco/Mexiko. Es war wohl "künstlerische Absicht, eine in sich ruhende Persönlichkeit zu zeigen, deren Harmonie darin begründet ist, dass sie in beiden Dimensionen der Wirklichkeit zu Hause ist: Wenn sie sich zur einen Seite dreht, blickt sie in die gewöhnliche Wirklichkeit, wenn sie sich der anderen Seite zuwendet, erscheint ihr die andere, zweite Wirklichkeit. Und das ist es, worum es im menschlichen Leben geht." ...schreibt Felicitas Goodman in ihrem Buch „Die andere Wirklichkeit“ (1994: 57).

In der Literatur gibt es zahlreiche Beispiele für das ekstatische Schauen. Buddha schaut das frühere Leben, das Sterben und die Wiedergeburt aller Wesen am Weg zu seiner Erleuchtung, Propheten des Alten Testaments kennen dieses Schauen, Jesus erschaute den Teufel nach seinem Fasten in der Wüste, Schamanenlehrlinge lernen diese Schau, sie lernen die Geistwesen zu sehen.

Wie diese andere Wirklichkeit gestaltet ist, welche Geistwesen sie bevölkern, steht in Zusammenhang mit der jeweiligen menschlichen Gesellschaftsform und spiegelt deren zentrale Kulturgedanken wieder.

3.3.1 Die andere Wirklichkeit im Wandel der Kulturen und Zeiten

Die andere Wirklichkeit, in welche die Seele oder ein Teil derselben entweder während einer Vision oder beim Tod eintritt, ist je nach Kultur- und Gesellschaftsform sehr verschieden.

- Wie aus dem ethnographischen Material aus dem zweiten Teil des Buches „Die Andere Wirklichkeit“ von F. Goodman hervorgeht, treffen die **Sammlerinnen und Jäger** an jenem anderen Ort den Geist oder Geistaspekt der ihnen aus der gewöhnlichen Wirklichkeit bekannten Tiere an. Sie jagen und lieben nach dem Tod genauso wie im Leben.
- Die **Gartenbauern** sehen nach ihrem Tod die ihnen aus ihrem Erdenleben vertrauten Siedlungen.
- Für die **nomadischen Hirten** der Wüste ist das Reich der Toten üppig und grün.
- **Ackerbauern**, die im Leben gut waren, knien im Jenseits anbetend vor ihren Herrschern, wohingegen die Bösen auf immer und ewig in ihre verschiedenen Höllen verdammt sind.
- Die **Städter** schließlich sind mit einigen Verwandten und Freunden in einem Reich des Lichts vereint.

(Goodman 1994: 60)

4 Tranceforschung durch Felicitas Goodman

Das Studium der Linguistik, welches F. Goodman im zweiten Bildungsweg mit 51 Jahren begonnen hatte, bezeichnete sie als sehr trockenes Studium. Eine innere Befriedigung fand sie erst in einer fachfremden Vorlesung aus dem Bereich der Anthropologie: „Religion der Eingeborenen“ unter Dr. Erika Bourguignon. Die Untersuchungen, die Felicitas Goodman unter Erika Bourguignon durchführte, bildeten die Grundlage für ihre spätere Arbeit.

- Die **Wertung von religiösen Trancezuständen** bei etwa 500 Kleingesellschaften.
- Die Untersuchung der **Glossolie** mit der **Feldforschung** in Yucatán.

Aus ihrer Forschung über Glossolie gewann F. Goodman die Erkenntnis einheitlicher biologischer Veränderungen, welche die Grundlage jedes religiösen Erlebens, der religiösen Trance bilden.

Nach ihrer Entdeckung der rituellen Körperhaltungen führte sie weitere Untersuchungen durch, die ein erstes

Licht in diese biologischen Veränderungen brachten.

• **Endokrinologische und neurophysiologische Studien.**

Zur Zeit sind weitere Pilotstudien und Untersuchungen über die körperlichen Veränderungen bei der Trance im Laufen.

In einer **phänomenologischen Studie**[1] (Schirmbrand 1991) wurde die Korrelation zwischen den rituellen Körperhaltungen und ihren Erlebnisinhalten untersucht.

Die Ergebnisse lassen sich zusammenfassen:

- Die ekstatische Trance, die weltweit ein **sinngeladener, fester Bestandteil** religiöser Rituale ist, korreliert mit bei jedem Menschen gleichen Veränderungen der Körperfunktionen.
- In den Pilotstudien über ekstatische Trance mit rituellen Körperhaltungen wurden **dramatische Veränderungen der Körperfunktionen** festgestellt. Der Zustand einer **paradoxen Erregung** unterscheidet diese Form der Trance wesentlich von anderen Bewusstseinszuständen.
- Die Fähigkeit zur Trance ist in jedem Menschen **erblich angelegt**.

Forschungen bringen einen Einblick in die Begleiterscheinungen veränderter Bewusstseinszustände, die an sich nur im Erleben fassbar werden.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.3.1

4.1 Trancestudie unter Erika Bourguignon

Als Forschungsassistentin von Erika Bourguignon an der staatlichen Universität von Ohio arbeitete Felicitas Goodman ab 1968 an einer **großangelegten Untersuchung** mit, die vom National Institute of Mental Health finanziell gestützt war. Unter Berücksichtigung der damals weltweit größten ethnographischen Datenbank wurden 488 nichtwestliche Kleingesellschaften dahingehend untersucht, ob die **religiöse Trance** - ein nach den Maßstäben der westlichen städtischen Industriegesellschaft als psychotisch bezeichnetes Verhalten – in einem anderen kulturellen Rahmen als abnormal galt oder nicht.

Ziel war es, „eine vielfältige Analyse von einem psychokulturellen Phänomen vorzunehmen, über das befremdenderweise kaum etwas Systematisches bekannt ist. Das Phänomen, das uns beschäftigte, ist **die religiöse Wertung** ... eines psychologischen Zustandes, bekannt unter verschiedenen Bezeichnungen wie 'Dissoziation', 'Trance' oder neuerdings, und etwas allgemeiner, 'veränderte Bewusstseinszustände'". (Bourguignon 1973)



Foto: Traditioneller Tewa Tablita oder Corn Dance im Santa Clara

Pueblo (Dozier 1970)

Die Studie zeigte auf, dass **in 92% der untersuchten Ethnien das Tranceerleben ein sinngebender fester Bestandteil religiöser Rituale** war.

Im Gegensatz zur westlichen Anschauung wird in diesen Kleingesellschaften eine Wirklichkeit, die nicht von allen wahrgenommen wird, als normal betrachtet. Und diejenigen, die ihr Bewusstsein nicht ändern und keine parallele Wirklichkeit wahrnehmen können, werden als psychologisch gestört betrachtet.

„Will man sich nicht zu der Behauptung versteigen, die überwiegende Mehrheit der Menschheit sei zumindest zeitweilig und in regelmäßigen Abständen geistesgestört, so muss man einräumen, dass **die religiöse Trance ein völlig normales menschliches Verhalten** ist. Mit einer Einschränkung: Die religiöse Trance als kulturelles Phänomen“ (Goodman 1994: 48) Das heißt, wenn Trance ein gezieltes Verhalten darstellt, wenn sie ritualisiert ist und als Institution auftritt, wenn sie auf ein Signal hin beginnt und beendet wird, ist sie eine völlig normale Erscheinung.

In der ethnographischen Literatur, welche F. Goodman für dieser Studie durcharbeitete, fand sie immer wieder Andeutungen, dass die Menschen im religiösen Ritual auf besondere Weise sprachen. Das weckte ihr Interesse auch als Linguistikerin und war Anlass zu weiterer Forschung.

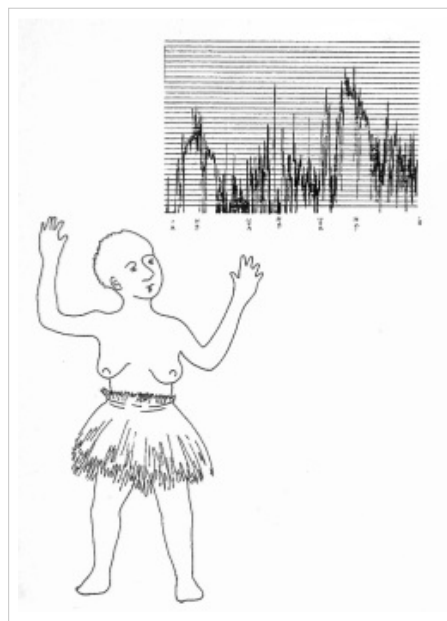
4.2 Glossolalie — das Sprechen in der Trance

Wenn Menschen, während sie in Trance sind, zu reden oder singen beginnen, verändert sich ihr stimmliche Ausdruck in charakteristischer Weise. In der Linguistik wird dies als **Glossolalie** bezeichnet, im Christentum als **Sprechen in Zungen**.

Es entsteht eine rhythmische, wie ein Versmaß **pulsierende Vokalisation**, die gewöhnlich aus **Silben** besteht, die an sich keine Bedeutung haben, wie etwa ‚siösiösiösiö‘, ?ulaladalalla‘, wobei jede Silbe mit einem **Konsonanten**, bzw. Kehlverschlusslaut beginnt.

Hinweise auf dieses eigenartige Sprechen, das in religiösen Ritualen beobachtet wurde, fand Felicitas Goodman in der ethnographischen Literatur, die sie für ihre Untersuchung unter E. Bourguignon durchforschte. Ihr Interesse, auch als Linguistikerin war geweckt. Sie begann Tonbandaufnahmen mit Glossolalie aus verschiedenen Kulturen mit unterschiedlichen Muttersprachen zu untersuchen, auch jene aus ihrer Feldforschung bei den Pfingstgemeinden in Yucatán.

Es zeigte sich bei allen Aufnahmen ein einheitlich zugrundeliegendes Sprechmuster. Die **Intonation**, die Satzbetonung, die für jeden Bewusstseinszustand eine andere Kurve ergibt, war **gesetzmäßig gleich bei allen Sprechern in Zungen**. Die Kurve stieg an bis zu einer Betonungsspitze am Ende des ersten Drittels der Silbenfolge, um dann bis zum Schluss gleichmäßig abzusinken. (Goodman 1972)



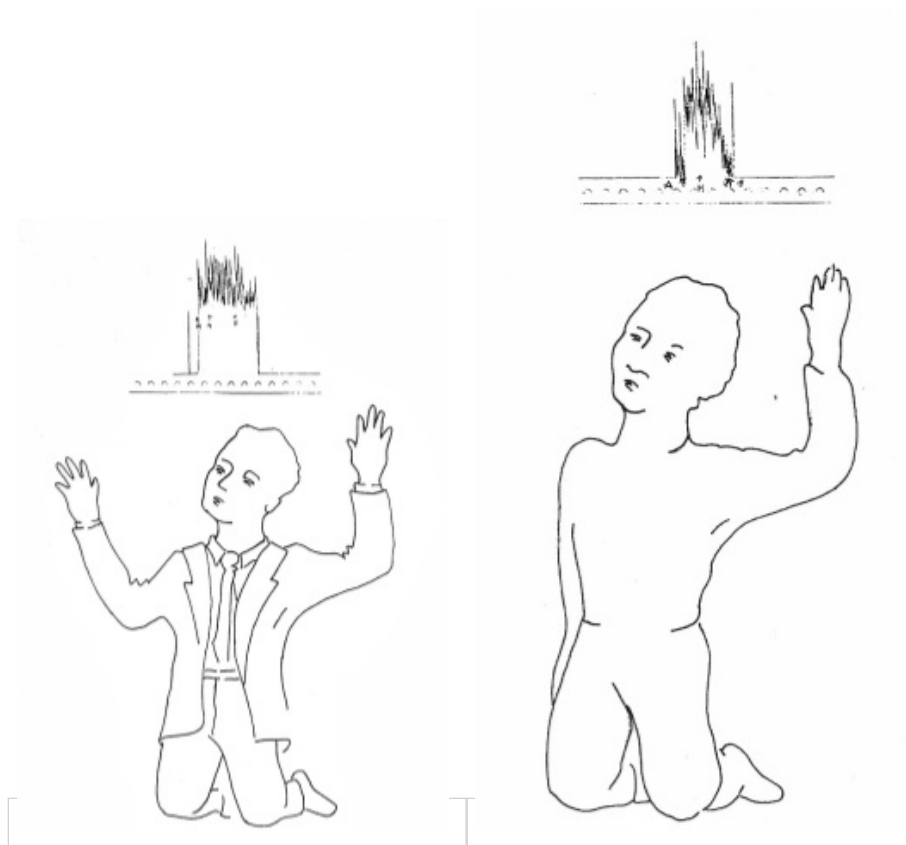


Abb. 1a Abb. 1b Abb. 1c

Abbildung: Intonationskurven beim Sprechen in Zungen mit deutlichem Anfang, Höhepunkt und Ende:

Abb. 1a: Muttersprache Rungus-Dusun, Austronesisch, Nordborneo (3 Sprechereinheiten).

Abb. 1b: Muttersprache amerikanisches Englisch, Newark, Ohio, USA (1 Sprechereinheit).

Abb. 1c: Muttersprache afrikanisches Englisch, Saint Kitts Island, Karibik (1 Sprechereinheit).

(Goodman 1996: 20,18,19)

Zum Vergleich zwei Intonationskurven in anderen Bewusstseinslagen:

Beim Sprechen in der **gewöhnlichen Bewusstseinslage** (Abb.1d) hebt und senkt sich die aufgezeichnete Linie ohne erkennbare Regelmäßigkeit. Auch wenn in **Hypnose** gesprochen wird (Abb.1e), zeigt die Intonationskurve keine besondere sich wiederholende, sondern eine eher monotone Sprechweise zwischen den langen Pausen. (Goodman 1996: 14,15)

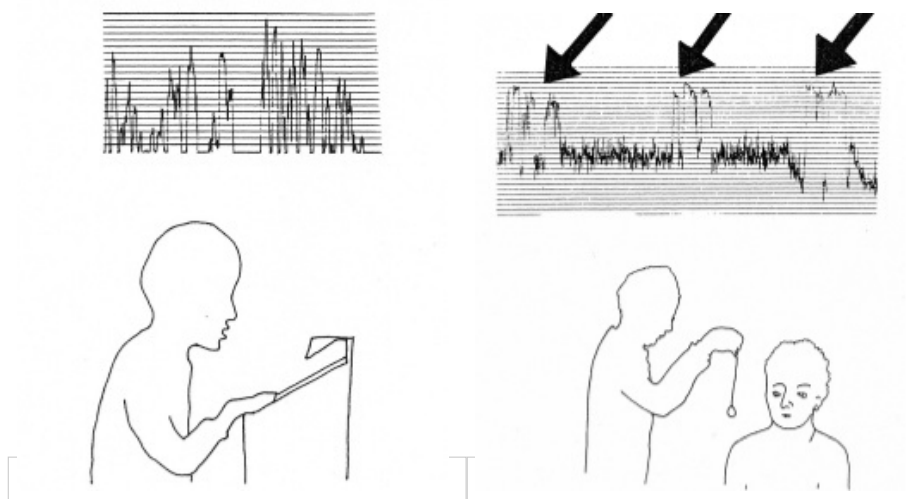


Abb. 1d Abb. 1e

Felicitas Goodman kam zu dem Schluss, den sie auch in einer heute noch gültigen Studie festhielt, dass Glossolalie formal keine Sprache ist, sondern vielmehr eine **Stimmgebung, die mit den physiologischen Veränderungen in der religiösen Trance einhergeht**.

Daraus folgte Felicitas Goodman, dass **der Mensch im religiösen Ritual**, vorausgesetzt es gibt eine körperliche Anregung, immer in den **gleichen Bewusstseinszustand** mit den **gleichen Veränderungen der Körperfunktionen** versetzt wird, ganz gleich, um welches religiöse Ritual es sich handelt und wo und bei welcher Gruppe es stattfindet.

Die Untersuchung ist eine Bestätigung dafür, dass alle Menschen die ererbte Fähigkeit besitzen, außer dem gewöhnlichen Bewusstseinszustand auch andere Bewusstseinszustände,

4.2.1 Feldforschung in Yucatán

Das, was allgemein als unverständliches, keineswegs beachtenswertes Kauderwelsch betrachtet wurde, erregte schon bei ihrer Forschung über Trance unter Erika Bourguignon das Interesse von Felicitas Goodman, zumal diese Sprechform während religiöser Rituale auftrat. Als Linguistikerin hatte sie begonnen diese Sprechform, Sprechen in Zungen oder Glossolalie genannt, bei englisch und spanisch sprechenden Pfingstgemeinden zu untersuchen.

Für ihre Feldforschungen besuchte Felicitas Goodman ab 1969 kleine charismatische **Pfingstgemeinden** in Yucatán / Mexiko, deren Muttersprache das Maya ist, welches nicht der indoeuropäischen Sprachfamilie angehört. Das Forschungsinteresse lag nun darin festzustellen, ob die Glossolalie hier andere Sprechmuster zeigen würde als jene aus einer englischen oder spanischen Sprache.

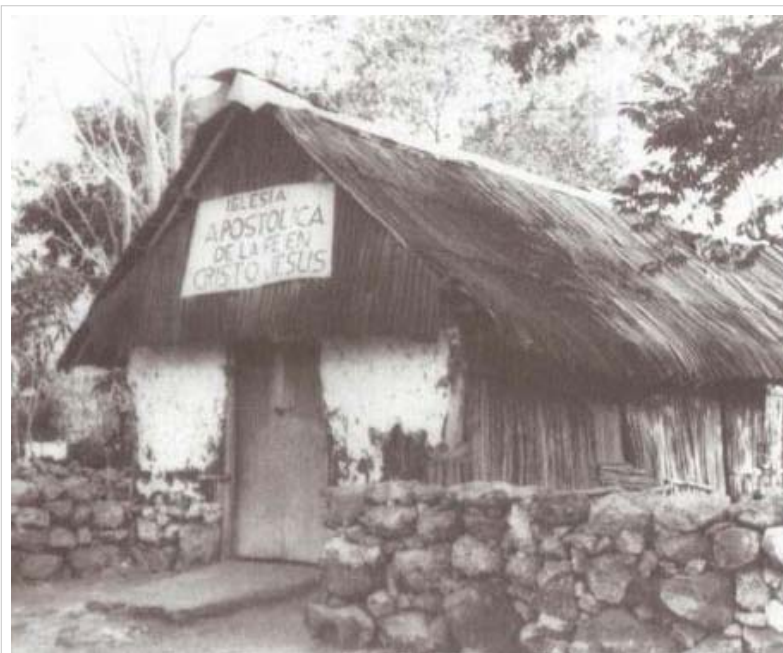


Foto: Der Tempel der Pfingstgemeinde in Yucatan 1969 (Goodman 2001: 377)

Immer wieder beobachtete sie den **Ablauf der religiösen Zeremonie** und nahm das Zungensprechen auf Tonband auf. Zu Beginn des Gottesdienstes sang die Kirchengemeinde zu einer fröhlichen Musik. Dabei standen die Menschen keineswegs still, sondern bewegten sich in gleichbleibender Abfolge immer einige Schritte vor und zurück, im selben Rhythmus dazu klatschend. Am Ende dieser Phase, die etwa 20 Minuten dauerte, trat auf ein bestimmtes **Signal** (link zu 1.3.2) (ein besonderes, kurzes Kirchenlied, bei dem der Herr um sein Feuer gebeten wird), eine Wende ein, die Menschen fielen in **Trance** und begannen in **Zungen zu sprechen**. Die Musik verstummte und das Stimmengewirr füllte ekstatisch die Kirche. Dabei konnten sich bei den Menschen die Gesichter röten, die Muskeln anspannen und die Hände zu zittern beginnen. Manche fielen auf die Knie und brachen in Tränen aus, andere hoben in wellenartigen Bewegungen immer wieder die Arme über den Kopf. Genauso plötzlich wechselten sie nach etwa weiteren 10

Minuten auf ein Signal hin wieder in den Alltagszustand über, und der Gottesdienst wurde unter Gesängen zu Ende geführt. Nachher berichteten die Menschen, dass der Heilige Geist in sie eingefahren sei und dann diese wunderbaren Silben aus ihnen herausgeströmt wären. Nun erlebten sie die Welt wieder strahlend, rein und in Harmonie.

Zungensprechen wurde als eine **natürliche Fähigkeit** erachtet und als krank wurden jene betrachtet, die das Zungensprechen nicht beherrschten.

Felicitas Goodman untersuchte die Tonbandaufnahmen im phonetischen Labor



und verglich die **Intonationskurve** mit anderen Aufnahmen von Glossolalie aus anderen Kulturen mit anderen Muttersprachen. Bei allen Aufnahmen war die gleiche charakteristische Intonationskurve festzustellen. Sie unterschied sich deutlich von jenen in anderen Bewusstseinszuständen. Diese Feststellung lässt darauf schließen, dass bei allen Menschen in der Trance die **gleichen körperlichen Veränderungen** zu diesem Sprechmuster führen, unabhängig von ihrer Kultur und ihrer Muttersprache, dass somit die **Fähigkeit zur Trance** in allen Menschen angelegt ist.

Foto: Das Zungen-Sprechen während eines Gottesdienstes in der Pfingstgemeinde in Yucatan (Goodman 2001: 379)

Die Feldforschung in Yucatán nahm eine überraschende Wende. Auf die Vorhersage des Weltunterganges für den 1. September 1970, den ein Gemeindemitglied in einer Vision offenbart bekam, kam die Gemeinde im Folgejahr in eine Glaubenskrise, an der sie beinahe zerbrach. Bis 1986 verbrachte F. Goodman noch jedes Jahr einige Zeit mit den Frauen der Gemeinde. Diese 17 Jahre einer außergewöhnlichen Langzeit- Feldforschung bis zum Abebben des rituellen Geschehens und das Leben der Frauen in der Gemeinde hat sie in dem Buch „Maya Apocalypse: Seventeen Years with the Women of a Yucatán Village“ dokumentiert.

4.2.2 Rahmenbedingungen für das Eintreten in der Trance

Während ihrer Feldforschung konnte Felicitas Goodman beim Gottesdienst der Pfingstgemeinden in Yucatán wichtige **Rahmenbedingungen für die Trance** beobachten, die sie später in den **Tranceversuchen[1]** mit ihren Studenten in Ohio anwendete.

- Die Zeremonie fand in einem **vom Alltäglichen getrennten Raum** (Kirche) statt.
- Die TeilnehmerInnen sahen ihr Vorhaben als **normal** an und als etwas, worauf sie sich **freudig** einlassen konnten.
- Die **Konzentration** und **geistige Ausrichtung** wurde vor der Trance gesteigert, indem die Menschen Kirchenlieder sangen unter der Aufforderung des Priesters, den Alltag hinter sich zu lassen.
- Eine **gleichförmige rhythmische Anregung** (Singen, Klatschen, Musik, Schritte) induzierte die Trance (mit dem Zungensprechen).
- Auf ein **Signal** (ein corrito, ein bestimmtes kurzes Kirchenlied) wechselten die Menschen in den anderen Bewusstseinszustand über und kehrten auf ein weiteres Signal wieder in den gewöhnlichen Bewusstseinszustand zurück.
- **Es bestand ein den TeilnehmerInnen gemeinsamer kultureller Hintergrund.**

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 2.1



Foto: Im Tempel der Pfingstgemeinde in Yucatán (Goodman 2001: 378)

4.3 Die Schamanin im Labor — Untersuchungen zur Trance mit rituellen Körperhaltungen

Was im Menschen während des religiösen Erlebens vor sich geht, hat Felicitas Goodman seit Beginn ihres Studiums in Ohio interessiert. Bei ihren Untersuchungen der **Glossolalie[1]** 1972 hat sie bereits erkannt, dass in der religiösen Trance **Veränderungen der Körperfunktionen** auftreten, die bei allen Menschen gleich sind. Weitere Untersuchungen deckten ein unerwartetes und z.T. dramatisches Geschehen auf.

Laboruntersuchungen unter Prof. Kugler in München (1983) und weitere in Zusammenarbeit mit Prof. Guttman in Wien (1987) brachten Aufschluss oder zumindest einen sehr eindrücklichen Einblick in das komplexe biologische Geschehen bei der Trance. **Paradoxe Phänomene**, die in anderen Bewusstseinszuständen nicht auftraten, charakterisierten die Trance als einen außergewöhnlichen Zustand **hochwacher Entspannung**.

„Wenn die Schamanin ins Labor geht“ lautet der Titel der Tonbandabschrift eines von Felicitas Goodman und Gisela Guttman 1991 an der Universität Wien gehaltenen Vortrages, in welchem die Forschungsergebnisse über die biologischen Veränderungen während der Trance zur Sprache kamen. Der Titel drückt aus, wie konsequent Felicitas Goodman die beiden, in der westlichen Welt oft getrennt gehaltenen Bereiche von direktem Erleben und wissenschaftlicher Forschung zusammenbrachte.

In der sterilen, kühlen **Laboratmosphäre**, inmitten von Messgeräten, baute sie einen rituellen Raum auf, lud die Geistwesen mit der traditionellen Mehlgabe ein und rasselte 15 Minuten, während die teilnehmenden ProbandInnen mit den vorher am Kopf angebrachten Elektroden – sozusagen verkabelt – auf Trancereise gingen. Die Geistwesen ließen sich nicht abschrecken und die schillernde Vielfalt der anderen Wirklichkeit wurde im **Ritual** auch unter Laborbedingungen zugänglich. Die Ergebnisse der Messungen waren überraschend.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] Siehe Kapitel 4.2

4.3.1 Endokrinologische Untersuchungen München 1983

Erste Pilotstudien zu den biologischen Veränderungen in der Trance wurden 1983 **unter Prof. Kugler** an der psychiatrischen Klinik der Universität München durchgeführt und brachten unerwartete Ergebnisse.

Unter Anleitung von F. Goodman begaben sich die TeilnehmerInnen in einer liegenden Position auf die Reise in die Unterwelt. Während dieser Trancereise wurden ihnen in regelmäßigen Abständen Blutproben entnommen, deren **endokrinologische Untersuchung** folgendes Bild ergab:

- Bei **Absinken des Blutdrucks** wurde **gleichzeitig** ein **Ansteigen der Pulsfrequenz** festgestellt. Dieses außergewöhnliche gegenläufige Phänomen erregte Aufsehen, da es normalerweise nur bei einem lebensbedrohlichen Schockzustand oder beim Verbluten auftritt, in der Trance aber keineswegs als bedrohlich empfunden wird.
- Der **Spiegel der Stress auslösenden Hormone** (Adrenalin, Noradrenalin und Cortisol) im Blutserum **sank** ab und gleichzeitig wurden
- **β-Endorphine** (körpereigene Opiate mit schmerzstillender und euphorisierender Wirkung) im Gehirn **ausgeschüttet**.

Die letzten beiden Werte erklären den entspannten, ruhigen und ausgeglichenen Zustand, von dem nach der Trance berichtet wird und das enorme, noch länger anhaltende Wohlgefühl - die Ekstase der Schamanen oder auch die Süße des Erlebens, von der die deutschen Mystiker immer wieder berichten.

Bei EEG-Messungen zeigten sich langsame **Theta-Wellen**, was sich in der späteren Untersuchung durch Prof. G. Guttman in Wien bestätigte.

Von dieser damals vielversprechenden Untersuchung liegen leider kaum Dokumentationen vor. Die Ergebnisse sollten jedoch zu weiterer Forschung inspirieren.

4.3.2 Neurophysiologische Untersuchung Wien 1987

Durch die Begegnung mit **Prof. Dr. Gisela Guttman** 1987, dem damaligen Leiter des Psychologischen Instituts Wien, ergab sich für Felicitas Goodman die Gelegenheit zu einer neurobiologischen Annäherung an das Phänomen der Trance.

Guttman et al. untersuchten in einer Pilotstudie verschiedene Bewusstseinszustände, u.a. Schlaf, Hypnose und Trance nach Goodman in Bezug auf zwei unterschiedliche hirnelektrische Kennwerte, das kortikale Gleichspannungspotential (**DC-Potential**) — die batterieähnliche Aufladung der Großhirnrinde — und das Hirnstrombild der **Gehirnwellen**.

Zum Verständnis der Vorgänge in der Trance sind hier alle drei Beispiele angeführt.

Abbildung: Die drei Diagramme zeigen das Gleichspannungspotential während veränderter Bewusstseinszustände (Guttmann, Goodman, Korunka 1988)

Schlaf:

Während das DC-Potential im Wachzustand nur im Bereich von durchschnittlich 20 Mikrovolt schwankte, war im **Schlaf** ein **Abfallen der**

Aufladung um bis zu 4000 Mikrovolt festzustellen. Die „Batterie Großhirnrinde“ entleerte sich.

Trance:

In der **Trance** nach Goodman kam es zu einer Gleichspannungsverschiebung um etwa **2000 Mikrovolt** – ähnlich wie im Schlaf – nur **in anderer Richtung**. Ein Zustand **extremer Aktivierung** – wacher als hellwach. Diese enorme Aufladung der Gehirnrinde konnte in keinem anderen Bewusstseinszustand festgestellt werden.

Hypnose:

In der **Hypnose** zeigte sich **keine Potentialänderung**. Aus der Sicht des DC-Potentials entsprach die Hypnose einem normalen Wachzustand.

Überraschend war, dass bei der Goodman-Trance gerade **im Zustand allerhöchster Aktivierung**, meist gegen Ende der Trance-Phase, langsame **Theta-Wellen** auftraten, wie sie für einen mitteltiefen Schlafzustand typisch sind.

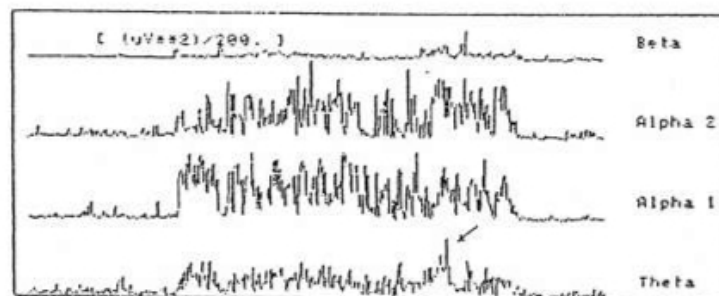


Abbildung: Hirnstrombild während der Trance nach F. Goodman (Guttmann, Goodman, Korunka 1988)

Die Trance mit rituellen Körperhaltungen nach Goodman ist nicht mit dem Zustand der Hypnose vergleichbar, für den ebenfalls der Begriff Trance verwendet wird, und der im DC-Potential dem Wachzustand mit normaler Aktiviertheit gleicht. Sie unterscheidet sich auch wesentlich vom Schlaf, der von einer kortikalen Desaktivierung begleitet wird.

Die Trance erwies sich als ein von allen anderen Bewusstseinslagen abweichender Zustand, der durch eine **gleichzeitige Desaktivierung** (langsame Theta-Wellen) **und Aktivierung** (Aufladung der Großhirnrinde) gekennzeichnet ist und für welchen Guttmann den Begriff „**paradoxical arousal**“ geprägt hat – ein Zustand entspannter Hochspannung oder hochgespannter Entspannung.

4.4 Weiterführende Untersuchungen

Die bisherigen Untersuchungen haben erstaunliche und zum Teil dramatische Ergebnisse gebracht, die Anlass und Ausgangspunkt für weiterführende Forschungen sein sollten und zum Teil auch bereits sind.

4.4.1 Immunologische Untersuchung Wien 2005

Eine immunologische Untersuchung wird zur Zeit von **Mag. Berthold Schrödl** durchgeführt. Er ist klinischer Psychologe und schreibt derzeit am Institut für Psychologische Grundlagenforschung eine Dissertation zum Thema Trance und Immunsystem.

In seiner Arbeit soll im speziellen die menschliche Immunantwort in Abhängigkeit von der schamanischen Trance nach Felicitas Goodman untersucht werden.

Die zentrale, interessierende Variable (in der Sprache der Statistiker: die abhängige Variable) ist hier das **sekretorische Immunglobulin A**, durch dessen Konzentration man Rückschlüsse auf die Aktivität des Immunsystems ziehen möchte.

Eine der zentralen Fragen ist:

Lässt sich das Immunsystem durch ein 20 minütiges Tranceritual nach Felicitas Goodman stimulieren? Und wenn ja, wie intensiv sind die Auswirkungen einer solchen Stimulation.

Was ist dieses sekretorische Immunglobulin A und wozu dient es?

Das menschliche Immunsystem kann zwischen körpereigenen und körperfremden Substanzen unterscheiden. Es kann also körperfremde Erreger, so genannte Antigene erkennen. Um diese Antigene abwehren zu können, stellt der Körper spezifische Antikörper, so genannte Immunglobuline, her. Bei diesen Immunglobulinen handelt es sich um **Eiweißstrukturen**, die sich in ihrem Aufbau und ihrer Funktion voneinander unterscheiden. Aus diesem Grund werden sie in 5 verschiedene Klassen eingeteilt. Immunglobulin G, A, M, D und Immunglobulin E.

Bei dieser Untersuchung wird besonderes Augenmerk auf das so genannte sekretorische Immunglobulin A gelegt. Dieses Immunglobulin wird vom Körper relativ schnell gebildet und lässt sich in Körperflüssigkeiten wie dem Speichel relativ leicht nachweisen.

Zum Ablauf des Hauptversuches:

Alle 33 Versuchspersonen gaben vor und nach dem Tranceritual **Speichelproben** ab, in welchen in weiterer Folge die Konzentration des sIgAs gemessen wurde. Insgesamt wurde an allen Versuchspersonen zu sechs verschiedenen Zeitpunkten die sIgA Konzentration gemessen.

Das 20-minütige Tranceritual nach F. Goodman, bei welchem die Haltung mit dem Bärengeist eingenommen wurde, wurde von S. Jarausch angeleitet. Vor und nach dem Tranceritual wurde der IgA Wert von B. Schrödl bestimmt.

Außerdem wurden mittels verschiedener Fragebögen die Bewusstseinslage und andere psychologische Parameter der Versuchsteilnehmer vor und nach dem Tranceritual untersucht.

Einige Ergebnisse:

Es kam in 28 von 33 Fällen zu einer statistisch signifikanten Zunahme der sIgA Konzentration.

In einem Fall kam es sogar zu einem Anstieg um 385 % in einem anderen Fall von 300 %.

Die durchschnittliche Zunahme liegt bei ca. 100 %

Außerdem lässt sich eine ähnlich starke Veränderung des Bewusstseinszustandes herbeiführen wie etwa durch andere Bewusstseinsverändernde Techniken, oder auch durch Halluzinogene LSD etc., von denen nachgewiesen ist, dass sie – abhängig von ihrer Konzentration - **stark bewusstseinsverändernd** wirken können.

Vermutung:

Es hat sich also gezeigt, dass sich nach einer 20 minütigen Trance ein um durchschnittlich 100% höherer sIgA Wert nachweisen lässt.

Aus den bisher gewonnenen Daten ließe sich weiters vermuten, dass Personen, auch wenn sie keine, oder nur

sehr geringe Vorerfahrung in der besagten Trancetechnik besitzen, einen vergleichbaren Anstieg des sekretorischen Immunglobulins A erfahren, wie Personen, die schon viele Jahre sehr regelmäßig diese Technik anwenden.

4.4.2 Weitere Pilotstudien und Überlegungen für weitere Fragestellungen für zukünftige Forschung

.....IN ARBEIT.....

5 Bedeutung einer zeitgemäßen Trancekultur für den modernen Menschen

Die Trance mit den rituellen Körperhaltungen führt uns wieder in eine ursprüngliche Verbundenheit mit uns und der Umwelt jenseits dualistischer Werte-Kategorien von gut und böse und mit einem Handeln, welches von den Prinzipien der Gegenseitigkeit und Angemessenheit bestimmt ist. In der Ekstase finden wir Zugang zu einem spontanen, nicht berechnenden, überpersönlichen Instinkt, der uns leitet und erleben die eigene Individualität in einem verbindenden Wir.

Wenn Religion die Funktion hat, **sich zurückzubeziehen auf das, was nährt**, so ist es angesagt, auch in unseren Breitengraden wieder das Experiment der unvoreingenommenen Wahrnehmung – das Nehmen und Annehmen von Wahrheit – zu wagen. Eine solche Wahrnehmung, die in einer Körper-Geist-Seelischen Gesamterfahrung liegt, überschreitet die Grenzen der Ich-Identität, ohne diese auszuschalten, und schließt die Umwelt mit ein: die sichtbare, wie die unsichtbare.

Dazu braucht der Organismus eine **gezielte** und größere **Stimulation**, als er meist bekommt. Und diese Stimulation ist wohl nicht die eines oberflächlichen Reiz-Angebots, wie es die Medien bieten, sondern eine Stimulation, die ihm mehr Energie zuführt, bzw. ihn dazu erzieht, mehr Energie auszuhalten.

5.1 Ein Weg zu einer neuen, ganzheitlichen, tiefgründigen und ursprünglichen Spiritualität

„Ekstase-Entzug“ nannte Felicitas Goodman in einem Vortrag an der Universität Wien 1986 das Grundleiden unserer Gesellschaft. Sie sprach die Überlegung aus, dass dieser Ekstase-Entzug für vieles Leid in unserer modernen Welt verantwortlich ist, von psychosomatischen Erkrankungen bis hin zur Sucht.

Den Ekstase-Entzug versteht sie einerseits in Bezug auf die **körperliche Ebene**. Unser Nervensystem ist auf die Vielfalt der Bewusstseinszustände angelegt und braucht möglicherweise auch jene dramatischen biologischen Veränderungen, die mit einer religiösen Trance einhergehen.

Zum Anderen bedeutet der aus dem konsequenten Verdrängen (religiösen) Fühlens, der Fühlungnahme mit der anderen Wirklichkeit entstehende Ekstase-Entzug auch **Wirklichkeits-Entzug**. Die Welt des modernen Städters ist flächig, hat keine Tiefe, meint Felicitas Goodman. Erst mit dem Eintritt in die andere Dimension, die andere Wirklichkeit, in die Ekstase, ergibt sich die Vollendung.

Es hat nie eine Stammesgesellschaft, eine Horde gegeben, die nicht eine Religion gehabt hätte. Und mit Religion ist eben dies gemeint: das **Erleben der anderen Wirklichkeit**. Die Trance mit den rituellen Körperhaltungen gibt den westlichen Menschen die Möglichkeit, wieder in dieses Erleben einzutreten und den Weg der Schönheit zu gehen – wie die Navahos es ausdrücken – in der Bedeutung einer Sinn spendenden Verbundenheit.

„Und schließlich stellt sich angesichts der gegenwärtigen Suche nach einer überzeugenden Religionskultur die Frage, ob nicht diese uralten religiösen Erlebnismöglichkeiten auf eine neue, ganzheitliche, tiefgründige und ursprüngliche Spiritualität verweisen.“ (Goodman 1996: 123)

5.2 Ein Weg zu einer ökologischen Spiritualität

In der religiösen Trance wird die Welt, das Universum als sinnvolles Ganzes erlebt. Der Mensch erkennt sich als Teil dieser **Ganzheit** und kann gleichzeitig **in Dialog** treten mit den Wesen und Erscheinungsformen. Aus dieser Kommunikation, aus den Erfahrungen, die uns der Wind, die Steine, die Pflanzen, Tiere usw. uns vermitteln, wird man die Alltagswirklichkeit nicht mehr mit einer Einstellung betrachten, die auf bloße Nützlichkeit ausgerichtet

ist. Wenn die versachlichte Welt wieder in ihrer Wesenhaftigkeit, in ihrem Geistaspekt erlebt und erkannt wird, ändert sich die Beziehung zu ihr.

*F. Goodman betont, dass, wenn wir einmal erfahren haben, wie sich ein Baum von innen her anspürt, durch die Augen eines Jaguars geschaut haben, die heilende Weisheit des Bärengestes erlebt haben oder uns gar in der zeitlosen Kraft des Universums ausgedehnt haben, tritt aus einer **mitfühlenden Verbundenheit** heraus respektvolles Staunen und eine **selbstverantwortliche Haltung der Angemessenheit und Gegenseitigkeit** an die Stelle von Ausbeutung und Profit.*

*Die vielen als Gegenbewegung zur mechanistischen Ausbeutung der Welt entstandenen **Umweltschutzbewegungen**, meint F. Goodman, würden um eine spirituelle Dimension bereichert werden. Das Motiv, z. B. bestimmte Arten zu erhalten, welches auch immer es jetzt ist, bekommt aus einer erlebten Seinsverbundenheit eine völlig andere Tiefe.*



Foto: Maskentanz in Cuyamungue 1995. Der in einer Vision geschauten Libelle wurde in der Maske Gestalt verliehen, im abschließenden Tanz wurde die Verwandlung erlebt (Foto Cuyamungue Institut © 1995)

5.3 Weiterführung der Trancearbeit nach Felicitas Goodman

.....IN ARBEIT.....

6 Publikationen



Foto: Felicitas Goodman während eines Vortrages (Foto © Focus-Stadtzentrum)

Felicitas Goodman hat zahlreiche Publikationen über die verschiedenen Bereiche ihrer **Trance-Forschung**, über die **Rituellen Trancehaltungen**, das **Religiöse in den Kulturen der Welt**, das Phänomen der **Besessenheit** aus ihrer Sicht, ihre persönliche **Vision des Sterbens** ... herausgegeben. Leider sind viele der deutschsprachigen Bücher nicht mehr im Handel erhältlich, man kann sie mit Glück noch gebraucht erwerben. Die englischsprachigen Publikationen sind, wenn nicht anders angegeben, im Handel oder auch unter [http://www.cuyamungueinstitute.com/\[1\]](http://www.cuyamungueinstitute.com/[1]) zu beziehen.

Eine Auflistung der Bücher, die unter **6.1[2]** im Detail beschrieben sind:

- *Wo die Geister auf den Winden reiten — Trancereisen und ekstatische Erlebnisse*
- *Trance — der uralte Weg zum religiösen Erleben*
- *Die andere Wirklichkeit — über das Religiöse in den Kulturen der Welt*
- *Speaking in Tongues: A Cross-Cultural Study of Glossolalia*
- *Maya Apocalypse: Seventeen Years with the Women of a Yucatan Village*
- *Ekstase Besessenheit Dämonen — Die geheimnisvolle Seite der Religion*
- *Anneliese Michel und ihre Dämonen*
- *Trancerituale für Jugendliche*
- *Jewels on the Path: A Spirit Notebook, Vol. I, II*
- *Die Blaue Brücke*
- *Meine letzten 40 Tage — Eine indianische Vision über das Sterben und den Tod*
- *Artikel und Vorträge*

Publikationen mit und über F. Goodman geben ein Bild von ihrem Leben und ihrer Tranceforschung. Sie werden unter 6.2 näher beschrieben.

- *Buffalo Seed Women*
- *Ekstatische Körperhaltungen — Ein natürlicher Wegweiser zur erweiterten Wirklichkeit*
- *Ekstatische Trance, Das Arbeitsbuch*
- *Film: Felicitas Goodman — Ritueller Körperhaltungen und ekstatische Trance*

- Interviews im ORF und SWD-Rundfunk

Verweise in diesem Kapitel:

[1] <http://www.cuyamungueinstitute.com/>

[2] Siehe Kapitel 6.1

6.1 Publikationen von Felicitas Goodman



Foto: Felicitas Goodman bei einem Vortrag im Focus-Stadtzentrum (Foto © Focus- Stadtzentrum)

Eine Auflistung der Bücher und einiger Artikel in derselben Reihenfolge, wie sie unten im Detail beschrieben sind:

Wo die Geister auf den Winden reiten — Trancereisen und ekstatische Erlebnisse

Trance — der uralte Weg zum religiösen Erleben

Die andere Wirklichkeit — über das Religiöse in den Kulturen der Welt

Speaking in Tongues: A Cross-Cultural Study of Glossolalia

Maya Apocalypse: Seventeen Years with the Women of a Yucatan Village

Anneliese Michel und ihre Dämonen

Ekstase Besessenheit Dämonen — Die geheimnisvolle Seite der Religion

Trancerituale für Jugendliche

Jewels on the Path: A Spirit Notebook, Vol. I, II

Die Blaue Brücke

Meine letzten 40 Tage — Eine indianische Vision über das Sterben und den Tod

Artikel und Vorträge

Leider sind viele der deutschsprachigen Bücher nicht mehr im Handel erhältlich, man kann sie mit Glück noch

gebraucht erwerben. Die englischsprachigen Publikationen sind, wenn nicht anders angegeben, im Handel oder auch unter [http://www.cuyamungueinstitute.com/\[1\]](http://www.cuyamungueinstitute.com/[1]) zu beziehen.

Wo die Geister auf den Winden reiten — Trancereisen und ekstatische Erlebnisse

Erstauflage 1989: Freiburg i. Br., Hermann Bauer;

2007: Haarlem, Holland. Binkey Kok Publications; ISBN 90-78302-19-4

Felicitas Goodman nimmt den Leser mit auf ihren Weg der Wiederentdeckung des religiösen Erlebens, das ihr in der Kindheit so vertraut war und das sie dann später schmerzlich vermisste. Sie beschreibt die wichtigsten Stationen ihrer Tranceforschung bis zur Entdeckung der rituellen Körperhaltungen, durch welche sich schließlich das Tor zur schillernden Welt der anderen Wirklichkeit öffnete. Zu den Themenbereichen der Seelenfahrt und Verwandlung, des Wahrsagens und Heilens, des Feierns, den Bereichen von Tod und Wiedergeburt und zu Haltungen, die in das Erleben von Mythen führen, bringt sie die wichtigsten Beispiele mit ausführlichen Erlebnisberichten, Angaben über den kulturellen Hintergrund und der Beschreibung, wie die Haltungen ihren Erlebnisinhalt nach und nach enthüllten. Es ist ihr erstes, sehr persönlich und spannend geschriebenes Buch über ihren Weg und die rituellen Körperhaltungen.

Trance — der uralte Weg zum religiösen Erleben

Erstauflage 1992

2003: Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus; ISBN 3-579-00969-9

Nicht mehr im Handel erhältlich.

Ein kompaktes Handbuch über ekstatische Trance und rituelle Körperhaltungen. Veränderte Bewusstseinszustände, das religiöse Ritual, Herkunft und Verbreitung der rituellen Körperhaltungen, psychologische Archäologie, mythologische Bezüge und die wichtigsten Haltungen mit praktischer Kurzbeschreibung für den ‚täglichen Gebrauch‘ sind die Inhalte dieses Buches.

Ecstasy, Ritual, and Alternate Reality

1988: Bloomington & Indianapolis, Indiana University Press;

ISBN 0-253-31899-8

Die andere Wirklichkeit - über das Religiöse in den Kulturen der Welt

1994: München, Trickster; ISBN 3-923804-61-X

Die deutsche Ausgabe ist nicht mehr im Handel erhältlich.

Felicitas Goodman untersucht die Grundlagen des Religiösen und beschreibt das Ritualverhalten, die religiöse Trance, die andere Wirklichkeit, die Vorstellungen von Glück, die Ethik und Religion im Wandel der Gesellschaftsformenformen von den Jägern bis zu den Städten mit zahlreichen ethnographischen Fallstudien. Das Buch spannt einen Bogen über das Religiöse in der menschlichen Evolution.

Verweise in diesem Kapitel:

[1] <http://www.cuyamungueinstitute.com/>

6.2 Publikationen mit und über Felicitas Goodman



Foto: Felicitas Goodman (Foto © Hermine Brzobohaty-Theuer)

Es sind hier einige Publikationen mit und über F. Goodman herausgegriffen, die ein Bild von ihrem Leben und ihrer Arbeit geben. Sie werden unten näher beschrieben.

- *Buffalo Seed Women*
- *Ekstatische Körperhaltungen — Ein natürlicher Wegweiser zur erweiterten Wirklichkeit*
- *Film: Felicitas Goodman Rituelle Körperhaltungen und ekstatische Trance*

Buffalo Seed Women

Susan Josephson

Erhältlich über: [http://www.cuyamungueinstitute.com/\[1\]](http://www.cuyamungueinstitute.com/[1])

The true story (in graphic novel form, with some of the names changed) about spirit encounters and Native American religion in the Southwest. *Buffalo Seed Woman* is based on the life of Felicitas D. Goodman, famous for her research on altered states of consciousness and her discoveries of ritual body postures. The book tells the story of Felicitas Goodman's quest for contact with ancient Pueblo Indian spirits in New Mexico and how that nearly cost her life.

Susan Josephson is the daughter of Felicitas Goodman, she also has illustrated most of the books of her mother.

Ekstatische Körperhaltungen — Ein natürlicher Wegweiser zur erweiterten Wirklichkeit.

Belinda Gore, Vorw. Felicitas D. Goodman

1996: Synthesis, Essen, Synthesis; ISBN 3-922026-83-4

Im einführenden Teil gibt Belinda Gore ein detailliertes Bild über den Werdegang von Felicitas Goodman, ihre Forschung und die Entdeckung der rituellen Körperhaltungen. Eine praktische Anleitung zur Durchführung des Rituals und die ausführliche Beschreibung von 39 rituellen Haltungen betreffend ihren kulturellen und mythologischen Hintergrund, ihre praktische Anwendung und ihre Erlebnisinhalte, bilden den Hauptteil dieses Arbeitsbuches.

Belinda Gore, Studium der Psychologie an der Ohio State University, Psychologin in eigener Praxis, Schülerin von Felicitas Goodman seit 1985, zur Zeit Präsidentin des von Felicitas Goodman gegründeten Cuyamungue Institutes in New Mexiko.

Video-Film: Felicitas Goodman — Rituelle Körperhaltungen und ekstatische Trance

Ein Film (VHS-Kassette) von Johanna Peltner-Rambeck und Hans Rambeck

2001: München, Südwind-Film (auch in Wien unter [http://www.focus.at/\[2\]](http://www.focus.at/[2]) zu beziehen).

Dieser Dokumentarfilm wurde in Cuyamungue / New Mexico, in Ohio und Wien gedreht, er verdeutlicht die wissenschaftlichen Erkenntnisse und die Lebenshaltung von Felicitas Goodman.

Interviews im ORF und SWD-Rundfunk

Verweise in diesem Kapitel:

[1] <http://www.cuyamungueinstitute.com/>

[2] <http://www.focus.at/>

7 Bibliographie

BILDER:

Hoppál, Mihály. 2002: *Das Buch der Schamanen — Europa und Asien*. München, Econ Ullstein List.

Lommel, Andreas. 1980: *Schamanen und Medizinmänner*. München, Callwey.

Anton, Ferdinand. 1986: *Altindianische Kunst in Mexiko*. Leipzig, List.

Curtis, Edward S. 1996: *Hidden Faces*. München, Knesebeck.

Badisches Landesmuseum. 2000: *Im Labyrinth des Minos*. Ausstellungskatalog. München, Biering & Brinkmann.

Hultkrantz, Ake. 2002: *Das Buch der Schamanen — Nord- und Südamerika*. Luzern, Motovun Book GmbH.

Edward P., Dozier. 1970: *The Pueblo Indians of North America*. USA, Holt, Rinehart and Winston.

Erlebnis Trance – Peter Huemer im Gespräch mit Felicitas Goodman. In: ORF Nachlese 7/1996.

Goodman, Felicitas D. 2001: *Maya Apocalypse: Seventeen Years with the Women of a Yucatan Village*. Bloomington & Indianapolis, Indiana University Press

Cotterell, Arthur (Hg.) 2004: *Mythologie, Götter, Helden, Mythen*. Bath, UK, Parragon.

Biedermann, Hans. 1987: *Die großen Mütter*. Graz – Wien, Böhlau.

Mair, L. 1969: *Witchcraft*. New York, McGraw-Hill.

TEXTE:

Bourguignon, Erika. Hrsg. 1973: *Religion, Altered States of Consciousness, and Sozial Change*. Columbus, Ohio State University Press

Bourguignon, Erika. 1968: *A Cross-Cultural Study of Dissociational States: Final Report*. Columbus, Ohio, Research Foundation.

Goodman, Felicitas D. 1996: *Trance, der uralte Weg zum religiösen Erleben*. Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus.

Goodman, Felicitas D. 1989: *Wo die Geister auf den Winden reiten*. Freiburg i. Br., Hermann Bauer.

Goodman, Felicitas D. 1994: *Die andere Wirklichkeit – über das Religiöse in den Kulturen der Welt*. München, Trickster.

Goodman, Felicitas D. 1972: *Speaking in Tongues: A Cross-Cultural Study of Glossolalia*. Chicago, University of Chicago Press.

Goodman, Felicitas D. 1999: *Die Blaue Brücke – Märchen*. Kirchzellern, Edition Nana

Guttmann, Giseler. 1990: *Zur Psychophysiologie der Bewusstseinssteuerung. Meditation-Trance-Hypnose: Wurzeln und biologische Korrelate*. Wien, Gerold.

Guttmann, G., Goodman, F.D., Korunka, C. Bauer, H. & Leodolter, M. 1988: *DC- Potential Recordings During Altered States of Consciousness*. Institut für Psychologie, Universität Wien, Research Bulletin.

Guttman, Gisela. 1991: „Mind Machines“. Dokumentation zur Informationstagung. Gottlieb Duttweiler Institut.

Harner, Michael J. 1973: *The Jivaro: People of the Sacred Waterfalls*. Garden City, NY, Anchor/Doubleday.

Schirmbrand, Michaela. 1991: *Psychologische Untersuchung der Trance nach Felicitas Goodman*. Wien, Diplomarbeit.

FILM:

Peltner-Rambeck, J., Rambeck, H. 2001: *Felicitas Goodman – Rituelle Körperhaltungen und ekstatische Trance*. München, Südwind-Film

ARTIKEL UND VORTRÄGE:

Verein FOCUS Stadtzentrum Wien, Verein zur Förderung ganzheitlicher Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstseinskultur, www.focus.at[1]

Verweise in diesem Kapitel:

[1] <http://www.focus.at/>

7.1 Bilder

Hoppál, Mihály. 2002: *Das Buch der Schamanen — Europa und Asien*. München, Econ Ullstein List.

Lommel, Andreas. 1980: *Schamanen und Medizinmänner*. München, Callwey.

Anton, Ferdinand. 1986: *Altindianische Kunst in Mexiko*. Leipzig, List.

Curtis, Edward S. 1996: *Hidden Faces*. München, Kneesebeck.

Badisches Landesmuseum. 2000: *Im Labyrinth des Minos . Ausstellungskatalog*. München, Biering & Brinkmann.

Hultkrantz, Ake. 2002: *Das Buch der Schamanen — Nord- und Südamerika*. Luzern, Motovun Book GmbH.

Edward P., Dozier. 1970: *The Pueblo Indians of North America*. USA, Holt, Rinehart and Winston.

Erlebnis Trance – Peter Huemer im Gespräch mit Felicitas Goodman. In: ORF Nachlese 7/1996.

Goodman, Felicitas D. 2001: *Maya Apocalypse: Seventeen Years with the Women of a Yucatan Village*. Bloomington & Indianapolis, Indiana University Press

Cotterell, Arthur (Hg.) 2004: *Mythologie, Götter, Helden, Mythen*. Bath, UK, Parragon.

Biedermann, Hans. 1987: *Die großen Mütter*. Graz – Wien, Böhlau.

Mair, L. 1969: *Witchcraft*. New York, McGraw-Hill.

7.2 Texte

Bourguignon, Erika. Hrsg. 1973: *Religion, Altered States of Consciousness, and Sozial Change*. Columbus, Ohio State University Press

Bourguignon, Erika. 1968: *A Cross-Cultural Study of Dissociational States: Final Report*. Columbus, Ohio, Research Foundation.

Goodman, Felicitas D. 1996: *Trance, der uralte Weg zum religiösen Erleben*. Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus.

Goodman, Felicitas D. 1989: *Wo die Geister auf den Winden reiten*. Freiburg i. Br., Hermann Bauer.

Goodman, Felicitas D. 1994: *Die andere Wirklichkeit – über das Religiöse in den Kulturen der Welt*. München, Trickster.

Goodman, Felicitas D. 1972: *Speaking in Tongues: A Cross-Cultural Study of Glossolalia*. Chicago, University of

Chicago Press.

Goodman, Felicitas D. 1999: *Die Blaue Brücke – Märchen*. Kirchzellern, Edition Nana

Guttmann, Giselher. 1990: *Zur Psychophysiologie der Bewusstseinssteuerung. Meditation-Trance-Hypnose: Wurzeln und biologische Korrelate*. Wien, Gerold.

Guttmann, G., Goodman, F.D., Korunka, C. Bauer, H. & Leodolter, M. 1988: *DC- Potential Recordings During Altered States of Consciousness*. Institut für Psychologie, Universität Wien, Research Bulletin.

Guttmann, Giselher. 1991: „Mind Machines “. *Dokumentation zur Informationstagung*. Gottlieb Duttweiler Institut.

Harner, Michael J. 1973: *The Jivaro: People of the Sacred Waterfalls*. Garden City, NY, Anchor/Doubleday.

Schirmbrand, Michaela. 1991: *Psychologische Untersuchung der Trance nach Felicitas Goodman*. Wien, Diplomarbeit.

7.3 Filme

Peltner-Rambeck, J., Rambeck, H. 2001: *Felicitas Goodman – Rituelle Körperhaltungen und ekstatische Trance*. München, Südwind-Film

7.4 Artikel und Vorträge

Verein FOCUS Stadtzentrum Wien, Verein zur Förderung ganzheitlicher Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstseinskultur, www.focus.at[1]

Verweise in diesem Kapitel:

[1] <http://www.focus.at/>



Wenn nicht anders angegeben, steht dieses Dokument
unter einer [Creative Commons 2.0 Lizenz](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.0/)
<http://www.univie.ac.at/ksa/elearning>