

## **Thematische Gliederung der vier Arbeitsschritte und Fragestellungen zur Bearbeitung**

### **Arbeitsschritt I**

**(Arbeitsblätter I-1 bis I-2, Folie 1)**

#### **Was ist Schamanismus?**

Schamanische Weltbilder. Schamanische Heilung und Lebenshilfe. Kontakt zu Jenseitswelten und deren Bewohnern.

Partner- oder Gruppenarbeit

Arbeitsaufgaben:

Lesen Sie die Texte der Arbeitsblätter I-1 und I-2 und bearbeiten Sie die folgenden Aufgaben:

1. Nennen und erklären Sie einige der Merkmale des Schamanismus.
2. Beschreiben Sie einige schamanische Aktivitäten und erläutern Sie, zu welchen Anlässen bzw. mit welchen Zielen sie ausgeführt werden.
3. Erklären Sie in Ihren eigenen Worten das schamanische Weltbild.

## Erwartbare Ergebnisse von Arbeitsschritt I – Lösungshinweise

### Arbeitsaufgaben:

1. Nennen und erklären Sie einige der Merkmale des Schamanismus.

Kern des Schamanismus ist der Glaube an eine enge Verbindung von Mensch, Geist und Natur. Schamanismus wird auf der ganzen Welt praktiziert, mittlerweile auch im Westen. Schamanen sind Heiler, die behaupten, mit spirituellen Mächten in Verbindung zu stehen und mit ihrer Hilfe Krankheiten heilen zu können. (I-1).

2. Beschreiben Sie einige schamanische Aktivitäten und erläutern Sie, zu welchen Anlässen bzw. mit welchen Zielen sie ausgeführt werden.

Schamanen sind in der Lage, sich selbst in Ekstase zu versetzen. In diesem Zustand verlässt ihr Geist nach ihren Angaben den Körper und kommuniziert mit spirituellen Mächten, von denen sie Informationen bekommen, zum Beispiel über die Ursache einer Krankheit. Gesang und Tanz sind Mittel, um mit Jenseitskräften in Beziehung zu treten. Schamanen heilen Kranke und verscheuchen Dämonen. Sie führen auch Rituale aus, um der Natur und Mutter Erde für ihre Gaben zu danken. (I-2).

3. Erklären Sie in Ihren eigenen Worten das schamanische Weltbild.

In der Welt der Schamanen ist alles mit allem verbunden. Überall sind spirituelle Kräfte am Wirken. Der Einzelne ist eingespannt in ein universelles magisches Kraftfeld. Außerhalb des „normalen“ Bewusstseins gibt es ein noch viel reicheres Spektrum an Wahrnehmungsformen. Aber nur der schamanisch Ausgebildete hat Zugang zu ihnen und kann sie für menschliche Zwecke nutzen. (I-3).

## **Arbeitsschritt II**

**(Arbeitsblätter II-1 bis II-3, Folien 2-5, Informationsblatt)**

### Was tun Schamanen? – Techniken des Schamanismus

Magische Tänze und Gesänge, Krafftiere, geistbewegende Pflanzen und Pilze.

Kurze Lese- und Hörphase. Anschließend Klassengespräch (Lehrer:in – Schüler:innen-Dialog).

Leitfragen:

1. Welche Hilfsmittel und Instrumente setzen Schamanen bei ihren Ritualen und Heilbehandlungen ein?
2. Was sind „Krafftiere“ und welche Funktionen erfüllen sie?
3. Nennen Sie einige der psychoaktiven Pflanzen und Pilze, die von Schamanen eingesetzt werden. Welche wirksamen Substanzen enthalten sie?

## Erwartbare Ergebnisse von Arbeitsschritt II – Hinweise für die Gestaltung des Lehrkraft-Schüler:innen-Dialogs

Lese-phase. Anschließend Klassengespräch (Lehrer:in – Schüler:innen-Dialog).

Leitfragen:

1. Welche Hilfsmittel und Instrumente setzen Schamanen bei ihren Ritualen und Heilbehandlungen ein?

Trommeln, Gesänge, Räucherwerk, Zaubersprüche, psychoaktive Pflanzen, Krafttiere, schamanische Tänze, Ritualdolche (II-1, Folie 3).

2. Was sind „Krafttiere“ und welche Funktionen erfüllen sie?

Krafttiere sind mystische Wesen, die als konkrete Tiere wie Wolf, Adler, Hirsch oder Krähe erscheinen. Sie sollen helfen, eigene Stärken und Schwächen besser zu verstehen. Sie sind die Begleiter der Schamanen. (II-2).

3. Nennen Sie einige der psychoaktiven Pflanzen und Pilze, die von Schamanen eingesetzt werden. Welche wirksamen Substanzen enthalten sie?

Peyotl-Kaktus: *Meskalin*

Tabakpflanze: *Nikotin*

Stechapfel: *Scopolamin*

Tollkirsche: *Atropin*

Salvia divinorum: *Salvorin*

Tabernanthe iboga: *Ibogain*

Banisteriopsis caapi: *DMT*

Fliegenpilz: *Ibotensäure* und *Muscimol*

Spitzkegeliger Kahlkopf (u.a.) (Psilocybe-Pilze): *Psilocybin*

(Folien 3 u. 4, Informationsblatt).

## **Arbeitsschritt III**

**(Arbeitsblätter III-1 bis III-4**

### **Präsenz der Schamanismus im Buddhismus**

Rolle der Geisterwelt im koreanischen und tibetischen Buddhismus. Ähnliche Lehren und Praktiken.

Lese-phase. Anschließend Klassengespräch (Lehrer:in – Schüler:innen-Dialog).

Leitfragen:

1. Anhand welcher Länder wird der Einfluss des Schamanismus auf den Buddhismus beschrieben?
2. Führen Sie mindestens drei Beispiele an, anhand derer dieser Einfluss geschildert wird.
3. Was haben der schamanische Weltenbaum und der buddhistische Bodhi-Baum gemeinsam und worin unterscheiden sie sich?

## Erwartbare Ergebnisse von Arbeitsschritt III – Hinweise für die Gestaltung des Lehrkraft-Schüler:innen-Dialogs

Leitfragen:

1. Anhand welcher Länder wird der Einfluss des Schamanismus auf den Buddhismus beschrieben?

Korea und Tibet (III-1, III-2).

2. Führen Sie mindestens drei Beispiele an, anhand derer dieser Einfluss geschildert wird.

- die Kunst des magischen Flugs
- die Initiationszerstückelung und die Anbietung des eigenen Fleisches an die Dämonen
- Umwandlung geschlechtlicher Energie in Hitze
- Begleitung von Toten auf der Reise ins Jenseits
- heutige koreanische Feste mit ihrer Synthese aus buddhistischen und schamanischen Ritualen (III-1, III-2)

3. Was haben der schamanische Weltenbaum und der buddhistische Bodhi-Baum gemeinsam und worin unterscheiden sie sich?

*Gemeinsamkeiten*

- Symbol für das Leben (Lebensbaum, Baum der Unsterblichkeit).
- Der Baum als Archetyp einer höheren Wahrnehmungsweise (Erleuchtung bzw. Öffnung zu anderen Seinsbereichen). (III-3, III-4).

*Unterschiede*

- Der Bodhi-Baum gilt als Zeichen des Erwachens, der schamanische Weltenbaum hingegen als Repräsentation des Universums.
- Die gesunden Wurzeln des Bodhi-Baumes stehen für Liebe und Weisheit, die ungesunden für Täuschung, Hass und Gier. Der schamanische Weltenbaum kennt keine solche Symbolik. (III-3, III-4).

## **Arbeitsschritt IV (Arbeitsblätter IV-1 bis IV-6)**

### Schamanismus und Buddhismus

Heilsziele und religiöse Praxis. Buddhistische Meditation und schamanische Trance. Schnittstellen und Unterschiede.

Partner- oder Gruppenarbeit

Arbeitsaufgaben:

1. Welche unterschiedliche Rolle spielt die Magie (z.B. der „magische Flug“) im Buddhismus und im Schamanismus?
2. Erläutern Sie die schamanische Vorstellung von Krankheit und Heilung.
3. Erläutern Sie die buddhistische Vorstellung von Krankheit und Heilung.
4. Was haben die Vorstellungen von Krankheit und Heilung im Buddhismus und Schamanismus gemeinsam und worin unterscheiden sie sich?
5. Vergleichen Sie die buddhistische Meditation und die schamanische Trance miteinander.
6. Was ist der Ursprung des Wortes „Schamane“ und was lässt sich aus der Wortherkunft womöglich über das Verhältnis von Buddhismus und Schamanismus sagen?

## Erwartbare Ergebnisse von Arbeitsschritt IV – Lösungshinweise

### Arbeitsaufgaben:

1. Welche unterschiedliche Rolle spielt die Magie (z.B. der „magische Flug“) im Buddhismus und im Schamanismus?

Das Motiv des Aufstiegs in die Himmelswelten findet sich im Schamanismus und im Buddhismus. Aber die Ziele sind unterschiedlich. Der Schamane reist in den Himmel, um mit den Geistern Kontakt aufzunehmen, im Buddhismus ist ein meditativer Aufstieg und Schritt zur endgültigen Befreiung gemeint. Darüber hinaus soll der Übende, wenn ihm nach langer Übung solche Kräfte zufallen, von ihnen keinen Gebrauch machen. Tatsächlich gibt es in der buddhistischen Literatur jedoch viele Geschichten von fliegenden Bodhisattvas und Buddha selbst soll bei einer Gelegenheit selbst einmal eine magische Flugdarbietung gegeben haben. (IV-2, IV-3).

2. Erläutern Sie die schamanische Vorstellung von Krankheit und Heilung.

Die schamanische Medizin sieht in Krankheiten nicht allein körperliche Störungen, sondern setzt vor allem auf eine spirituelle Reinigung. Das schließt u.a. Schwitzen, Fasten und Waschungen ein. Der Schamane als Heiler fühlt sich in den Kranken ein, das kann soweit gehen, dass er dessen Schmerzen an sich selbst fühlt. (IV-4).

3. Erläutern Sie die buddhistische Vorstellung von Krankheit und Heilung.

Es gibt zwar keine buddhistische Medizin, aber viele Buddhist:innen wenden sich bei Krankheiten an den Medizinbuddha mit der Bitte um Hilfe. Wie im Schamanismus wird der Körper nicht als Maschine gesehen, sondern als verbundenes Gewebe von Körper und Geist. Krankheit gilt als Teil des Lebens, genauso wie Altern und Tod. Die wahre Heilung von den Leiden des Daseins ist letztlich der Eintritt ins Nirvana. (IV-5).

4. Was haben die Vorstellungen von Krankheit und Heilung im Buddhismus und Schamanismus gemeinsam und worin unterscheiden sie sich?

#### *Gemeinsamkeiten*

- Ganzheitlicher Blick auf Körper und Geist bzw. die Verflechtung psychischer und physischer Phänomene.
- Der Buddha und der Schamane sind beide Heiler
- Beide fühlen sich in die Leidenden ein.



### *Unterschiede*

- Die schamanische Heilung vollzieht sich durch Anrufung von Schutzgeistern und schützenden Mächten, im Buddhismus wird der Medizinbuddha um Hilfe gebeten.
- Die buddhistische Vorstellung von Krankheiten unterscheidet sich von der schamanischen. Während im Schamanismus Krankheit als widernatürliche Störung gilt, sind für Buddha Krankheit, ebenso wie Altern und Tod, unabwendbare Gegenheiten des Lebens. Wie alles Konstruierte, muss auch der Körper am Ende zerfallen. Daher ist die Einübung in die Akzeptanz der Vergänglichkeit Teil der buddhistischen „Daseinstherapie“.
- Anders als im Schamanismus werden im Buddhismus keine Tiere für Opferzwecke geschlachtet, das wäre eine Verletzung des ersten buddhistischen Gebots und Ausdruck eines Mangels an Mitgefühl dem getöteten Tier gegenüber. (IV-4, IV-5)

5. Vergleichen Sie die buddhistische Meditation und die schamanische Trance miteinander.

Während für den Schamanismus spezielle Ekstasetechniken typisch sind, zeichnet sie der Buddhismus durch Meditationsmethoden der stillen Versenkung aus. Schamanen verfolgen mit der Trance spezifische Ziele (wie Krankenheilung oder Zukunftsdeutungen), die buddhistische Meditation hingegen soll den Geist erhellen und zur Erfahrung der Wirklichkeit führen, so wie sie ist. Am Ende soll das Nirvana erlangt werden, wo das Ich erlischt. Eine solche Vorstellung fehlt im Schamanismus. Ob Meditation und Trance komplementär sind oder einander widersprechen, ist umstritten. (IV-5).

6. Was ist der Ursprung des Wortes „Schamane“ und was lässt sich aus der Wortherkunft womöglich über das Verhältnis von Buddhismus und Schamanismus sagen?

Einige Forscher behaupten, das Wort „Schamane“ käme vom tungisischen *shaman*, andere sehen den Ursprung hingegen im Pali-Wort *samana*. Im ersten Fall käme der Begriff aus einer sibirischen Kultur, die nicht textgebunden ist und mit dem Buddhismus in keiner Verbindung steht. Im zweiten Fall würde er aus einer indischen Kultur mit einer Tradition kanonischer Texte stammen und hätte seinen Ursprung in der Bezeichnung für asketisch Übende. Die Verbindung zum Buddhismus wäre also viel enger.

## **Arbeitsschritt V**

**(Arbeitsblätter V-1 bis V-3)**

### Ethik im Schamanismus und Buddhismus

Lese-phase. Anschließend Klassengespräch (Lehrer:in – Schüler:innen-Dialog).

Leitfragen:

1. Erklären Sie mit Ihren eigenen Worten die Ethik des Schamanismus, so wie sie auf Arbeitsblatt V-1 beschrieben wird.
2. Nennen Sie die fünf grundlegenden Gebote des Buddhismus und beschreiben Sie, wie diese von den beiden Autorinnen auf Arbeitsblatt V-2 interpretiert werden.
3. Welche Gemeinsamkeiten und welche Unterschiede sehen Sie zwischen buddhistischer und schamanischer Ethik?

## Erwartbare Ergebnisse von Arbeitsschritt V – Hinweise für die Gestaltung des Lehrkraft-Schüler:innen-Dialogs

Leitfragen:

1. Erklären Sie mit Ihren eigenen Worten die Ethik des Schamanismus, so wie sie auf Arbeitsblatt V-1 und V-4 beschrieben wird.

Da Schamanen um die Verbundenheit zwischen Allen und Allem wissen, setzen sie sich für Harmonie und Ausgleich zwischen den Menschen sowie zwischen Mensch und Natur ein. Die persönliche Ethik des Schamanen bewegt sich zwischen seinem Herzen und pragmatischen Erwägungen. Schamanen haben überweltliche Verbündete. Aber es gibt nicht nur gute und helfen wollen Jenseitswesen. Daher müssen sie als Mittler zwischen den Welten wissen, wem sie vertrauen können. (V-1).

Einige schamanische Praktiken sind inhuman – wie beispielsweise, dass in Nepal Frauen traditionell in Viehställen gebären müssen, da im schamanischen Glauben das Menstruationsblut als unrein gilt. Allerdings gibt es heute Schamanen, die von dem dem grausamen alten Brauch ablassen.

2. Nennen Sie die fünf grundlegenden Gebote des Buddhismus und beschreiben Sie, wie diese von den beiden Autorinnen auf Arbeitsblatt V-2 interpretiert werden.

Die fünf buddhistischen Gebote lauten: nicht töten, nicht stehlen, kein sexuelles Fehlverhalten begehen, nicht lügen und keine den Geist vernebelnden Substanzen einzunehmen. (V-2).

Die Befolgung der fünf Gebote gilt als grundlegende Voraussetzung eines heilsamen Lebens. Das beinhaltet zugleich eine sittliche Verpflichtung zu radikaler Ehrlichkeit und Treue zu sich selbst. Das zentrale Prinzip ist die Nicht-Schädigung anderer Lebewesen. Notwendig dazu sind Mäßigung und Selbstdisziplin.

Im Zuge der Globalisierung verlieren auch im Buddhismus dogmatische Ethikvorstellungen an Bedeutung. Stattdessen rücken Werte wie Achtsamkeit, Gleichberechtigung oder Friedfertigkeit in den Vordergrund. Es gibt eine Tendenz zur Säkularisierung der buddhistischen Ethik, um den Buddhismus an die Nachfragen moderner Menschen anzupassen. (V-3).

4. Welche Gemeinsamkeiten und welche Unterschiede sehen Sie zwischen buddhistischer und schamanischer Ethik?

#### *Gemeinsamkeiten*

- Beide zielen auf das harmonische Zusammenleben von Menschen untereinander sowie von Menschen mit der Natur.
- Die schamanische Ethik steht im Zusammenhang mit divergierenden Kräften des Universums. Der Schamane muss entscheiden, wem er Vertrauen kann. Auch in der buddhistischen Ethik muss ständig reflektiert werden, welches Verhalten in welcher Situation im Sinne einer Nicht-Schädigung anderer Wesen angemessen ist.

#### *Unterschiede*

- Die buddhistische Ethik ist explizit formuliert, die schamanische nicht.
- Die buddhistische Ethik bezieht sich anders als die schamanische nicht auf jenseitige Wesenheiten, sie ist auf die Führung dieses Lebens ausgerichtet; es geht um das Leben mit den Mitwesen in dieser Welt.