



KRAFTORT

Im Alpenraum finden sich Feen- und schamanische Kraftplätze, die seit einigen Jahren vom Wiener Schamanen und Therapeuten Udo Vukovics wiederbelebt werden.

Wer den Schamanismus in Europa sucht, muss nicht weit in die Ferne schweifen. Direkt in den Alpen finden sich die Wurzeln einer uralten Tradition. Ein Wiener Schamane und Therapeut meint den Mythos aus den Bergen wiederentdeckt und neu belebt zu haben.

MAGIE DER ALPEN

EINE REPORTAGE VON EVA-MARIA GRUBER MIT FOTOS VON MARIA WELZIG

Mein Schritt ist zu schnell. Im Tempo der Großstadt kommt man schwer den Berg hinauf. Schon gar nicht mit einem mehr als 15 Kilogramm schweren Rucksack. Der Blick wandert vom Boden Richtung unseres ersten Wanderziels. Die Hochfeilerhütte mitten im Südtiroler Teil der Zillertaler Alpen scheint zum Greifen nahe. In einiger Entfernung sind Silvia, Ursi, Lydia und Ron – die Bergfexe unserer 12-köpfigen Gruppe – zu sehen. Zügig schreiten die vier Teilnehmer aufwärts. Mich packt der Ehrgeiz: Als gebürtige Tirolerin werde ich wohl mit den Ostösterreichern mithalten können! Wieder bringt mich mein Tempo an die Grenze meiner Leistungsfähigkeit. Plötzlich sticht mir eine ungewöhnliche Form im Felsmassiv ins Auge. Ein Pferdekopf? Ein Adler? Ich drossle meine Geschwindigkeit und schaue mich um. Das Gras leuchtet in hellem Grün, die Berge strahlen im Licht der untergehenden Sonne und der schmale Weg glitzert und funkelt wie eine mit Diamanten besetzte Kette.

Es ist einer dieser magischen Momente, von denen ich noch einige auf der fünftägi-

gen Tour erleben werde. Schließlich ist es keine normale Bergwanderung. Ich befinde mich auf einem schamanischen Weg, besser gesagt, auf der Suche nach den vergessenen Spuren des europäischen Schamanismus in den Bergen. Überall auf der Welt finden sich schamanische Traditionen. Wo sind die Reste unserer vorchristlichen Ritualskultur? „Um die magische Seite der Alpen wahrzunehmen, braucht es zuerst eine den Sinnen angepasste Geschwindigkeit“, erklärt Udo Vukovics. Der Körper-Psychotherapeut weiß, wovon er spricht. Der Leiter der Wandertruppe beschäftigt sich bereits seit knapp zwei Jahrzehnten mit dem Schamanismus in den Alpen. Vor vielen Jahren hat Udo Vukovics die Wurzeln eines uralten Mythos aus den Bergen wiederentdeckt und einen persönlichen Entwicklungs- und Einweihungsprozess erfahren. Mitten in den Alpen, irgendwo in den Bergen Vorarlbergs. Heute

gilt der Schamane als neuer Hüter eines uralten Wissens über die Naturkräfte der Berge und die Magie der Alpen. Gemeinsam mit seinem Team begleitet Udo Menschen in Workshops und in einer Ausbildung auf ihrem Weg durch schamanisch-magische, spirituelle und emotionale Prozesse.

In Vergessenheit geraten

Eine davon ist Birgit. Die junge Ärztin wird – als eine von 20 weiteren Personen – zur Schamanin ausgebildet. Sie befindet sich bereits in ihrem fünften Ausbildungsjahr. Acht Jahre dauert es, bis man für die schamanische Initiation bereit ist – ähnlich wie in anderen schamanischen Traditionen weltweit, wo ein Schüler ebenfalls einige Jahre in „Lehre“ bei einem Schamanen ist. Für Birgit ist die Wanderung eine spezielle Herausforderung. Der Ärztin fehlt es nicht nur an Bergerfahrung, sie hat auch Höhen-



MAGISCHE EINSTIMMUNG IN DER MONGOLISCHEN JURTE

In einer echten mongolischen Jurte (o.) in der niederösterreichischen Gemeinde Haag zelebriert Udo Vukovics (s. u. rechts) vor seinen Bergwanderungen schamanische Rituale zur Einstimmung.



IM TEMPO DER ALPEN

„Um sich auf den Zauber der Berge einlassen zu können, muss man erst das richtige Schritttempo finden“, so Schamane Udo Vukovics (o.). Dann aber kann man beim Blick auf schroffes Gestein oder in rauschendes Gewässer den einen oder anderen magischen Moment erleben.

angst. Umso mehr staune ich jeden neuen Tag über ihre körperliche und emotionale Entwicklung. Mit jedem Schritt, jedem Höhenmeter und jedem magischen Ritual gewinnt Birgit an Sicherheit und Kraft. In ihr scheint sogar eine gewisse Begeisterung für die Alpen zu keimen. „Wer sich auf die Berge einlässt, wird auch von ihnen getragen“, macht Udo verständlich.

Für mich erweist sich Birgit im Laufe der Wanderung als meine persönliche „Mentorin“. In ihrem Windschatten lerne ich nicht nur das richtige Tempo, sondern auch den nötigen Respekt gegenüber den Kräften der Natur. Schließlich ist eine Bergtour auf rund 3.000 Metern kein Spaziergang. Ganz im Gegenteil erfordert es eine Auseinandersetzung mit den Bergen und ihren Herausforderungen. Lässt man sich auf diesen Diskurs ein, mag sich einem nicht nur die Schönheit, sondern auch der Zauber der Alpen offenbaren. „In den Bergen gibt es zahlreiche Feen- und Kraftplätze, die leider in Vergessenheit geraten sind“, so Udo. Um

diese besonderen Orte wahrnehmen zu können, braucht es vor allem reichlich Übung. „Der Mensch hat größtenteils verlernt, seine Sinne für diese Aufmerksamkeitsebene zu öffnen“, fügt der Therapeut hinzu. „Dabei ist letztlich jeder dazu in der Lage, diese Kraftplätze wahrzunehmen.“

Wahrnehmung der Magie

Unbewusst erleben die meisten Bergwanderer die Magie der Alpen. Dann ist von wunderbaren Plätzen die Rede, die einen zum Verweilen einladen. Oder es wird die unvergleichliche Ruhe gepriesen, die vom Alltagsstress befreit. Die Verbundenheit mit der Natur wird als Selbstverständlichkeit hingenommen. Freilich, selbstverständlich ist sie nicht – aber ganz gut erklärbar. Tatsächlich erleichtern die Berge, Kopf und Verstand auszuschalten und mit allen Sinnen zu erfahren. Dann wird ein gemusterter Stein zum besonderen Augenblick, eine Fichte zum Dufterlebnis und das Pfeifen der Murmeltiere zum spannenden Dialog.

In früheren Zeiten hat es auch in unseren Breitengraden Schamanen gegeben, die diese Orte erkannt und magisch genutzt haben. „Aber diese mystischen Menschen der Alpen sind jahrhundertlang verfolgt und letztlich ausgerottet worden“, ergänzt der Therapeut. „Damit ist das in Europa manifestierte schamanische Wissen verloren gegangen.“ Völlig in Vergessenheit geraten ist es allerdings nicht. Sagen und Legenden zeugen noch von dieser magischen Seite der Alpen. Beispielsweise die Geschichte der versteinerten Riesenkönigin „Frau Hitt“, um die sich viele Legenden ranken. Wer genau schaut, kann in den Felsformationen oberhalb der Höttinger Alm nahe Innsbruck die Frauenfigur erkennen. Oder die Sage von den „Waldfrauen“ in der Felsenwand des Poßbrucks: Die wunderschönen Feen verzauberten einst jeden Wandersmann. Sie waren gütige Wesen, die die Menschen mit ihren Gesängen vor Abstürzen bewahrten oder verirrte Jäger auf den rechten Weg zurückführten.



DAS NAGUAL

In den zerklüfteten Steinen eines Felsens, zwischen zwei Berggipfeln oder mitten in den Licht- und Schattenspielen einer Gebirgskette – dort kann der Schamane ins Nagual eintauchen. Für Laien offenbaren sich auf jeden Fall zauberhafte Naturschauspiele und ein Hauch von Magie.



Diese vielen Tradierungen alten schamanischen Wissens lassen erahnen, wie viele magische Plätze in den Bergen verborgen liegen – und nun von Udo Vukovics auf seinen Wanderungen sukzessive wiederbelebt werden. Die gesamten Alpen seien voll von diesen Orten, die alle miteinander in Verbindung stehen. „In den Jahren der Vergessenheit haben diese geomantischen Linien an Kraft verloren“, weiß der Schamane. „Durch meine Wanderungen schließe und aktiviere ich diese Netzwerke wieder.“ In den letzten 20 Jahren ist Udo etliche Feen- und Schamanenplätze im gesamten Alpenraum abgegangen.

Einen Eindruck dessen erhalte ich an einem der folgenden Tage. Am Weg zur Nevesjochhütte passieren wir einen schamanischen Kraftplatz. Auch wenn man sich nicht mit allen Sinnen auf den Ort einlässt, sieht und spürt man seine Besonderheit: Das atemberaubende Panorama weckt Demut gegenüber der Majestät der uralten Gesteinsformationen. Unweigerlich macht sich tiefe Berührung breit. Das Gefühl ist auch noch zwei Stunden später spürbar, als die Gruppe vor der Hütte sitzt und die Erlebnisse reflektiert. Die Erfahrungen entziehen sich jeder Beschreibung. Es passiert etwas zwischen den Zeilen, das nur wenig mit der Realität des Alltags zu tun hat.

Nagual-Schamanismus

Nagual-Schamanismus nennt Udo Vukovics seine Form der europäischen schamanischen Tradition. Wer die Bücher eines Carlos Castaneda gelesen hat, dem ist der Begriff nicht unbekannt. Auch der bereits verstorbene US-amerikanische Anthropologe, der weltweit für seine sehr persönlichen Erfahrungsberichte mit dem mexikanischen Schamanen Don Juan Matus bekannt ist, spricht über diese andere Aufmerksamkeits-ebene namens Nagual. Diesen Bereich des so genannten Unfassbaren zu beschreiben erweist sich als schwierig. „Alle Erklärungen für das Nagual stammen aus dem Tonal, der Wirklichkeit des Fassbaren“, führt der Schamane aus. „Aber mit den Worten unserer gängigen Aufmerksamkeitsebene lässt sich kein vollständiges Konzept des Nagual finden.“

Einen kleinen Einblick in diese Welt zwischen den Zeilen habe ich einen Tag zuvor erhalten. Zur Einstimmung der Gruppe auf die Bergwanderung veranstaltet Udo am Vorabend ein schamanisches Ritual. Ein Er-

lebnis für sich: In seiner mongolischen Jurte in der kleinen niederösterreichischen Gemeinde Haag zelebriert der Schamane bei Kerzenschein und umgeben von etlichen Ritualgegenständen die Verbundenheit mit den Naturkräften, die wir wenige Stunden später erleben werden. Zwischen den zerklüfteten Steinen eines Bergfelsens, im Licht- und Schattenspiel der Blätter einer Baumkrone oder im Flackern eines Feuers – dort findet sich das Tor zum Nagual, lerne ich beim Ritual.

Jaguar der Alpen

So viel verstehe ich: Ein Blick durch diese Strukturen mag eine Ahnung von der magischen Seite des Daseins geben. Aber ich erkenne auch: So einfach ist es nicht, in das Nagual einzutauchen. Weder Augenzusammenkniffen noch hypnotisches Starren in die Flammen des kleinen Holzofens bringen andere Bewusstseinszustände. Beim Blick durch die Tür der Jurte raus in den Garten merke ich aber, dass sich meine Wahrnehmung verändert hat: Zwar sehen Gras, Bäume und Gartenzaun so aus wie immer – und doch ist etwas anders. Es scheint, als ob sich eine zweite dreidimensionale Ebene aufgetan hätte. Eines Sinnestäuschung? Ich schließe die Augen und öffne sie wieder. Aber auch beim weiteren Blick bleibt der Eindruck. Das Nagual?

Mit der schamanischen Vorstellungswelt eines Castaneda hat jene von Udo Vukovics durchaus einiges gemeinsam – vor allem in der Arbeit mit dem Nagual. „Schließlich ist alles ein Teil des großen Weltmythos“, so Udo. „Ich habe meinen eigenen Zugang zur Kraft, der viele andere Aspekte beinhaltet.“ So finden sich im Mythos von Udo Vukovics Begriffe, die an den südamerikanischen Schamanismus erinnern. Beispielsweise bilden Adler, Jaguar und Schlange einen Bezugsrahmen für Rituale und Einweihungen. „Im Nagual-Schamanismus spielen die Alpen eine tragende Rolle“, erklärt der Therapeut. „Der Mythos wurzelt nicht nur in den Bergen mit all ihren Naturkräften, sondern wird auch durch die Berge belebt.“

Im ersten Moment wirkt es befremdlich, wenn Udo vom „Jaguar in den Alpen“ spricht. „Der Jaguar symbolisiert den Hüter des Urknalls“, so der Schamane. „Es ist der Urknall, der erste Funke allen Daseins.“ Es gebe verschiedene mystische Sichtweisen für die Entstehung des Universums und das Ordnungssystem in der Welt. Es ist nicht



MIT RESPEKT

Auf knapp 3.000 Metern verlangen einem die Berge Respekt vor der Kraft der Natur ab. Jeder Schritt über die Gletscherzunge muss wohl überlegt sein. Der Lohn: das Erlebnis einer majestätischen Landschaft!





IN DER GRUPPE GENIESSEN

Die scheinbar unbeschreiblichen, individuellen Eindrücke der Wanderung können in der Gruppe besser verbalisiert werden. Wer findet schon leicht Worte für Dinge, die wenig mit der Realität des Alltags zu tun haben?



MAGISCHER MOMENT

Wer der Natur am Berg mit offenen Sinnen begegnet, mag ungewöhnliche Muster und Strukturen wahrnehmen - beispielsweise diesen gestreiften Stein. Zwar ist der Zauber erklärbar: Die Streifen ergeben sich aus kleinen Wasserrinnsalen, die über den trockenen Stein laufen. Trotzdem spürt man: Das ist ein magischer Augenblick!

vom Tier an sich die Rede, sondern von einem gewissen Aspekt des Mythos. Im schamanischen Weltenbaum ist der Jaguar der Unterwelt zugeordnet, dem Reich der vitalen Energien. „Jede Tradition sieht die Welt durch ihren eigenen Filter“, fügt Udo hinzu. „Mein Filter ist geprägt durch die Arbeit mit dem Nagual, die Alpen und einige weitere spirituelle Elemente, die es mir erleichtern, meinen Mythos für das westliche Verständnis zu übersetzen.“

„Ich verwende keine fremden schamanischen Techniken“, klärt der Therapeut auf. „Ich habe mein eigenes Bezugssystem, in dem sich auch andere spirituelle Traditionen wiederfinden.“ Zentraler Punkt ist und bleibt die Welt der Alpen. Hier begegnet man der ursprünglichen Wildnis der Natur, dem Schlüssel des Nagual-Schamanismus. „Hier offenbart sich die wilde Natur des Menschen, das ursprüngliche Wesen“, fasst Udo zusammen. Die Wildnis zeigt unverblümt die Stärken und Schwächen auf. Die Kraftplätze geben die Möglichkeit, mit der

Natur – auch der eigenen Natur – in Kontakt zu treten. „Hier gibt es ein spezielles Heilfeld, das beidseitig wirksam wird“, so der Therapeut. „Der Mensch wird spirituell durch die Berge geheilt – und die Alpen umgekehrt durch den Menschen, der sich ihnen öffnet.“

Erfahrungen und Emotionen

Unerklärlich, aber spürbar wirken diese Kräfte die gesamte Wanderung hindurch – permanent unterstützt durch die Arbeit von Udo Vukovics: Hans, ein zurückhaltender Lehrer, gewinnt mit jedem Tag mehr Bodenhaftung und Selbstsicherheit. Ursi, eine quirliche junge Frau, erkennt ihre ruhige, empfindsame Seite. Ron, ein erfahrener Bergtourer, entdeckt seine feinen Antennen für die magischen Orte der Alpen. Und ich, die kritische Wissenschaftsjournalistin? Ich lerne, dass meine – auch geschriebenen – Worte nicht nur Wissen, sondern auch Kraft vermitteln. Klingt pathetisch? Ist es wohl auch. Und doch stimmt mich die Erfahrung der Bergwanderung zufrieden. Es ist ganz schön, daran erinnert zu werden, dass die tägliche Arbeit Bedeutung hat. Und: Für schamanische Erfahrungen muss man nicht unbedingt in die Ferne schweifen und fremde Kulturen ergründen. Die Magie findet sich vor der eigenen Haustüre.

Schamanismus im Internet:

Mehr über den Nagual-Schamanismus:
www.nagual-schamanismus.at
 Das Team von Udo Vukovics: www.jangual.net
 Mehr zu den Sagen der Alpen: www.sagen.at
 Alle Links zum Anklicken: www.universum.co.at

Die Erde im ORF-Programm

Die Erde wurde einst aus Feuer geboren - und immer noch formt der Vulkanismus unseren Planeten. Universum zeigt in beeindruckenden Bildern und aufwändigen Animationen, dass erst der Vulkanismus, die Hitze im Erdinneren, die notwendigen Bedingungen für Leben schuf. Doch erst mit der Entwicklung einer Atmosphäre waren die Voraussetzungen geschaffen, dass auf der Erde wirklich dauerhaft Leben entstehen konnte.



DIE KRÄFTE DER ERDE 1/4: FEUER
 Die Macht des Vulkanismus

ORF 2 DONNERSTAG, 16. OKTOBER, 20.15 UHR

DIE KRÄFTE DER ERDE 2/4: LUFT
 Die lebensspendende Atmosphäre

ORF 2 DONNERSTAG, 30. OKTOBER, 20.15 UHR