

Elizabeth E. Meacham

Das
Erdseele-
Träumen

Schamanische Praktiken
für unsere Rückverbindung
mit der Erde

Es gibt heute unbedingt viele gute Gründe, das weibliche Geschlecht wieder besser sichtbar zu machen. Dies ist seit mehr als 40 Jahren auch Anliegen unseres Verlages. Ob dies durch Gendern erreicht wird, darf man jedoch hinterfragen, immerhin geht es um unsere *Muttersprache*. Sicher ist, dass der grammatische Genus nichts über das Geschlecht (Sexus) aussagt. Deswegen halten wir uns als Verlag beim Gendern bewusst zurück. Ausführliche Begründung dazu unter www.neue-erde.de/derdiedas

NEUE  ERDE

Bücher haben feste Preise.

Haftungsausschluss

Die Informationen in diesem Buch werden nach bestem Wissen und Gewissen geteilt und sind weder dazu gedacht, einen körperlichen oder geistigen Zustand zu diagnostizieren, noch als Ersatz für eine fundierte medizinische Beratung oder Betreuung zu dienen. Bitte wenden Sie sich für medizinische Beratung und Behandlung an Ihren Arzt oder Heilpraktiker. Weder die Autorin noch der Herausgeber können von irgendeiner Person für Verluste oder Schäden haftbar gemacht werden, die direkt oder indirekt durch die Verwendung dieses Buches oder der darin enthaltenen Informationen entstehen.

1. Auflage 2023

Elizabeth E. Meacham
Das Erdseele-Träumen

Der Titel des englischen Originals lautet »Earth Spirit Dreaming«.
Aus dem Englischen übertragen von Andreas Lentz.

Copyright © 2020 by Elizabeth E. Meacham, Ph. D.
Published by Arrangement with Inner Traditions International Ltd., Rochester, VT 05767
USA

Dieses Werk wurde vermittelt durch die Literarische Agentur Thomas Schlück GmbH,
30161 Hannover

© für die deutsche Ausgabe Neue Erde GmbH 2023

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln, elektronisch oder mechanisch, einschließlich Fotokopie, durch Aufzeichnung oder ein Informationssystem- und -abrufsystem vervielfältigt oder verwendet werden.

Umschlag:

Foto: suthin3/shutterstock.com
Gestaltung: Dragon Design, GB

Lektorat: Deutsches Lektorenbüro, Würzburg

Satz und Gestaltung:

Dragon Design, GB
Vignetten: Elenshine, Dreamstime.com
Gesetzt aus der Minion

Gesamtherstellung: Appel & Klinger, Schneckenlohe
Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-795-5

Neue Erde GmbH
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken
Deutschland · Planet Erde
www.neue-erde.de



*Für meinen Mann Mattuck
Lass die Flüsse fließen*



Inhalt

Vorwort	11	11	Sich der Schwingungsrealität öffnen	152	
Teil I: Einführung			12	Karmische Wirbel: Persönliche Schwingungsheilung	164
1	Einleitung: Zur Erde erwachen	15	Teil IV: Übungen zur Verbindung mit dem Traum		
2	So verwendest du dieses Buch: Die Gaben des ökologischen Bewusstseins wachsen lassen	33	13	Traumverbindung: In der Schwingungsrealität neue Geschichten schaffen	175
3	Alles ist miteinander verbunden: Eine kurze Einführung in visionäres Umweltdenken	46	14	Heilige Rituale: Wege, die Welt neu zu erträumen	189
Teil II: Übungen zur Verbindung mit der Erde			15	Träumen mit Mandalas: Reisen mit heiligen Kreisen	205
4	Erdverbindung: Der erste Schritt des Erdseele-Träumens	63	16	Tanzen mit den Ahnen: Schamanische Erfahrung kultivieren	219
5	Zu Sinnen kommen: Entschleunigen, einstimmen, aufwachen	77	Zusammenfassung: Die Welt neu sehen – einen Traum nach dem anderen		241
6	Öko-Achtsamkeit kultivieren: Unsere bewusste Verbindung mit der Natur stärken	84	<i>Liste der Übungen</i>		254
7	Die Rückkehr zum Land: Verbinden mit den Rhythmen und Zyklen der Natur	100	<i>Endnoten</i>		256
8	Naturkunstrituale: Erdverbundenheit durch Kreativität	111	<i>Literaturverzeichnis</i>		261
Teil III: Übungen zur Verbindung mit der Seele			<i>Danksagung</i>		265
9	Seelen-Verbindung: Arbeiten mit Licht und der Schwingungsebene	125	<i>Über die Autorin</i>		267
10	Heiliger Raum und Vorbereitung für die Lichtarbeit	140			

Das
Erdseele-
Träumen



Vorwort

Dieses schöne Buch von Liz Meacham ist eine wohlthuende Medizin. Ich weiß nicht, ob es heutzutage etwas Wichtigeres gibt, als sich wieder mit der Erde zu verbinden. Würden wir eine Liste der größten Herausforderungen erstellen, mit denen wir derzeit konfrontiert sind, würden die meisten auf die eine oder andere Weise auf die tiefe Kluft zwischen uns und der Natur zurückgehen und auf die Abspaltung unseres Geistes von dem Geist, der das Universum hervorgebracht hat. Wenn es einen Mangel gibt, der uns zu verschlingen droht, dann der, dass wir den Kontakt zu dem Leben, das allem innewohnt, verloren haben und uns deshalb in der unendlichen Ausdehnung von Raum und Zeit ebenso verloren fühlen.

Im Grunde ist unsere Selbstentfremdung niemandes Schuld. Manche würden sogar sagen, dass es unvermeidlich war, uns aufgrund der beständigen Weiterentwicklung unserer sich entfaltenden Fähigkeiten von dem zu entfernen, was uns trägt und hält. Wir haben so viele Götter entthront, sind über so viele Vorstellungen von dem, was wahr ist, hinausgewachsen, dass diese Abspaltung der unvermeidliche Preis für unsere Selbstentfaltung zu sein scheint. Vielleicht ist das so. Und doch: Da wir rasend schnell das größte Artensterben auf diesem Planeten seit 65 Millionen Jahren verursachen, die Ozeane leerfischen, unser Grundwasser erschöpfen und unser Klima destabilisieren, wissen wir, dass etwas furchtbar falsch läuft. Irgendwo in unserer großartigen Entwicklung haben wir etwas verloren, das wir dringend brauchen, wenn wir hier weiterleben wollen.

Die vielen sozialen, politischen und technologischen Umwälzungen, die wir in die Wege leiten müssen, um den gegenwärtigen zerstörerischen Kurs zu ändern, werden jedoch scheitern, wenn sie nicht auf einer tieferen *Erfahrung* unserer Verbindung mit dem Leben beruhen, das uns umgibt und erhält. Wie aber können wir unser Gefühl für das Hier und Jetzt wiederbeleben? Wie können wir uns erneut erden in der

heiligen Spiritualität unserer körperlichen Existenz? An dieser Stelle ist das Erdseele-Träumen sehr hilfreich.

Liz Meacham ist in Umweltphilosophie und religiösen Anschauungen bewandert. Sie versteht, wie wir hier gelandet sind, und hat die Erkenntnisse der großen Öko-Visionäre unserer Zeit verinnerlicht. Aber es sind die praktischen Übungen in diesem bemerkenswerten Buch, die ihr wahres Genie zeigen. Hier sehen wir die leichte Hand einer Meisterin, die Wege zum Erwachen im Körper vermittelt. Sie hat diese Praktiken durch jahrelange Übung immer weiter verfeinert, zuerst in ihren Universitätskursen und dann am Lake Erie Institute in Cleveland, Ohio, das sie gegründet hat und leitet. Diese Praktiken verändern Leben.

Ich habe jene Menschen immer beneidet, die mit einer natürlichen Klarheit für feinstoffliche Dimensionen auf diese Welt kommen. Ich bin dafür nicht begabt, deshalb genieße ich es, mit Menschen wie Liz, die diese Sensibilität in sich tragen, zusammen zu sein. Was ich an Liz besonders liebe, ist, wie sie ihre Sensibilität in Übungen umsetzt, die jeder ausführen kann. Durch diese einfachen Übungen können wir uns an das erinnern, was wir vergessen haben, und zurückgewinnen, was wir verloren haben. Es ist nichts »Paranormales« daran, sagt sie. Es geht einfach darum, uns tiefer in der Anrührung durch die Natur und in ihrem Klang und ihrem Puls zu verankern. Von hier aus weiten sich allmählich unsere Grenzen, und wir lassen uns auf ein größeres Leben ein, ein älteres Leben, das wir sind, das aber auch mehr ist als wir.

Das Erdseele-Träumen ist eine dringend benötigte Medizin für unsere Zeit und ein wahres Geschenk an die Welt.

Christopher M. Bache, Ph. D., Autor von *Dark Night, Early Dawn*
und *LSD and the Mind of the Universe*

Teil I Einführung



Einleitung: Zur Erde erwachen

Kurz vor der Herbst-Tagundnachtgleiche 1995 entdeckte ich Thomas Berrys Buch *The Dream of the Earth*. Sein visionäres Umweltdenken weckte in mir die Sehnsucht, mich wieder mit dem Leben auf der Erde zu verbinden, und zwar auf eine Weise, die ich einerseits als neu empfand, an die ich mich andererseits aber auch erinnern konnte. In den ersten Wochen nach der Lektüre des Buches ertappte ich mich dabei, wie ich in meinem Garten saß und mit wachem Gewahrsein jede Faser meines Körpers spürte. Mein gesamtes Nervensystem schien über Lichtstränge mit den Energiebändern in Verbindung, die von der Erde ausgingen. Jede Distanz war spontan aufgehoben, so als sei ich endlich wieder nach Hause gekommen. Eine Zeile aus einem Gedicht, das ich in derselben Woche schrieb, beschreibt diese Erfahrung:

*Meine Hand berührt Erde und Gras, Haut zu Haut erfüllt mich
unsere Liebe*

*Unsere Beziehung, in der ich mich verliere, Identität löst sich
auf, und ich bin eins*

*Bögen aus Licht, Bögen des Lebens, Erweiterung eines kosmischen
Seins*

Berrys Buch regte ein spirituelles Erwachen in mir an. Es folgten viele unerklärliche, staunenswerte Erfahrungen in der Natur. Ich stellte fest, dass ich diese Erfahrungen nicht in die Schubladen des traditionellen westlichen Denkens einsortieren konnte, und so begann ich,

viele Steine umzudrehen, buchstäblich und im übertragenen Sinn, um diese lebensverändernden Erfahrungen zu durchdringen und zu lernen, sie mit anderen zu teilen. Während des ersten Jahrzehnts meiner ökospirituellen Studien und der zugehörigen Praxis verarbeitete ich den körperlichen und emotionalen Missbrauch durch meine Mutter in meiner Kindheit. Meine auf Naturerfahrung beruhenden spirituellen Praktiken wurden integraler Teil meiner Heilung. Auf der Erde liegend, in Flüsse tauchend und mit Steinen meditierend, fand ich Sicherheit und das Gefühl, einen Platz im Netz der Erdengemeinschaft zu haben, obgleich meine menschliche Familie zerbrochen blieb. Meine Sehnsucht, diese lebensverändernden Erfahrungen in einen Zusammenhang zu bringen, führte mich nach Schulabschluss und Studium zum Dokortitel und schließlich zur Arbeit als Professorin. Ich lehrte Umweltwissenschaft anhand von Erfahrung, unterrichtete oft in der Natur. Ich erlebte Veränderungen an mir und bei meinen Studenten, die über das hinausgingen, was das Lernen aus Büchern und in Klassenzimmern ausmachte. Ich entdeckte, dass das Lehren und Lernen durch »spirituelle« Übungen im Freien in meinen Studenten eine natürliche Sensibilität für die Erde ausbildete. Es waren nicht bloß Ideen, sondern es war diese innere Veränderung, die eine authentische, fürsorgliche Umweltethik hervorbrachte. Während viele Erkenntnisse der Umweltwissenschaft einen resignieren lassen können, gaben die erdverbundenen spirituellen Erfahrungen vielen meiner Studenten Hoffnung und den notwendigen Mut, für die Erde einzutreten. Indem sie sich als Teil des Lebensnetzes erfuhren, fanden sie die Kraft, sich den Herausforderungen zu stellen, denen sie als Aktivisten für die Heilung des Planeten begegnen würden.

Meine Arbeit, über erfahrungsorientiertes Lernen in anderen die Erdverbundenheit zu fördern, führte zu umfangreichen Studien und sorgsamem Versuchen. Ich wollte konsistente Lehrmethoden finden, die bei meinen Studenten tiefe Momente der Veränderung in Richtung Erdbewusstsein bewirken. Durch meine Forschung entwickelte ich eine Kombination von Übungen, die eine Öffnung der Wahrnehmung für unsere Wechselbeziehungen mit der Erdengemeinschaft

begünstigen. Diese Methode, Erd-Seele-Träumen genannt, besteht aus drei Schritten: Übungen zur Verbindung mit der Erde, Übungen zur Verbindung mit der Seele und Übungen zur Verbindung mit der Traumebene.

Visionäre Umweltdenker geben zahlreiche Anregungen, wie wir die Verbindung zwischen den Menschen und den Lebenssystemen der Erde wiederherstellen können. Das Erdseele-Träumen überträgt diese transformativen Ideen in schamanische Ökotherapie-Praktiken und macht sie so für alle zugänglich und im täglichen Leben anwendbar. Darüber hinaus laden die Übungen zu tieferer Achtsamkeit ein, wenn wir daran arbeiten, die Vision einer Verbindung mit der Erde und den geistigen Ebenen zu halten, und wir uns bewusst dafür entscheiden, uns auf Freude, Schönheit, Dankbarkeit, Liebe und Heilung auszurichten.

Von der Erdverbinding zur Erdfürsorge

Die Vorstellung, dass wir mit allem Leben auf der Erde verbunden sind, wird zum Allgemeingut. Wir begreifen, dass wir Teil der umfassenderen ökologischen Systeme auf dem Planeten sind. Wir wissen, dass diese Systeme ins Gleichgewicht kommen müssen, damit das Leben auf der Erde erhalten bleibt. Immer mehr Menschen verstehen, dass wir das »Gleichgewicht der Natur« respektieren und pflegen müssen. Nach fast zwei Jahrhunderten zunehmender Industrialisierung beginnen wir jedoch gerade erst, unsere Kultur wieder auf die Erde auszurichten.

Heute handeln viele Bücher davon, wie wir unser Gleichgewicht mit der Natur wiederherstellen oder wie wir »grün leben« können. Diese Bücher geben Ratschläge zur Verwendung von Energiesparlampen, zur Umstellung auf vegetarische Ernährung, Mitnahme unserer eigenen Taschen zum Einkaufen und wie wir weniger Müll produzieren.

Dergleichen ist sehr wichtig. So entwickelt sich eine moralische Verpflichtung, nachhaltig zu leben. Doch leider bieten viele der »grünen« Bücher nur kleine Veränderungen, zu wenig, um unseren Konsum weit genug einzuschränken, damit die durch die industrielle Zivilisation verursachten globalen Schäden verringert werden. Selbst wenn wir alle diese Vorschläge umsetzen und wir unseren Gesamtverbrauch halbieren, ist das immer noch nicht genug, um die wachsende Bevölkerung in den Grenzen unserer Erde zu halten.¹ Nur durch einen tiefgreifenden Wandel in unseren zugrunde liegenden Sinnstrukturen werden wir die Kraft aufbringen, die notwendigen Schritte vorzunehmen, um unser Zuhause auf der Erde zu bewahren. (Anmerkung: Die Erde wird mit oder ohne uns weiterleben.)

Äußere, »in der Welt« stattfindende Veränderungen sind auf dem Weg zur Nachhaltigkeit ganz wesentlich. Innerer Wandel – ausgelöst durch die zugrunde liegenden Überzeugungen und Erfahrungen dessen, wer wir in Beziehung zueinander und zur Erde sind – ist mindestens ebenso wichtig, wird jedoch allzu oft übersehen. Westliche Glaubenssysteme haben einen blinden Fleck: Wir können die Tiefe unserer Verbindung mit der Erde kollektiv nicht wahrnehmen. Wir müssen unsere Überzeugungen, was wir sinnvoll und wichtig finden, ändern, um zukunftsfähig zu leben. Um engagierte Bürger einer nachhaltigen Kultur zu werden, müssen wir uns seelisch und geistig mit den Rhythmen des Lebens in Einklang bringen: Wir müssen lernen, auf eine Weise zu leben, mit der wir die Wertschätzung unserer Verbindung mit der Erde kultivieren. Das Erdseele-Träumen bietet einen Weg, jenes wache Verwurzelte aufzubauen, das nötig ist, um ein echter *Einwohner* des Planeten zu werden. Der schrittweise Verlauf des Erdseele-Träumens führt uns über einen stetigen Verwirklichungsprozess zu einer integralen Verbindung: mit uns selbst, miteinander und mit dem Planeten.

Viele Umweltphilosophen sehen in der Wiederverbindung mit der Erdengemeinschaft einen gangbaren Weg hin zur Fürsorge für die Erdengemeinschaft. Aldo Leopold argumentierte in seinem einflussreichen Essay *The Land Ethic*, eine Verbindung mit dem Land sei eine wesent-

liche Voraussetzung für die Pflege dieses Landes.² Leopold übernahm von Charles Darwin die Idee, dass sich die menschliche Ethik aus der dem Menschen innewohnenden Fürsorglichkeit entwickle. Denn nach Darwin hängt das menschliche Überleben von Fürsorgebeziehungen ab, etwa jener zwischen Mutter und Kind. Darwin postulierte, dass Gesellschaften mit besseren »Regeln« der Fürsorge – oder einer Ethik der Fürsorge – überlebensfähiger waren, wodurch Ethik zu einem wesentlichen Element der Fortentwicklung der Art wurde. Auf der Grundlage von Darwins Auffassung von Ethik schlussfolgerte Leopold, die Entwicklung einer Landethik bedeute, Fürsorglichkeit für die Erde zu entwickeln.

Die Tiefenökologen Arne Næss und Joanna Macy, zwei einflussreiche Umweltdenker, die nach Leopold kamen, schätzen ebenfalls die Fürsorge für die Erde als die wichtigste Voraussetzung für eine Erd-Ethik. Ihre Vorstellung vom ökologischen Selbst, auf das im nächsten Kapitel näher eingegangen wird, besagt, dass es eine Art Selbstverwirklichung ist, wenn das Selbst mit der Erdengemeinschaft gleichgesetzt wird. Die Fürsorge, die sich durch diese Verbindung mit der Erde entwickelt, ist nach Næss das einzige Mittel, um wieder ins Gleichgewicht mit der Erde zu kommen. Pflichtgefühl ist kein ausreichend starker Impuls, um die notwendigen Veränderungen anzugehen. Nur wenn wir die Erde als Erweiterung von uns selbst betrachten, werden wir in eine Balance mit der Natur zurückfinden.

Aber wie können wir wieder eins mit der Erde werden? Indigene Kulturen bieten Beispiele für soziale Strukturen, die ein ökologisches Bewusstsein fördern: Erdbewusstsein. In der westlichen Kultur werden diese Formen der Erfahrung oft als »außersinnlich« bezeichnet. Was wir jedoch in der westlichen Kultur als übersinnliche Erfahrungen ansehen, gilt in vielen indigenen Kulturen (und vielfach in der westlichen Kultur vor der Epoche der Aufklärung) als Teil der normalen Wirklichkeit. Um im Gleichgewicht mit der Erde zu leben, so die wichtigen Umweltdenker, müssen wir dieser Fähigkeiten wieder innwerden. So können wir eine Gesellschaft schaffen, die eine die Erde wertschätzende Ethik verkörpert.

Es ist unsere Aufgabe, Wahrnehmungsfähigkeiten zu entdecken, die von frühen Völkerkundlern als »primitiv« abgeschrieben wurden.³ Das zunehmende Interesse an indigenen Wegen und am »Schamanismus« stellt einen Impuls dar, diese verlorenen Erfahrungsmöglichkeiten zurückzugewinnen. Das Erdseele-Träumen bietet Praktiken, um das zu entwickeln, was wir in westlichen Kulturen als nicht-alltägliche Erfahrungen ansehen, was in schamanischen Kulturen jedoch alltäglich ist. Wir müssen zu unserem angestammten schamanischen Erbe zurückkehren: ein Leben führen, das tief mit der Lebenswelt verwoben ist, auf spirituelle Weise in den Alltag integriert. Mit Berrys Worten aus *The Dream of the Earth*:⁴

In Zeiten der Verwirrung wie den gegenwärtigen sind wir nicht bloß auf unsere rationale Findigkeit angewiesen. Wir werden von den dem Universum zugrunde liegenden Kräften getragen, die sich uns in der Spontaneität unseres Seins präsentieren. Wir brauchen nur für diese Spontaneitäten sensibilisiert zu werden, nicht mit naiver Einfalt, sondern mit kritischer Wertschätzung. Dieses Innewerden unserer Erbanlagen – und somit auch das Gewährwerden umfassender kosmischer Prozesse – ist nicht in erster Linie Aufgabe von Philosophen, Priestern, Propheten oder Professoren. Es ist die Aufgabe der schamanischen Persönlichkeit, eines Typus, der in unserer Gesellschaft wiedererscheint.

[...] Nicht nur der schamanische Typus taucht in unserer Gesellschaft wieder auf, sondern auch die schamanische Dimension der Psyche selbst. In Zeiten bedeutender kultureller Umbrüche nimmt dieser Aspekt der Psyche in der gesamten Gesellschaft eine entscheidende Rolle ein und zeigt sich in allen grundlegenden Institutionen und Berufen. [...]

Diese schamanische Einsicht ist gerade jetzt besonders wichtig, da Geschichte nicht primär innerhalb von Nationen oder zwischen Nationen stattfindet, sondern zwischen den Menschen und der Erde mit all ihren Lebewesen. In diesem Zusammenhang müssen sich alle

unsere Berufe und Institutionen vor allem daran messen lassen, inwieweit sie diese sich gegenseitig befruchtende Mensch-Erde-Beziehung fördern.⁵

Langsamer werden

Ein wichtiger erster Schritt, um zu unserem erdverbundenen ökologischen Selbst zurückzufinden, ist die Entschleunigung. Wir müssen langsamer werden. Weniger tun. Weniger sein. Weniger machen. Weniger produzieren. Weniger wegwerfen. Weniger verbrennen. Im Wachstumsdenken des industriellen Paradigmas wird angenommen, dass mehr besser sei. Das Ergebnis dieser Überzeugung, die uns dazu bringt, immer mehr zu sein und zu tun, ist, dass wir oft traurig und krank sind, abgekapselt von der Natur, von unserer Seele und voneinander. Viele von uns fühlen sich immerzu bedrängt, gefangen, verloren und sind voller Ängste.

Nicht nur müssen wir in unserer Welt des Zuviels darum ringen, für uns Gesundheit und ein Gleichgewicht zu finden, wir verbrauchen auch viel zu schnell die Vorräte unseres endlichen Planeten. Wie Jennie Moore und William E. Rees es in ihrem Artikel *Getting to One-Planet Living* ausdrücken, befinden wir uns in einem »ökologischen Overshoot. – Wir benötigen das Äquivalent von 1,5 Planeten, um die erneuerbaren Ressourcen, die wir nutzen, bereitzustellen und unseren Kohlenstoff zu absorbieren.«⁶ Sie fragen, wie wir zu einem One-Planet-Leben finden. Dafür bieten sie eine Vielzahl von Lösungen »in der Welt« an. Da taucht bei Umweltschützern vielfach die Frage auf: Warum ist es so schwer, diese Art von Veränderungen durchzusetzen? Ist es die Macht der Gewohnheit oder die Kultur, sind es die Medien oder ist es die menschliche Trägheit? Wir wissen, was wir tun müssen, aber wir schaffen es nicht, es tatsächlich zu tun. Wir müssen unsere zugrunde liegenden Wertvorstellungen verändern, um unsere Gewohnheiten zu revolutionieren.

Der Versuch, langsamer zu werden, kann tiefsitzende Ängste auflösen, weil wir uns von Werten und Glaubenssätzen lösen, die unsere Länder, Gesellschaften und sogar Familien über Jahrzehnte oder in manchen Fällen Jahrhunderte geprägt haben. Ein wirkmächtiger grundlegender Antrieb ist: Wir leben, um Geld zu verdienen. Das könnten wir jedoch ändern und leben, um Nahrung anzubauen, zu heilen oder mit anderen zusammen zu sein. Oft sind diese Dinge aber nur für Geld zu haben: das vorrangige Tauschmittel in unserer Kultur. Es ist zwar schwer vorstellbar, aber es gibt Alternativen zum Leben in einer linearen ökonomischen Denkweise.

Was wir brauchen, sind Methoden, mit denen wir ganz neu einüben, in der Welt zu sein; und dieser erforderliche Grad der Veränderung kann nur mit Spiritualität erreicht werden. Alle Kulturen hatten ihre Rituale, die den Glauben trugen und aufrechterhielten und den nötigen Mut gaben, um auch unter Druck für die eigenen Überzeugungen einzutreten.

Eine sich stets erneuernde Kultur benötigt Rituale, Spiritualität. Für eine globale Bewegung muss diese Spiritualität über unterschiedliche kulturelle und religiöse Überzeugungen hinweg anwendbar sein. Dolores LaChapelle weist in ihrem inzwischen berühmten Artikel *Ritual is Essential*⁷ in Bezug auf erdzentrierte Kulturen auf Folgendes hin:

*Die meisten indigenen Gesellschaften auf der ganzen Welt hatten drei gemeinsame Merkmale: Sie hatten eine innige, bewusste Beziehung zu ihrem Wohnort; es waren stabile, »nachhaltige« Kulturen, die oft Tausende von Jahren Bestand hatten; und sie hatten ein reiches zeremonielles und rituelles Leben. Sie sahen diese drei Dinge als eng miteinander verbunden.*⁸

Dieses Buch konzentriert sich auf Methoden, um das erste und das dritte der genannten Elemente zu verwirklichen, die laut LaChapelle erforderlich sind, um im Gleichgewicht mit der Erde zu leben: eine bewusste Beziehung zu unserem Ort und ein reiches zeremonielles und rituelles Leben. Erdseele-Träumen ist ein Praxisbuch, das Metho-

den bietet, mit denen wir unsere Innigkeit mit der Erde wiederbeleben, indem wir unser persönliches Leben und unsere Gemeinschaften bereichern: durch auf die Natur ausgerichtete Zeremonien und Rituale.

Das Erdseele-Träumen: Drei Schritte zur Re-Vision unserer planetarischen Geschichten

In meinem Unterricht entwickelte ich eine Vielzahl erdverbundener spiritueller Übungen, mit denen ich nun schon lange arbeite. Nach Auswertung dieser Praktiken anhand von Studien bin ich zu den drei aufeinander aufbauenden Phasen gekommen, die sehr zuverlässig eine erdverbundene Sensibilität wachsen lassen. Natürlich gibt es viele unterschiedliche Praktiken, mit denen man jeden Schritt noch erweitern kann. In der Abfolge der Schritte wird jedenfalls eine Verschiebung der Perspektive ausgelöst, durch die wir uns ganz in das Lebensnetz einfügen und neu darin ausrichten. Selbst nach kleinen Ritualen erzählen Studenten und Workshop-Teilnehmer immer wieder überrascht von ihren ganz neuartigen Wahrnehmungen. In meinen längeren Workshops und Trainings staunen die Menschen über die Erweiterung ihrer nicht-kognitiven, intuitiven Intelligenz. Sie entdecken Magie und Wunder in verwobenen Wellen: Das ist, was ich als Meta-Synchronizitäten bezeichne; ein Aufblitzen des grundlegenden nicht-linearen, nicht-lokalen Schwingungsgefüges des Universums. Es geschehen Dinge, die die Grenzen von Zeit und Raum überschreiten. Kürzlich sagte eine Studentin: »Du hast etwas mit mir gemacht. Meine Träume sind jetzt so wild. Ich habe nichts getan.« Es ist das Aufwachen zu unserer in uns angelegten Sensibilität für die Erde und die geistigen Ebenen – das Aufwachen aus der Trennung –, und dies verändert unser Leben. Das Erdseele-Träumen ist ein Weg, solche Veränderungen zu erreichen. Es ist der Weg, der sich mir durch meine innere Suche nach

einer indigenen Erfahrung in Verbindung mit der Erde, wie ich sie kenne, eröffnete: dort, wo ich lebe, esse und wachse. Es gibt noch viele andere Wege und Möglichkeiten für das Erwachen zu einer die Erde wertschätzenden Lebensweise; auf einige von ihnen werde ich in diesem Buch verweisen.

Ich nenne die drei Schritte vom Erdseele-Träumen

- Verbindung mit der Erde,
- Verbindung mit der Seele (oder Weltenseele) und
- Verbindung mit dem Traum.

Im ersten Schritt helfen erdverbundene Übungen, durch Achtsamkeit für unsere Quelle ein Gewahrsein für die körperliche Verbundenheit mit der Erdengemeinschaft zu entwickeln. Die konsequente Praxis erdverbindender Rituale öffnet Türen zu dem, was wir in der westlichen Kultur als »veränderte« Bewusstseinszustände oder außersinnliche Wahrnehmung bezeichnen. Diese Bewusstseinszustände führen zum nächsten Schritt in diesem Prozess, der seelischen Verbindung. In diesem Buch bedeutet seelische Verbindung die Erfahrung, Teil von etwas Größerem als wir selbst zu sein, die uns zu einer tief empfundenen Ehrfurcht bringt. Ausgehend von dieser numinosen Ausrichtung ermutigen die Übungen in diesem Buch dazu, ein Gespür für die Netzwerke zu entwickeln, die in der westlichen Sprache und mit westlichen Konzepten als die subtilen Energien oder Schwingungen wahrgenommen werden, die allem Leben zugrunde liegen. Diese Netze sind sich überlappende, ko-kreative Träume, die aus den Geschichten aller Ausdrucksformen von Bewusstsein im Universum stammen.

Es ist wichtig anzumerken, dass das, was wir in unserer Kultur als Energie oder Schwingungen definieren – diese numinose Realität, die wir etwa in Geistesblitzen erfahren, die sich magisch und irgendwie jenseitig anfühlen –, niemals eine abnormale Wahrnehmung war. Sie war schon bei den frühen Menschen zu finden und ist es auch heute noch in vielen indigenen Gesellschaften.⁹ In indigenen Kulturen bedeutet die Wahrnehmung von »Geistern« oft etwas anderes

als in westlichen Kulturen. Mit »Geist« kann ein alltäglicher Teil des Lebens bezeichnet werden, nicht eine andere Realität. Dieser geistige »Seelen«-Bereich ist Ausdruck von Lebendigkeit und Sensibilität für die energetische Prägung anderer Wesen.

Im dritten Schritt führen die Übungen zur Verbindung mit dem Träumen zu Praktiken, die die sinnbildhaften Erfahrungsebenen erschließen. Im Zusammenhang dieses Buches kann Träumen als eine Form des Visualisierens verstanden werden. Auch einige indigene Kulturen meinen mit Träumen das Visualisieren oder aber das Erschaffen von Realität durch Ausrichtung auf bestimmte Dinge und ein Leben im Reich der Geschichten. Durch die Übungen zum Träumen werden die Leser eingeladen, sich auf eine Art und Weise mit der Vorstellungswelt zu verbinden, die durch unser rationales Denken oft sehr beschränkt ist. Die Traum- oder Visionsübungen in diesem Buch öffnen ein Verständnis für die Rolle, die innere Ausrichtung und kreatives Visualisieren bei der Veränderung unseres Lebens und der Welt spielen. Das Träumen nach dieser Methode verlangt von uns etwas Neues: die Verpflichtung, achtsam mit den Narrativen umzugehen, die unsere Überzeugungen und Handlungen beeinflussen, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht.

Für die Heilung der Erde zu träumen, erfordert in jedem Augenblick eine nie dagewesene Aufmerksamkeit für das, was wir als Ergebnis unserer Geschichten denken und fühlen – persönlich, familiär, kulturell, global – und wie diese Geschichten die Erschaffung unserer Realität, wie wir sie kennen, beeinflussen. Wachträumen ist nichts für schwache Nerven; es kann hart, wild, überraschend, schmerzhaft und jenseits aller Vorstellung beglückend sein. Und es führt uns oft über Grenzen hinaus, von denen wir gar nicht wussten, dass es sie überhaupt gibt. Bewusste Träumer zu werden, ist eine Initiation und ein Weg, voll und ganz Mensch zu werden; es ist ein Weg, sich als Vorläufer eines heilenden planetarischen Bewusstseins in die Welt einzubringen.

Übungen zur Verbindung mit der Erde

Die in diesem Buch vorgestellten Übungen zur Verbindung mit der Erde schließen uns wieder an unseren Körper und an die Erde an. Unser Körper besitzt Empfindungsmöglichkeiten, durch die wir uns bewusst mit der Erdengemeinschaft verbinden können. Die Wiederbindung mit der Natur und mit unserem Körper belebt schlummernde, oft verkümmerte Sinne. Die Wiederherstellung dessen, was der Ökopsychologe Michael J. Cohen »natürliche Sinne«¹⁰ nennt, hilft uns, achtsam zu werden für das Netz von Beziehungen, das uns in jedem Augenblick unseres Lebens umgibt. Diese Übungen konzentrieren sich besonders auf das ökologische Beziehungsgeflecht, auf das wir für unser Leben auf der Erde angewiesen sind.

Die Einsicht in die Erkenntnisse der Ökologie kann unser persönliches Leben verändern. Die wichtigste Idee des ökologischen Denkens ist, dass alles miteinander verbunden ist. Während diese Idee sehr in die Einzelheiten gehen kann, ist ihr Dreh- und Angelpunkt, dass man alles am besten in Beziehung erkennen und verstehen kann. Die Ökologie beschäftigt sich mit der Untersuchung von Organismen in Beziehung zueinander und zu ihrer Umwelt. Auf eine persönliche Ebene übertragen, sagt uns die Ökologie, dass es in unserem Leben genauso ist wie in der Natur; im ökologischen Zusammenhang können wir *uns selbst* am besten verstehen, und dazu müssen wir die gesamte Umgebung mit einbeziehen. Sozialwissenschaften und Psychologie betrachten das menschliche Leben im Zusammenhang unserer menschlichen Umgebung. Visionäres ökologisches Denken sagt uns, dass wir, um im Gleichgewicht mit der Erde zu sein, auch gesunde Beziehungen innerhalb unserer nicht-menschlichen Umwelt wahrnehmen und entwickeln müssen. Der Mensch ist Teil der Natur, aber eben nur ein Teil. Dass wir uns von der Gesamtheit des Lebens auf der Erde abschneiden und uns nur auf einen kleinen Teil, die menschliche Welt, ausrichten, hat zu einem tiefgreifenden Ungleichgewicht für unsere Spezies und den Planeten geführt.

Wenn wir ökologisches Denken mit Achtsamkeit verbinden, können wir lernen, uns auf unsere ökologische Realität auszurichten und

darin präsent zu sein. Tiefenökologen nennen diese Fähigkeit »ökologisches Selbst«. Ich betrachte es als eine Art spiritueller Entwicklung, da die Erfahrung unseres ökologischen Selbst ein Bewusstsein für unsere Teilhabe an etwas Größerem schafft. Für die Gestaltung der Übungen in diesem Buch können wir uns dieses größere »Selbst« als Gaia vorstellen. Die Menschen beziehen sich aus einer Vielzahl von Gründen auf die Erde als Gaia, es sind spirituelle, archetypische und wissenschaftliche. In der griechischen Mythologie ist Gaia die personifizierte Erde in Gestalt einer Göttin, der Urmutter allen Lebens auf dem Planeten. Der Wissenschaftler James Lovelock konstatiert in seiner inzwischen weithin anerkannten Gaia-Theorie, dass die Biosphäre ein sich selbst regulierender Organismus ist, der alle planetarischen Systeme organisiert und aufrechterhält.¹¹ Lovelocks Gaia-Theorie trug dazu bei, vom zerstörerischen industriell ausgerichteten Modell der Erde abzukommen, das davon ausgeht, dass die Natur in erster Linie zu unserem Nutzen existiert. Sein Denken führt zu einem ökologischen Bild der Natur, denn es zeigt, dass die Erde einen eigenen Sinn und Zweck und einen intrinsischen Wert hat, der unsere Würdigung und unseren Respekt erheischt.

Ich integriere Achtsamkeitstechniken in viele der Praktiken zur Entwicklung eines ökologischen Bewusstseins, weil es einfache und bewährte Möglichkeiten sind, den Verstand zu verlangsamen und die Sinne zu wecken. Achtsamkeit (wie auch manches in der Philosophie, etwa Phänomenologie) lädt uns ein, voll und ganz im gegenwärtigen Augenblick zu leben. »Öko-Achtsamkeit« nutzt Achtsamkeitstechniken, die uns helfen, voll und ganz in unserer Ökologie zu leben. Weil wir Teil der Natur sind, müssen wir uns nicht, wie man üblicherweise glaubt, in einer natürlichen Umgebung aufhalten, um der Rolle der Natur in unserem Leben gewahr zu werden.

Die Natur ist unser Leben. Wir sind Natur. Die Natur ist in jedem Moment mit uns: in unserem Atem, unserem Blut, unseren Zellen, im Wasser, das wir trinken und aus dem wir bestehen, unserer Nutzung der gespeicherten Sonne als Energie und all unseren Lebensprozessen, innen wie außen. Wir sind Leben und können nicht ohne die komplexen

Matrizen des Lebens existieren. Sich dessen gewahr zu werden und zu lernen, die Wirklichkeit unseres Eingebettetheits in die Natur zu erkennen, ist zweifellos einfacher, wenn wir uns zunächst an einen schönen Platz »draußen in der Natur« begeben, im Sinne von Unberührt-heit, die wir mit »natürlichen« Orten zu assoziieren pflegen. Wenn wir diese Fähigkeit entwickeln, stellen wir fest, dass wir tatsächlich zu jeder Zeit und an jedem Ort »in der Natur« sind; aber manche Gegenden sind durch menschliche Rohheit und Übernutzung stärker degradiert als andere. Wenn wir unsere Aufmerksamkeit und unser ästhetisches Empfinden für die Muster und die Gestaltung der »Natur« wecken, fühlen sich Orte, die vom menschlichen Planen geprägt wurden und mit der Natur nicht richtig im Gleichgewicht sind, sehr tot an; sie können große Traurigkeit und Schmerz auslösen. Diese Trauer ist jedoch Teil der Öko-Achtsamkeit und ein wesentliches Element des Prozesses, unser Geburtsrecht als Menschen zurückzufordern: auf allen Ebenen unseres Seins unseren Platz im Netz des Lebens zu erkennen und zu spüren. Die Arbeit von Joanna Macy, auf die im nächsten Kapitel näher eingegangen wird, befasst sich mit der Bedeutung der Trauerarbeit für unser Erwachen in der Welt.

Übungen zur Verbindung mit der Seele

Der zweite Schritt des Erdseele-Träumens enthält Übungen, die unsere spirituelle Wahrnehmungsfähigkeit vertiefen. Viele der Übungen in der vorangegangenen erd- und körperverbindenden Arbeit können auch als spirituell definiert werden. Sie schaffen ein Gefühl für das Heilige in unserem Leben und führen zu Ehrfurcht vor der Erdengemeinschaft und einer Wiederverbindung mit ihr. Die Übungen des Erdseele-Träumens nutzen die wiedererwachte Sensibilität für die natürliche Welt, die im ersten Schritt entwickelt wird, um mit der energetischen Wirklichkeit von Schwingungen zu arbeiten. Um aus einer Geisteshaltung heraus zu träumen oder zu visualisieren, die für Rückverbindung und Heilung förderlich ist, müssen wir erst lernen, uns von destruktiven »schwingungsmäßigen« Verstrickungen zu befreien.

Es gibt viele Möglichkeiten, ungesunde Verstrickungen zu erkennen, ohne in Begriffen einer energetischen Realität oder Schwingungsrealität zu denken. Für das Anliegen dieses Buches ist es jedoch wichtig, diese Arten von Erfahrungen zu verstehen und mit ihnen umzugehen, auch wenn sie »nicht real« erscheinen. In der Tat ist es ebenso nützlich, sich die Arbeit mit Energie und Schwingungen nur »vorzustellen«. Die Vorstellungskraft ist ein wesentliches Werkzeug, um uns wieder mit unserer Welt zu verbinden und sie neu zu erträumen. Durch Visualisierung und Imagination können wir uns für lebensverändernde Erfahrungen des Einsseins öffnen. Oft kann unser Verstand nicht folgen, wohin unser Körper und unser Herz uns führen. Unser Verstand ist schlecht gerüstet, um ein Bewusstsein in Beziehungen zu verstehen. Doch »der Beobachter«, das voll integrierte, multidimensionale Bewusstsein, das jeder von uns hat, kann die Tiefen der Wirklichkeit der Beziehungen ausloten. Indem wir uns auf das Gewebe der Lebensmatrix einstimmen, können wir zu unseren vollen Fähigkeiten als Menschen gelangen. Die seelenverbindenden Rituale des Erdseele-Träumens sind eine von vielen Möglichkeiten, unser Gewahrsein wieder in unseren umfassend fühlenden und energetischen Körper zu versetzen, um bewusst Veränderungen auf der Schwingungsebene zu bewirken.

Wenn wir langsamer werden und uns mit der Natur verbinden, mit unserer Natur und der Natur um uns herum, sogar in der Stadt, können wir zu einem angeborenen Wissen über subtile Ebenen zurückfinden, das die meisten Menschen in der westlichen Kultur vergessen haben. Wenn wir uns auf diese Schwingungsebenen einstimmen, können wir lernen, Schwingungen zu klären und aufzulösen, die uns in einer Art zu leben, zu erschaffen und zu träumen gefangen halten, die weder im Einklang mit unserem eigenen Wohlbefinden noch mit dem der Erde steht. Unser Seelenselbst, jenes Selbst, das als Teil von etwas Größerem als unserem Ego existiert, möchte in Ausgeglichenheit, Frieden und Harmonie sein mit allem Leben auf der Erde und im Kosmos. Mit der Erde in Einklang zu kommen, hilft uns, mit diesem

Seelenselbst in Einklang zu kommen. Hier finden wir Ausgeglichenheit, Erfüllung, Frieden und Sinn in einer Weise, wie wir sie bisher nicht kannten. Obgleich wir immer noch große Traurigkeit über den Schmerz der Welt empfinden, finden wir Möglichkeiten, Harmonie zu schaffen, indem wir Gesundheit und lebensspendende Energie für alle Wesen und für den Planeten visualisieren. Wir lernen, zum Kanal für die Heilung des Lebens zu werden, anstatt dem Leben Energie zu entziehen und die Ressourcen der Erdseele weiter zu erschöpfen.

Normalerweise rauben viele von uns Energie, ohne es zu merken: durch unser unbewusstes Begehren, Bedürfnis und Besitzen. Selbst wenn wir viel an uns gearbeitet haben und seelisch relativ gesund sind, treiben uns die von der herrschenden globalen Kultur übernommenen Gewohnheiten von Geist, Körper und Herz dazu, uns zu ängstigen, zu kämpfen und für unser Überleben zu sorgen – Energie aufzusaugen. Diese Gewohnheiten sind vielfach so tief verwurzelt, dass es täglicher Übung, ständiger Wachsamkeit sowie einer guten Portion Seelenarbeit bedarf, um es anders einzuüben: *Energiespender* zu sein statt *Energieräuber*. Denn wenn uns daran liegt, können wir in einer Verfassung bleiben, die es uns erlaubt, unsere Realität in Vertrauen, Freude und Dankbarkeit zu leben und zu erträumen.

Übungen zur Verbindung mit dem Traum

Wie bereits erwähnt, wird das, was wir bei uns im Westen meist »Visualisierung« nennen, in indigenen Kulturen vielfach als »Träumen« bezeichnet. In diesem Zusammenhang ist »Träumen« eine Art Ko-Kreation im täglichen Leben (ein verwandtes Konzept im Buddhismus ist die Idee des abhängigen Ko-Erstehens). Gruppen wie die *Pachamama Alliance* sehen die Veränderung des kollektiven Traums der westlichen Kultur als entscheidend für die Heilung unserer Welt an. Laut den indigenen Ältesten, die die Arbeit der *Pachamama Alliance* inspirieren, erschaffen wir, was wir sehen und uns vorstellen. In Übereinstimmung mit dieser indigenen Perspektive beziehe ich mich auf das Visualisieren als Träumen, da auch ich glaube, dass unser

Leben auf der Erde in gewissem Sinne ein Traum ist oder eine Sammlung von Geschichten, die wir heilen und verändern können.

Was bedeutet es, den Traum der Erde zu heilen? Erstens, unsere Macht anzunehmen, das Leben so zu erschaffen, wie es ist. Wir haben eine enorme Macht, durch jeden Gedanken und jede Handlung den Traum zu erschaffen, in dem wir leben. Diese Idee mag dem westlich geschulten Verstand mehr als irrational und sogar verrückt erscheinen. Uns wird beigebracht, die Realität sei objektiv, etwas, das »da draußen« und von selbst existiert. Das ökologische Paradigma lehrt uns, dass, da alles miteinander verbunden ist, die Realität im wesentlichen *relational* ist, in Beziehungen besteht. Somit ist sie formbar: entlang der durchlässigen Grenzen und kreuz und quer verlaufenden Muster, die unter den Lebensformen existieren. Wir wissen aus der Heisenbergschen Unschärferelation aus der Quantenphysik, dass wir stets beeinflussen, wie uns die Realität erscheint. Die dichte, physische Realität um uns herum besteht aus dem kollektiven Traum vieler Menschen und des Planeten über lange Zeiträume hinweg. Um eine neue Lebensweise zu erträumen, müssen wir kollektiv aufwachen und »zur Besinnung kommen«.

Diejenigen unter uns, die sich bewusst für die Heilung der Welt einsetzen, begegnen scheinbar unendlich vielen Menschen, die ihre Fürsorge und Kreativität auf bemerkenswerte Weise für die Heilung der Welt einsetzen. Es gibt Tausende von Organisationen auf der ganzen Welt, die sich, jede auf ihre Art und Weise, mit ihrem Land und den dort lebenden Menschen verbünden, lokale Ökonomien pflegen, ihre eigene Nahrung anbauen und sich für soziale Gerechtigkeit einsetzen. Paul Hawken hat in seinem Buch *Blessed Unrest: How the Largest Social Movement in History Is Restoring Grace, Justice, and Beauty to the World*¹² diese schnell wachsende Bewegung beschrieben. Hawken erkennt die Kraft kleiner, individueller Veränderungen, wenn man sie als ein Netz von Veränderungen sieht, das den ganzen Planeten umfasst:

Wie säen wir unsere Saat, wenn große wohlgemeinte Institutionen und intolerante Ideologien, die vorgeben, unsere Rettung zu sein, so viel Schaden anrichten? Ein sicherer Weg ist jener der Kleinheit, Anmut und Lokalität. Der Einzelne fängt dort an, wo er steht, und macht sich, in Antonio Machados poetischem Diktum, den Weg, indem er ihn geht.¹³

Anstatt die Macht, die Vision der Welt zu gestalten, an jene abzutreten, die »an der Macht« zu sein scheinen, ermutigen uns die Übungen des Erdseele-Träumens, luzide Träumer zu werden, die eine neue Erzählung, ein neues Narrativ von Gerechtigkeit, Frieden, Harmonie, Kreativität, Schönheit und Liebe erschaffen. Wir können einen neuen Traum hervorbringen, der alles Leben auf jeder Ebene wertschätzt und heiligt. Klingt das wie ein »Wunschtraum«? Ja, aber vielleicht können heilige Pfeifen und indigene Wege uns helfen, ihn zu verwirklichen. In jeder schmerzenden dunklen Ecke auf dem Planeten gibt es leuchtende Lichter von Träumern, die ein Netz der Transformation aufbauen. Wir sind ein Netz aus Licht und arbeiten für das Leben; wir erschaffen einen heilenden Traum für die Erde.

2

So verwendest du dieses Buch: Die Gaben des ökologischen Bewusstseins wachsen lassen

Das *Erdseele-Träumen* ist sowohl ein Handbuch als auch eine Denkschrift; es ist ein Leitfaden durch die vielen Übungen, die mich für ein ökologisches Bewusstsein geöffnet haben, und meine persönliche Geschichte der Entdeckung von Wegen zur »Re-Indigenisierung« des Geistes. Für westliche Menschen gilt es, den Weg zurück zur Erde nicht nur einmal zu gehen, sondern ihn jeden Tag immer wieder neu zu beginnen. Je mehr wir Gemeinschaften bilden und Rituale entwickeln, die das ökologische Bewusstsein fördern, und je länger wir mit diesen Übungen allein oder in Gruppen von Menschen leben, desto einfacher wird es, ein ökologisch eingebettetes Leben beizubehalten, und umso länger hält es an. Es ist so: Tägliches Einlassen und Üben ist nötig, um Empfindsamkeit und Bewusstsein für die Erde entstehen zu lassen.

Meine Hoffnung für alle, die dieses Buch lesen, ist, dass sie Wege finden, den eigenen Geist wieder zu indigenisieren und die Gemeinschaft mit anderen zu pflegen, die dasselbe tun. Weil das Gefühl, getrennt zu sein, obwohl wir es in Wirklichkeit nicht sind, ein zentraler Trugschluss der westlichen Ideologie ist, wirkt eine gemeinschaftliche Rückkehr zur Erde einfacher und stärker. Welch innerer Ruf dich auch immer zu diesem Buch geführt hat – der Ruf zu persönlichem Wachs-

tum, eine Sehnsucht nach erdegebundener spiritueller Praxis allein oder mit anderen und nach Entwicklung schamanischer Wahrnehmung, das Unterrichten, Moderieren oder Anleiten oder einfach die Suche nach Möglichkeiten, die Erde inniger zu lieben – meine Absicht ist, dass die Menschen, die dieses Buch entdecken, durch die Vielfalt der Übungen und die Vielzahl von Kombinationen einen Weg finden, das Erdseele-Träumen in ihr Leben und ihre Arbeit zu integrieren.

Es gibt in diesem Buch zu jedem Schritt des Erdseele-Träumens viele Übungen. Dies will den Leser anleiten, die Übungen so zu kombinieren, dass sie in Zustände führen, die das Einssein mit der Natur ebenso fördern wie das Eintauchen in die Schwingungsrealität und den direkten Kontakt mit Geisthelfern und den planetarischen Lichtführern. Die Übungen in diesem Buch können von allen angewendet werden, die einen erfahrungsorientierten spirituellen Ansatz für ein erdverbundenes Leben entwickeln möchten. Das Buch ist so konzipiert, dass es sowohl für Einzelpersonen geeignet ist, die ihre persönliche spirituelle Praxis entwickeln oder verbessern wollen, als auch für Gruppen, Seminarleiter, Geistliche, Religionspädagogen, Heilpraktiker, Lehrer und Professoren. Die Übungen und Methoden können an vielerlei Umgebungen angepasst sowie in verschiedenen Situationen und an unterschiedlichen Orten eingesetzt werden. Das Buch kann auch als Handbuch verwendet werden, um Praktizierende oder begleitete Gruppen Kapitel für Kapitel durch aufeinander aufbauende Lernerfahrungen zum spirituellen Wachstum zu führen.

Das Buch bietet einen dynamischen Studiengang, der sich von Kapitel zu Kapitel zur Entwicklung eines erhöhten ökologischen Bewusstseins bewegt. Die Übungen im Buch können nach und nach geübt, in eine bereits etablierte spirituelle Praxis integriert oder in ihrer Reihenfolge als eigenständiger Weg für eine integrierte spirituelle Entwicklung verwendet werden. Auch wenn die Übungen jeweils für sich praktiziert werden können, müssen sie schließlich, um den Zustand des Erdseele-Träumens zu erreichen, regelmäßig und konsequent und in einer bestimmten Reihenfolge geübt werden. Ebenso ist ein beständiges und mit der Zeit wachsendes Engagement für kontemplative

Übungen gefordert. Denn wir entwickeln uns in Bezug auf die Welt und den Kosmos immer weiter, indem wir den nächsten Schritt tun. Deshalb müssen wir uns darauf einlassen, einerseits mit Sorgfalt und Hingabe zu praktizieren und andererseits die Ergebnisse dem Göttlichen zu überlassen. Wir können uns selbst zum Tor der Erfahrung bewegen, aber nur durch beidseitige Übereinkunft wird sich das Tor zu neuen Ebenen der Erfahrung für uns öffnen.

Das Arbeiten mit diesem Buch

Es gibt viele Möglichkeiten, dieses Buch zu erleben und sich darin zu bewegen, und sie schließen einander nicht aus. Die ersten drei Kapitel führen den Leser in die Methode des Erdseele-Träumens und in die Herangehensweise des Buches ein. Kapitel 3 bietet eine kurze Einführung in das visionäre Umweltdenken, das meine Arbeit inspiriert hat und trägt. Die Lektüre dieses Kapitels ist optional, aber wahrscheinlich nützlich für jeden, der neu in diese Ideen einsteigt oder diese Arbeit anderen vermitteln oder bei ihnen voranbringen möchte. Die dann folgenden Abschnitte des Buches zeigen Zusammenhänge auf und beschreiben die Übungen zu jedem Schritt der Methode: Erdverbindung, Seelenverbindung und Traumverbindung.

Es liegt an dir, wie viel Zeit du mit dem *Erdseele-Träumen* verbringen willst; jede Zeit, die wir aufwenden, um uns mit unserer Empfindsamkeit für Erde und Seele zu verbinden, hat ihren Wert. Da ich diese Methoden seit Jahrzehnten praktiziere und lehre, sehe ich, dass sie ihren Wert haben, ob wir nun Jahre, Monate, Tage, Stunden oder auch nur Minuten mit verschiedenen Kombinationen dieser Übungen zubringen. Du kannst sofort loslegen und eine oder mehrere Übungen aus jedem Abschnitt auswählen und zusammenstellen und so für dich oder mit einer Gruppe eine Zeremonie gestalten. Wenn du die Erfahrungen mit anderen teilen willst, empfehle ich dir dringend, erst einmal eine gewisse Zeit für dich zu üben. So lernst du die manchmal überraschenden Wahrnehmungen und Gefühle kennen, die entstehen

können, wenn du auf neue Weise zum Leben erwachst. Du musst mit plötzlich auftretenden Gefühlsaufwallungen rechnen, es können auch ungewöhnliche Wahrnehmungen aufblitzen, und du solltest lernen, wie du aus diesen Momenten wieder in die »normale« Welt »zurückkommst«.

Wenn du andere anleitest, wirst du ihnen bei diesen Erfahrungen zur Seite stehen müssen, daher ist es wichtig, dass du deinen Weg findest, mit diesen Momenten und Übergängen umzugehen. Im Zweifelsfall solltest du wissen, dass die Erde und die Geisthelfer immer da sind, um dich zu führen. Egal, ob du die Anwesenheit irgendwelcher Geister oder Vorfahren spürst oder nicht, und selbst wenn du an das alles nicht glaubst, kannst du immer beten und den göttlichen Geist des Universums um Hilfe und die Geisthelfer um Führung bitten. Selbst wenn unser Verstand und unser Herz stark blockiert sind oder wir uns verloren und allein fühlen, können wir immer mit der Erde sprechen und sie um Hilfe bitten. Ich bitte stets die Erde und den göttlichen Geist, mich bei meinen Übungen und in meinem Unterricht zu führen. Wir sind Teil von konzentrischen Kreisen kollektiver Weisheit und müssen uns niemals allein durch Rituale bewegen, ob allein oder mit anderen. Es ist bedeutsam für das innere Wachstum, andere Menschen zu finden, mit denen man über das erd- und seelenverbundene Gewahrsein sprechen kann. Wir müssen für die öko-schamanische Erfahrung wieder eine Sprache finden, die die Wunder und das Geheimnis, das an die Oberfläche kommt, einfängt und uns hilft, es auszudrücken. Wenn ich Gruppen leite, stelle ich fest, dass die meisten Menschen Erfahrungen im Kontakt mit der Natur, der Seele, den Führern und den Ahnen haben. Gemeinschaftlich eine Sprache für sie zu finden, macht sie in unserer Seele mehr und mehr sichtbar.

Wenn du dich diesem Buch zuwendest, beginne, indem du deiner Inspiration folgst. Es ist ein Buch, das auf viele verschiedene Arten gelesen werden kann; es ist nicht dazu gedacht, es von vorne nach hinten zu lesen. Blättere, bis etwas in deinem Herzen spricht, und beginne dort, egal, in welchem Abschnitt du dich befindest. Dann baue dir da ein Ritual herum, indem du mindestens eine Übung aus jedem Ab-

schnitt praktizierst. Wenn du jedes der Rituale des Erdseele-Träumens, die du auswählst, nur 15 Minuten am Tag übst, wird das dein Leben verändern. Eine Stunde am Tag oder über viele Tage hinweg mit diesen Übungen kann den Verlauf deines Lebens umkrepeln, so wie es bei mir der Fall war. Jedes Mal, wenn wir mit Hingabe üben, vernehmen wir die Führer deutlicher; und mehr Übung bringt uns schließlich in die Gemeinschaft. Am Ende werden wir durch das Gewahrsein unserer Verbindung mit dem Leben wahrhaft unseren Teil dazu beitragen, das Bewusstsein unserer globalen Kultur in Richtung regenerativer, lebenserhaltender und erdverbundener Weisen zu verändern.

Das tägliche Praktizieren von Ritualen

Bewusstseinsverschiebung erfordert tägliche Übung. Das Erdseele-Träumen hält viele Übungen bereit, von ganz kleinen bis zu ausgedehnten und großen, die wir in unser Leben integrieren, wann und wo immer es möglich ist. Das Wichtigste ist, sich darauf festzulegen, jeden Tag etwas zu tun, um sich mit der Erde zu verbinden. An manchen Tagen haben wir nur kurz Zeit, manchmal können wir uns den ganzen Tag oder länger Zeit nehmen. Wenn wir Rituale finden, die zu unserem Leben, unseren Zeitabläufen und unseren Anliegen passen, werden wir auch an sehr geschäftigen und manchmal schwierigen Tagen Zeit für diese Rituale finden. Diese kleinen Momente summieren sich im Laufe der Zeit und öffnen unseren Geist für mehr Verbundenheit und die Fähigkeit, langsamer zu werden und sich öfter und schneller in die entstehende »Indigenisierung« zu versetzen, die mit der Zeit aus diesen kleinen Schritten erwächst. Für uns alle entstehen größere Veränderungen schließlich aus dem Kleinen; wenn ich beginne, dann oft mit einem Gefühl von Entfremdung und Getrenntheit, denn das ist die Herausforderung unserer Zeit: uns aus dem Mythos der Trennung herauszuschälen. Es ist eine Arbeit, die man nicht nur einmal

tut, sondern immer und immer wieder. Selbst für jene unter uns, die es sich zur Lebensaufgabe gemacht haben, ist es eine ständige Herausforderung, das ökologische Bewusstsein aufrechtzuerhalten und sich immer wieder auf die Erde zu besinnen.

Unabhängig von der eigenen Berufung gibt es in jedem Leben Raum, um an der Schaffung einer erdverbundenen Zivilisation mitzuwirken. Wie viel Zeit wir aufwenden, wie viele Rituale wir ausführen und wie schnell wir Veränderungen spüren, ist beim Erdseele-Träumen unwichtig. Das sind die Narrative von Leistung und linearem Fortschritt, Prägungen unserer Kultur, über die wir hinauswachsen wollen. Letztendlich bringt uns das Erdseele-Träumen von den linearen Vorstellungen von Fortschritt und Leistung weg. Wir erkennen, dass wir alle im Werden sind: gemeinsam jenseits von Raum, nicht-linear und nicht-lokal, gemeinsam in labyrinthischer Komplexität, so dass meine Hand, die für einen Moment den einen Baum berührt, gleichbedeutend ist mit der Geburt eines Sterns am anderen Ende der Galaxie. Mit diesem Vertrauen in das Wunder des Lebens können wir nachsichtig und freundlich mit uns sein und beginnen: wann, wie und wo wir Gewissheit und Bestätigung spüren.

Eine Methode zur Entdeckung von Magie

Ich habe das Erdseele-Träumen zur Methode entwickelt, weil ich in meiner eigenen langjährigen spirituellen Praxis und in der Arbeit mit anderen festgestellt habe, dass die konsequente Anwendung der Schritte in der richtigen Reihenfolge zur Erfahrung der Allverbundenheit mit dem gesamten Leben führt. Um selbst ein Ritual zum Erdseele-Träumen zu entwickeln, mache dich zunächst mit den Übungen in jedem Kapitel vertraut; das kann ein schnelles Durchblättern sein, bei dem du nach Worten, Sätzen oder Ideen suchst, die dir ins Auge

fallen. Bestimmte Übungen werden sich für dich geeigneter anfühlen als andere. Du kannst die Übungen auch abwandeln, damit sie zu deinen spirituellen, religiösen oder anderen regelmäßigen Übungen passen. Da wir im Grunde unseres Wesens kreativ sind, wird der Weg eines jeden Menschen, sich mit der Erde und den geistigen Ebenen zu verbinden, individuell sein. Dennoch gibt es Schritte oder Abfolgen, die das Hineinfinden in diese Erfahrungsebenen unterstützen und die über Jahrtausende hinweg Ähnlichkeiten aufweisen. Während wir also »unser eigenes Buch schreiben«, nutzen wir eine gemeinsame Sprache und das Alphabet der erdverbundenen »schamanischen« Erfahrung.

Mit der Zeit und bei konsequenter Übung öffnet uns das Erdseele-Träumen für eine spiralförmig angelegte Reise immer tiefer ins Mysterium. Mehr und mehr lassen wir das rationale Verstehen los und treten in eine neue Welt der Empfindungen ein. Obwohl unser Verstand die nicht-lineare Realität der »magischen« Erfahrung nicht begreifen kann, entwickeln wir unsere Fähigkeiten weiter, mit diesem holonischen (ganzheitlichen) Bewusstsein in Beziehung zu treten.¹⁴ Aus täglicher Praxis werden Wochen, Monate, Jahre – und plötzlich, zuerst in flüchtigen Eindrücken, dann manchmal in langen und verschlungenen Wellen, stellen wir fest, dass wir es erleben: das magische, nicht-lineare, außerzeitliche, unvermittelt auftauchende schöpferische Wunder der Lebenswelt. »Ah«, sagt ein längst vergessener Teil von uns, »das ist Magie!«

Du wirst – das ist zumindest meine Hoffnung und Absicht – seltsame und aufregende neue Teile von dir selbst und von unserer Welt erspüren und entdecken. Durch regelmäßiges Üben habe ich »Portale« zu alten Erderinnerungen, zu Ahnen und den wilden Energien von Pflanzen und Tieren um mich herum entdeckt, die auf eine Art schimmern und changieren, die ich nie für möglich gehalten hätte. Manchmal bekomme ich Angst und laufe weg, und dann erinnere ich mich, dass man diese Wunder am besten mit Freunden erlebt. Gemeinsam weben wir in Weisheit unsere Geschichten und vertrauen darauf, dass die geistigen Helfer und Ahnen unsere Führer sind.

Ich weiß jetzt, dass ich ein »Portal« in meinem Herzen habe. Manchmal öffnet sich mein Herz und ich falle, mit Hilfe großer Lichtführer, durch mich hindurch und in den Kosmos. Manchmal, in bestimmten Augenblicken ist es mir zu viel, ich bin nicht bereit dafür. Dann sage ich sanft: »Nein.« Wir haben die Macht, diese Beziehungen zu steuern, Grenzen zu setzen und das Tempo zu bestimmen, so dass es sich angenehm anfühlt. Wie auch immer du diesem Weg folgen willst: Du sollst wissen, dass ich meine Geschichte, wie sie sich in dieser Methode ausdrückt, in der tiefsten Hoffnung und Sehnsucht teile, dass du die Schönheit, die Anbindung und die immerwährenden Wunder nachempfinden kannst, die Erde und Weltgeist mit mir geteilt haben.

Weil ich den tiefempfundenen Wunsch habe, dieses Verweilen im Wunderbaren zu vermitteln, und weil die Methode widerspiegelt, wie meine eigene Entfaltung in ein erweitertes Bewusstsein verlaufen ist, ist das Buch so aufgebaut, dass das Gewahrsein schrittweise zu dem hinführt, was vielfach als »veränderte Bewusstseinszustände« bezeichnet wird.

Doch in Wirklichkeit handelt es sich um »re-indigenisierte Zustände«, die auftreten, wenn wir unsere Empfindsamkeit für Erde und Seele wiederbeleben. Indem wir uns mit unserer evolutionären Fähigkeit verbinden und mit elementaren Naturenergien und der Schwingungsrealität arbeiten, schaffen wir die Voraussetzung, um mit geistigen Helfern und Vorfahren in Kontakt zu treten und zu kommunizieren, die es überall auf der Erde gibt und die mit der Realität, wie wir sie kennen, verwoben sind und sich mit ihr überschneiden. Obwohl wir meist denken, dass »Engel« oder Geisthelfer »da draußen« und weit weg sind, befinden sie sich in Wirklichkeit in jedem Augenblick nur hinter einem dünnen Schleier. Es geht darum, die Ausrichtung des Bewusstseins zu verändern, um sich mit ihnen verbinden zu können und die Hilfe zu erfahren, die wir brauchen, um unser Leben und unsere Welt zu heilen und zu transformieren.

Vorbereiten, sich bereitmachen und noch einmal sich bereitmachen

Sich in unserer Kultur zu entschleunigen und die mentalen, physischen und emotionalen »Gefäße« zuerst einmal auf die spirituelle Entwicklung vorzubereiten, ist eine besondere Herausforderung und deshalb umso wesentlicher. Das Erdseele-Träumen führt uns dazu, mit Bedacht und in bewusstem Gewahrsein in manchmal intensive Erfahrungswelten einzutauchen und vor allem mit Geisthelfern zu arbeiten, die uns führen. Große Sorgfalt verwenden wir darauf, Neues nicht aus demselben Bewusstsein heraus zu erschaffen, das uns erst in diesen Schlamassel gebracht hat; vielmehr gilt es, einen neuen Weg zu einer neuen Vision zu bahnen. So fungiert das Erdseele-Träumen als eine Abfolge, die Klarheit, Schutz und sichere Orientierung bietet, wenn wir engagiert daran mitwirken, einen neuen Traum für die Erde ins Werk zu setzen.

Ich kann nicht genug betonen, dass wir uns, um durch spirituelle Arbeit echte Veränderungen in der Welt zu bewirken, vorbereiten, bereitmachen und noch einmal bereitmachen müssen. Wenn du zum Beispiel eine schamanische Reise unternimmst, ist eine sorgfältige Vorbereitungszeit wichtiger als die Zeit, die du für den Visionsprozess aufwendest. Wenn deine Erfahrung wächst, wirst du Methoden, Orte und Übungen entwickeln, die dich schneller in die richtige Ausrichtung für die Heilarbeit bringen. Doch am Anfang ist die Vorbereitung das Wichtigste. Die Geisthelfer können jenseits von Zeit und Raum kommunizieren und Informationen sehr schnell herunterladen. Es kann jedoch Tage, Monate oder Jahre dauern, die Gegebenheiten zu schaffen, die diesen Austausch ermöglichen, und die Informationen zu »entpacken«, wie es bei mir der Fall war.

Nach Hause kommen

Die Übungen des Erdseele-Träumens beschreiben den Weg meiner eigenen Geschichte der Heilung und Transformation. Ich widme meine Geschichte und alles, was ich in diesem Buch mitteile, der Heilung unseres Lebens und des Lebens der Welt. Gemeinsam können wir den Weg zurückfinden zu unserem Erbe: der Verbundenheit von Erde und Seele. Wenn ich meine Geschichte erzähle, weiß ich, dass sie im Widerspruch zu vielem steht, was wir in unserer Kultur wertschätzen. Vieles mag irrational oder gar verrückt erscheinen, und vieles beruht auf Wegen der Erkenntnis, die nicht in Fakten zu verorten sind, sondern aus subjektiver Erfahrung herrühren. Meine Geschichte ist eine der Entfaltung von Seele und Geist in einer Kultur, die versucht, zu diesen Erfahrungsweisen zurückzufinden. Ich habe mich nicht an andere gewandt, um diese Seinsweise zu erlernen, sondern meinen Weg auf dem Boden unter meinen Füßen in den Vereinigten Staaten von Amerika gefunden, wobei ich ein westliches Leben führte und Bücher las, die größtenteils von westlichen und oft weißen, männlichen Autoren geschrieben wurden. Aber meine Erfahrung ist eine, die sich in der gesamten westlichen Kultur abspielt: der Durchbruch unserer zellulären Erinnerung an Lebensweisen und Wege des Wissens, die wir jetzt brauchen, um die Herausforderungen, denen wir uns als planetarische Gemeinschaft gegenübersehen, effektiv zu lösen.

Alles, was ich in diesem Buch schreibe, sind Geschenke der Erde, der Geisthelfer und des göttlichen Schöpfers des Universums. Mein Wunsch – für mich und für uns alle – ist es, ein Sendbote der Lebenskraft zu sein, der die Menschen aufweckt, damit wir unser Geburtsrecht der schöpferischen Verbindung wieder einfordern und in Schönheit auf diesem Planeten wandeln. Ich kam zu diesem Wissen und dieser Absicht, indem ich mit der Erde saß, direkt mit Gaia sprach, um Weisung bat und lernte, das Mysteriöse und oft Magische der Botschaften zu lesen, wenn sie sich auf bildhafte und sinnbildhafte Weise

einstellten. Meine Führer und ich haben die Methoden der Kommunikation über viele Jahre hinweg entwickelt.

Jeden Tag überrascht mich das Leben. Es gibt immer neue Entdeckungen und Magie, in die ich hineinwachsen kann. Auf meinem Weg, auf dem ich oft darum ringen muss, mir ein ökologisches Bewusstsein zu bewahren, ist es immer wieder eine Herausforderung, im techno-industriellen Mainstream mit diesem Wissen zu bestehen. In letzter Zeit bemerke ich eine neue Qualität im Wandern zwischen den Welten. Da ich mich der Erde jeden Tag weiter annähere, spüre ich die Schwingung der Matrix des Lebens öfter und an mehr und anderen Orten: nicht nur im Wald oder beim Meditieren mit meinen Steinen, sondern im Café, in der Küche, beim Autofahren; oder in der Stadt, im Lebensmittelladen oder spät nachts in meinem Bett. Ich möchte dieses Gefühl beschreiben, aber die Worte entziehen sich mir. Es ist eine Welt, ein Bewusstsein, eine fühlbare Erfahrung, die nicht *langsamer* ist; aber *langsamer* ist das einzige Wort, das dem nahekommt. Es ist wie eine breite, lange, stetige langsame Welle inmitten kurzer kollidierender Wellen.

Das Lebensnetz zu fühlen, ist normalerweise sanft. Auch wenn die Erfahrungen des Einsseins manchmal gewaltig aufrütteln und bewusstseinsweiternd sind, finde ich, dass das alltägliche Gefühl der Verbindung mit dem Netz des Lebens leise ist. Es ist wie ein fast unhörbares Flüstern in einem Raum voller Menschen, die laut reden. Wenn ich nicht aufpasse, vernehme ich es nicht; wenn ich die Anteile von mir, die es spüren können, nicht bewusst wecke, kann es leicht unter den helleren, lautereren, geschäftigeren Wahrnehmungen des Traums der techno-industriellen menschlichen Kultur verschwinden. In meinem Leben und in meiner Arbeit versuche ich immer mehr, beides zugleich zu halten. Das ist eine Herausforderung, denn die Anziehungskraft und der Druck der menschlichen Kultur sind sehr stark und halten meine Aufmerksamkeit oft gefangen. Es ist fast so, als würde man zwei Arten von Musik gleichzeitig hören. Obgleich die Melodien vielleicht zusammenpassen, können sie doch aufeinanderprallen und wehtun.

In diesen Momenten richte ich mich auf die Verbindung mit der Erde und auf die Liebe aus. Liebe kann Tausende von Momenten großer Angst und anderer negativer Emotionen verwandeln. Wir brauchen uns nicht in einer Gedankensuppe aus Einsamkeit und Sehnsucht zu suhlen. Jetzt rufen uns mehr denn je die großen Lichtführer des Planeten und die Tiefen unserer Menschlichkeit zurück zu uns selbst, damit wir unser Zuhause der Schönheit und Liebe auf der Erde zurückfordern. Wir können die trennende Kluft zwischen uns und anderen überwinden, wenn wir unsere Freuden, unseren Kummer, unsere Ängste und unsere Träume in fürsorglichen Kreisen miteinander teilen. Wir lernen, der Erde unsere Gefühle zu schenken – alle. Sie werden im Bewusstsein des Planeten erneuert. Wir »kompostieren« diese Gefühle durch den Kontakt mit der Erde; immer mit der Bitte um Erlaubnis und in tiefer Dankbarkeit.

Um die Welt zu verändern, müssen sich die meisten, wenn nicht alle von uns auf eine erdverbundene Praxis einlassen, welcher Art auch immer; denn auch wenn sich die Kultur außerhalb von uns ausdrückt, hat sie ihren Ursprung in uns und im Miteinander des im Körper verankerten geistig-seelischen Gewebes der Gemeinschaft. Wir können eine erdverbundene Kultur nur wachsen lassen, wenn wir lernen, die Erde wieder wertzuschätzen.

Bei mir persönlich begann die Ernte meiner unerwarteten und lebensverändernden Gaben eines erdverbundenen Bewusstseins damit, dass ich mich buchstäblich zwischen Felsen und Bäumen entlangtastete. Als ich die Erde regelmäßig berührte, hatte ich so etwas wie einen Gipfelpunkt, doch dann fing ich an, mit der Erde und der gesamten Gemeinschaft des Lebendigen zu sprechen und mich mit einer intuitiven, schöpferischen Ritualpraxis zu befassen. Das brachte mich zu neuen Gipfelerlebnissen, und als ich diese Dinge zuerst nur mit ein paar Menschen und schließlich mit immer mehr Menschen tat, führten sie mich zu völlig neuen Horizonten. Schließlich wurde es mein Ziel und meine Hoffnung, ein Teil des Wandels auf der Erde zu sein, der Heilung bringt: durch die Re-Indigenisierung des westlichen Verstandes. Irgendwann dämmerte es mir: Das ist nicht nur etwas, das

vielleicht irgendwo in weiter Ferne passiert; es geschieht jetzt, in diesen Kreisen, im Gespräch mit der Natur, durch die Berührung der Erde in der Zeremonie, im Austausch von Geschichten am Feuer und indem wir es zulassen, unsere Erfahrung über unseren individuellen Verstand hinaus in das kollektive Gewahrsein des energetischen Gewebes hinauszubewegen: des Gewebes, das uns alle in der Matrix des Lebens hält.