

Auch du bist ein Schamane



Kurt Fenkart

Auch du bist ein  
**Schamane**

Vision · Seelenkraft · Heilung

Mit Praxis-CD

*Ansata*

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier *EOS* liefert  
Salzer, St. Pölten.

Ansata Verlag  
Ansata ist ein Verlag der Verlagsgruppe Random House GmbH.

ISBN 978-3-7787-7383-3

Erste Auflage 2010  
Copyright © 2010 by Ansata Verlag, München, in der Verlagsgruppe  
Random House GmbH  
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.  
Redaktion: Karin Weingart  
Illustrationen: Reinert & Partner Werbedesign, München  
Einbandgestaltung: Reinert & Partner Werbedesign, München, unter  
Verwendung eines Motivs von Shutterstock  
Gesetzt aus der Adobe Garamond Pro von  
EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

*Wenn der Schüler bereit ist, findet sich der Lehrer.*

(Chinesisches Sprichwort)



# Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser . . . . . 11

Statt eines Vorworts. . . . . 15

## **Die ersten Schritte**

*Von mysteriösen Herzstichen, einer ungewöhnlichen Statistik und Lichtpunkten in den österreichischen Alpen. . . . .* 19

## **Die Heilung des Lichtkörpers**

*Unsichtbare Riesenschlangen, ein Strichmännchen und die Schwingungen der Schamanenrassel . . . . .* 37

Übung: Die Erschaffung des heiligen Raumes. . . . . 69

Übung: Die Reinigung des Lichtkörpers. . . . . 71

## **Unsere Begleiter in der geistigen Welt**

*Ein Adler, das Herz des Wapiti und Reisen, die alles verändern. . . . .* 77

Übung: Die schamanische Reise. . . . . 108

## **Verbündete in der Natur**

<i>Tatanga Mani, Lehrer Baum und eine Medizinfrau im Urwald</i> . . . . .	119
Übung: Die Kraft der Bäume . . . . .	143
Übung: Die Aura sehen . . . . .	145
Übung: Den Baumspirit sehen . . . . .	147

## **Synchronizitäten und Schöpferkraft**

<i>Von unmöglichen Wünschen, einer Kugelschreiberstraße und Visionen, die zum Ziel führen.</i> . . . . .	149
Übung: Ritual zur Aktivierung der Schöpferkraft . .	167

## **Heilungsgeheimnisse entschlüsselt**

<i>Dunkle Würste, ein wissender Landwirt, die Nahrung der Erde und mehr</i> . . . . .	173
Übung: Die schamanische Heilbehandlung . . . . .	214

## **Der Tod ist nicht das Ende**

<i>Meine Oma, Manfred und ein altmodisches Beinkleid</i> . . . . .	225
Übung: Die Reise zu Ihrem spirituellen Führer. . .	257
Übung: Verstorbene an den richtigen Platz bringen	262
Übung: Kontaktaufnahme mit den Ahnen . . . . .	265

## **Die Weihung zum Schamanen**

<i>Ein köstlicher Eintopf, Schnaps für die Spirits und Momente tiefer Rührung</i> . . . . .	267
Übung: Ihre Initiation . . . . .	280



## **Anhang**

Übungen für Fortgeschrittene . . . . .	285
Kraft durch aktives Träumen . . . . .	285
Hellsehen – ein Experiment . . . . .	289
Literaturempfehlungen . . . . .	293
CD-Hinweis . . . . .	297
Über den Autor / Kontakt. . . . .	299



## Liebe Leserin, lieber Leser,

*Auch du bist ein Schamane ...* Zu gern wäre ich Zeuge Ihrer ersten Reaktion auf den Titel dieses Buches gewesen. Dachten Sie zunächst vielleicht *Das stimmt doch gar nicht, ich bin kein Schamane, ich bin doch Programmiererin*. Oder Bankangestellter. Forstwirt. Bäckereifachverkäuferin ...

Oder war Ihr erster Gedanke eher *Schön wär's ja, aber ich doch nicht ... Dazu fehlt mir jegliche Begabung*.

Möglicherweise, und das wäre natürlich schön, hat der Titel auch gewisse Assoziationen bei Ihnen geweckt, ungestillte Sehnsüchte, vage Erinnerungen an das Kind, das Sie einmal waren, oder an Träume, die Sie einmal hatten. Dann könnte Ihnen eventuell auch bekannt sein, dass das Wort »Schamane«, das aus einer sibirischen Sprache stammt, dem Tungusischen, nichts anderes bedeutet als »Wissender« – »Mensch, der weiß ...«

... um die Wunder der Natur, die schillernde Vielschichtigkeit des Seins, um die Kraft der geistigen Welt und die Mysterien der Heilung ...

Es könnte allerdings auch sein, dass Sie sich gegenwärtig in einer Lebenskrise irgendeiner Art befinden, die Sie zu jedem Strohalm greifen lässt.

Dann sind Sie vermutlich schon auf dem Weg. Denn jede Krise macht uns durchlässiger, öffnet uns für das Unver-

hoffte, das zuvor Udenkbare, für neue Perspektiven und Antworten.

Glauben Sie mir, ich weiß, wovon ich spreche. Auch mein Weg war eine Springprozeßion von Versuch und Irrtum. Von Krisen und Bewältigung. Aber auch von glücklichen Momenten und ergreifenden spirituellen Erfahrungen.

An all dem möchte ich Sie gern teilhaben lassen, wenn es Ihnen recht ist. Denn wer sich auf einen Weg begibt, kann sich an den Erfahrungen derer orientieren, die schon länger dabei sind. Oder sich einen Reiseleiter engagieren, der die Strecke gut kennt, ihre Risiken, aber auch ihre geheimen Schönheiten.

Ich selbst habe von den Schamanen gelernt, denen ich begegnen durfte. Und nun lade ich Sie gern ein, von all dem zu profitieren, was mir aufgrund vieler schicksalshafter Verstrickungen zuteilwurde.

Vertrauen Sie sich. Vertrauen Sie Ihrem Herzen und Ihrer Seele. Dann werden Sie bald spüren: *Auch Sie sind ein Schamane.*

In diesem Sinne,  
herzlich Ihr  
*Kurt Fenkart*

P.S. Ganz streng genommen müsste der Titel dieses Buches lauten: *Auch Sie sind ein Schamane oder eine Schamanin.* Denn da wir uns noch nie in die Augen geschaut haben,

betrachte ich es als ein Gebot der Höflichkeit, Sie nicht ungefragt zu duzen.

Und eigentlich hätte ich meinen Formulierungen auch gern immer die grammatikalisch weibliche Form hinzugefügt. Nur des besseren Leseflusses wegen verzichte ich darauf und beschränke mich auf das generische Maskulinum. Ich bitte um Verständnis.



## Statt eines Vorworts

Mein Herz schlägt wild. Der Puls rast. Mir ist hundeelend vor lauter Panik.

Das Schrecklichste, was ich mir vorstellen kann, ist geschehen: Meine Aktien sind ins Bodenlose gefallen.

Das geht doch aber gar nicht, denke ich mir, die Papiere können doch nicht fallen. Ich hab's doch sogar schriftlich ...

Ich schrecke hoch, öffne die Augen, um mich herum ist alles dunkel. Gott sei Dank – nur ein Traum. Ein Albtraum!

Ich lege mich auf die Seite und versuche, wieder einzuschlafen. Doch der Traum lässt mich lange nicht los.

Ich hatte mein ganzes Geld an der Börse investiert. Mein Arbeitgeber, ein Bankinstitut, hatte mir eine hohe Summe geliehen und die Wertpapiere zu neunzig Prozent belehnt.

Meine Aktien konnten nur steigen. Und zwar, weil mein Arbeitgeber dafür sorgte. Ich hatte es schriftlich. Wie ich so dalag und der Angstschweiß langsam trocknete, sah ich die Empfehlung der Wertpapierabteilung vor mir, als hätte ich das Schreiben in der Hand. Natürlich würden sich die Aktien des eigenen Hauses gut entwickeln. Natürlich würde der Wertanstieg höher ausfallen als die Kreditzinsen, die ich zu zahlen hatte. Natürlich würde ich am Ende einen schö-

nen Gewinn einstreichen können. Ich konnte von diesem Deal nur profitieren.

Und tatsächlich, die Papiere entwickelten sich erfreulich. Ein leichter Anstieg war bereits zu verzeichnen. Es *konnte* nur aufwärtsgehen.

Und der Traum – reiner Blödsinn.

Drei Monate später. August 1990.

Ich sitze an meinem Schreibtisch. In den Nachrichten habe ich gerade gehört, dass Saddam Hussein in Kuwait einmarschiert ist. Die Börse reagiert sofort. Frankfurt, Wall Street, Wien. Überall dasselbe. Die Kurse fallen.

Und fallen und fallen.

Meine Papiere sind bereits dabei, die Gewinnzone zu verlassen.

Panik erfasst mich. Ich denke an unsere Kunden. Und an mein eigenes Depot. Meine Schulden. Ich schaue mich um. Auch meinen beiden Kollegen, mit denen ich mir das Büro teile, ist die Angst anzusehen. Sie sind in derselben Situation wie ich. Haben ebenfalls viel investiert.

Telefonisch versuchen wir, die Zentrale zu erreichen. Die Wertpapierabteilung. Aber wir kommen nicht durch. Einer nach dem anderen drücken wir die Wahlwiederholung.

Einer hat irgendwann Glück.

»Was sollen wir tun?«, fragt der Kollege.

»Halten!, halten!, halten!«, brüllt der Händler am anderen Ende der Leitung in den Hörer. Und legt hektisch auf.

Ich will es genauer wissen. Wieder drücke ich die Wahlwiederholung. Und habe nach einigen entnervenden Runden in der Warteschleife den Chefhändler am Apparat.



»Sind Sie ganz sicher?«, frage ich ihn. »Sollten wir die Papiere nicht doch besser gleich abstoßen? Bevor sie noch weiter fallen.«

»Nein. Das werden sie nicht. Halten!, halten!, halten!« Und auch er legt auf.

Jetzt bin ich doch einigermaßen beruhigt – schließlich habe ich nicht mit irgendjemandem gesprochen, sondern mit dem Chefhändler persönlich – und übergebe der toten Leitung nach Wien noch ein Dankeschön, bevor ich meinen Kollegen die gute Nachricht überbringe.

In der Hoffnung, dass sich über Nacht die Verhältnisse normalisieren, verzichten wir darauf, unsere Aktien zu verkaufen.

Doch die Verhältnisse denken gar nicht daran, sich über Nacht zu verbessern. Im Gegenteil. Und nicht nur in der ersten Nacht ...

Zwei ganze Wochen lang lassen wir uns hinhalten, meine Kollegen und ich. Wachen morgens mit Panik auf und fallen abends mit wirren Hoffnungen auf ein Wunder ins Bett.

Die Aktien erleben ein gewisses Auf und Ab, aber die Tendenz ist eindeutig. Sie führt immer tiefer in die Verlustzone hinein.

Aber was so tief sinkt, dass es tiefer kaum geht, muss doch auch wieder steigen. Oder etwa nicht?

Nun, diese Weisheit gilt vielleicht fürs Leben im Allgemeinen, in dem sich stets ein neues Türchen öffnet, wenn eines zugefallen ist – aber nicht unbedingt an der Börse.

Entgegen allen Erwartungen stabilisierte sich die Lage am Golf keineswegs. Und innerhalb von circa vierzehn Tagen erlebte ich am eigenen Leib, was gemeint ist, wenn man sagt: Etwas fällt ins Bodenlose. Der Kurs meiner Aktien machte es mir vor.

Nicht nur, dass mein Eigenkapital futsch war – ich saß jetzt auf einem Schuldenberg, der einem Bankrott gleichkam.

Ich war völlig verzweifelt.

Und in diesem Moment fiel mir der Traum wieder ein, den ich drei Monate zuvor hatte. Der Albtraum war Wirklichkeit geworden.

Nicht, dass sich dadurch an meiner miesen finanziellen Lage irgendetwas geändert hätte. Aber meine Aufmerksamkeit verlagerte sich. Ich wollte wissen, was es mit diesem Traum auf sich hatte. Und was dahintersteckte. Wie es kommen konnte, dass mir dieses Nachtgespinnst die Zukunft zeigte. Und ob ich den Ruin hätte abwenden können, wenn ich dem Fingerzeig gefolgt wäre.

Viele Fragen, auf die weder ich eine Antwort wusste noch die Menschen, denen ich sie stellte.

Meine Suche begann.

Ein langer Weg lag vor mir.

## Die ersten Schritte

Von mysteriösen Herzstichen, einer ungewöhnlichen Statistik und Lichtpunkten in den österreichischen Alpen

Auf der Suche nach Antworten und Erklärungen habe ich mich zunächst intensiv mit positivem Denken, der Kraft der Gedanken, befasst und meditieren gelernt.

Mein Interesse an Techniken, den Geist zur Ruhe zu bringen, ging sogar so weit, dass ich selbst eine Gruppe von Gleichgesinnten gründete, in der wir experimentell versuchten, die Grenzen der Alltagswirklichkeit auszuloten.

Als ich im Oktober 1993 gerade ein Selbsterfahrungswochenende vorbereitete, das wir auf einer Almhütte abhalten wollten, wurde ich mitten in der Nacht von schmerzhaften Stichen in der Brust geweckt.

*Herzinfarkt* war mein erster Gedanke.

Aber das Stechen ließ bald nach und ich konnte wieder einschlafen.

So ging das einige Nächte lang. Ich schreckte aus dem Schlaf mit diesen schrecklichen Stichen in der Herzgegend, die ich mir nicht erklären konnte und die sich besserten, sobald ich ein paar Minuten wach war.

Meine Tochter Gloria war zu dieser Zeit noch kein Vierteljahr alt. Eines Abends brachte ich sie zu Bett und blieb selbst noch einige Stunden auf.

Als dann auch für mich Schlafenszeit war, legte ich mich auf die linke Seite, dem Kinderbett zugewandt.

Nicht lange, und ich wachte wieder auf. Diesmal waren die Beschwerden viel schlimmer als sonst. Ich wusste mir kaum mehr zu helfen. *Jetzt bloß die Nerven nicht verlieren*, versuchte ich mich zur Ruhe zu zwingen. *Das ist nur eine kleine Muskelverspannung*.

Ich machte Atemübungen und massierte mir die Muskulatur des Brustkorbes. Dann versuchte ich wieder einzuschlafen. Diesmal legte ich mich nicht auf die linke Seite, sondern drehte mich um und stellte bald fest, dass es mir gleich viel besser ging, wenn ich auf der rechten Seite lag.

Dann kam das Wochenende auf der Almhütte, an dem unser Selbsterfahrungsseminar stattfand.

Den ganzen Nachmittag und Abend meditierten wir unter meiner Leitung auf die Stille und das Licht und luden unsere Aura auf.

Danach gingen wir zu Bett. Ich hatte das Glück, ein Einzelzimmer beziehen zu können.

Auch in dieser Nacht wachte ich wieder auf, weil ich es vor Schmerzen kaum aushielt. Aber komisch – irgendwie wusste ich mit rätselhafter Gewissheit, dass mit meinem Herzen alles in Ordnung war und dass diese Beschwerden von irgendetwas Fremdem, außerhalb meiner Person Liegendem verursacht wurden.

Was, wenn ich Ziel eines schwarzmagischen Angriffs war?

Fieberhaft ging ich alle Menschen durch, die es in meinem Leben gab, Freunde, Kollegen, Bekannte, ehemalige Kunden, sogar entfernte Familienangehörige. Aber von denen konnte doch keiner ... Oder etwa doch?

Irgendwann legten sich die Schmerzen und mein Herz beruhigte sich. Vor dem Wiedereinschlafen lud ich mich noch einmal mit Licht auf, um meine Aura so gut wie möglich zu schützen.

Aber wenn ich nun doch Ziel einer schwarzmagischen Attacke war?

Ich hatte öfter gehört, dass man in einem solchen Fall die schädliche Energie einfach an den Absender zurückschicken sollte.

Aber irgendetwas hielt mich davon ab.

Stattdessen sandte ich dem Betreffenden, von dem ich mir immer noch nicht vorstellen konnte, wer es sein mochte, gute, lichte, liebevolle Energie.

Mit diesem Gedanken schlief ich wieder ein.

Es wurde dann noch ein sehr schönes, erfahrungsreiches Wochenende und ich kehrte am Sonntagnachmittag mit guten Gefühlen nach Hause zurück.

Während ich am Montag wie gewohnt bei der Arbeit war, suchte Glorias Mutter mit ihr die Säuglingsberatung auf.

Dann überschlugen sich die Ereignisse.

Bei der Routineuntersuchung stellte die Krankenschwester nämlich fest, dass Glorias Herz viel zu schnell und heftig schlug. Sie musste sofort ins Krankenhaus.

Dort empfahl uns der zuständige Arzt, schleunigst die circa 150 Kilometer entfernte Universitätsklinik in Innsbruck aufzusuchen, da er nichts für sie tun könne.

Auch im Universitätskrankenhaus konnte zunächst nur festgestellt werden, dass Glorias Zustand kritisch war. Ihr Herzschlag war der eines Erwachsenen, viel zu schnell. Mehr fanden die Männer und Frauen in Weiß nicht heraus.

Um die Kleine zu stabilisieren, wurde sie an Geräte angeschlossen und medikamentös versorgt. Und dann erst rückte der diensthabende Arzt mit der ganzen Wahrheit heraus: Wenn die Krankenschwester in der Säuglingsberatung nicht so genau hingeguckt hätte und das Baby unbehandelt geblieben wäre, hätte sein Herz jeden Moment aufhören können zu schlagen.

Glück im Unglück: Nach einem dreimonatigen Krankenhausaufenthalt konnte Gloria als gesund entlassen werden. Für mich ist das auch heute noch ein Wunder.

Allerdings hatten wir auch damals schon eine berühmte Heilerin hinzugezogen, die auf geistigem Wege zur Gesundung des Mädchens beitrug.

So ist also alles noch einmal gut ausgegangen.

### *Sehen, wahrnehmen, übertragen*

Im Nachhinein war es mir klar: Da bestand ein Zusammenhang. Meine nächtlichen Stiche in der Brust hatten etwas mit der Herzkrankheit meiner kleinen Tochter zu tun.

Gloria hatte keine Schmerzen, weinte daher auch nicht mehr als sonst. Anderenfalls wären ihre Mutter oder ich doch bestimmt viel aufmerksamer gewesen und hätten ihren Zustand vielleicht auch selbst bemerkt.

Aber welche Möglichkeiten der Kommunikation blieben meiner kleinen Tochter, dem Baby, das des Sprechens noch

nicht mächtig war? Ich kann es mir nur so erklären: Sie hat sich mir unbewusst mitgeteilt, mir auf der Seelenebene einen Hinweis auf ihre Erkrankung zukommen lassen. Eine Warnung.

Heute, mit dem Wissen und der Erfahrung vieler Jahre, gehe ich sogar noch einen Schritt weiter und vermute, dass sich auch ihr Leiden – zumindest teilweise – auf mich übertragen hatte. Und vielleicht stellte das, was sich da in diesen Nächten unbewusst zwischen uns abgespielt hatte, nicht nur eine Warnung dar, sondern war auch Teil des Heilprozesses.

Für die Schamanen vieler sogenannter Naturvölker wäre diese Erklärung die naheliegendste. Denn sie kennen Methoden, die Krankheiten anderer Menschen rituell auf sich zu nehmen, um Beschwerden zu lindern und Heilkräfte anzuregen.

Und auch dies wissen sie: dass es mehr gibt »zwischen Himmel und Erde«, wie Shakespeare so schön schrieb, und dass die Seele über Möglichkeiten verfügt, die dem rationalen Verstand nicht zu Gebote stehen. Denn wie sonst hätte es zu meinem prophetischen Wahrtraum vom Börsencrash kommen können – oder eben auch zur Spiegelung der Herzerkrankung meiner Tochter in den Brustschmerzen, die ich nächtelang empfand?

### *Hellsehen kann jeder*

Den Vorgang, Dinge zu erkennen, die man »eigentlich« gar nicht wissen kann, nennt man gemeinhin Hellsehen, Hellfühlen oder Hellhören (je nach der Sinnesmodalität der



Kurt Fenkart

**Auch du bist ein Schamane (+CD)**

Vision, Seelenkraft, Heilung

Gebundenes Buch, Pappband, 304 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

9 s/w Abbildungen

ISBN: 978-3-7787-7383-3

Ansata

Erscheinungstermin: Oktober 2010

Schamanische Techniken – Quelle von Ruhe, Kraft und Glück

Um der Hektik und dem Stress des modernen Alltags zu begegnen und die Balance zwischen Anspannung und Spannung zu finden, sind die uralten Techniken des Schamanismus ein hochwirksames Mittel. Wer sein Leben ändern will, wer stärker in Einklang mit dem eigenen Innern, mit der göttlichen Kraft und mit seiner innersten Natur kommen will, findet hier die nötige Inspiration.

Kurt Fenkart's Buch ist zum einen ein spannender Reisebericht zu den Schamanen verschiedener Erdteile und zur Erfahrungswelt überirdischer Visionen und heilender Träume. Zum anderen ist es eine praktische Anleitung für den Anfänger, um sich mit dem Weltbild, dem Heilsystem und den Trancetechniken des Schamanismus durch eigene Erfahrung vertraut zu machen. Die beigelegte CD führt ganz praktisch auf eine schamanische Reise in die Innenwelt, mit Trommeln, Rasseln und Ritualen.

- Schritt-für-Schritt-Einführung in die Geheimnisse der schamanischen Vision
- Durch Trance und Vision einen Ausweg aus Lebenskrisen finden
- Wie die Lebensenergie zum Fließen gebracht und Kontakt mit Geistführern und Krafttieren hergestellt wird
- Rituale zur Wunschverwirklichung und für die Zusammenarbeit mit den helfenden Kräften der anderen Welt



[Der Titel im Katalog](#)