

SCHAMANISCH REISEN  
IN MEXIKO  
•  
EMMAS TAGEBUCH



SCHAMANISCH REISEN  
IN MEXIKO

*Emmas Tagebuch*

MANUELA KLOIBHOFER



Wildfrau

## **Impressum**

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Zitate aus dem Buch dürfen unter Angabe der Quelle verwendet werden.

Alle Angaben in diesem Buch erfolgen nach bestem Wissen und Gewissen.

Sorgfalt bei der Umsetzung ist indes dennoch geboten. Für eventuelle Folgen aus der Anwendung der Inhalte übernimmt die Autorin keine Haftung.

© 2025, Wildfrau Verlag

Manuela Kloibhofer, Quellestraße 5, 4052 Ansfelden

[www.manuela-kloibhofer.at](http://www.manuela-kloibhofer.at)

Alle Rechte vorbehalten.

ISBN 978-3-200-10620-8

Covergestaltung: Manuela Kloibhofer mithilfe von KI (Copilot, ChatGPT) unter Einhaltung der kommerziellen Nutzungsbedingungen.

Produktion und Druck: Amazon Kindle Direct Publishing

*Für Catarina*

# INHALTSVERZEICHNIS

**DER ANFANG 9**

**DIE REISE BEGINNT 10**

Übung: Intention 15

**TAG 1 – WALK OF POWER ODER WALK OF SHAME? 16**

Vorbereitung: Räuchern 32

Übung: Walk of Power 34

**TAG 2 – TANZ MIT DEM WIND 36**

Übung: Höhlenmeditation 46

**TAG 3 – IM MUTTERLEIB DER ERDE 48**

Übung: Loslass-Wanderung 58

**TAG 4 – SCHMETTERLING MIT MESSERN 59**

Übung: Reise zur Obsidiangöttin 70

**TAG 5 – DIE STRASSE DER TOTEN 72**

Übung: Hausaltar 77

**TAG 6 – DAS TOR IN ANDERE DIMENSIONEN 80**

Übung: Wanderung zum heiligen Ort 88

**TAG 7 – WO GÖTTER GETAUFT WERDEN 90**

Übung: Initiation 100

**TAG 8 – ON THE ROAD 103**

Übung: Ausblick 106

**TAG 9 – VERLOREN ODER ANGEKOMMEN? 108**

Übung: Wanderung mit dem inneren Kompass 118

<b>TAG 10 – IM EIGENEN ELEMENT SEIN</b>	<b>120</b>
Übung: Medizinrad	136
<b>TAG 11 – SIND STEINE LEBENDIG?</b>	<b>138</b>
Übung: Chakra-Steine	150
<b>TAG 12 – MIT BÄUMEN ATMEN</b>	<b>152</b>
Übung: Baummeditation	166
<b>TAG 13 – VOLLMONDGEHEULE</b>	<b>168</b>
Übung: Reise zum Tierhelfer	176
<b>TAG 14 – DIE SCHWARZE FRAU</b>	<b>178</b>
Übung: Reise zum Geisthelfer	197
<b>TAG 15 – WORÜBER SPRECHEN KRISTALLSCHÄDEL?</b>	<b>198</b>
Übung: Reise zum Kristallinen Bewusstsein	206
<b>TAG 16 – DEN TRAUM ERDEN</b>	<b>208</b>
Übung: Reflexion	216
<b>TAG 17 – ZEUGIN EINER BEERDIGUNG</b>	<b>218</b>
Übung: Mut & Demut	222
<b>TAG 18 – MEIN TODESTAG</b>	<b>225</b>
Übung: Beerdigungs-Ritual	228
<b>TAG 19 – ZUM LOSLASSEN PILGERN</b>	<b>231</b>
Übung: Loslass-Ritual	236
<b>TAG 20 – GEDULD, VERTRAUEN UND EIN NEUBEGINN</b>	<b>238</b>
Übung: Das neue Leben	240

<b>TAG 21 – DIE SUBTILE SPRACHE DER PFLANZEN</b>	<b>241</b>
Übung: Pflanzenmeditation	247
<b>TAG 22 – WOHER KOMME ICH?</b>	<b>250</b>
Übung: Der eigene Stamm	255
<b>TAG 23 – REICH BESCHENKT</b>	<b>256</b>
Übung: Lebensmission & Menstruationsmagie	262
<b>TAG 24 – WER SIND JETZT GLEICH NOCH MAL DIE »12«?</b>	<b>264</b>
Übung: Wahres Sehen	266
<b>TAG 25 – WIE WIRKLICH IST DIE WIRKLICHKEIT?</b>	<b>267</b>
Übung: Feuerzeremonie	280
<b>TAG 26 – ZURÜCK IN DIESER REALITÄT</b>	<b>283</b>
Übung: Verantwortung	288
<b>TAG 27 – AUFGEBEN VERSUS HINGEBEN</b>	<b>290</b>
Übung: Wanderung zum heiligen Berg	302
<b>TAG 28 – STERNSAME SUCHT ERDUNG</b>	<b>304</b>
Übung: Resümee	309
<b>TAG 29 – ABSCHIED</b>	<b>310</b>
Übung: Zurück im Alltag	312
<b>DAS ENDE</b>	<b>315</b>
<b>DER KREIS SCHLIESST SICH</b>	<b>316</b>
<b>DANK</b>	<b>319</b>

## DER ANFANG

**A**m Anfang einer Geschichte stellt sich die Frage, wann denn nun alles genau begonnen hat.

Meine Erfahrung ist, dass dies nur in ganz seltenen Fällen ein klar abgrenzbarer Zeitpunkt ist. Viel öfter kommt es vor, dass sich viele kleine Dinge bereits im Vorfeld ineinanderfügen und dann der wahre Beginn im Nachhinein nicht mehr wirklich definierbar ist.

Auch ich kann den Zeitpunkt nicht mehr genau benennen, an dem meine Geschichte tatsächlich begann.

War es, als ich mich dazu entschloss, fortzugehen?

War es, als ich aus dem Flugzeug stieg?

Oder war mein Schicksal schon Jahre früher, ja womöglich sogar noch vor meiner Geburt besiegelt?

Die Zeitgrenzen verschwimmen also immer wieder in dieser Geschichte. Man könnte fast sagen: Eine der Hauptlektionen der Reise ist es, dass Beginn und Ende nur Illusionen sind, da nichts jemals wirklich beginnt oder endet, sondern sich alles immer nur – einer Spirale gleich – weiter entwickelt und die lineare Zeit, die uns so vertraut ist und vermeintlichen Halt gibt, am Ende gar nicht existiert ... Aber dazu später mehr.

Lass uns fürs Erste der Einfachheit halber doch einen Anfang finden. Wenn schon nicht wann, dann immerhin wo: In Mexiko oder besser gesagt auf dem Weg dorthin.

## DIE REISE BEGINNT

**I**ch fasse es nicht! Ich sitze bereits im Flugzeug und erst, als die Flugbegleiterin einen Fluggast mit *Hola* begrüßt, begreife ich, dass ich wirklich auf dem Weg bin.

Ich fliege also nach etlichen Jahren wieder nach Mexiko. Und ich freue mich. Endlich.

Zum ersten Mal seit Langem bin ich zumindest ansatzweise glücklich. Denn die letzten Wochen waren übersät von Trauer, Zweifeln und Unsicherheiten. Aber daran will ich jetzt nicht denken. 10.000 Meter über dem Boden erscheinen meine Probleme sowieso unwichtig.

Lieber denke ich schmunzelnd an meine Anreise zum Flughafen bin froh, dass ich es überhaupt noch ins Flugzeug geschafft habe. Immerhin war diese alles andere als stressfrei und ein kleines Abenteuer für sich, auf das ich jedoch allzu gerne verzichtet hätte.

Zuerst hatte mein vorbestelltes Taxi 45 Minuten Verspätung, wodurch ich fast gezwungen war, meine eigene Wohnung aufzubrechen (mein Schlüssel war zu Hause geblieben, damit ich ihn nicht auf der Reise verliere), um an mein Handy zu kommen (wer braucht denn schon ein Handy auf einer Reise in die Wüste am anderen Ende der Welt?!), um den Taxifahrer zu fragen, ob er überhaupt noch auftauchen würde.

Einem netten Nachbarn sei Dank kam ich dann doch noch ohne grobes Werkzeug ins Haus, und dank Schlüsselersteck auch in die Wohnung und somit an mein Handy. (Wo genau der Schlüssel versteckt war, verrate ich an dieser Stelle natürlich nicht, außerdem bin

ich mittlerweile schon lange umgezogen!)

Viel zu spät doch noch am Flughafen angekommen, hetzte ich los, um für meine mexikanischen Freunde ein paar typische Souvenirs aus Österreich zu ergattern. Die Flughafenpreise waren – wie zu erwarten – völlig überteuert, aber im ganzen Vorbereitungsstress hatte ich das rechtzeitige Besorgen der Mitbringsel natürlich verschwitzt.

Beim Umsteigen in Paris blieb mir wieder fast das Herz stehen, ich war sicher, meinen Anschlussflug niemals zu erwischen. Gibt es da draußen ein geheimes kosmisches Gesetz, das besagt: »Je knapper der Anschluss, desto weiter entfernt das Gate?«

Irgendwie habe ich es dann doch geschafft und sitze nun – bis auf die Unterhose durchgeschwitzt und völlig erschöpft – umgeben von Spanisch sprechenden Menschen im Flieger mit Endziel Mexiko City. Meine innere Stimme flüstert mir zu, dass dies die richtige Entscheidung gewesen ist. Ich lehne mich in meinem Gangsitz zurück, genieße die einlullenden Geräusche der Turbinen, vermischt mit Wortfetzen mexikanischen Spanischs, und bin glücklich.

»Ab jetzt, für die nächsten Wochen, ist das Einzige, was zählt, dass du eine gute Zeit hast und all die Probleme der letzten Zeit dir nichts mehr ausmachen«, sage ich im Stillen zu mir selbst. »Auf einen Neustart in Mexiko!«

Meine innere Stimme behielt natürlich – wie bei uns allen – wie immer recht. Ich spürte bereits: Diese Reise würde etwas ganz Besonderes werden. Was ich in diesem Moment jedoch nicht ahnen konnte, war das Ausmaß, in dem dieser kleine Schritt meine gesamte Lebensanschauung verändern sollte. Die Reise, die ich gerade antrat, würde mein Leben, wie ich es bisher kannte, in seinen Grundfesten erschüttern und mich die Welt ab sofort und für immer mit anderen Augen sehen lassen. Denn hat man einmal diesen bestimmten Weg eingeschlagen, hat über das bislang Bekannte hinausgeblickt, gibt es kein

Zurück mehr. Hat man Magie erstmals mit den eigenen Sinnen erfahren, kann man sie nie wieder leugnen.

Während des Langstreckenfluges lasse ich die Ereignisse, die mich zu dieser Reise geführt haben, nochmals Revue passieren. Warum bin ich hier?

In meiner Shiatsu-Ausbildung lernte ich kürzlich über die sogenannten »drei Bs«: Beruf, Beziehung und Behausung. Uns wurde erklärt, dass es für die seelische Gesundheit wichtig ist, dass zumindest zwei dieser drei Lebensbereiche stabil sind. Gibt es in einem davon Schwierigkeiten, ist das gut verkraftbar, solange die anderen beiden intakt sind. Doch brechen gleich zwei dieser Bereiche auf einmal weg, kann dies zu deutlichen psychischen Krisen führen: zu Depressionen, Angstzuständen und mehr.

Als mich mein Freund drei Monate zuvor verlassen hatte, weil er sich nicht mehr sicher war, ob er mich noch liebte, fiel ich aus allen Wolken. Wie ironisch es mir heute erscheint, in dieser Situation gedacht zu haben: »Wenigstens habe ich noch meinen Job und eine wunderschöne Wohnung im tollsten Bezirk Wiens.« Dieser krampfhafteste Versuch, positiv zu denken, wurde nur einen weiteren Monat später hinfällig, als ich plötzlich gekündigt wurde, und das unmittelbar nachdem mir in meiner Position als Personalistin die undankbare Aufgabe übertragen worden war, einen Kollegen zu entlassen.

Da stand ich nun, dachte an die drei Bs und fragte mich, halb belustigt, halb hysterisch, ob ein Umbruch in allen drei Bereichen wohl den totalen Zusammenbruch einer Person bedeutet. Schließlich würde ich mir meine tolle Wohnung jetzt auch nicht mehr leisten können.

Glücklicherweise kam der Totalzusammenbruch dann doch nicht. Drei Spritzer und ein wunderbar erfrischendes Gespräch mit einer lieben Freundin später war ich überzeugt, dass jede Veränderung – sei sie auch noch so überraschend und beängstigend – am Ende etwas Positives mit sich bringt. Und immerhin war ich jetzt völlig frei.

Ich finde es immer wieder beeindruckend, wie sehr sich die Magie im Kleinen zeigt. Dass, wenn man so richtig im »Flow« ist, sich alles fügt. Und so kam es auch, dass ich genau zur richtigen Zeit – wie fast aus dem Nichts – plötzlich ein Interesse an Schamanismus entwickelte, endlich die Wüste sehen und ebenso in mein heißgeliebtes Land Mexiko zurückkehren wollte, das ich schon mehrfach für längere Zeit besucht hatte. Bei der Internetrecherche zu dieser Kombination von Themen war ich ein paar Monate zuvor genau bei der für mich passenden Reise gelandet: ein vierwöchiger schamanischer Kurs in Mexiko, von dem drei Wochen in der Wüste stattfinden würden. Es war fast, als ob sie nur für mich geplant worden wäre.

Trotz des guten Gefühls haderte ich mit mir. Es schien einfach nicht der richtige Zeitpunkt für eine lange Reise. Immerhin gab es da einen wichtigen Job und meinen Partner. Was soll ich sagen: Meistens kommt es anders, als man denkt ... Und so war die Reise zwei Monate später dann doch wieder aktuell und nach einem weiteren Monat ging es auch schon los.

Worum soll es in diesem Kurs überhaupt gehen? In der Beschreibung hatte ich gelesen, dass der Zugang zur eigenen intuitiven Weisheit geschult werden soll. Die Grundidee dabei ist, dass jeder Mensch bereits alles, was er wissen muss, in seinem Körper abgespeichert hat, sozusagen als Bibliothek auf zellulärer Ebene. Auf der Reise werden wir nun lernen, diesen Wissensschatz anzuzapfen, um herauszufinden, wer wir sind, welche Lebensmission wir haben und wie wir uns selbst und andere heilen können. Wir sollen also quasi »mal eben« unsere Seelenaufgabe finden, wobei unsere »schamanischen Lehrer« dabei Erde und Himmel sein werden, die uns in unserer Transformation begleiten.

Ehrlich gesagt, eine genaue Ahnung, was mich denn da nun erwarten wird, habe ich auch trotz dieser Beschreibung nicht und nach einer ziemlichen Herausforderung sieht es obendrein aus! Das Einzige, was ich mit Sicherheit weiß, ist, dass sich diese Reise für mich zu

diesem Zeitpunkt einfach genau richtig anfühlt.

Nach viel zu langer Anreise (waren es 15 oder 25 Stunden? Egal, irgendwann zählt man nicht mehr mit ...) komme ich endlich abends im vereinbarten Hotel in Mexiko City an. Es ist ein einfaches Drei-Sterne-Hotel in einem hässlichen Betonbau, der von außen nicht besonders einladend wirkt.

»Hauptsache, es gibt ein Bett für mich«, denke ich, nehme einen tiefen Atemzug der smoggefüllten, aber dennoch milden Luft, die so typisch für diese Millionenmetropole ist, und öffne die Tür zur Hotellobby.

Nach dem recht unkomplizierten Einchecken betrete ich neugierig auf meine Zimmerpartnerin das Hotelzimmer. Sie liegt schon im Bett, wir stellen uns aber kurz vor. Debbie ist aus England, um die sechzig Jahre alt, und fragt, ob ich noch etwas essen gehen möchte. Ich verneine, sinke – ohne dem Zimmer auch nur einen weiteren Blick zu würdigen – todmüde auf mein Bett und schlafe erwartungsvoll ein.



## Übung: Intention

Reflektiere für zirka 15 Minuten über folgende Fragen:

- 
- Was erhoffe ich mir von dieser Reise?
  - Was führt mich auf den schamanischen Weg?
  - Was ist meine Intention, meine Absicht?
- 

Die Antworten können sich in Worten aber auch in Gefühlen, Wahrnehmungen oder Bildern zeigen. Notiere dir anschließend die wichtigsten Eindrücke.

## TAG 1

---

### WALK OF POWER ODER WALK OF SHAME?

**A**m ersten Tag trifft sich die Gruppe in der Lobby unseres Hotels in Mexiko City. Um einen guten Eindruck zu machen, habe ich mir die Haare frisch gewaschen, denn dann fallen meine Locken am schönsten, und Wimperntusche aufgetragen. Fast absurd, wie sehr ich mich doch immer wieder von Äußerlichkeiten leiten lasse ...

Die Gruppe ist schon beinahe vollzählig, als ich in der Lobby eintreffe. David, der Gruppenleiter und »Schamane«, wenn man so will, begrüßt uns alle herzlich. Einige kennen sich bereits aus seinen Kursen in Großbritannien, der Rest stellt sich vor und tauscht erste Erfahrungen aus. Als Erstes fällt mir auf, dass wir eine sehr internationale Truppe sind, obwohl ich fast die Einzige bin, die nicht aus einem englischsprachigen Land kommt. »Kein Deutsch also für die nächsten Wochen«, denke ich, »wie toll, dann kann ich ganz ins Englische und Spanische eintauchen.«

Interessant, wie sehr sich meine Gedanken und Gefühle immer der Sprache anpassen, die ich gerade spreche. Man könnte fast meinen, ich denke und fühle in jeder Sprache anders.

Vom Deutschen sagt man ja, es sei die Sprache der Technik, und um Dinge im Kopf zu strukturieren, funktioniert sie ja auch wunderbar. Obwohl man annehmen könnte, dass man sich generell in der Muttersprache am besten ausdrücken kann, fühle ich mich beim Spanischsprechen meist so, als spräche ich direkt aus dem Herzen. Vielleicht liegt es an der Lautbildung – im Spanischen passiert sie weiter vorne im Mund, oft tritt die Zunge zwischen die Zähne und Lippen hervor.

Wenn man also wortwörtlich das Herz auf der Zunge trägt, kommt das in dieser Sprache vielleicht besonders deutlich zum Ausdruck –

sowohl für das Gegenüber als auch für einen selbst.

Außerdem gibt es bestimmte Ausdrücke und Redewendungen, die in einer Sprache existieren – zum Beispiel in Englisch – aber nicht in einer anderen. Dadurch vergrößert sich der Sprachausdruck mit jeder neuen Sprache, aber bestimmte Dinge lassen sich dann einfach nicht mehr in der Muttersprache ausdrücken, und in dieser bleibt man dann zwangsläufig sprachlos.

Es ist aber nicht nur die Beschreibung der Dinge, die sprachspezifisch ist, sondern auch die Wahrnehmung dieser. Denn jede Sprache ist geprägt von der Kultur, in der sie entstanden ist, und von den spezifischen Erfahrungen dieser Kultur mit die Welt. Mit jeder neuen Sprache wächst und verändert sich also nicht nur der Wortschatz, sondern auch die Art, wie wir Realität erfahren. Das bedeutet aber auch: Mit jeder ausgestorbenen Sprache geht eine riesige Menge an Wissen verloren – Wissen, das oft über Jahrtausende gewachsen ist.

Bis jetzt besteht unsere Gruppe aus neun Frauen und zwei Männern. Wir warten noch auf die letzte Person unserer Gruppe, Andy. Sie – oder ist es doch ein Er? – hat sich etwas verspätet. Fünf Minuten später betritt ein Mann die Lobby.

»Gut«, denke ich mir, als wir uns in Richtung eines Restaurants aufmachen, um zu frühstücken, »dann sind wir geschlechtertechnisch doch etwas ausgewogener.«

Ganz im mexikanischen Tempo frühstücken wir lange und ausgiebig und machen uns dann auf den Weg in einen nahe gelegenen Park, in dem David uns die Aufgabe für den heutigen Tag erklären wird. Auf dem Weg schnorre ich eine Zigarette von Andy. Wie blöd aber auch, dass meine einzige Packung, die ich mitgenommen habe, schon wieder leer ist. Mir schwant, dass diese Reise der wohl denkbar ungünstigste Zeitpunkt sein wird, mit dem Rauchen aufzuhören ...

Dass die Reise eine Herausforderung für mich werden würde, war mir schon seit der ersten Kontaktaufnahme mit David bewusst. Dass

wir jedoch schon am ersten Tag mit einer für mich derart schwierigen Übung starten würden, hatte ich nun aber wirklich nicht erwartet! Immerhin begann der Tag so entspannt und gemütlich. Außerdem hat auch der lange Flug seine Spuren hinterlassen – ist denn da ein langsamer, weniger anspruchsvoller Einstieg in die Materie zu viel verlangt?

»Ganz ruhig«, sage ich meinem Ego, als es bei Davids Erklärungen zu rebellieren beginnt, »das wird schon. Immerhin hast du dich die letzten Monate auf diese Reise vorbereitet. Und jetzt ist es endlich so weit. Also lass die Angst und Unsicherheiten los und probier's einfach!«

Vorbereitungen hatte es wirklich einige gegeben. Als Erstes hatte mir David eines seiner Bücher mit diversen Übungen und Meditationen geschickt. Darüber hinaus hatte ich mir überlegen sollen, was meine Intention für die Reise sein würde. Gar kein so leichtes Unterfangen. Gründe für die Reise hatte ich viele, aber wie sollte ich das nun auf ein bis zwei prägnante Absichten einschränken? Die Übungen aus dem Buch würden dabei sicher helfen. Wenn ich als völliger Neuling im aufregenden Feld des Schamanismus doch nur wenigstens die Hälfte von dem verstanden hätte, was ich da las ...

So stehe ich nun also in einem Park mitten in Mexiko City, trotz der Lektüre des Buches und der mehr oder weniger erfolgreich absolvierten Übungen immer noch vollkommen unerfahren und blauäugig im Bereich des Schamanismus, luziden Träumens und der Bewusstseinsarbeit und frage mich kurz, ob ich nicht lieber gleich davonrennen soll. Doch da meldet sich wieder die innere Stimme. Diese Gewissheit ganz tief drinnen, die weiß, dass ich alles, was ich brauche und wissen muss, bereits in mir trage. Dass ich gerade jetzt, genau im richtigen Moment, am richtigen Ort bin und dies erst der Anfang ist. Der Anfang einer wunderbaren Reise zu mir selbst.

Rein objektiv betrachtet ist die erste Übung, unser erster »Walk of

Power«, wie David ihn nennt, ja nun wirklich nicht schwer. Jeder für sich soll von dem Park, in dem wir uns jetzt befinden, oder alternativ vom nahegelegenen Monumento a la Revolución (Denkmal der Revolution) aus zum Zócalo – also zum Hauptplatz von Mexiko City – spazieren. Dazu haben wir den ganzen Tag Zeit, am Abend treffen wir uns dann beim Zócalo. Einziger Nachteil: Unterwegs sollen wir »bewusst« gehen, uns also auf jeden einzelnen Schritt konzentrieren. Das wäre ja noch machbar. Aber an sieben Stellen, die jeder Einzelne von uns sich individuell aussuchen soll, die sich einfach »richtig« anfühlen, sollen wir Halt machen und uns jeweils nach allen vier Himmelsrichtungen ausrichten. Zuerst sollen wir uns mit offenen, anschließend mit geschlossenen Augen der jeweiligen Richtung zuwenden. Danach sollen wir uns jener Richtung nochmals zuwenden, die sich am besten oder am stärksten angefühlt hat, und dabei die Erde fühlen.

Da hätten wir schon die erste große Herausforderung für mich. Gerade in einem Land wie Mexiko, wo ich als blonde Europäerin eh schon auffalle wie ein bunter Hund, soll ich jetzt sieben Mal irgendwo mitten im Getümmel der Großstadt stehen bleiben und diese Übung machen?! Mir graut bei der Vorstellung, wie mich alle anstarren und belächeln, während ich mitten am Weg für einige Minuten stehen bleibe zum Reinspüren (da schaut man ja sicher seltsam drein, oder?), mich in eine andere Richtung drehe und wieder stehen bleibe und so weiter, bis ich alle Richtungen durch habe. Und das Ganze sieben Mal! Wieso können wir das nicht in einer abgelegenen Gegend ohne potenzielle Zuschauer machen? Wo finde ich jetzt ein Plätzchen, wo mich keiner sieht? Allein der Gedanke an die verwunderten oder belustigten Einheimischen weckt Paranoia in mir. Ich muss wohl noch viel daran arbeiten, bis es mir endlich egal ist, was andere Menschen von mir denken ... Na dann, heute ist wohl ein guter Tag, um über meinen Schatten zu springen – und wortwörtlich den ersten Schritt zu tun.

Bevor wir aber den »Walk of Power« antreten, gibt es noch ein

energetisches Reinigungsritual. Dazu hat Florecita, neben David unsere zweite Begleiterin auf der Reise, eine wunderschöne Räucher- schale vorbereitet, die nach dem Vorbild alter schamanischer Tradi- tionen gefertigt wurde. Sie zündet ein Stück Räucherkohle an, das sie anschließend in das Gefäß legt. Danach nimmt sie einige kleinere, weiße Brocken aus ihrer Tasche und platziert sie auf der glühenden Kohle. Sofort breitet sich der süßliche Duft des weißen Copals aus – des wichtigsten einheimischen Räucherharzes. Der Rauch dieses heiligen Harzes soll uns reinigen und von möglichen Blockaden be- freien, damit wir gestärkt in die Übung starten können.

Ähnlich wie in Europa gibt es auch in Mexiko die alte Tradition des Räucherns, die sich bis in die heutige Zeit erhalten hat. Es gehört zu den ältesten traditionellen Heilanwendungen des Landes, wobei meist die reinigende und segnende Komponente im Vordergrund steht. Diese ist einerseits als energetische Reinigung zu verstehen, andererseits haben chemische Analysen vieler Kräuter und Harze ergeben, dass diese tatsächlich auch antibakteriell, antiviral sowie entzündungs- hemmend wirken. In Mexiko wird meist zeremoniell geräuchert – zur Einleitung von Ritualen, zur Kontaktaufnahme mit den Vorfahren oder als Opfergabe an sie.

Die Ahnenarbeit ist tief verwurzelt in der hiesigen Kultur. Sie gilt nicht nur als Teil des spirituellen Erbes, sondern als lebendige Ver- bindung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Man sagt, die klarsten Eingebungen, die stimmigsten »Ahnungen«, erhält man nicht aus Büchern oder von Lehrern, sondern direkt von den Ahnen selbst.

Im Ursprung bedeutet auch das Wort »Enkel« nichts anderes als »Urahn«. Dies deutet darauf hin, dass unsere Nachfahren nicht bloß Kinder einer neuen Zeit sind, sondern alte Seelen, die uns einst voraus- gegangen sind. Vergangenheit und Zukunft reichen sich die Hand, und der Kreis des Lebens schließt sich. Wenn wir uns mit unseren Ahnen verbinden und ihre Botschaften empfangen, lauschen wir demnach