

Ben Cloud: Mit dem Schweiß verlässt uns alles Schlechte

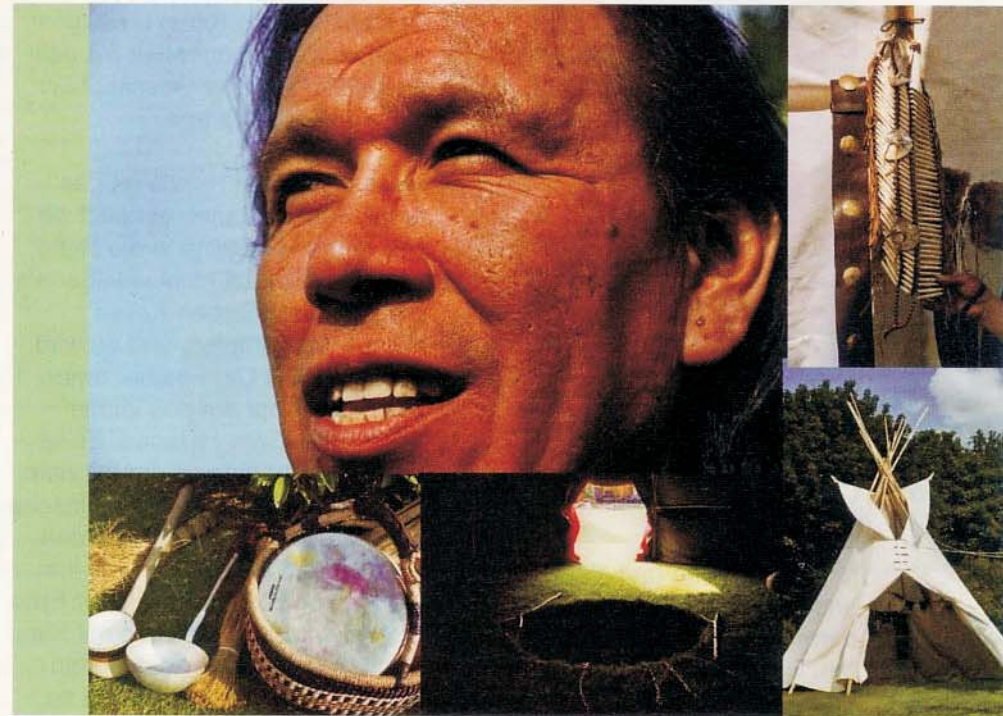
Indianische Schwitzhüttenzeremonie beruht auf Feuer, Wasser, Luft und Erde

Von Ulla Robbe

Es ist dunkel. Es ist heiß. Es spricht nur einer: Der Schamane. Gebannt schweigen die anderen zwölf. Acht Männer und vier Frauen trauen sich nicht, die Frage nach ihrem sehnlichsten Wunsch zu beantworten. Ben Cloud, Sonnentanzhäuptling über 12.000 Crow-Indianer und spiritueller Führer seines Volkes in Montana, trommelt und singt, betet und flucht. Die Ahnen sind gerufen, die Geister versammelt. Die Stimme des Medizinmannes ist so rau wie die Rinde der Haselnussrute, mit der er die zuvor im heiligen Feuer glutrot erhitzten Steine zurechtrückt. Der Schamane appelliert wiederholt beschwörend in die Runde: „Wer hat einen Wunsch?“

Im Inneren des Tipi herrscht völlige Finsternis

Die Indianische Schwitzhüttenzeremonie ist eines der ältesten Reinigungsrituale für Körper, Geist und Seele. Die Form des nach strengen religiösen Regeln errichteten Zeltens erinnert mehr an ein Iglu denn an ein Tipi. Über ein Holzgestell aus biegsamen Haselnussruten werden dicke Wolldecken gehängt, bis im Inneren völlige Finsternis herrscht. Ursprünglich verwendeten die Indianer dafür Büffelfelle. Die runde Hütte auf dem Gelände vom „Freizeitpark und Saunaparadies monte mare“



Fotos: Markus Biemann

in Rheinbach bei Bonn ist knapp einen Meter fünfzig hoch und hat etwa fünf Meter Durchmesser. In der Mitte ist eine Grube ausgehoben, welche später die glühenden Steine aufnimmt.

Draußen vor der Hütte, genau gegenüber dem Eingang im Osten, wurde schon Stunden vor Beginn der Zeremonie ein spirituelles Feuer entzündet – eine Wissenschaft für sich. Feuerhüter Manni Reichel, der stolz darauf ist, bei einem Sonnentanzritual der Crow-Indianer den Status und damit die besonderen Rechte eines Kriegers erworben zu haben, schichtet in genau festgelegter Reihenfolge dicke Holzscheite und mehr als zwei Dutzend kinderkopfgroße Steine übereinander. Die heiligen Flammen liegen allein in seiner Obhut. Lautes Reden in unmittelbarer Nähe oder irgendetwas hineinzuwerfen „ist tabu“, stellt Manni freundlich, aber bestimmt, klar. Das Feuer brennt jetzt lichterloh, die Steine glühen wie heiße Lava.

Es ist geheimnisvoll. Es ist mystisch. Es spricht nur einer: Der Schamane. Er ruft den Feuerhüter Manni Reichel, der dem Medizinmann die Utensilien reicht. Die Friedenspfeife hat zu Beginn des Rituals die Runde gemacht, der würzige Geruch des Tabaks erfüllt das Zelt. Mit einer Mistgabel holt Manni nacheinander vier Steine aus der Glut und lädt sie in der Grube ab. Statt eines Ofens bringen sie die Hitze in die Hütte, deren Eingang jetzt mit Decken verhängt ist.

Der Schamane betet und trommelt zugleich

Die Zahl vier, offenbart der Medizinmann in englischer Sprache, hat mehrere Bedeutungen. Sie steht für die vier Himmelsrichtungen, die vier Elemente und die vier Hautfarben. Ben Cloud zerbröselte frischen Salbei über den glü-



Fotos: Markus Biemann

henden Steinen und gießt anschließend vier Kellen Wasser darauf, die laut zischend verdampfen. Dann reicht Jens ihm die Trommel und der Schamane betet in seiner Muttersprache Apsaaloke zum Rhythmus der Schläge.

Die erste von vier Runden der Zeremonie dient dem Aufwärmen der nackten Körper und dem Herbeirufen der Geister und Ahnen. Diese werden mit einem lauten „Aho!“ begrüßt. Sie spenden die Kraft, die der Medizinmann als Medium an die Schwitzenden weitergeben will. Nach und nach steigert er Tempo und Intensität seiner Trommelschläge, sein Singsang wird lauter und lauter. Schamanen gelten als Mittler zwischen dem Jenseits und irdischer Wirklichkeit. Dazu Ben Cloud, der in seiner Sprache Baashxaalia – Englisch: Old Feather – heißt: „Wir sprechen mit den Göttern und versöhnen die Geister.“

Das Ritual soll von Krankheit und Schmerzen befreien

Ziel der Zeremonie ist eine Wiedergeburt-Erfahrung durch die Verbindung mit der Erde. Sie soll die gestörte Energie wiederherstellen und von Krankheit, Schmerzen und seelischem Ballast befreien. Die intensive Begegnung mit der

Natur durch unmittelbaren Kontakt zu den Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde vermittelt laut Ben Cloud einen direkten Zugang zur eigenen inneren Kraft. „Mit dem Schweiß verlässt uns alles Schlechte.“ Das Ritual erzeuge auch eine Verbundenheit mit der Gemeinschaft aller Geschöpfe der Erde und des Weltalls.

Nach der ersten Runde gibt es keine Pause. Manni, der jetzt sieben glühende Steine in die Hütte wuchtet, schwitzt nicht weniger als die Insassen. Sieben Kellen Wasser verdampfen, und es wird so heiß, dass Old Feather empfiehlt, den Kopf auf das immer noch kühle Gras zu legen. Es ist die Heilungsrunde, in der mit dem aufsteigenden Dampf die Wünsche ins Universum geschickt werden. Da niemand ausspricht, was ihm am Herzen liegt, versucht der Erbe der indianischen Weisheit mit Hilfe der Kraft der Geister die Gedanken der Schwitzenden ins All zu transportieren. Dabei trommelt er wie besessen in der Dunkelheit und fleht lautstark Götter und Ahnen an.

Sinnentaumel ohne Gefühl für Zeit und Raum

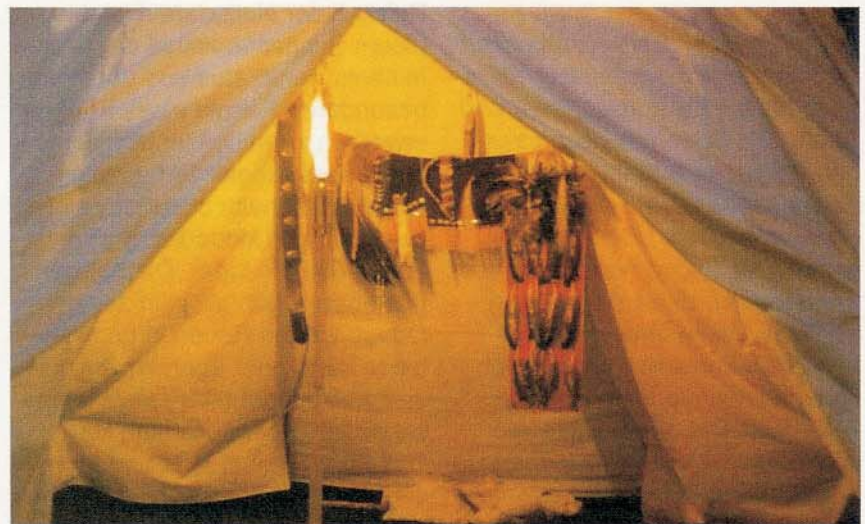
Die verdichtete Energie könne Halluzinationen hervorrufen, hatte der Schamane vorher angekündigt. Tatsächlich erzeugen Dunkelheit, Hitze an die 100 Grad, Trommelwirbel und rhythmischer Gesang eine Art Sinnentaumel, der die Wahrnehmung von Zeit und

Raum transzendieren lässt. Ein Gefühl von Unendlichkeit und Ewigkeit ist spürbar. Die Gedanken kreisen um Heilung, Liebe, Licht und Frieden. Irgendwann ruft Old Feather laut „Aho“.

Es ist still. Es ist feucht. Es spricht nur einer: Der Schamane. „Geht hinaus in die Vollmondnacht und kühlt Euch ab. Anschließend trinken wir.“ Die Kälte der Nacht tut gut. Nach 15 Minuten Pause versammeln sich alle im gelüfteten Zelt, und Old Feather verteilt Wasser in einer Schöpfkelle. Vor dem Trinken spendet jeder ein paar Tropfen der Mutter Erde. Die beiden letzten Runden mit noch mehr glühenden Steinen sind intensiv, aber kürzer: Die Kriegerrunde, die Kraft und Stärke verleiht, und die Dankesrunde, in der die Geister entlassen werden.

Danach: trinken, trinken, trinken. „Das indianische Schwitzhüttenritual ist körperlich anstrengender als ein Saunabesuch, da zwischen den Schwitzgängen keine Abkühlung mit kaltem Wasser erfolgt“, erläutert Peer Schwetzer, Betriebsleiter im „monte mare“. Wer unsicher sei, solle in der Nähe des Ausgangs sitzen, um bei Problemen das Zelt schneller verlassen zu können.

Die Intensität der Schwitzhütte sei „verblüffend“, betont der Wellness-Experte, der die Zeremonie aus eigener Erfahrung sehr gut kennt. Das Zusammenspiel von völliger Dunkelheit, fremden Tönen und



mystischem Gesang werde häufig unterschätzt. „Manche gelangen in einen physischen Grenzbereich, dessen Überwindung psychologisch zum Vorteil gereicht.“

Voraussetzung sei die Bereitschaft, sich darauf einzulassen – extreme Ängste könnten zu physischen Komplikationen führen. Wichtig sei, dass das Ritual von erfahrenen Personen und nicht von „Sonntags-Schamanen“ durchgeführt werde.

Naturheilverfahren gegen Stress und Hektik des Alltags

„Zurück zur Natur“ lautet auch die Philosophie von Hendrik Pötter. Der Schöpfer der „Badegärten Eibenstock“ – errichtet im Stil alt-russischer Baukunst –, in denen russische Magie und Mystik vorherrschen, ist ein Verfechter von Naturheilverfahren, mit denen man sich „physisch, mental, emotional sowie spirituell reinigen und erneuern kann“.

Um dem Stress und der Hektik des Alltag zu begegnen, müsse man in Kontakt treten mit der Natur: mit den Elementen sowie mit Steinen, Pflanzen, Tieren und Menschen. „Ich glaube“, befindet Pötter, „dass die Schwitzhütte auch ein Ort ist, an dem man Altes einfach loslassen kann. Also auch offen wird für neue Dinge, für neue Lebensabschnitte, für das, was vor uns liegt.“

Ben Cloud zieht Jeans und T-Shirt an, setzt seine Brille wieder auf und wandelt sich vom Schamanen zum ganz normalen Bürger seines Reservates, der kürzlich bei der neuen Gesetzgebung mitgewirkt hat. Das zweistündige Ritual wird er in dieser Nacht noch zweimal wiederholen – mit jeweils anderen Männern und Frauen.

„Dabei gebe ich alles, was ich habe: mich selbst, meine Energie, meine Kraft und meine Stärke“, sagt der 46-jährige Krähen-Indianer mit den langen schwarzen Haaren und dem wettergegerbten Gesicht, der mit einer deutschen



Foto: Markus Biemann

Diplomatentochter verheiratet ist. „Katja konnte dieses Mal nicht mitkommen, sie ist hochschwanger“, erzählt der studierte Multimedia-Manager und zündet sich entspannt eine Marlboro an.

Es ist kühl. Es ist klar. Es schweigt der Schamane.

Identität durch Rituale

Der 46-jährige Crow-Indianer Ben Cloud ist Sonnentanzhäuptling und spiritueller Führer seines Stammes in Montana. Neben religiösen Aufgaben hat der Schamane die Funktion eines Psychologen und Medizinmannes. Indianische Medizin stiftet Identität durch Rituale. Ihre Spiritualität befriedigt seelische und emotionale Bedürfnisse. -uro-