

Eine Reise zu mir selbst

Visionssuche in freier Natur – Vier Tage in der Einsamkeit

Text und Bilder: Christian Kirchmair



Wo komme ich her, wo gehe ich hin? In Gesprächen in der Gruppe und im Alleinsein können Menschen die Antworten finden.

Das menschliche Leben ist eine permanente Wandlung und Entwicklung. Schon bei der Geburt betreten wir einen neuen Lebensraum, als Kind lösen wir uns langsam aus der selbstverständlichen Verschmelzung mit der Welt.

Die Pubertät lässt uns in die Erwachsenenwelt hineinwachsen, wir lösen uns vom Elternhaus. Der Single wird zum halben Paar, Beruf und Elternschaft wollen gemeistert sein. Die nächste Herausforderung: Die Sinnkrise in der Lebensmitte, die Wechseljahre. Der Ruhestand fordert die grundsätzliche Umgestaltung des Lebens, das Alter konfrontiert uns mit der Sterblichkeit und den Vorbereitungen auf den Tod. Irgendwann gehen wir.

Zu den biologisch vorbestimmten Reifeprozessen kommen Erschütterungen, die die Lebensrichtung beeinflussen. Wir verändern Wohnort, Arbeitsplatz und Beruf, wir verlieren Geliebte und Freunde, beklagen den Tod Fami-

lienangehöriger oder Bekannter, erleiden Unfälle oder Naturkatastrophen, überwinden bedrohliche Krankheiten, erleben Sinnlosigkeit, vielleicht auch Depression und Sucht.

Krisen bieten die Chance, zu reifen

So gehen wir alle durch unsere Lebensphasen, ertragen diese und gönnen uns nur selten Zeit, die Wandlungen zu verdauen. Der Umgang mit Krisen ist für uns ungewohnt, doch meistens lassen sie sich aus eigener Kraft und mit der Unterstützung der Familie und von Freunden irgendwie überstehen. Manchmal sehen wir sie aber auch als eigenes Versagen und persönliche Schuld. Unbewusst wird die Krise trotzdem durchgestanden und/oder verdrängt. Dadurch wird ein sinnvoller Reifeprozess verhindert.

Eine Möglichkeit, eine Krise gut zu verarbeiten und als Mensch an ihr zu reifen, kann die Visionssuche sein – ein Übergangsritual, wie es sie viele gibt in unserem Leben. Dieser Ritus folgt einem einfachen Gesetz: dem Gesetz, dass das Gefäß zuerst leer sein muss,

um neu gefüllt zu werden. Deshalb ist die Visionssuche mit einem längeren Aufenthalt alleine in der Wildnis verbunden, mit Fasten und Entbehrungen.

In der Natur sind wir zuhause

Wenn der menschliche Körper draußen, in freier Natur ist, dann ist er „zuhause“. Dann erinnert er sich an das, was wir Menschen seit Jahrtausenden in unseren Genen tragen. Es sind ganz alte Instinkte auf unserer „Festplatte“, die uns daran erinnern, dass Mensch und Natur eins sind. In der Natur vollzieht sich das Leben vollkommen ehrlich. Jeder Grashalm, jedes Blatt, jeder Wassertropfen, jedes Sandkorn, jeder Käfer hat hier gleichen Wert und Berechtigung. Jeder Baum, jeder Stein und jedes Lebewesen ist anders, hat seine besonderen Aufgaben und Qualitäten, ist blühend oder welk, jung oder alt, lebendig oder tot. In der Natur hinterfragt das niemand. Dort draußen, wo die Elemente zu Hause sind, finden wir das Leben pur - und viel heilendes Potenzial, das wir uns wieder zugänglich machen sollten. Das Fasten verfeinert dabei die Wahrnehmung der per-

sönlichen Seelenlandschaft, die dann neu geordnet werden kann. Die viel gepriesene und hart erarbeitete Zivilisation schneidet uns schleichend aber nachhaltig ab von unserer Lebendigkeit und Natürlichkeit. Klimawandel, Naturkatastrophen und das Schwinden natürlicher Ressourcen spiegeln wieder, was in uns selbst passiert, was wir Menschen uns selbst antun oder mit uns machen lassen. Doch wir Menschen sind ein Teil der Natur. Wie die meisten anderen Lebewesen haben wir Bedürfnisse, Sinneswahrnehmungen und Gefühle. In unseren Körpern ist viel Weisheit und Wahrheit, zu der wir auch Zugang finden können - wenn wir uns darauf einlassen.

Seit Jahren begleite ich Menschen verschiedenster Altersstufen bei Ihrem Schwellengang in die Natur, bei der Suche nach ihrer persönlichen Bestimmung. Bei diesen Initiationen sind die Teilnehmer den Elementen ausgesetzt, und jeder und jede bekommt in ihnen den Spiegel fürs eigene Leben vorgehalten. Der Mensch geht hinaus, um sich seine Unschuld zurück zu erobern, damit Heilung für ihn möglich ist. Für die Heilung ist Ruhe und Stille notwendig, die ist im Alltag nur mehr schwer zu finden. Das schöne an dieser Auszeit in der Natur ist, das man (frau) darauf kommt, dass man, so wie man ist, okay ist.

Christian Kirchmair, geboren 1956, ist Vater von drei erwachsenen Kindern und war 20 Jahre selbstständiger Unternehmer in Wien. Nach dem Verkauf seines Unternehmens richtete er sich mit einer mehrjährigen Ausbildung im Aruna Institut in Deutschland und zum Visions-Suche-Leiter bei der School of Lost Borders in den USA neu aus. Er leitet Visionssuchen für Jugendliche und Erwachsene vorrangig in Strobl am Wolfgangsee. Zudem arbeitet er als Sterbe- und Trauerbegleiter in Wien.

Email: ck@christian-kirchmair.at
www.christian-kirchmair.at



Ein bisschen verwildert, aber okay: Sepp Brunnbauer nach seinem Aufenthalt auf dem Berg



Das erste Stück hinauf zu einer Alm geht die Gruppe gemeinsam. Später ist zwar jeder für sich, die Sicherheit wird aber gewährleistet.



Christian Kirchmair zelebriert das Räucher-Ritual.

Alles hat seinen Sinn - Erfahrungsbericht von Sepp Brunnbauer

Mit dem Thema Visionssuche kam ich vor etwa zwei Jahren das erste Mal in Berührung, als mir ein guter Freund von seinen persönlichen Erfahrungen erzählte. Er berichtete mir, wie er vier Tage und Nächte alleine im Wald ohne Essen verbrachte. Er erzählte von seinem Kampf gegen die Einsamkeit. Von seinem Kampf mit sich selbst, und dass er vieles von dem, was ihn in der Vergangenheit belastet und behindert hatte, dort oben auf dem Berg zurück gelassen hat.

Ich war gespannt, ob es ihm gelingen wird, sein Leben nachhaltig zum Positiven hin zu ändern. Auf jeden Fall erlebte ich einen veränderten Menschen, und ich wurde nachdenklich. Aber mir machte die bloße Vorstellung, vier Tage und Nächte alleine, untätig und ohne Essen in der freien Natur zu verbringen, furchtbar Angst.

Diesen Sommer war ich dann doch soweit. Es war noch ein Platz frei, und ich sollte am Vision Quest 2011 mit Christian Kirchmair in Strobl am Wolfgangsee (Salzburg) mit dabei sein. Obwohl ich von mir sagen

kann, dass ich ein Mensch bin, der sich viel in der Natur bewegt und der in einem Beruf arbeitet, der sich der Bewahrung der Schöpfung verschrieben hat, war es für mich erst einmal ungewohnt, in die spirituelle Welt der Visionssucher einzutauchen. Während der dreitägigen Vorbereitungszeit in der Gruppe wich meine Skepsis gegenüber den Ritualen - sei es der Gebrauch von Räucherschale und Redestab - zunehmend der Angst vor der Einsamkeit oben auf dem Berg. Mehrmals war ich kurz davor, das Ganze abubrechen. Und mit jedem Tag, den die Auszeit näher rückte, wuchs meine Angst. Sie erreichte ihren Höhepunkt beim rituellen Betreten des Steinkreises und dem Hinausräuchern, hinaus auf meinen Platz ganz oben auf dem Berg.

Dann begann ich, langsam hinauf zu gehen. In mir wuchs plötzlich die Gewissheit, dass ich nicht alleine bin, dass all die Menschen, die mir nahe stehen, auch dort oben „bei mir“ sein werden. Auf dem Gipfel angekommen, schlug ich mit Planen und Leinen ein einfaches Lager auf. Es hielt dem

Regen, dem Sturm und der Hitze gut stand. Doch kein noch so stabiles Lager bietet Schutz vor der Einsamkeit, dem sich verlierenden Zeitgefühl und letztendlich vor der Auseinandersetzung mit sich selbst. Wo komme ich her und wo will ich hin? Was ist wirklich wichtig in meinem Leben? Welche Menschen begleiten mich, und was wollte ich ihnen schon immer sagen? Ich hatte plötzlich unendlich Zeit, im Geiste zuzuhören und mit allen Menschen, die mir wichtig sind, zu reden - vier Tage und vier Nächte.

Am Morgen des fünften Tages wanderte ich hinunter zur Hütte, wo auch die anderen der Gruppe langsam eintrafen. Ich war glücklich, ein wenig schwach, aber um eine unbeschreibliche Erfahrung reicher. Die Natur gibt uns das, was wir brauchen: Das Wetter, die Pflanzen, die Tiere und auch Menschen um uns herum - jeder an seinem Platz, nichts ist zufällig, alles hat seinen Sinn. Ein halbes Jahr ist nun vergangen, der Alltag hat mich wieder. Aber ich gehe sicheren Schrittes und sehe Veränderungen gelassen entgegen.