

Über die Schwelle treten

Erfahrungsberichte aus der Frauenvisionssuche

Eine Initiation der Jugendlichen ins Erwachsenenalter bietet unsere Kultur nicht an. Das hat zur Folge, dass man selbst in Führungspositionen viele unreife, kindische Menschen antrifft. Deshalb haben in den vergangenen Jahrzehnten einige Pioniere unter den Pädagogen Institutionen gegründet, die diese Lücken füllen sollen und u.a. Visionssuchen nach dem Vorbild der indianischen »Visionquests« anbieten. Eine solche Institution ist die »CreaVista Academy« mit Sitz im oberitalienischen Centro d' Ompio, in der Nähe des Orta-Sees. Sie überließ uns zwei Berichte von Frauen, einer Tochter und einer Mutter, die einen solchen, von Helen Schulz geleiteten »Quest« mitgemacht haben, aber anonym bleiben wollen

»Erst dort habe ich mich kennen gelernt«

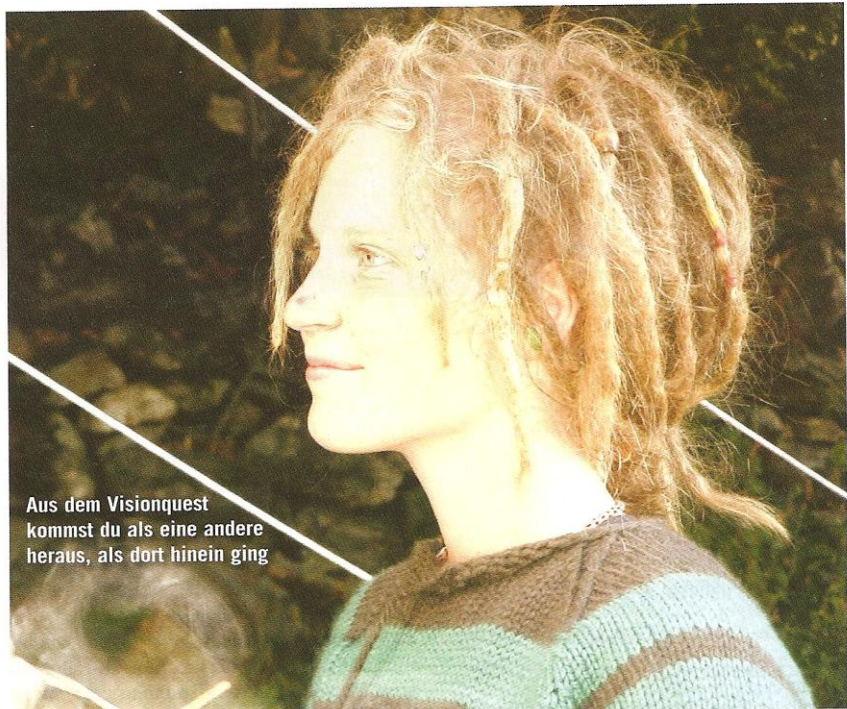
16 Jahre alt und gerade mit der Realschule fertig, schlug ihre Mutter vor, dass sie statt einer Jugendweihe oder Konfirmation einen Visionquest mitmachen solle, zusammen mit anderen Mädchen. Sie zögerte eine wenig, weil sie gerade mitten in der Suche nach einem Ausbildungsplatz war, entschloss sich dann aber doch dazu

Ich hatte mich kaum damit auseinandergesetzt, was da eigentlich auf mich zukommen würde. Die Aufregung kam dann erst auf der ewig langen Zugfahrt nach Domodossola. Als ich endlich an unserem vereinbarten Treffpunkt ankam, waren die meisten schon da. Wir stellten uns einander vor, aber dann habe ich die meiste Zeit eher still beobachtet. Anschließend sind wir aufgebrochen, um unser Gepäck zum Camp zu bringen. Der Weg bis nach oben war anstrengend und lang. Dann waren wir da, zuerst auf dem Platz vor der kleinen Kirche und schließlich mitten in einem verlassenen, geheimnisvollen, ganz aus rohen Steinen erbauten Dorf. Als Unterkünfte gab es warme Heuböden, aber die meisten haben sich draußen ihre Zelte aufgebaut. Die Umgebung war traumhaft, wir waren Tag und Nacht in der Natur.

In der ersten Woche war Work-Camp. Unser größtes Projekt war der Tipiplatz, der aus einer schrägen Wiese »herausgehauen« werden musste. Aber wir haben auch Holz gesammelt, gekocht und Trommeln gebaut.

Eigene Grenzen spüren

Zwischendurch gab es Gesprächsrunden, Naturaufgaben und individuelle Aufgaben. In dieser ersten Woche haben wir uns gegenseitig kennen gelernt, außerdem gelernt, uns und die Natur zu spüren und die eigenen Grenzen.



Aus dem Visionquest kommst du als eine andere heraus, als dort hinein ging

In der zweiten Woche hatten wir zu jeder Himmelsrichtung einen Tag. Zum Beispiel den Südtag, an dem wir unten am Fluss waren oder den Erdtag, an dem wir uns über und über mit Schlamm beschmiert haben. Wir waren schon vorher auf dem Berg, um uns die in Frage kommenden Plätze für unseren Quest anzugucken, haben Techniken gelernt, wie man Knoten macht oder eine Plane aufbaut und uns innerlich und äußerlich auf den Quest vorbereitet.

Es gab lange Gesprächsrunden im Tipi, viele Fragen und Antworten, Bedenken und Wünsche. Als es dann endlich losging, waren alle total aufgeregt. Wir wollten schon um sechs Uhr hochgehen, haben vorher noch ei-

ne Gemüsebrühe getrunken und uns dann im Tipi versammelt. Nach dem Schwellenritual hatte ich das Gefühl, dass ich alles hinter mir lasse und nun unsichtbar meinen Weg gehen kann. Der Aufstieg war sehr mühsam, da ich schon die Tage davor kaum gegessen hatte und auch noch meinen schweren Rucksack tragen musste. Ich wusste, dass ich irgendwo ganz nach oben wollte, aber den genauen Punkt hatte ich noch nicht fest gemacht. So bin ich einfach immer weiter, durch einen Sumpf hindurch, und dann stand ich plötzlich vor einer Schlucht, auf deren Boden ein Bach rauschte. Die andere Seite war felsig und steil, und die Sonne schien darauf. Da wollte ich hin, aber da lag schon je-

mand, und so musste ich mich nach was anderem umsehen. Ich habe dann schließlich eine kleine Wiese, eingeschlossen von Birken, ausgesucht, von der man den wenige Meter entfernten Bach hören konnte.

Drei Tage allein in der Natur

Auf diesem Platz habe ich mir mein Lager hergerichtet. Was ich die drei Tage dort gemacht und erlebt habe, kann ich hier gar nicht alles aufschreiben. Aber ich kann sagen, dass ich mich selbst erst dort wirklich kennen gelernt habe, dass ich bis an meine äußersten Grenzen gegangen bin und lange verborgenen Schmerz wieder ausgegraben habe. Das und auch das Fasten, das mich am zweiten Tag fast gelähmt hat, hat mich im Nachhinein so gestärkt und aufgebaut.

Die letzte Nacht, die wir durchwachen sollten, war ein Höhepunkt des Quests. Im Steinkreis habe ich zu allen Personen, die mir wichtig sind, gesprochen, habe gesungen und ihnen gelauscht. Ich hatte mir für diese Nacht eine schräge Steinplatte ausgesucht, an die ich mich fest klammern musste, um nicht in den Abgrund zu rutschen.

Rückkehr

Als am nächsten Morgen die Sonne aufging, war es zunächst wolkenverhangen, und ich saß noch ein Weilchen da und habe ge-

»Es war so wunderbar, die Worte meiner eigenen Mutter zu hören, die mit Stolz und Bewunderung zu mir aufblickte, und die anderen Quester hinter und neben mir zu spüren«

wartet, ob ich sie noch zu Gesicht bekomme. Sie kam nicht, deshalb habe ich mich schließlich doch auf den Weg gemacht. Plötzlich hatte ich wieder Kraft und flog praktisch den Berg hinunter, so leicht und frei habe ich mich gefühlt. Unten im Dorf habe ich als erstes meine Schwester gesehen. Wir sollten ja noch nicht sprechen, so haben wir uns nur angelächelt, und sie hat mir den schmalen Weg frei gemacht. Im Tipi waren schon



Aufgenommen werden in den Kreis der Frauen

alle da. Ich war die letzte, und als ich über die Schwelle trat und alle die mir vertrauten Gesichter sah, die sich doch so verändert hatten und strahlten, dass es blendete, fing mein Herz an zu rasen, und ich zitterte am ganzen Körper. Wir haben uns alle umarmt, gelacht und gestrahlt.

Wir sollten noch nichts erzählen, denn es war Kojote-Tag. Das war schwer, aber irgendwie auch erleichternd. Nachdem wir eine Zeit im Tipi verbracht hatten, sind wir Hand in Hand ins Küchenzelt gezogen, um dort unser erstes großen Mahl zu uns zu nehmen und das Fasten zu brechen. Dort haben schon meine Mutter und meine zwei Schwestern auf mich gewartet. Ich glaube, ich bin noch nie so froh gewesen, sie wieder zu sehen. Obwohl es auch gut war, nach der freudigen Begrüßung an den Tisch für die Quester zu gehen und sie dann wieder allein zu lassen.

Achterbahn

Die fünf Tage danach waren auch nochmal so schön. Eine Mischung aus Leichtigkeit, Fröhlichkeit, Erleichterung, Traurigkeit, Wut, Versöhnung, Bewunderung, Verzweiflung... eine einzige Achterbahnfahrt. Die Geschichten der anderen waren so berührend und ergreifend, und das Erzählen meiner Geschichte war so ungemein erleichternd für mich. Es war so wunderbar,

die Spiegelungen zu hören und die Worte meiner eigenen Mutter, die mit Stolz und Bewunderung zu mir aufblickte, und die anderen Quester hinter und neben mir zu spüren, als ich haltlos meinen Schmerz hinausweinte, und danach von allen empfangen zu werden, im Kreise der Erwachsenen. So viele echte Umarmungen und Worte. Dazwischen kam mir die Zeit ewig lang vor, doch der letzte Tag kam trotzdem viel zu schnell. Der Abschied von den anderen war schwer, obwohl ich wusste, dass ich sie alle ewig in meinem Herzen tragen werde.

Neues Leben

Diese Erlebnisse und Begegnungen sind tief in mir verwurzelt, ich werde sie so schnell nicht vergessen. Für mich ist es jetzt so, als würde ich ein neues Leben anfangen. Ich wohne nicht mehr zu Hause, sondern in einer WG mit völlig neuen Menschen und ziemlich weit weg von meiner Familie. Ich arbeite und bin immer wieder überrascht, was so alles in mir steckt.

Vielen meiner Freunde ist es aufgefallen, dass ich mich verändert habe, und auch ich merke es sehr stark. Ich bin so dankbar, dass ich diesen Quest machen durfte, und würde es wirklich jedem sofort weiterempfehlen. Danke für den Zuschuss, der es meiner Familie erleichtert hat, mir die Visionssuche zu ermöglichen!

»Mich für dieses Leben entscheiden«

Nachdem ihre Tochter ein Jahr zuvor eine Jugendvisionsuche erlebt und davon persönlich wie schulisch sehr profitiert hatte, entschloss sich auch die Mutter, vier Tage und Nächte in der Wildnis zu verbringen. Hier ist ihr Bericht

Ich bin 50 Jahre alt. Mein Leben bestand bisher überwiegend aus Katastrophen. Dass dies mit frühkindlichen Gewalt- und Missbrauchserfahrungen zusammenhing, begann ich erst zu verstehen, nachdem ich mehrmals in meinem Leben zusammengebrochen war. Zuletzt war das im Jahre 2003, und da endgültig. Ich wurde dauerhaft arbeitsunfähig und nach vier Jahren und vier Klinikaufenthalten vorzeitig berentet.

Mit dem Vergangenen abschließen

Kurz vor dem Start nach Italien war mein Vater bei einem Besuch wieder gewalttätig geworden, und ich brach völlig entsetzt jeden Kontakt mit meinen Eltern ab. So fuhr ich denn mit einer sehr frischen und doch alten Bürde in das einsame Bergdorf, das uns als Basislager für den eigentlichen Aufenthalt in der Wildnis diente. Bereits in der Vorbereitungsphase zeigten sich viele äußerst schmerzhafteste Zusammenhänge, die ich mit Hilfe der Gruppenleiterin und ihrer Assistentinnen vorsichtig auseinanderklauben und sortieren konnte. Für mich ging es dabei im Wesentlichen darum, mich für dieses Leben zu entscheiden, es anzunehmen, wie es ist und mit der Vergangenheit abzuschließen. Nach Abschluss der vier Tage und Nächte in der Wildnis brach ich beim Erklingen der Trommeln, die uns ins Tal zurückriefen, in Tränen aus. Ich wollte nicht zurück zu den Menschen, die mich so sehr verletzt hatten. Schmerz und Angst waren zu groß. Am liebsten wäre ich dort oben geblieben, wo mir von Tieren und Pflanzen keine Gefahr drohte.

Liebevoll und achtsam begleiteten mich die Gruppenleiterinnen zurück ins Tal und nahmen mich unter Tränen in die Gemeinschaft der Frauen wieder auf. Es war ein großer und schwerer Schritt für mich, aber die Entscheidung war unumstößlich: Ich wollte dieses Leben leben, meine Aufgabe hier auf der Erde finden und erfüllen.

Abschied vom Vater

Zwei Tage nach meiner Rückkehr nach Deutschland erreichte mich der Anruf eines Bruders, dass mein Vater einen Schlaganfall erlitten hatte. Mein erster Gedanke war, dass er es doch glatt fertig bringen würde, lieber den Abgang zu machen als sich seinen dunklen Seiten und dem, was er getan hatte, zu stellen. Tatsächlich kam fünf Tage darauf die Nachricht, dass eine zu-



sätzliche Lungenembolie sein Überleben unwahrscheinlich machte. Im inneren Dialog mit meinem Vater, in dem er mich immer wieder um Verzeihung bat, hatte ich bis dahin darauf bestanden, dass er sich selbst verzeihen müsse, dass ich die Macht dazu gar nicht hätte.

Erst der Hinweis eines spirituellen Freundes machte mir klar, dass Vergebung eine sehr starke Kraft ist, die sowohl meinem Vater als auch mir Frieden bringen könnte. Durch die Visionssuche gestärkt, schrieb ich ihm in der Nacht einen langen Brief, den ich anschließend rituell verbrannte.

Am nächsten Morgen fuhr ich ins Krankenhaus, wo ich meine Familie in der Sterbebegleitung meines Vaters ergänzte. Wir wechselten uns Tag und Nacht ab, so dass er nie alleine der unmenschlichen Apparatur der Klinik ausgeliefert war.

»Nach Abschluss der vier Tage und Nächte in der Wildnis brach ich beim Erklingen der Trommeln, die uns ins Tal zurückriefen, in Tränen aus. Ich wollte nicht zurück zu den Menschen, die mich so sehr verletzt hatten«

Die Nacht vor seinem Tod verbrachte ich alleine mit ihm an seinem Bett. Ich las ihm Geschichten von Khalil Gibran vor, sprach mit ihm und hielt seine Hand. Es war überraschend für mich, wie vorbehaltlos und ohne alle Vorwürfe ich mit ihm zusammen sein konnte. Ich fühlte reine Liebe und Mitgefühl für dieses Wesen, das sein Leben sicherlich anders hätte leben wollen, wenn es gekonnt hätte. Die Prägung durch eigene traumatische Erfahrungen und ein Leben voll harter Arbeit und Existenzkampf hatten ihn daran gehindert, in die Liebe zu erwachen. Ich meditierte mit ihm in die leuchtende Lichtessenz, die ihn erwartete, sagte ihm, dass ich ihn liebe und er beruhigt gehen könne, alles sei gut.

Zwei Stunden, nachdem ich gegangen war, schlief er im Beisein meiner Mutter und eines Enkels friedlich ein und schaffte den Übergang.

Heute, fast ein Jahr danach, bin ich sehr dankbar für diese Erfahrung und den »Zufall«, der mich ausgerechnet zwischen letztem Eklat und Tod zur Visionssuche geführt hat. Ohne die Klärung und Stärkung, die ich dort erfahren habe, hätte ich sicher nicht die Kraft gefunden, meinen Vater auf seinem letzten Weg zu begleiten und den Kontakt zu meiner Familie wieder herzustellen. Danke, danke, danke!