

Das Medizinrad, die Vier Schilde



Auszug aus der Diplomarbeit
von Ute Maria Heilmann (Buchholz)
Pädagogische Hochschule
Dezember 2002

1.1 Die Vier Schilde

Die Vier Schilde sind in der Visionssuche-Arbeit tief verankert. Sie sind unter anderem das Modell, das dem Menschenbild der Visionssuche-Arbeit zugrunde liegt.

1.1.1 Einführung

Wortklärung

Der Begriff „der Schild“ kommt von dem Schild, der bis zum Ende des 16. Jh. als Schutzschild von Kriegern zur Deckung von Körperblößen getragen wurde (vgl. Meyers Lexikon, 1987, Band 19, S. 223/224).

Dieser Schild diente der Person zum Schutz; er war aber auch gleichzeitig persönlicher Ausdruck in der kunstvoll verzierten Außenseite des Schildes (vgl. Foster/Little, 2000, S. 296).

Hier drückt sich ein bedeutender Aspekt der Vier Schilde aus:

Sie sind individueller Ausdruck und Schutz der Person in einem. Sie sind außerdem der Filter, durch den die Umwelt individuell verschieden wahrgenommen wird.

Sie bestimmen Wahrnehmung und Ausdruck einer Person in ihrer Einzigartigkeit:

„Jeder Schild hat eine unterschiedliche Zeichnung oder Verkörperung, er ist eine einzigartige Beschreibung des Selbst hinter dem Schild. Obwohl die Zeichnungen auf den Schilden einander sehr ähneln können, gibt es doch immer feine Unterschiede, denn niemals sind zwei Schilde-Systeme gleich“ (ebd.).

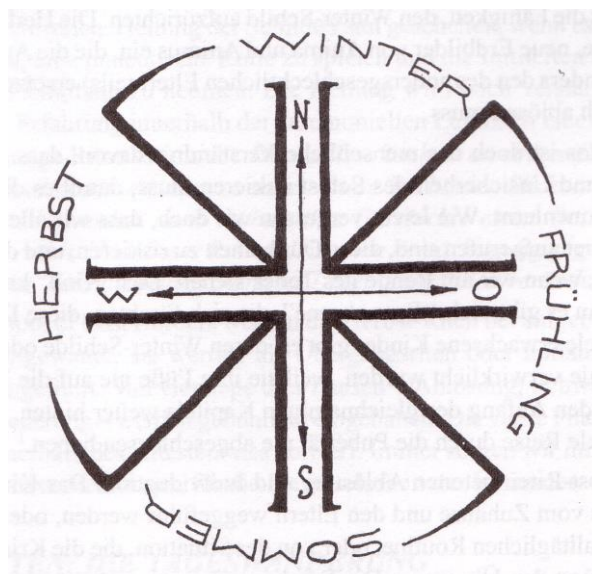
Die Jahreszeiten

„Das System der Vier Schilde ist eine Abstraktion, die aus Mustern in der natürlichen Welt abgeleitet wurde“ (Foster/Little, 2000, S. 19).

Es beschreibt einen Weg durch den Charakter der vier Jahreszeiten ebenso wie durch das Wesen der vier Himmelsrichtungen.

Es gibt also einen Süd- bzw. Sommer-Schild, einen West- bzw. Herbst-Schild, einen Nord- bzw. Winter-Schild und einen Ost- bzw. Frühlings-Schild.

Ich werde mich in meinen Ausführungen der Kontinuität wegen vor allem auf die Jahreszeiten beziehen, dies stellt allerdings keine Gewichtung dar.



Die Vier Schilde (James Wright in Foster/Little, 2000)

Aspekte

Die Vier Schilde sind ein Persönlichkeitsmodell, ein Prozessmodell, ein Entwicklungsmodell und nebenbei noch therapeutisches Handwerkszeug.

Ähnliche Modelle sind auch unter dem Begriff „Medizinrad“ meist aus dem Indianischen bekannt. Es handelt sich allerdings um ein uraltes und in vielen Kulturen verbreitetes System.

„Die Vier Schilde sind ein uraltes System von Anschauungen mit psychologischen Implikationen“ (Foster/Little, 2000, S. 37).

Steven Foster und Meredith Little haben die Vier Schilde so, wie ich sie im folgenden beschreibe, zu unserer heutigen Zeit und für die westliche Kultur passend weiterentwickelt. Daher beziehe ich mich in diesem Kapitel fast ausschließlich auf diese beiden Autoren, da andere Autoren sich wiederum auf sie beziehen oder deren SchülerInnen sind. Ich verwende in diesem Kapitel, das ein rein deskriptives ist, einen literarischen Schreibstil, so wie ihn Auch Foster und Little in ihren Büchern pflegen.

1.1.2 Die Schilde

Der Sommer-Schild



Im Sommer ist die Kindheit verankert mit all ihrer Spontaneität und Emotionalität. Hier dominieren die Körperlichkeit und die Sinneswahrnehmung. Das Leben ist leicht und ungebremst. „Wahrhaftig, der Sommer ist die Zeit für den physischen Körper der Dinge. Zu keiner anderen Jahreszeit ist das offensichtlicher. Alle sind jung, wild darauf zu leben, heranzureifen, auszureifen. Wie ein Kind ist das körperliche Dasein unbedarft rücksichtslos, scheinbar sorglos“ (vgl. Foster/Little, 2000, S. 53). Wir prahlen, führen Krieg, wir lieben und sind schüchtern. Es ist heiß, die Sonne leuchtet und wärmt, Süße liegt in der Luft, alles badet sich

in einer Farbenpracht und im Klang der Tierlaute. Heiße Körper reiben sich aneinander. „Sommer ist all das, was an den Oberflächen geschieht“ (a.a.O., S. 54). Jetzt ist die Zeit der Erotik und der körperlichen Liebe.

„Die Welt ist erfüllt von instinktivem Leben ... wir stürmen einer Vollendung entgegen, von der unsere gegenwärtige Gestalt nur eine ganz blasse Andeutung ist“ (a. a. O., S. 52).

Wir machen uns keine Gedanken über einen Herbst oder einen Winter, nein wir leben jetzt und hier und aus dem Vollen.

Im Sommer sind unsere Sinne nach außen gewandt, und ein Gefühl von Schuld oder Strafwürdigkeit, ein schlechtes Gewissen, gehören nicht zum Sommer-Schild. „Moral existiert nicht. Instinkt, Drang, Begehren, Lust – das hat Vorrang vor Fragen nach richtig und falsch“ (Foster/Little, 2000, S. 54). So etwas steigt erst im Herbst herauf mit der Fähigkeit, sich zu erinnern. In der Gegenwart des Sommers gibt es ebenso wenig die schlechten Taten von gestern wie die Sorge vor dem Morgen (vgl. a.a.O., S. 55).

Aber auch das kleine verletzte, unsichere Kind ist hier zu Hause, es wagt erste Schritte alleine, aber achtsam und vorsichtig und nicht zu weit von Mutters Schutz entfernt, denn es weiß, „dass die Sommerwelt nicht gütig ist“ (ebd.).

Der Herbst-Schild



Der Herbst ist das Reich der Psyche. Im Herbst kehren wir unseren Blick nach innen. Das Leben ist nicht mehr leicht und luftig, es wiegt schwer, es wird dunkel. Die Frage wer wir sind, umkreist unsere Sinne und läßt kaum mehr Raum für anderes (vgl. Foster/Little, 2000, S. 65 f).

Die Krisen des Lebens stürzen uns in diese Innerlichkeit, unser bisheriges Bild von uns selbst gerät ins Wanken. Alles muß neu geklärt, durchlitten, erarbeitet werden. Wir starten eine Reise durch die Dunkelheit auf der Suche nach unserer Identität.

„Mit der Reife kommt eine Fähigkeit, nach innen zu schauen, selbstbewußt aufzutreten, Veränderungen zu akzeptieren, mit den Folgen der eigenen Handlungen zu tanzen, sich dem Drachen der Lebenssuche zu stellen und innerlich zu wachsen“ (Foster/Little, 2002, S. 192).

Im dunklen Schild des Herbstes erinnern wir uns, dass wir sterblich sind, getrennt und alleine, und dass wir es immer waren. Die Wahrnehmungen durch den Sommer-Schild wandeln sich beinahe in Unwahrheiten. Nun müssen wir Stellung beziehen.

„Der dunkle Schild des Herbstes zwingt uns zur Selbstbewertung und letztlich zu Selbstliebe oder Selbstablehnung“ (Foster/Little, 2000, S. 72).

Mit Selbstliebe ist die Liebe zum eigenen Charakter gemeint, die Selbstbejahung und die Selbstachtung. Diese beinhalten das Annehmen der eigenen sündigen Schattenseiten, das Akzeptieren der Lebensveränderungen und des Alterns. Erst diese Eigenliebe ist es, die es uns möglich macht, andere zu lieben, und nur dann kann der Herbst in einen Winter übergehen (vgl. Foster/Little, 2002, S 193).

Der Herbst ist die Zeit der Pubertät und der Übergänge im Leben. „In Begriffen des Entwicklungszyklus gesprochen, ist der Herbst die Zeit der Initiation – eine gefährliche Phase, wenn das Kind des Sommers darauf vorbereitet wird, zum Erwachsenen des Winters zu werden“ (Foster/Little, 2000, S. 68). Dies ist die Zeit der Innwendigkeit, die Zeit, in der der Mensch sich selbst sucht, eine Zeit der Dunkelheit, der totalen Finsternis. Doch der Mensch, obwohl er es nicht weiß, ahnt es, spürt es, es gibt einen Grund auszuhalten.

Obwohl der, der nach innen schaut, machtlos ist und nur zusehen kann, wie sich auf einer inneren Leinwand Ereignisse entfalten, gären die Keime der beginnenden Wandlung des Selbst Doch in die unruhige Dunkelheit ist noch etwas anderes eingebettet. Eine Flocke, ein Funken, eine Flamme, eine Gabe, ein Wissen, eine Art Ausharren im Strom des Nichtwissens (Foster/Little, 2000, S. 69).

Wie ein Schmetterling wird er oder sie aus der Puppe herausschlüpfen, ohne selbst wirklich je zu erfahren, was innerhalb des Kokons vor sich ging. „Die Saaten träumen in ihren Hülsen, die Larven schlafen in engen Hüllen, sie überlassen ihre Körper den Wandlungskräften der Psyche der Natur. Diese Hingabe ist absolut notwendig, wenn sie überleben und die Reife erreichen wollen“ (a.a.O., S. 78).

In diesem Teil ist ein deutlicher Hinweis enthalten, wie sich die Visionssuche im Rad der Vier Schilde eingliedert. Auch wenn es nicht immer um den Übergang vom Jugendlichen zum Erwachsenen geht, so ist doch der Herbst die Zeit, in der die Dinge sich wandeln, in der die Übergänge sich gestalten, sich formen. Die gereiften Früchte des Sommers vergären in den dunklen Fässern des Herbstes zu reifem Wein.

Und die Seele unbewacht
will in freien Flügen schweben,

um im Zauberkreis der Nacht
tief und tausendfach zu leben.

(Hermann Hesse)

Der Winter-Schild



Nachdem sich die Hitze der Emotion des Sommers in die Innwendigkeit der Psyche des Herbstes gewandt hat, kehrt diese sich nun mit der Klarheit des Verstandes im Winter nach außen. Nun geht es um das Überleben. Es ist kalt, rational und vernünftig müssen wir für uns und unsere Familien sorgen, denn wir sind nun bereit, Eltern zu werden. Im Winter sind wir reife und erwachsene Menschen, fähig zu Disziplin und zu echter Nächstenliebe. Wir sind bereit zu handeln, fähig, das was wir erfahren haben weiter zu geben, da wir es nun fassen, strukturieren und ausdrücken können, da wir fähig sind, Sprache

zu gebrauchen.

Im Winter geht es um das Wohl und das Überleben der ganzen Gemeinschaft. Das reaktive und emotionale Ego des Sommer-Schildes ist im Winter von geringem Nutzen. Die einzelne Person kann getrennt von der Gemeinschaft nicht existieren. Und die Gemeinschaft kann ohne die Menschen nicht existieren, die zu Kompromissen und Opfern bereit sind (vgl. Foster/Little, 2000, S. 85).

„Der desorientierte, in sich gekehrte Jugendliche ist zu einem klar denkenden, mit Gemein-sinn ausgestatteten Mitglied der Gemeinschaft herangewachsen“ (ebd.). Gesetz und Ordnung, Intellekt und Geist herrschen im Winter-Schild vor. Doch mit Geist ist nicht nur Logik gemeint, sondern auch intuitive Eingebung und Sinnhaftigkeit (vgl. a.a.O., S. 86).

Während im Sommer-Schild der Körper dem Geist befiehlt, kontrolliert im Winter-Schild der Geist den Körper (vgl. ebd.).

„Selbstkontrolle ist eine der Gaben, die der Jugendliche aus dem Herbst-Schild mitbringt. Außer Kontrolle geraten heißt, in den Sommer-Schild zurück zu fallen – das ist mitten im Winter höchst unangebracht. Andere Formen von Irrationalität oder Unverantwortlichkeit sind gleichermaßen unangebracht“ (a.a.O., S. 87).

Es ist die Aufgabe des Winters, den Sommer in einer leidenschaftslosen Periode ohne Wachstum auszubalancieren (vgl. a.a.O., S. 91).

Der Geist des Winters ist reif statt kindisch, rational statt emotional, bedacht statt instinkthaft, versöhnlich statt kriegerisch, verantwortlich statt leichtfertig, nährend statt eigensüchtig, weise statt töricht, einsichtsvoll statt überheblich und beharrlich statt zerstreut. Qualitäten wie diese wirken in der Gemeinschaft stabilisierend und ordnend (a.a.O., S. 92).

Der Frühlings-Schild



Im Frühling vereinigen sich Tod und Geburt, hier ist das Ende und der Neuanfang, hier sind das Sterbliche und das Göttliche, Natur und Geist untrennbar vereint. Und im Frühling lebt und wirkt Coyote¹ (vgl. Foster/Little, 2000, S. 109).

Im Frühling wenden wir uns zum „großen Geist“, zu Gott, zur Erde als große Mutter. Hier lebt das Unsichtbare in uns auf, unsere schöpferische Vorstellungskraft, die sich ausdrückt in Gebeten, Zeremonien, Dank, Ritualen, in dem was wir Religiosität nennen oder Spiritualität. Nach der Fähigkeit zur Nächstenliebe im Winter öffnet sich nun unser Herz für die Liebe zu etwas Höherem, wie auch immer wir es bezeichnen.

¹ Coyote ist eine im Rad der Schilde bedeutsame archetypische Figur. Wenn er erscheint, bleibt nichts beim Alten.

Aber der Frühling kennt noch ein anderes Gesicht:

Es treibt dort der Schelm, etwa Gott – oder der Teufel – sein Spiel, um den Menschen zu der Art Erfahrung zu zwingen, die ihn zur Erkenntnis oder zur lebensverändernden Katastrophe führt (vgl. Foster/Little, 2000, S. 109).

In der indianischen Mythologie wird er Coyote genannt, (dt. Steppenwolf), vergleichbar mit unserem schlaun Fuchs aus den Märchen und Fabeln. Wenn Coyote erscheint, bleibt nichts beim Alten; er zwingt die Menschen zu lernen, wenn sie es nicht freiwillig tun.

Er schickt sie immer wieder von Neuem auf die Reise rund um die Vier Schilde.

Er stellt die alte Ordnung auf den Kopf. Und tatsächlich ist er der beste Lehrer, allerdings einer, der keine Rücksicht nimmt.

Einmal im Frühjahr angekommen, meinen wir den Himmel erreicht zu haben. Das Licht der Erkenntnis blendet uns, und wir würden beinahe vergessen, dass wir außerdem Menschen sind aus Fleisch und Blut, mit einem Körper und Emotionen, mit einer Psyche und tiefen Gefühlen, mit einem Geist und Rationalität, wenn da nicht Coyote mitten im Licht des Geistes wie scheinbar aus dem Nichts auftauchen und uns eines Besseren belehren würde.

Foster/Little äußern sich der Ausschreibung eines Coyoteseminars folgendermaßen über ihn:

Narr oder Zauberer? Zerstörer oder Schöpfer? Weltlich oder heilig?

Der Alte Paiute [Indianerstamm] –Indianerdoktor sagte, man solle sich von Coyote fernhalten. Damit hatte er vollkommen Recht. Treibe keine Späße mit Coyote. Fang nicht an, romantische Gefühle für ihn zu entwickeln. Der pfeift auf deine Vorstellungen. Deinen Kadaver fressen kann er genauso schnell wie dein Maskottchen sein.

Warum macht dann jeder so viel Getue um ihn? Frag nicht uns. Wir haben die Nase voll von Coyote. Wir wünschen, er würde verdammt noch mal aus unserem Leben abhauen.

Wir haben genug davon, Hals über Kopf herumgewirbelt zu werden. Anscheinend wartet er immer, bis wir den Himmel fast erreichen. Dann kreuzt er auf und erinnert uns daran, dass wir nie dorthin kommen werden (Ausschreibung Mai 2001).

In einem uralten Brauch, mit dem wir alljährlich den Übergang vom Winter in den Frühling gestalten, treibt auch bei uns Coyote, der Trickster² alljährlich sein Unwesen.. Wir verjagen an Fastnacht nicht nur die Kälte des Winters, sondern auch die gesamte Rationalität und Ordnung. Das Rathaus wird besetzt. Wider die Vernunft über den Durst zu trinken gehört sozusagen dazu. Die Menschen verwandeln sich, sie schlüpfen in eine Verkleidung, verstecken sich hinter Masken und tun, als ob sie jemand anders wären, als sie meinen zu sein. Sie probieren sich selbst aus; sie tricksen die anderen aus.

Im Frühlings-Schild sind der Schöpferkraft und der Kreativität keine Grenzen mehr gesetzt. Ein jeder wird zum Dichter, zum Maler zum Künstler. „Anstelle von In sich Gekehrtheit und Innenschau strahlen dort Ekstase und schöpferischer Ausdruck“ (Foster/Little, 2000, S. 100).

„Im Herbst hausen die gefährlichen Ungeheuer des Gewissens – Schuld und Reue. ... Im Reich der Morgendämmerung gibt es weder Fesseln noch Gefängnisse“ (ebd.).

Wir feiern das Ende des Alten und streben schon dem Licht entgegen. Tod vereinigt sich an dieser Stelle mit Geburt, und die Reise darf von Neuem beginnen.

Entwicklung lebt von der Bewegung, nicht von Stagnation. Die Spirale wendet sich kreis-förmig nach oben, nicht linear. Und das Ich macht mit jedem neuen Frühling einen Quanten-sprung in eine neue Kreisbahn (vgl. Foster/Little, 2002, S. 205).

² Trickster ist ein anderer Name für Coyote, der auch seinen Charakter bezeichnet.

1.1.3 Die Zirkularität der Vier Schilde

Die Vier Schilde sind ein zirkuläres Modell und kein lineares. Die Bewegung geht immer wieder rund um das Rad, rund um die Jahreszeiten. Entwicklung findet insofern statt, als sich die Ebenen, einer Spirale gleich, höher winden.



Abb. 2: Tonfiguren. Die Vier Schilde.

Foster und Little beschreibt mit schönen literarischen Worten die Reise durch die Jahreszeiten. Ich lasse in den folgenden Abschnitten bewusst viele Zitate wörtlich stehen, da ich auch den LeserInnen meiner Diplomarbeit die Schönheit ihrer Worte nicht vorenthalten möchte.

„Die Kindheit ist der Sommer des Lebens. Unser wachsendes Bewußtsein von der bevorstehenden Lebensreise verdrängt unsere Erinnerungen daran, woher wir kamen. Wir machen unsere ersten Schritte auf die Reife zu“ (Foster/Little, 2002, S. 187).

Die Initiation des Herbstes durch die Dunkelheit hindurch wird uns dorthin führen. Wenn die Psyche bereit ist, gibt sie sich den Krisen der Veränderung hin.

„Die Kraft des Westens ist die notwendige Dunkelheit, ohne die es keine Erleuchtung gäbe. (ebd.) Wir überlassen uns also der Dunkelheit in dem festen Glauben, dass ein neuer Morgen anbrechen wird“ (a.a.O., S. 195/196).

Wir sind von den heißen Landstrichen des Südens durch die innere Dunkelheit des Herbstes in den Tod des Winters gereist. ... Wir leben von den Früchten des Sommers, die wir in den dunklen Behältern des Herbstes aufbewahrt haben. ... Wir müssen uns zusammenreißen und für das Überleben unserer Gemeinschaft zusammenarbeiten. ... Wir können unsere Gebrechen und die offensichtlichen Zeichen des körperlichen Zerfalls nicht länger leugnen. Doch wir bestehen darauf, den Winter zu überleben, denn wir wissen, wieviel noch getan werden muss, bevor wir schließlich dem Ruf des Todes Folge leisten (Foster/Little, 2002, S. 196).

Der Herbst hat uns bereit gemacht, den Aufgaben des Winters zu folgen, mit Verstand und Nächstenliebe Sorge zu tragen für uns und unsere Gemeinschaft. Emotionen, Gefühle und Gedanken vereinigen sich nun zu angemessenen Handlungen (vgl. a.a.O., S. 197).

Doch auch hier bleiben wir nicht stecken, irgendwann wird es weitergehen, denn es gibt noch andere Aspekte im Leben, auf unserer Reise. „Nach und nach wird der Schnee auf den Bergen des Nordens schmelzen. Die Erde wird sich durch die Feuer des Frühlings erwärmen; aber jetzt haben wir noch zu arbeiten“ (a.a.O., S. 200).

„Das große Rad der Jahreszeiten dreht sich unaufhörlich weiter“ (a.a.O., S. 201).

„Dem Sonnenaufgang muss die Nacht vorausgegangen sein, dem Frühling der Winter. Und der Erleuchtung muss ein Zustand der Blindheit vorausgegangen sein“ (a.a.O., S. 202).

„Im Osten erblicken wir immer wieder das Licht der Welt mit großen verwunderten Augen. War da wirklich ein harter, kalter Winter?“ (a.a.O., S. 201) „Wie Winter und Frühling berühren sich auch Tod und Geburt. Und wo sie sich berühren, findet Transformation statt“ (ebd.).

Das Ich hat sich verändert, ist gewachsen: „Man betritt das Allerheiligste im Osten nicht und kehrt dann unverändert in die profane Welt zurück ... Es kommt zu einem Energieschub, und das Wachstum wird von neuem beginnen“ (a.a.O., S. 205).

Im Osten überströmt das blendende Licht der Erkenntnis die Seele des Winters. Aber mit den ersten Lichtstrahlen der Morgendämmerung wird eine weitere Schwelle im Süden sichtbar. Der Glanz der Erleuchtung wird wieder verblassen. Die Wolken der himmlischen Pracht werden sich wieder auflösen (ebd.).

Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zu Abschied sein und Neubeginne.
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
in andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
an keinem wie an einer Heimat hängen,
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
er will uns Stuf´ um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen.
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegen senden,
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden:
Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde!
(Hermann Hesse)

1.1.4 Aspekte der Vier Schilde

Wie bereits angedeutet sind die Vier Schilde ein Persönlichkeitsmodell, ein Prozessmodell, ein Entwicklungsmodell und sie bieten therapeutisches Handwerkszeug.

Das Persönlichkeitsmodell

Als Persönlichkeitsmodell beschreiben die Vier Schilde vier Ebenen im Menschen: die physische Ebene des Sommers, die nach innen gewandte Psyche im Herbst, den rationalen Verstand des Winters und den spirituellen Geist des Frühlings.

Auch die verschiedenen Aspekte von Liebe lassen sich in das Persönlichkeitsmodell einordnen: die körperliche Liebe im Sommer, die Suche nach der Selbstliebe im Herbst, die Fähigkeit der Nächstenliebe im Winter und die Liebe im Frühling, die sich zu etwas Höherem, zu Gott, Mutter Erde oder dem großen Geist hinwendet.

Ich erwähne hier nochmals, dass Foster und Little immer wieder auf die Einzigartigkeit des Schilde-Systems eines jeden Menschen hinweisen. Die Schilde einer jeden Person sind einmalig sowohl im Ausdruck als auch in der Wahrnehmung (vgl. Foster/Little, 2000, S. 296).

Das Prozessmodell

Die Vier Schilde sind ein Prozessmodell, sie beschreiben in ihrer Zirkularität Prozesse verschiedenster Art.

Es kann sich dabei um den Prozess 'Leben' handeln, von der Geburt über die Jugend und das Erwachsenenalter bis ins reife Alter und den Tod. Ebenso kann ein Mensch mit einer temporär begrenzten Lebensaufgabe oder innerhalb einer Krise die verschiedenen Schilde durchlaufen. Es kann sich aber auch um Sekunden handeln, innerhalb derer wir eine vielleicht überlebenswichtige Entscheidung treffen: Nach der emotionalen Schrecksekunde wenden wir uns mit der Frage 'was ist richtig?' nach innen. Von Vernunft gesteuerte Handlungsfähigkeit, vielleicht auch die wache Intuition des Geistes, sichert das Überleben, und wenn wir so gerade knapp einem Verkehrsunfall entkommen sind, werden wir vielleicht mit göttlicher Dankbarkeit erfüllt sein.

Das Modell der Vier Schilde lässt sich auch in Prozessen, die in Gruppen ablaufen, erkennen. Diese sind ähnlich definiert von Francis und Jung (1992) unter den Bezeichnungen Forming, Storming, Norming und Performing, bekannt auch als die Gruppenphasen aus der TZI³. Der Prozess geht hier von der Phase des Ankommens, der Unsicherheit und Orientierung über die Gährungs- und Klärungsphase zur Phase der Arbeitslust und Produktivität und schließlich zur Endphase des Abschlusses und Transfers (vgl. Langmaack/Braune-Krickau, 1998, S. 145 ff).

Das Entwicklungsmodell

Die Vier Schilde sind ein Entwicklungsmodell. Sie beschreiben aufeinander folgend die Jahreszeiten innerhalb eines Zyklus und gleichzeitig die spiralförmige Aufwärtsbewegung mehrerer aufeinander folgender Zyklen. Entwicklung verläuft hier, wie bereits erwähnt, nicht linear sondern zyklisch. Ein besonders wichtiger Moment liegt in diesem Modell im initiatorischen Durchgang vom Sommer- zum Winter-Schild durch den Herbst. In diesem Schritt wird ein bedeutsamer Wachstumsschub gesehen.

Die Vier Schilde als therapeutisches Handwerkszeug

Der Brauchbarkeit der Vier Schilde als therapeutisches Handwerkszeug liegt die Auffassung zugrunde, dass ein ungestörter Fluss durch die Jahreszeiten und die Balance der Vier Schilde Voraussetzung für Gesundheit sind. Es zeigt auf, wo ein Mensch in seiner Entwicklung möglicherweise gerade blockiert ist und gibt Möglichkeiten, diese Blockaden zu lösen bzw. schwächere Seiten zu stärken, damit die übergewichtigen Seiten an Dominanz verlieren und es wieder zu einer Balance im System kommen kann (vgl. Foster/Little, 2000, S. 37 ff).

1.1.5 Die Vier Schilde und Vision Quest

Wie beschrieben gehört zu einem integrativen Umgang mit sich verändernden Lebenssituationen die Kraft aller vier Schilde. Ein ungehemmter Fluß durch alle vier Jahreszeiten macht es möglich, all unsere Lebensabschnitte und auch Krisen (vgl. Kapitel 4.3), die wir durchwandern, zur Quelle unseres Wachstums zu machen.

Die Vier Schilde sind die Grundlage des Menschenbildes der Vision Quest-Arbeit. Nicht nur der gesamte Ritus ist auf eine Balance, eine Berührung aller Schilde hin ausgerichtet, auch in der Begleitung der Vor- und Nachbereitungsphase durch die VisionssucheleiterInnen werden Anstöße immer in Richtung eines freien Flusses durch die Jahreszeiten und einer Balance gegeben.

³ TZI = Themenzentrierte Interaktion von Ruth Cohn. Unter anderem ein Gruppenleitungsmodell.

Die Sicherheit jenseits der Schwelle

Um die Sicherheit der QuesterInnen zu gewährleisten, ist ein einigermaßen intaktes Schildesystem erforderlich. In der Vorbereitung der Visionssuche wird auf die Fähigkeit der Einzelnen, ihren Kreis zu durchwandern, ein besonderes Augenmerk gerichtet. Werden bei einer Person Defizite oder Übertreibungen in einem der Schilde gesehen, so werden besondere Vorsichtsmaßnahmen getroffen (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 191). Mit diesem System blicken Steven Foster und Meredith Little auf eine 30-jährige Leitungserfahrung von Visionssuchen ohne ernsthafte Zwischenfälle zurück.

1.1.5.1 Die Berührung aller Vier Schilde in der Schwellenzeit

❖ Der Süden (Sommer)

Die erste Berührung ist die mit den rein äußerlichen Faktoren des Südens, die die Natur unseren Körper spüren lässt. Diese findet in Form von Kälte oder Hitze, Regen oder Sturm, im Knurren unseres leeren Magens, oder im Herzklopfen bei der Begegnung mit einem Wildschwein in der Nacht statt (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 190). Im rituellen Raum hat die QuesterIn die Freiheit sich zu gebärden, wie immer sie will. Sie hat alle Freiheiten, die die Kinder des Sommers in dieser Hinsicht auch haben.

❖ Der Westen (Herbst)

Auch die Innerlichkeit des Westen wird in einer solchen Ausnahmesituation in jedem Fall besprochen: „Der Gang in den Westen bleibt keinem erspart. Die Einsamkeit, die Angst, die Zweifel entzündeten sich an vielerlei Gelegenheiten: ... Wenn [beispielsweise] die unendliche schweigende Weite eines Trockentals oder kahlen Bergrückens den Raum öffnet für die existenziellen Fragen des eigenen Lebens“ (ebd.).

Im Westen findet Initiation statt. Das ist der Ort des Durchgangs durch die Krise. Der Weg durch den Westen ist der Weg über die Schwelle in der Schwellenzeit.

❖ Der Norden (Winter)

Die Begegnung mit dem Norden ergibt sich aus überlebenswichtig zwingenden Gründen: Der Sorge um die nötigsten Dinge wie adäquate Kleidung, regelmäßiges Trinken, sinnvoller Umgang mit den eigenen Kräften und angemessene Vorsicht. Die Klarheit des Verstandes ist hier gefragt. Wer den Norden nicht aktiviert begibt sich ernsthaft in Gefahr (vgl. ebd.).

❖ Der Osten (Frühling)

In der Vorbereitung der Visionssuche spielt die Einführung in verschiedene Arten von Zeremonien oder Ritualen eine bedeutende Rolle, zum Beispiel der Einsatz der Rassel oder die Gestaltung eines zeremoniellen Feuers oder die Bedeutung der letzten Nacht. Ebenso gibt es konkrete Anregungen, sich mit dem eigenen Tod zu befassen. All dies sind Elemente des Ostens.

Bei der Festlegung der Bedeutung seiner Zeremonien betritt er [der Visionssuchende] den Osten. Er lässt etwas zurück und beginnt neu. Leben und Tod kann er vielleicht - in überwältigender Dankbarkeit dafür, einfach am Leben zu sein oder im Ringen mit Todesängsten und Abschieden - in nie zuvor gekannter Intensität fühlen (Koch-Weser/ v. Lüpke, 2000, S. 190).

1.1.6 Essenz

⇒ Die Vier Schilde sind ein Modell, das sich an den vier Jahreszeiten oder auch den vier Himmelsrichtungen orientiert. Sie geben als Modell sowohl eine Erklärung für Persönlichkeitsstrukturen als auch für Prozesse verschiedenster Art, denen sie jeweils einen zirkulärer Charakter verleihen.

Sie sind im Menschenbild und im Ritus der Visionssuche fest verankert und dienen dort als Entwicklungsmodell und therapeutisches Handwerkszeug dem Wachstum der einzelnen Person und der Orientierung innerhalb der unterschiedlichsten Prozesse für Visionssuche-leiterInnen, unter anderem in Aspekten der Sicherheit.

1.2 Zusammenfassung

Vision Quest ist ein uralter, von nordamerikanischen Indianderstämmen tradierter Übergangsritus. Er wurde von dem Ehepaar Foster und Little für unsere Zeit wiederentdeckt. Es geht dabei darum, nach eingehender Vorbereitung, drei bis vier Tage und Nächte alleine, ohne Schutz und Nahrung in der Natur zu verbringen. Die Erlebnisse werden nach der Rückkehr erzählt und von den Ältesten im Kreise aller QuesterInnen gespiegelt.

Die Vier Schilde sind ein Persönlichkeitsmodell, ein zirkuläres Prozessmodell und ein Entwicklungsmodell. Dieses Modell orientiert sich an den vier Jahreszeiten bzw. den vier Himmelsrichtungen.

Vision Quest und die Vier Schilde sind fest ineinander verankert.