

Pädagogische Hochschule Freiburg
Diplomstudiengang Erziehungswissenschaft

Diplomarbeit

Thema

Vision Quest – ein Ritual zur persönlichkeitsbildenden Gestaltung von Lebensübergängen

Fach: Erziehungswissenschaft II
Themensteller: Prof. Dr. Xaver Fiederle
Zweitgutachter: Dipl. Päd. Ulrich Kirchgäßner

Verfasserin: Ute Buchholz
Butzenhofstr. 33
79117 Freiburg i. Br.
0761/6965153

Freiburg, im Dezember 2002

Diese Arbeit widme ich
meiner größten Lehrerin und treuesten Begleiterin
von Kindesbeinen an:
Der Natur



Dank

An dieser Stelle möchte ich Steven und Meredith von Herzen danken, dass sie sich vor zwei Jahren mit Coyote auf die "Unbekannten" in Freiburg eingelassen und damit mein Leben verändert haben.

Ein herzlicher Dank auch an meine Eltern, die mir durch ihre großzügige finanzielle Unterstützung das Studium und am Ende ein wunderbares Studienjahr VISION QUEST ermöglicht haben.

Außerdem ein großes Dankeschön an Michel und an meine Mutter für's Korrekturlesen.

Und ein tiefer Dank geht an Andreas, den Menschen an meiner Seite, den ich von Herzen liebe.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1	Einführung in die Vision Quest Arbeit und ihre Grundlagen	9
1.1	Geschichte der Visionsuche	9
1.1.1	Woher kommt der Begriff „Vision Quest“?	9
1.1.2	Entdeckung und Bewahrung eines alten Rituals	9
1.1.3	Vision Quest in der heutigen Zeit und für die westliche Kultur	10
1.2	Ablauf einer Visionsuche	12
1.2.1	Die Vorbereitungszeit	12
1.2.2	Die Schwellenzeit	14
1.2.3	Die Integrationsphase:	15
1.2.4	Essenz	16
1.3	Die Vier Schilde	17
1.3.1	Einführung	17
1.3.2	Die Schilde	18
1.3.3	Die Zirkularität der Vier Schilde	24
1.3.4	Aspekte der Vier Schilde	26
1.3.5	Die Vier Schilde und Vision Quest	27
1.3.6	Essenz	29
1.4	Zusammenfassung	29
2	Einbettung der Vision Quest Arbeit in zeitgenössische Theorien	29
2.1	Vision Quest – ein konstruktivistisches Bildungs- bzw. Entwicklungsangebot?	30
2.1.1	Einführung in den radikalen Konstruktivismus	30
2.1.2	Grundbegriffe des Konstruktivismus und die Merkmale konstruktivistischer Erwachsenenbildung	31
2.1.3	Merkmale des Bildungsangebotes Vision Quest unter konstruktivistischen Gesichtspunkten	36
2.1.4	Essenz	41
2.2	Humanistische Psychologie und die Vision Quest Arbeit	41
2.2.1	Das Menschenbild der Humanistischen Psychologie	42
2.2.2	Sechs Grundsätze in der Vision Quest Arbeit und das Menschenbild	43
2.2.3	Zusammenfassender Vergleich	44
2.3	Zusammenfassung	44

3	3. Vision Quest und ihr Platz bei den Ritualen	45
	3.1 Rituale	46
	3.1.1 Klärung der Begriffe Ritual – Ritus	46
	3.1.2 Was ist ein Ritual?	46
	3.1.3 Erklärungsmodelle für die Wirksamkeit von Ritualen	46
	3.1.4 Essenz	50
	3.2 Übergangsriten	50
	3.2.1 Erste Forschungen	51
	3.2.2 Die dreiteilige Struktur der Übergangsriten	51
	3.2.3 Essenz	52
	3.3 Initiation	52
	3.3.1 Unterschiedliche Auffassungen über den gleichen Begriff	53
	3.3.2 Initiation, ein dringendes Thema auch in der Erwachsenenbildung	54
	3.3.3 Essenz	55
	3.4 Der Heldenmythos	55
	3.4.1 Die unbeantwortete Frage nach dem Ursprung	56
	3.4.2 Die HeldIn auf dem Weg zur Reife, Initiation in Märchen	56
	3.4.3 Heldenreisen für verschiedene Lebensphasen	57
	3.4.4 Essenz	58
	3.5 Zusammenfassung	59
4	Lebensphasen, Krisen und Persönlichkeit	60
	4.1 Auswertung der Fragebögen	60
	4.1.1 Umgang mit lebensverändernden Ereignissen	60
	4.1.2 Vision Quest zur Gestaltung von Lebensübergängen	64
	4.1.3 Essenz	68
	4.2 Lebensphasen und Lebensübergänge	69
	4.2.1 Eine Klassifizierung	69
	4.2.2 Gestaltung von Lebensübergängen	71
	4.2.3 Essenz	76
	4.3 Krisen	76
	4.3.1 Aspekte und Definitionen von Krise	77
	4.3.2 Krise: Üble Begleiterscheinung des Lebens versus Chance oder gar Voraussetzung für Entwicklung?	78
	4.3.3 Die Krise in der Vision Quest Arbeit	80
	4.3.4 Essenz	81

4.4	Entwicklung zur Persönlichkeit	82
4.4.1	Was ist Persönlichkeit?	82
4.4.2	Voraussetzungen für die Entwicklung zur Persönlichkeit	83
4.4.3	Vision Quest und die Voraussetzungen für die Entwicklung zur Persönlichkeit	84
4.4.4	Essenz	85
4.5	Zusammenfassung	85
5	Diskussion und der aktuelle Stand	86
5.1	Kritische Auseinandersetzung	86
5.1.1	Hunger, Regen, Angst und Schmutz–Angebot und Hemmschwelle in unserer Zeit	86
5.1.2	Schwierigkeiten auf dem Weg zurück in die Gesellschaft	87
5.1.3	Kostenfaktor heute versus kostenloses Gemeinschaftsgut früher	88
5.1.4	Die Frage nach der Garantie einer Vision Quest	89
5.1.5	Essenz	89
5.2	Aktuelle Situation der Wildernessarbeit	91
5.2.1	Allgemeine neuere Entwicklung	91
5.2.2	Netzwerkarbeit	92
5.2.3	Expansion und ein kleiner Schlenker zur Erlebnispädagogik	92
5.2.4	Visionssuchen für bestimmte Gruppen oder Institutionen	93
5.2.5	Essenz	95
5.3	Zusammenfassung	96
6	Schlussbemerkungen	97
6.1	Zusammenfassung	97
6.2	Ausblick	98
6.3	Nachwort	98

Einleitung

Persönliche Anteile

Im Mai 2000 bin ich Steven Foster und Meredith Little zum ersten Mal begegnet und habe die Kraft der Wilderness Arbeit gespürt. – Seit dem Ende meiner Schulzeit war ich unterwegs.

Ich bin per Anhalter durch Europa getrampt, nach Indien gereist. Ich habe auf einer Alm bis zur Erschöpfung gearbeitet, bin auf viele, hohe Berge gestiegen. Und ich bin mit einer Verletzung durch tiefe, dunkle, innere Schluchten gekrochen. Ich war immer unterwegs.

Immer auf der Suche. – Mit der Wildernessarbeit und den Vier Schilden hat zum ersten Mal in meinem Leben eine Antwort für mich wirklich gestimmt.

Das Modell der Vier Schilde konnte ich zwei Monate später zum Thema meiner Prüfung in Gruppenpädagogik machen. Mit dieser Diplomarbeit konnte ich nun nochmals MEINE Inhalte in MEIN Studium integrieren. Hierfür möchte ich meinen beiden Professoren Prof. Dr. Fiederle und Prof. Dr. Kösel und Dipl. Päd. Kirchgässner danken.

Diese Arbeit war für mich Gelegenheit, nach intensiven praktischen Erfahrungen mich auf einer theoretischen Ebene mit Visionssuche auseinander zu setzen. Ich habe das sehr genossen.

Intention

Zwei von drei zeitdiagnostischen Thesen aus den Sozialwissenschaften, die Siebert (1996) mit dem Konstruktivismus in Verbindung bringt, sind eng mit dem Anliegen meiner Arbeit verbunden:

Die **Individualisierungsthese** sagt, dass sich Normalbiographien mit gesellschaftlich normierten Schaltstellen und Karrieren auflösen und zur Ausnahme werden. Die Menschen müssen und dürfen ihre eigene individuelle Lebensgeschichte immer wieder neu und selbstverantwortlich konstruieren.

Gleichzeitig behauptet die **Enttraditionalisierungsthese**, dass traditionelle kulturelle Konstrukte an Bedeutung und normativer Orientierungskraft verlieren. Mit diesen Konstrukten sind religiöse Überzeugungen, Sitten, Rituale, Märchen, Utopien und auch nationale Überlieferungen gemeint (vgl. Siebert, 1996, S. 49).

Das bedeutet, der oder die Einzelne geht nicht mehr den „normalen“ Weg. Er oder sie muß sich eigene, neue Wege suchen. Und obwohl es viel mehr Kreuzungspunkte auf dem Lebensweg gibt, sind keine Hinweisschilder mehr zu sehen und an den Kreuzungen steht auch niemand mehr, der behilflich sein könnte.

Die Vision Quest ist ein uraltes in verschiedenen Kulturen tradiertes Ritual. Ich möchte in dieser Arbeit aufzeigen, wie sie zum **individuellen** Hinweisschild an einer Kreuzung werden kann. Eine Vision Quest ist eine Möglichkeit, den je eigenen Weg zu finden, über Schwellen und Kreuzungen zu gehen, die Persönlichkeit dabei zu stärken und wachsen zu lassen und gleichzeitig Verantwortung für die Gemeinschaft aller Lebewesen zu wecken.

Sie ist eine rituelle Form, die mit je eigenen Werten und Vorstellungen gefüllt wird, es werden bei einer Vision Quest keine überkommenen Dogmen und Normen vermittelt.

Inhaltliche Aspekte/Aufbau der Arbeit

Vision Quest und die Vier Schilde sind in unserer Kultur noch wenig bekannt. Um den LeserInnen gleich zu Beginn ein Verständnis zu geben, worüber ich in dieser Arbeit schreibe, stelle ich die Kapitel über Vision Quest und die Vier Schilde an den Anfang der Arbeit. Die Einbettung in einen theoretischen Kontext geschieht daher erst in einem zweiten Schritt.

Über die Vision Quest, wie sie seit etwa 30 Jahren von dem Ehepaar Foster und Little in den USA durchgeführt und gelehrt wird, gibt es keine mir bekannten wissenschaftliche Studien. Ich nähere mich einer Wissenschaftlichkeit über die Prüfung, ob eine Vision Quest ein Bildungsangebot im Sinne einer konstruktivistischen Erwachsenenbildung darstellen kann. Ich bin hierbei zu durchaus positiven Ergebnissen gekommen. Der Konstruktivismus stellt somit eine Möglichkeit der wissenschaftlich didaktischen Betrachtung von Vision Quest zur Persönlichkeitsentwicklung dar. Diese Betrachtung wird allerdings der Tiefe der Möglichkeiten, die eine Vision Quest für Wachstum und Entwicklung bietet, kaum gerecht.

Daher befaße ich mich in den folgenden Kapiteln intensiv mit Ritualen allgemein und der Frage nach ihrer Wirkung; mit Übergangsriten, Initiation und dem Heldenmythos im Speziellen. Die neu entdeckte Vision Quest ist ein klassischer uralter Übergangsritus, und ich kann mich auf diese Weise an Forschungen und Erkenntnisse die bereits gemacht wurden anschließen.

Die Frage nach der Gestaltung von Lebensübergängen nimmt einen großen Teil dieser Arbeit ein. Damit verbunden ist die Auswertung der Fragebögen, eine genaue Betrachtung von

Lebensübergängen und deren Gestaltung und der daraus resultierenden Frage nach Krisen im menschlichen Leben. Außerdem wird geklärt, was mit Entwicklung zur Persönlichkeit gemeint ist. All dies wird jeweils mit der Vision Quest in Verbindung gebracht.

Am Ende der Arbeit zeige ich die Grenzen der Vision Quest Arbeit in der heutigen Zeit auf.

Der aktuelle Stand in der Wildernessarbeit ist ganz zum Schluss dargestellt.

Im Anhang finden sich das Literaturverzeichnis und die Fragebögen.

Methodisches Vorgehen

Neben der Literaturrecherche machen Ausbildung und Selbsterfahrung einen großen Teil meines hier verarbeiteten Wissens aus, ebenso die Erkenntnisse aus den Fragebögen.

Ohne dem bewusst gefolgt zu sein, hat sich bei verschiedenen Fragen oder Aspekten eine Einteilung in das viergliedrige Schema der Vier Schilde ergeben. Es kommt immer wieder vor, dass ich nicht einfach anderen Denkern und Forschern folge, sondern Ergebnisse aus der Literatur, den Fragebögen, aus Gesprächen und Seminaren in dieses Schema einordne. Ich schaffe damit neue Ordnungen, die so nach meinem Stand der Kenntnis noch in keiner Literatur zu finden sind. Es gibt daher auch nicht immer Verweise zu Quellen.

Ich möchte darauf hinweisen, dass meine Darstellung nicht anders als subjektiv sein kann, obwohl ich mich immer wieder bemüht habe, mich an gängigen „objektiven“ Modellen zu orientieren. Es ist mir wohl kaum gelungen, meine tiefe Überzeugung von der Vision Quest Arbeit zu verbergen. Ich schließe mich hierzu von Glasersfelds Worten an:

„Doch für Konstruktivisten ist alle Verständigung, alles Lernen und Verstehen stets Bau und Interpretation des erlebenden Subjekts, und darum kann letzten Endes nur ich selbst die Verantwortung übernehmen für das, was in diesem Kapitel gesagt wird (1999, S.17).“

Einführung in die Vision Quest Arbeit und ihre Grundlagen

Um den LeserInnen einen Überblick zu geben, worüber ich hier schreibe, stelle ich die Beschreibung von Vision Quest und den Vier Schilden an den Anfang dieser Arbeit. Ich gehe nicht davon aus, dass sie allgemein bekannt sind.

Ich beginne mit der Geschichte der Visionssuche, um dann exemplarisch den Ablauf einer Visionssuche in der Tradition der School of Lost Borders zu beschreiben.

Es folgt das Kapitel über die Vier Schilde. Nach eingehender Beschreibung des Modells, seiner Aspekte und der Anwendungsbereiche, kläre ich abschließend den Zusammenhang der Vier Schilde mit Vision Quest.

Geschichte der Visionssuche

Woher kommt der Begriff „Vision Quest“?

Das Wort Vision Quest kommt vom Lateinischen von ‘videre’ sehen, schauen, erkennen; ‘viso’ das Gesicht und von ‘quaerere’: suchen, erkennen (vgl. Koch-Weser/v. Lübke, S.121).

Der Begriff wird heute so im englischen Sprachgebrauch verwendet und heißt auf deutsch Visionssuche. Doch auch im deutschen Sprachraum ist der Begriff Vision Quest als die im Folgenden beschriebene Form von Visionssuche häufig anzutreffen.

Ich gebrauche den deutschen und englischen Begriff äquivalent.

Entdeckung und Bewahrung eines alten Rituals

Den Namen Vision Quest haben christliche Missionare dem Ritual in Anlehnung an ihnen bekannte Berichte und Sagen gegeben, als sie diesem vor mehr als 200 Jahren bei den Indianerstämmen Nordamerikas begegneten (vgl. Koch-Weser/v. Lübke, S.121).

Immer wieder sahen sie, wie „Männer und Frauen unterschiedlichen Alters fastend und rituell geschmückt für vier bis zehn Tage in der Wildnis verschwanden, um danach mit großer Ehrerbietung und Festen vom Stamm wieder in Empfang genommen zu werden ...“ (ebd.).

Aus der ethnologischen Forschung der letzten 150 Jahre geht hervor, dass es überall auf dem nordamerikanischen Kontinent bei den indianischen Stämmen vergleichbare Rituale gegeben

hat. Sie unterschieden sich zwar in Einzelheiten, doch bestimmte Muster waren allen gleich (Koch-Weser/v. Lübke, S. 123).

Als Mitte der siebziger Jahre durch ein Gesetz, das die Freiheit der indianischen Religion garantiert, ein Verbot zur Ausübung der indianischen Zeremonien außer Kraft gesetzt wurde, kam das alte Wissen, das Stammesälteste bewahrt hatten, wieder zum Vorschein. Es wurde sowohl von der Hippie- und New-Age-Bewegung als auch von der ökopsychologischen und tiefenökologischen Bewegung in den USA mit Interesse aufgegriffen und in die Praxis umgesetzt (vgl. a.a.O. S. 126).

Während die moderne ökopsychologische Bewegung damit zu experimentieren begann, die Sinn- und Selbstsuche in der Wildnis mit Methoden der humanistischen Psychologie und Carl Gustav Jungs Tiefenpsychologie und Archetypen-Lehre zu kombinieren, machten die umfangreichen Forschungsarbeiten von Mythologen wie Joseph Campbell und Mircea Eliade deutlich, dass es ähnliche Schwellenrituale und Initiationsriten wie bei den nordamerikanischen Indianern in den Sagen und Mythen fast aller Kulturen gegeben hat (ebd.).

Vision Quest in der heutigen Zeit und für die westliche Kultur

Obwohl der Begriff Vision Quest heute losgelöst von einer speziellen kulturellen Tradition oder einem spezifischen Wertesystem steht, wird die wichtige Rolle der nordamerikanischen Indianer bei der Bewahrung dieser Tradition bis in unsere heutige Zeit von allen Anbietern und Leitern von Visionssuchen anerkannt.

Es ist allerdings für die heutige Anwendung in der westlichen Welt entscheidend, wie moderne Westeuropäer die archetypische Struktur des Rituals aufgrund ihrer eigenen kulturellen Traditionen und psychischen wie auch physischen Möglichkeiten mit Leben füllen (vgl. Koch-Weser/v. Lübke, S. 127).

Das amerikanische Ehepaar Steven Foster und Meredith Little haben hierbei einen bedeutenden Beitrag geleistet. Sie haben die Vision Quest für unsere Zeit und die westliche Kultur wieder entdeckt und wieder eingeführt. Ein Großteil der VisionssucheleiterInnen im europäischen Raum stehen in der Tradition der School of Lost Borders, der von Foster und Little begründeten Schule für die sogenannte „Wildernessarbeit“.

Verena und Haiko Nitschke haben folgende, sehr prägnante Definition von Visionssuche, wie sie heute meistens in der Tradition der School of Lost Borders angeboten wird, gegeben:

Die Visionssuche ist ein uralter in vielen Kulturen verbreiteter Ritus zur Gestaltung von Lebensübergängen. Im Kern geht es darum, sich – bei guter Vorbereitung und mit tiefgreifender Nachbereitung – drei oder vier Tage und Nächte unter freiwilliger Befolgung einiger Tabus [Einsamkeit, Fasten, keine Behausung] in der Natur aufzuhalten (Nitschke in e & l 5/2001, S. 6).

Ein Beispiel für eine Anpassung des Rituals an unsere moderne Lebensweise ist, dass es beim Fasten in der Wüste geboten ist, täglich vier Liter Wasser zu trinken. Ebenso ist es wichtig, sich vor der Sonne in der Wüste zu schützen und Schatten aufzusuchen.

Für die Indianer, die das Hungern und die Hitze gewohnt waren, wäre das hingegen keine besondere Herausforderung gewesen. Sie fasteten (zum Teil auch heute noch) ohne Wasser, manchmal in einem kleinen Steinkreis, in praller Sonne ohne Schutz mehrere Tage lang.

In einigen Kulturen gehört sogar die reale Todesgefahr zu einem Initiationsritus¹ auch heute noch dazu. Von Todesgefahr ist bei Selbstinitiationsversuchen² von Jugendlichen auch bei uns oft zu hören (U-Bahn-Surfen, rasante Autofahrten, Gleis-Roulette, u.a.m.) (vgl. a.a.O., S. 4).

Mailidoma Somé (2000b), der seine Initiation bei den Dagara in Afrika gemacht hat, äußert sich nach Gesprächen über andere Arten von Initiation etwas verwundert über die gefahrlose Art, Initiationsrituale zu begehen: „Bei manchen war die Initiation offenbar nur eine harmlose Formalität, ungefährlich und mit Garantieschein: Alle Teilnehmer würden am Ende mit heiler Haut davonkommen. Bei den Dagara dagegen ist Initiation ein riskantes Unternehmen, das tödlich ausgehen kann“ (S. 21).

In unserer Gesellschaft wäre ein Angebot, das die Gefahr des Todes ganz bewusst mit einschließt, undenkbar. Vision Quest gehört, was das angeht, eindeutig zu den Übergangsritualen mit „Garantieschein“.

¹ Vision Quest kann ihrer Struktur nach den Initiationsriten zugesprochen werden (siehe Kapitel 3).

² Selbstinitiation ist der Versuch von Jugendlichen sich durch besondere meist gefährliche Handlungen in die Welt der Erwachsenen selbst zu initiieren. Oft folgen diese Versuche den alten Ritualstrukturen einer Initiation. „Dieser Weg wird ohne erwachsene Begleitung beschritten, er beruht im Wesentlichen auf der Methode von Versuch und Irrtum mit ihren hohen menschlichen und sozialen Kosten. Solchen Selbstinitiations-Bestrebungen Jugendlicher fehlt notwendigerweise die Orientierung an Werten und Verhaltensweisen, die tatsächlich erwachsene Reife begründen“ (Nitschke in e&l 5/2001, S. 5). Über das Gelingen von Selbstinitiation gibt es verschiedene Meinungen. Es wird aber auf jeden Fall ein Bedürfnis nach Ritualen und Initiation bei Jugendlichen sichtbar und ein Defizit in deren Angebot in der Gesellschaft (vgl. Wörne, 1997, S. 82.f).

Ablauf einer Visionssuche

Das Ritual der Visionssuche setzt sich aus drei Phasen zusammen wie sie archetypisch zu allen Übergangsritualen gehören und zwar der Ablösungsphase, der Schwellenphase und der Wiedereingliederungsphase (vgl. v. Genep, 1999, S. 21).

Es gibt verschiedene Art und Weisen, diese Phasen zu gestalten. Zum Beispiel kann die Schwellenzeit vor allem für Jugendliche auf drei oder weniger Tage verkürzt werden, und auch die Vorbereitungszeit wird räumlich und zeitlich je nach AnbieterIn verschieden gestaltet. Ich beschreibe hier exemplarisch ein Modell, das ich in meiner Ausbildung kennengelernt und in der Praxis so erfahren habe. In der Literatur wird dieses Modell so bei Foster/Little (2002) und bei Koch-Weser/v. Lüpke, (2000) beschrieben.

Die Vorbereitungszeit

Die Medizinwanderung

Zur Vorbereitung zu Hause gehört die sogenannte Medizinwanderung. Dabei handelt es sich um eine Tageswanderung die von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang dauert. Während dieser Zeit gelten drei Tabus: alleine gehen, ohne Essen und ohne Schutz in Behausungen. Diese Tabus gelten später auch in der Schwellenzeit.

Mögliche Fragen, die auf diese Fastenwanderung mitgegeben werden, sind folgende:

Wo stehe ich gerade im Leben? Welche Stärken und Schwächen gehören zu meiner Persönlichkeit? Was bin ich geworden? Was möchte ich hinter mir lassen? Wofür gehe ich vier Tage und vier Nächte alleine und fastend in die Natur?

An diese Wanderung schließt sich das Ausfüllen einer Absichtserklärung an. So werden wichtige Fragen frühzeitig angestoßen und können reifen und sich wandeln.

Die Naturaufgaben

Das eigentliche Ritual dauert etwa 8- 12 Tage. Eine weitere sehr intensive Vorbereitungszeit sind die Tage direkt vor der Schwellenzeit. Es geht in dieser Vorbereitung darum, den persönlichen Wachstumsprozess anzuregen und zu begleiten und Raum zu geben, die persönliche Absicht nochmals zu konkretisieren. Dies passiert vor allem mit Hilfe

verschiedener Naturaufgaben¹. Diese sind an den Vier Schilden² orientiert; dadurch wird das gesamte Schilde-System bereits angestoßen.

Durch Aufgaben in der Natur wird außerdem der Kontakt mit dieser nach und nach intensiviert, und in der Reflexion der Erlebnisse wird deutlich, wie die Natur als Spiegel für unsere inneren Prozesse gesehen werden kann.

Ein erster Schritt ist, sich überhaupt mit der Natur vertraut zu machen. Weiter geht es darum, sich in der Natur zu versenken, das Gespräch zu entdecken und Fragen und Antworten frei fließen zu lassen.

Diese Schritte werden auch in der Naturpädagogik immer wieder gegangen (vgl. Kalff u.a., 2001). Darüber hinaus geht es bei den Naturaufgaben darum, die Natur mit ihrer Symbolik für sich zu verstehen und deuten zu können. Und ein wichtiger Aspekt ist es, durch die Natur in den Spiegel der eigenen inneren Welt zu schauen.

Dies sind meiner Meinung nach die Geheimnisse der sogenannten Wildernessarbeit. Auch kurze Sequenzen ermöglichen in dieser Weise ein besonderes Eintauchen und eine besondere Begegnung mit der Natur und dadurch mit sich selbst.

Zur Veranschaulichung möchte ich hier ein Beispiel nennen:

Ein 63-jähriger Mann geht in der Vorbereitungszeit einer Visionssuche mit der Aufgabe hinaus, nach Verletzungen in der Natur zu schauen, um dann auf seine eigenen Verletzungen und auf die Kraft, die daraus gewachsen ist, zu blicken.

Er geht und trifft auf etliche frische Verletzungen in der Natur, die aber mit seinen eigenen und bereits vernarbten Wunden nichts zu tun haben. Er kommt in ein wunderschönes naturbelassenes Waldstück, in dem offensichtlich vor vielen Jahren ein Sturm gewütet hat und er erkennt tief berührt: „Gerade diese verletzten Bäume machen dieses Waldstück so schön; damit ist der Wald so geworden, wie er jetzt ist. - Ich bin gerade durch meine Verletzungen so schön geworden.“

Der Rahmen: Sicherheit, Rituale, Platzsuche

Sehr wichtig in der Vorbereitungszeit ist die Klärung aller äußeren Rahmenbedingungen.

Ich liste diese im folgenden auf:

¹ Naturaufgaben können auch losgelöst von einer Visionssuche eingesetzt werden. Sie fallen mit Vision Quest unter den Begriff der „Wildernessarbeit“.

² Die Vier Schilde sind ein an den vier Jahreszeiten orientiertes Persönlichkeits- und Entwicklungsmodell, das in einem eigenen Kapitel dieser Arbeit erläutert wird.

1. Klärung aller Sicherheitsaspekte wie z.B. Verhalten bei Schlangenbissen, gefährliche Tiere in der Region, Gewitter, Reaktionen des Körpers auf das Fasten, Einführung in das Sicherheitssystem, Verhalten in Notfällen.

Auch Fragen bezüglich besonderer Gefährdungen der TeilnehmerInnen von Seiten der VisionssucheleiterInnen fließen in die vorbereitenden Gespräche ein. Beispielsweise Fragen nach der Orientierungsfähigkeit, Erfahrungen mit Fasten und auch ein Abklopfen des Vier Schilde-Systems.

2. Einführung in die Gestaltung eigener Rituale während der Schwellenzeit

3. Anleitung zum Aufbau einer Plane, die Schutz gibt bei Regen und in ausgesetzten Gebieten gegen die Sonne.

4. Die eigene Suche des Platzes, an dem die QuesterInnen je ihre Zeit jenseits der Schwelle verbringen werden.

Die Schwellenzeit

Die Schwellenzeit ist die Zeit, die die QuesterIn in der Natur verbringt, unter Einhaltung der drei Tabus: keine Nahrung, keine Begleitung, kein Schutz außer den natürlichen Dingen d.h. keine Hütte, kein Zelt, lediglich eine Plane gegen Nässe oder Sonne.

Zusätzlich erwähne ich was heute nicht mehr selbstverständlich ist: kein Handy, kein Radio usw., auch keine Zigaretten oder andere Suchtmittel.

Die Schwellenzeit beginnt am Morgen des ersten Tages mit dem Übertreten der rituellen Schwelle eines Steinkreises.

Jede Person nimmt ihre eigenen Themen mit in diese Zeit; es gibt keinerlei Vorgaben.

Die persönlichen Fragen und Absichten haben sich in der Vorbereitung gefunden; sie können sich aber auch jederzeit wieder verändern.

In dem sogenannten 'Confirmation-Satz' formuliert jede QuesterIn, auf das Wesentliche reduziert, wofür sie/er raus geht. Es geht dabei nicht um ferne Wünsche, sondern darum zu markieren, wo sie/er steht und wofür sie/er nun bereit ist.

Es ist unter Einhaltung der Sicherheitsregeln und der genannten Tabus alles erlaubt.

Lediglich zwei Hinweise gibt es zur Gestaltung der Schwellenzeit: Sich mit dem eigenen Tod auseinander zu setzen und hierfür ein Ritual abzuhalten und die letzte Nacht durchzuwachen. Diese beiden Elemente beinhalten den für Übergangsrituale wichtigen Aspekt von Tod und Wiedergeburt. Doch die Auseinandersetzung damit bleibt freigestellt, und jede Person

gestaltet ihre Schwellenzeit so wie sie es für richtig hält. Es ist auch erlaubt, sich die ganze Zeit über in den Schlafsack zu verkriechen.

Es ist überhaupt eine wichtige Grundhaltung von VisionssucheleiterInnen, immer wieder das Eigene in jeder Person zu bestärken, Vertrauen zu zeigen und Raum zu geben, damit jede Person ihren eigenen Weg findet, da letztendlich nur sie weiß, wohin sie gehen möchte.

Die Integrationsphase

Die Integrationszeit beginnt mit der Rückkehr am Morgen des fünften Tages und dem Übertreten der rituellen Schwelle am Steinkreis.

Das Fasten wird gemeinsam aufgehoben.

Nach vier Tagen Einsamkeit mit möglicherweise tiefgreifenden Erlebnissen kann die Rückkehr in die Gemeinschaft ein anstrengender Schritt sein.

Das Spiegeln der Geschichte

In den folgenden Tagen erzählt jede QuesterIn ihre Geschichte, die von allen QuesterInnen der Gruppe und den VisionssucheleiterInnen (manchmal auch von nahen Angehörigen) gehört und somit auch bezeugt wird. Eventuell sind zusätzlich Älteste¹ anwesend, vor allem bei Jugendvisionssuchen oder wenn die LeiterInnen sich selbst noch nicht so bezeichnen.

Die VisionssucheleiterInnen spiegeln die Geschichte. Das Spiegeln ist eine besondere Technik bei der es grundlegend auf eine bestätigende Haltung ankommt, die Fähigkeit zuzuhören, einen roten Faden zu erkennen und zu vernetzen. Es wird weder interpretiert noch die eigene Meinung dazu geäußert.

Was zusätzlich einfließen kann sind Kenntnisse über Mythen und Märchen, Wissen über die archetypische Bedeutung von Lebewesen oder Naturgegenständen oder auch detaillierte Kenntnisse über deren Eigenarten oder Lebensumstände. Das Spektrum des Spiegels wird so für die QuesterIn erweitert.

Alles was die VisionssucheleiterInnen während des Spiegeln äußern, bleibt ein Angebot und die QuesterIn entscheidet selbst was sie/er davon annehmen möchte oder was für sie/ihn nicht stimmt.

¹ Älteste werden (nicht nur in der Visionssuchearbeit) die Menschen genannt, die mit ihrem Alter zu wirklicher Reife gekommen sind und die ihre Weisheit der Gemeinschaft, vor allem auch den jüngeren Mitgliedern zur Verfügung stellen.

Rückkehr in den Alltag

Der wohl schwierigste Schritt der Integration, vielleicht auch des gesamten Rituals, ist die Rückkehr in die Gemeinschaft zu Hause, in den Alltag.

Da die Visionssuche in unserer Kultur bisher noch wenig verbreitet ist, gibt es meist nicht viele Menschen, mit denen die Erlebnisse geteilt werden können. Es herrscht oft Unverständnis, und dabei können die meist noch zarten Pflänzchen, die auf dem Boden des Rituals zu wachsen beginnen, leicht zertrampelt werden.

Die Zeit danach

Die VisionsucheleiterInnen stehen den QuesterInnen noch bis zu einem Jahr nach der Visionssuche bei Fragen oder Problemen zur Verfügung.

Es wird auch empfohlen, das Ende dieses Jahres, das die Visionssuche dann ganz abschließt, mit einer zweiten Medizinwanderung zu markieren. Diese kann genutzt werden, nochmals auf die Vision Quest und was daraus erwachsen ist zurückzublicken.

Ich möchte hier anmerken, dass auch noch Jahre nach einer Quest Samen aufgehen und Dinge plötzlich sichtbar werden, die damals angelegt oder angestoßen wurden. Dies kann sogar ein ganzes Leben lang passieren.

Essenz

⇒ Vision Quest ist ein uraltes, ursprünglich weltweit in vielen Kulturen verankertes Ritual, das von nordamerikanischen Indianerstämmen bis in unsere Zeit bewahrt wurde.

Steven Foster und Meredith Little haben bei der Wiederentdeckung dieses Rituals für die westliche Kultur eine bedeutende Rolle gespielt. Viele der AnbieterInnen im deutschsprachigen Raum stehen in der Tradition der von Foster und Little gegründeten School of Lost Borders.

Das Ritual setzt sich in seiner für Übergangsriten archetypischen Form zusammen aus einer Vorbereitungsphase, einer Schwellenphase und einer Nachbereitungs- bzw. Wiedereingliederungsphase.

In der Vorbereitung wird die Absicht geklärt, wird durch Naturaufgaben in die Natur eingeführt und werden Sicherheitsaspekte behandelt.

Die Schwellenzeit in der Natur dauert zwischen drei und vier Tagen (u.U. auch weniger). Sie ist geprägt von den drei Tabus: keine Nahrung, keine Begleitung und keine Behausung.

In der Nachbereitung spielen das Erzählen und das Spiegeln der Geschichte eine wichtige Rolle.

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.

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.

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).

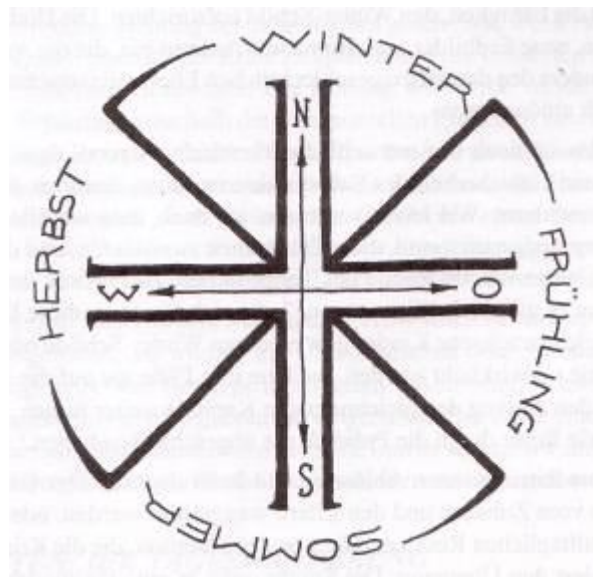


Abb.1: Die Vier Schilde (James Wright in Foster/Little,2000)

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.

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.

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

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

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 Trickster¹ 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 kreisförmig nach oben, nicht linear. Und das Ich macht mit jedem neuen Frühling einen Quantensprung in eine neue Kreisbahn (vgl. Foster/Little, 2002, S. 205).



Abb. 2: Tonfiguren. Die Vier Schilde.

¹ Trickster ist ein anderer Name für Coyote, der auch seinen Charakter bezeichnet.

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.

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/ILittle, 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/ILittle, 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)

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 TZI¹. Der Prozess geht hier von der Phase des Ankommens, der Unsicherheit und Orientierung über die

¹ TZI = Themenzentrierte Interaktion von Ruth Cohn. Unter anderem ein Gruppenleitungsmodell.

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).

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.

Die Sicherheit jenseits der Schwelle

Um die Sicherheit der QuesterInnen zu gewährleisten, ist ein einigermaßen intaktes Schilde-System 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.

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 beschritten: „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).

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 VisionssuchendeInnen, unter anderem in Aspekten der Sicherheit.

Zusammenfassung

Vision Quest ist ein uralter, von nordamerikanischen Indianerstämmen tradiertes 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.

Einbettung der Vision Quest Arbeit in zeitgenössische Theorien

Vision Quest – ein konstruktivistisches Bildungs- bzw. Entwicklungsangebot?

Das schönste Glück des denkenden Menschen ist,
das Erforschliche erforscht zu haben
und das Unerforschliche ruhig zu verehren.

Goethe

Während meines Studiums bin ich durch Herrn Prof. Dr. Fiederle und Herrn Prof. Dr. Kösel mit dem Konstruktivismus in Berührung gekommen. Ich war sehr dankbar um eine wissenschaftliche Erkenntnistheorie, die zutiefst ethisch ist und dennoch ohne normativen Anspruch auskommt. Der Konstruktivismus passt in mein Weltbild. Vision Quest passt in mein Weltbild. Gibt es Berührungspunkte?

Als Erwachsenenbildnerin untersuche ich Vision Quest als ein Angebot in der Erwachsenenbildung. Um Vision Quest in diesem Zusammenhang einen wissenschaftlich didaktischen Halt zu geben, prüfe ich im folgenden Kapitel, ob und wie Vision Quest den Ansprüchen des Konstruktivismus an ein Bildungs- und Entwicklungsangebot in der Erwachsenenbildung entsprechen kann.

Einführung in den radikalen Konstruktivismus

Selbstverständnis

Der radikale Konstruktivismus würde sich selbst nicht ernst nehmen, würde er sich als eine einheitliche, fest umrissene wissenschaftliche Theorie präsentieren. Statt dessen, so v. Glasersfeld (1992) sei er ein Modell, das sich an seiner Viabilität messen lassen möchte. Schmidt (2000) spricht vom Diskurs des Radikalen Konstruktivismus und betont, dass dieser keine homogene Doktrin sondern ein äußerst dynamischer interdisziplinärer Diskussionszusammenhang ist (vgl. S. 7).

Horst Siebert (1996) bezeichnet den Konstruktivismus als ein interdisziplinäres Konstrukt, das seine erkenntnistheoretischen Aussagen unter anderem aus der Neurobiologie von Varela und Maturana, der Kognitionswissenschaft von Varela, der Kybernetik von v. Foerster, der Kommunikationstheorie von Watzlawick und der Systemtheorie von Luhmann bezieht (vgl. S. 29 ff).

Die Kognitionstheorie

In der Kognitionstheorie, die im Zusammenhang mit Wahrnehmung und der Entstehung von Erkenntnis und Bewußtsein von Interesse ist, gibt es folgende Kernaussage:

„Es gibt keine Beobachtung, die unabhängig vom Beobachter ist“ (Kösel, 1993, S. 48).

Die Realität an sich existiert nicht. Sinneseindrücke werden im Gehirn eines jeden Wesens in unspezifische neuronale Impulse umgewandelt. Das Gehirn deutet und bewertet die neuronalen Signale nach eigenen Kriterien.

Demnach ist die von uns erlebte sinnliche Welt ein Konstrukt des Gehirns, allerdings kein willkürliches. Roth weist hierbei auch auf den Einfluß von Emotionen und Erwartungen auf die Sinneswahrnehmung und die unter anderem damit verbundene Selektivität der Wahrnehmung hin. (vgl. Roth in Schmidt 2000, S. 231 ff).

Realität ist also ein subjektives Konstrukt.

Unsere Wahrnehmung erscheint uns aus mehreren Gründen, die sich aus dem folgenden Text ergeben, dennoch einigermaßen stabil.

Grundbegriffe des Konstruktivismus und die Merkmale konstruktivistischer Erwachsenenbildung

Aus der Darstellung der wichtigsten Aspekte des Konstruktivismus arbeite ich die wesentlichen Merkmale der konstruktivistischen Erwachsenenbildung heraus und fasse diese jeweils am Ende des Unterkapitels in Merksätzen zusammen. Diese Sätze tauchen bei der Verbindung von Vision Quest und der konstruktivistischen Erwachsenenbildung jeweils am Beginn eines Unterkapitels wieder auf.

Autopoiese

Dieser Begriff ist geprägt von Maturana und Varela (1987) und besagt, dass alle lebenden Systeme in sich operational geschlossen sind und nur immer wieder sich selbst reproduzieren können vgl. (S. 50 f). Veränderungen durch Interaktion mit der Umwelt sind möglich, diese aber immer nur aufbauend auf den vorhergehenden Strukturen im sogenannten zyklischen Agieren der Zustände miteinander. Hierfür wird in der Fachsprache der Begriff der Selbstreferentialität verwendet (vgl. Kösel, 1993, S. 200).

Wir bauen gemäß unseren Strukturen Wissen auf, um eine gewisse Ordnung in den an und für sich formlosen Fluß unseres Erlebens zu bringen, diesen zu strukturieren und ihn einschätzen zu können. Dieses konstruierte Wissen bestimmt nun weiterhin unsere Wahrnehmung bzw.

die daraus erstellten Konstrukte von Wirklichkeit. So ist es kaum verwunderlich, dass die subjektive Konstruktion der Wirklichkeit für das Subjekt relativ stabil bleibt (vgl. v. Glasersfeld in Watzlawick, 1999).

⇒ Die subjektiven Konstrukte der Wirklichkeit, die sich ein Lebewesen gemäß seiner Strukturen erstellt, bleiben immer auch für das Erstellen neuer Konstrukte bestimmend, wie auch schon ein altes Sprichwort besagt: „Was der Bauer nit kennt, frisst er nit.“

Daraus ergibt sich für das Lernen aus konstruktivistischer Sicht folgendes:

- Lernen bedeutet nicht, eine objektive Realität abzubilden, sondern im Akt des Erkennens eine eigene Wirklichkeit zu gestalten (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 89).
- Lernprozesse sind selbstreferentiell, d.h. sie sind zirkulär mit vorgegebenen Strukturen, lebensgeschichtlichen Erfahrungen, Anforderungen und Erwartungen und unseren kulturellen und gesellschaftlichen Mustern verbunden (vgl. ebd.).

Perturbation – Anstöße zu einer nicht determinierbaren Strukturveränderung

Der Begriff Perturbation kommt aus dem Lateinischen von *perturbare*: verwirren, in Unordnung bringen, stören, beunruhigen (vgl. Langenscheidts Wörterbuch Lateinisch, 1963). Er wurde auf biologische Veränderungsprozesse bezogen und in diesem Zusammenhang von Maturana und Varela (1987) geprägt. Perturbation besagt, dass es durch Interaktion zwischen Lebewesen und umgebendem Milieu zu einer Veränderung kommen kann. Die Veränderungen, die durch die Perturbationen hervorgerufen werden, können aber keineswegs vom Milieu determiniert werden, „es ist vielmehr die Struktur des Lebewesens, die determiniert, zu welchem Wandel es infolge der Perturbation in ihm kommt“ (S. 106). „Veränderungen als Folgen instruktiver Interaktionen im Sinne von Kausalität ist nicht möglich“ (Kösel, 1993, S. 206).

⇒ Auf den Menschen bezogen ist Perturbation ein Ereignis, das von außen ein Individuum berührt. Das Individuum entscheidet selbst, in welchem Maße es sich davon beeinflussen lässt.

Im Kontext von Lehren und Lernen bedeutet das:

- Lernprozesse können vom umgebenden Milieu angestoßen nicht aber determiniert werden. Lernen ist „eine konstruktive, progressive Verarbeitung einer Perturbation“ (Arnold/Siebert, 1995, S. 115).

Viabilität

Wir prüfen unsere Erkenntnis, unser Wissen und unsere Wahrnehmung an der Passfähigkeit bzw. Viabilität gegenüber unserer Umwelt. Wenn uns unser Wissen Überleben garantiert, erfolgreiches Handeln ermöglicht und unsere Orientierung erleichtert, so ist es viabel, und wir greifen, solange es passt, immer wieder darauf zurück (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 103 f). Die Frage, ob dieses Wissen, unsere Erkenntnis nun objektiv richtig sei oder nicht, ist dabei irrelevant (ebd.).

Spannend wird es, wenn etwas nicht mehr passt, so zum Beispiel am Übergang von einer Lebensphase in eine andere. Hier wird ein neuer Lernschritt notwendig. Wir brauchen eine neue Erkenntnis.

⇒ Persönliche Erkenntnis erscheint uns stabil, solange sie mit den Anforderungen der Umwelt übereinstimmt, d.h. viabel oder passfähig ist.

Für den Umgang mit neuen Informationen und dem richtigen Zeitpunkt, diese aufzunehmen, ergibt sich folgendes:

- Information wird zu Wissen verarbeitet, wenn sie viabel ist. Ist altes Wissen zu einem Zeitpunkt nicht mehr viabel, macht es eine neue Lernerfahrung notwendig (vgl. a.a.O. S. 104 u. 113).

Sprache

Mittels Sprache kommunizieren wir nicht nur mit anderen Menschen und drücken darüber unsere Wahrnehmung aus, sondern Sprache ist auch das Mittel, das unserem Denken zur Verfügung steht, um zu Erkenntnis zu gelangen.

Es finden sich durch die begrenzten Möglichkeiten von Sprache leider auch nur begrenzte Strukturen, innerhalb derer wir erkennen können. Diese sind individuell und kulturell verschieden.

„Jede Reflexion ... findet notwendigerweise in der Sprache statt, die unsere spezifische Form des menschlichen Seins und Tuns ist“ (Maturana/Varela, 1987, S. 32).

Mailidoma Somé (2000b) schreibt im Vorwort des Buches „Vom Geist Afrikas“, das er auf Englisch geschrieben hat, in dem er aber Ereignisse aus seiner Kindheit und Jugend bei den Dagara beschreibt: „Eines meiner Hauptprobleme war, dass das, worüber ich hier spreche,

sich sozusagen nicht auf Englisch ereignet hat. Es ereignete sich in einer Sprache, die eine andere Auffassung von Wirklichkeit besitzt“ (S. 8).

⇒ Sprache ist unser Instrument des Erkennens (vgl. ebd.). Verschiedene Sprachen bieten hierzu verschiedene Möglichkeiten.

Der Einfluss, den das Phänomen Sprache auf Lern- und Erkenntnisprozesse hat, sieht folgendermaßen aus:

- Sprache grenzt den Raum der Erkenntnis individuell ein. Sprache gestaltet den Raum der Verständigung über Lernprozesse und Wissen und bestimmt auch hier individuell und kulturell die Möglichkeiten und Grenzen (vgl. Siebert, 1997, S. 71).

Intersubjektivität

Unsere subjektiven Konstrukte der Wirklichkeit können wir mittels Sprache im Rahmen ihrer Möglichkeiten mit anderen Subjekten abgleichen. Scheinbare Objektivität entsteht durch Intersubjektivität.

Durch die Konstruktion einer gemeinsamen Wirklichkeit im sprachlichen Diskurs können Individuen Handlungssicherheit in sozialen Kontexten erlangen (vgl. Baecker et al., 1992, S. 121).

⇒ Es findet ein sprachlicher Austausch statt, um sich über eine gemeinsame Wirklichkeit zu verständigen.

Für Lernprozesse ergibt sich daraus:

- Wir können uns über Lernerfahrungen mit anderen Menschen im intersubjektiven Diskurs verständigen (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 89).

Ethische Aspekte des Konstruktivismus

Der Gedanke, dass es eine objektive Wirklichkeit nicht gibt, sondern dass jedes einzelne Individuum sowie auch verschiedene Kulturen sich ihre eigene Wahrheit selbst konstruieren und diese von außen kaum beeinflussbar ist, fordert heraus!

Es ergeben sich daraus Konsequenzen in der Begegnung mit anderen Menschen und Kulturen, ebenso wie für das eigene Sein und Handeln und außerdem für das „Lehren“ in der Erwachsenenbildung.

Ich fokussiere folgende vier Aspekte:

1. Die Subjektivität jedes Individuums hat einen eigenen Anspruch auf Geltung. Es wird ihr der gleiche Wahrheitsgehalt zugestanden wie der je eigenen Wahrnehmung.

2. Im gemeinsamen Diskurs bemühen sich die Menschen um eine mögliche gemeinsame Basis. Differenzen können als solche stehen bleiben. Liebe, Offenheit und Toleranz sind die ethischen Prämissen hierzu.

Einer der beiden Kernaphorismen in dem Buch „Der Baum der Erkenntnis“ von Maturana und Varela (1987) bezieht sich auf die Verantwortung im Umgang mit Sprache und auf die Einschätzung einer Aussage bezüglich deren ‘Objektivität’:

„Alles Gesagte ist von jemandem gesagt“ (S. 32).

3. Jede/r ist selbst verantwortlich für sein/ihr Tun und diese Verantwortung beginnt bereits mit der Tat der Wahrnehmung. Glasersfeld betont diese Selbstverantwortung. Er sagt, dass der Konstruktivismus dazu führt, den denkenden Menschen, und ihn allein, für sein Denken, Wissen und somit auch für sein Tun verantwortlich zu machen. Bereits das Denken ist ein Tun und Bewusstheit darüber ist von großem Nutzen (vgl. Glasersfeld in Watzlawick, 1999, S. 17). Handlung, nämlich eine Welt hervorzubringen, und Erfahrung, nämlich in dieser Welt zu sein, sind zirkulär verbunden, da auf der Erfahrung die nächste Handlung aufbaut.

Varela und Maturana (1987) sprechen in diesem Zusammenhang von „der Untrennbarkeit einer bestimmten Art zu sein, von der Art, wie die Welt uns erscheint“ und dass „jeder Akt des Erkennens eine Welt hervorbringt“ (S. 31).

Der dazu passende Kernaphorismus in ihrem Buch lautet: „Jedes Tun ist Erkennen und jedes Erkennen ist Tun“ (Varela/Maturana, 1987 S. 32).

Ist sich der Mensch über diese Aphorismen im Klaren, wird er wach für die Verantwortung, die der wechselseitigen Abhängigkeit seiner Wahrnehmung mit seinem Tun zugrunde liegt. Außerdem wird er wach für die Verantwortung im Umgang mit dem Instrument Sprache. Und ebenso wird klar, dass auch ein anderes Individuum nur für sich diese Verantwortung übernehmen kann, da niemand eine objektive allgemeingültige Welt für andere hervorbringen kann.

4. In der konstruktivistischen Erwachsenenbildung werden die je eigenen Arten und Wege, zu neuer Erkenntnis zu gelangen, anerkannt und respektiert. Lehrende sind sich darüber bewußt, dass sie immer nur einen Rahmen schaffen und Lern- bzw. Entwicklungsangebote machen können (vgl. Siebert, 1997, S. 71). Das führt zu einer Loslösung von den Gewissheits- und Allmächtsphantasien einer instrumentellen Einflußnahme und Belehrung der Erwachsenen.

Daraus resultiert folgende didaktische Ethik:

- Die Gewissheiten der anderen werden als genauso gültig und legitim anerkannt wie die eigenen (vgl. Kösel, 1993, S. 207).
- Sowohl der lehrende als auch der lernende Mensch ist für sein Tun selbst verantwortlich.

Merkmale des Bildungsangebotes Vision Quest unter konstruktivistischen Gesichtspunkten

Der individuelle Raum, den das Ritual bereithält

- Lernen bedeutet nicht, eine objektive Realität abzubilden, sondern im Akt des Erkennens eine eigene Wirklichkeit zu gestalten (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 89).
- Lernprozesse sind selbstreferentiell, d.h. zirkulär mit vorgegebenen Strukturen, lebensgeschichtlichen Erfahrungen, Anforderungen und Erwartungen und unseren kulturellen und gesellschaftlichen Mustern verbunden (vgl. ebd.).

Vision Quest bietet eine über Jahrtausende gewachsene Form, die vom jeweiligen Individuum selbst gefüllt wird. Die Visionssuche ist nur ein in den Staub gezogener Kreis, eine leere Form, die mit den ganz persönlichen Werten und Wahrnehmungen der TeilnehmerInnen angefüllt werden muss (vgl. Foster/Little, 2002, S. 43).

Jede QuesterIn geht mit einem eigenen Thema auf Visionssuche. Gerade im Raum jenseits der Schwelle kommt es darauf an, sich nur durch sich selbst leiten zu lassen:

Wo zieht es mich hin? Ziellos umherstreifen und im Spiegel der Natur mich selbst entdecken.

Ich höre, was der Baum mir zu sagen hat, und das gilt nur mir, das bin ich.

„Der *Geist* der Natur antwortet auf die Fragen des Herzens. Der Wind *spricht* wirklich. Die Bäume *haben tatsächlich* eine Stimme. Gehört die Stimme zur Natur oder zu uns? Was ist der Unterschied?“ (Foster/Little, 2000, S. 103).

Es besteht jenseits der Schwelle die Freiheit, wahrzunehmen was interessiert, also auch nur das hervorzubringen. Geleitet werden wir hierbei von dem was bereits in uns ist.

Es gibt hier keinerlei Kriterien zur objektiven Überprüfbarkeit der Wahrnehmungen, auch nicht vor sich selbst. Die Art zu sein kann sich stündlich oder tageweise ändern, und damit ändert sich auch die Art etwas wahrzunehmen oder hervorzubringen.

Was heute noch bunt war, kann morgen schon nur noch grau sein. Fröhliches Vogelgezwitscher kann plötzlich zu melancholischem Gejammere werden.

Die QuesterInnen sind es selbst, die ihre eigene Welt dort draußen konstruieren. Und sie bringen die für sie in dieser Welt bedeutsam gewordenen Ereignisse und neuen Erkenntnisse mit in die Gemeinschaft.

Perturbation – Anstöße zu einer nicht determinierbaren Strukturveränderung

- Lernprozesse können vom umgebenden Milieu angestoßen nicht aber determiniert werden. Lernen ist dann „eine konstruktive, progressive Verarbeitung einer Perturbation“ (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 115).

Vier Tage ohne Nahrung und Schutz irgendwo alleine in der Wildnis zu sein, ist ein ungewöhnlich starkes Ereignis.

Eine solche Situation ist für die meisten Menschen krisenhaft. Hier kommt es zu einer Perturbation: In der Einsamkeit, mit Hunger und Angst, dem Wetter ausgesetzt usw. wird der Mensch stark berührt; er geht unter anderem auch durch die Krise und gleichzeitig in seiner Entwicklung voran (vgl. Kapitel 4.4.3).

Das Vision Quest ist ein Ritual, das die QuesterIn perturbiert, das aber in keiner Weise bestimmend oder manipulierend wirken kann und will.

Es ist die Person selbst, die darüber bestimmt, wie sie mit der Situation umgeht, wie diese in ihr wirken kann und soll und welche inneren Strukturveränderungen für sie möglich und gewollt sind.

Wie bereits erwähnt arbeiten manche Kulturen in ihren traditionellen Initiationsritualen ganz bewußt mit Todesangst und zum Teil auch mit realer Todesgefahr (vgl. Kapitel 1.1.3). Es handelt sich bei diesen Ritualen um eine bewusst starke Perturbation, um eine Krise, die einen Entwicklungsprozess in Gang bringen soll. Wie dieser im einzelnen aussieht bleibt offen.

Viabilität – Wenn alte Schuhe zu klein sind

- Information wird zu Wissen verarbeitet, wenn sie viabel ist. Ist altes Wissen zu einem Zeitpunkt nicht mehr viabel, macht es eine neue Lernerfahrung notwendig (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 104 u. 113).

Vor allem an der Schwelle von einer Lebensphase in eine andere können unsere Denk- und Wahrnehmungsmuster an Viabilität verlieren. Der Mensch bleibt dort erstmal stecken, ist nicht fähig, das Neue, was im Werden begriffen ist, anders als im alten Licht zu sehen, obwohl es sich nicht mehr als viabel erweist. An dieser Stelle ist die Motivation, sich weiter zu entwickeln, Lernschritte zu machen, relativ groß (vgl.ebd.).

Die Visionssuche ist ein adäquates Entwicklungsangebot an genau solchen Bruchstellen. Kaum ein Mensch sieht die Welt nach einer Visionssuche mit den gleichen Augen.

Die Kraft dieses Rituals erneuert die Wahrnehmung, bestärkt und fördert individuell passfähiges Handeln in einer neuen Welt.

Im sprachlichen Raum - Individuelle Erlebnisberichte und kulturelle Lernangebote

- Wir können uns über Lernerfahrungen mit anderen Menschen im intersubjektiven Diskurs verständigen (vgl. Arnold/Siebert, 1995, S. 89).
- Sprache grenzt den Raum der Erkenntnis individuell ein. Sprache gestaltet den Raum der Verständigung über Lernprozesse und Wissen und bestimmt auch hier individuell und kulturell die Möglichkeiten und Grenzen (vgl. Siebert, 1997, S. 71).
- Die Gewissheiten der anderen werden als genauso gültig und legitim anerkannt wie die eigenen (vgl. Kösel, 1993, S. 207).

Es gibt in der Nachbereitung der Visionssuche zwei Schritte, um die Lernerfahrung zu nutzen. In einem ersten Schritt beschreiben die QuesterInnen die Geschichte ihrer individuellen Erlebnisse aus der Schwellenzeit. Das Wort *Geschichte* wird hier ganz bewußt eingesetzt, denn es handelt sich dabei nicht um einen Tatsachenbericht. ErzählerInnen und ZuhörerInnen sind sich über die Grenzen, die Sprache setzt, im Klaren. Ebenso darüber, dass es eine objektive Realität in dieser Geschichte nicht gibt.

In einem zweiten Schritt wird die Geschichte gespiegelt (siehe Kapitel 1.2.3). Dabei kann unter anderem durch die VisionssucheleiterInnen kulturelles und geschichtliches Wissen in Form eines Angebotes eingebracht werden.

1. Die Geschichte:

In der Wiedereingliederungsphase im Basislager erzählen die QuesterInnen ihre Erlebnisse im Kreis der VisionssucheleiterInnen und aller QuesterInnen; eventuell sind auch nahe Angehörige dabei. Alle hören die Geschichte und werden so Zeugen des Erlebten. Die Entwicklungserfahrung wird mit der Gemeinschaft geteilt und dort auch bestätigt. Dieser soziale Kontext untermauert die Erfahrung gewissermaßen, stabilisiert sie und kann eine Orientierungshilfe sein, das Neue dann in die Gemeinschaft zu Hause zu integrieren.

Die Gemeinschaft im Basislager, die die Geschichte beim Spiegeln hört, ist ein auserwählter Kreis, innerhalb dessen die Erfahrungen im intersubjektiven Diskurs meist verstanden werden, oft anders als in der Gesellschaft, in die die QuesterInnen danach zurückkehren.

Der Versuch, außerhalb des geschützten Rahmens interaktiv konsensuelle Bereiche zu den Erlebnissen oder Wahrnehmungen jenseits der Schwelle zu schaffen, kann in einigen Fällen unmöglich sein. Die Erlebnisse und Bedeutungen sind einzigartig und können durchaus außerhalb des Erfahrungshorizontes unseres westlichen Verständnisses von Wirklichkeit liegen.

Selbst den QuesterInnen können Teile ihrer eigenen Erlebnisse unverstanden bleiben, und zum Teil enthüllen sich Erkenntnisse aus der Erfahrung einer Visionsuche noch nach Jahren, manchmal ein Leben lang.



Abb.3: Visionsuchegruppe im Death Valley

2. Das kulturelle Angebot von Mythen, Märchen und Symbolen:

Im nächsten Schritt machen die LeiterInnen ein Angebot, das sich unter anderem auf kulturell gewachsene Geschichten, Mythen, Symbole und Märchen bezieht.

Maturana und Varela (1987) beschreiben kulturelles Verhalten als im Rahmen der kommunikativen Dynamik eines sozialen Milieus ontogenetisch¹ erworbene und über Generationen stabil gebliebene Verhaltensmuster (vgl. S. 218).

¹ Ontogenese: „Geschichte der Transformation einer Einheit infolge ihrer Interaktionsgeschichte ausgehend von einer Anfangsstruktur“ (Maturana/Varela, 1987, S. 273).

In Symbolen, Mythen und Märchen und Ritualen stecken eine Menge dieser lange Zeit stabil gebliebenen Verhaltensmuster, die in Jahrtausenden in gesellschaftlicher Übereinstimmung gewachsenen sind und bestätigt wurden.

Heute ist viel von dieser uralten Weisheit verschüttet.

Bei einer Visionssuche werden diese uralten Symbole und die archetypischen Strukturen aus Mythen und Märchen beim Spiegeln angeboten. Diese können in die je eigene Konstruktion der Erlebnisse eingebaut werden und auch hier ein gewisses Maß an Orientierung und Halt bieten.

„Immer hatten Mythen und Riten vor allem die Funktion, die Symbole zu liefern, die den Menschen vorwärts tragen, und den anderen, ebenso konstanten Phantasiebildern entgegenzuwirken, die ihn an die Vergangenheit ketten wollen“ (Campbell, 1999, S. 20).

Es zählt auch hier immer die Viabilität d.h. die Brauchbarkeit der Angebote aus dem Spiegeln für die jeweilige Person!

Der ethische Aspekt der Verantwortung - die QuesterIn gebiert selbst ihr Kind der Erkenntnis und der Wandlung

➤ Sowohl der Lehrende als auch der lernende Mensch ist für sein Tun selbst verantwortlich.

VisionssucheleiterInnen verstehen sich als Hebammen, die unterstützend und begleitend ihren Beitrag zu einer gesunden Geburt eines neuen Selbst leisten (vgl. Foster/Little, 2002, S. 20 u. 80). Auf das Kind an sich übt die Hebamme keinen Einfluss aus. Die Lern- und Entwicklungsschritte muss jede/r selbst gehen; hierfür können die LeiterInnen letztendlich keine Verantwortung übernehmen.

So kann es hier wie in der konstruktivistischen Erwachsenenbildung keine Input = Output-Erwartung geben.

Es gibt außer einer Einführung in die Vier Schilde keinerlei Input, sondern nur einen Rahmen, innerhalb dessen die Lernprozesse so vielfältig sein können wie das Leben selbst. Und die allerbeste Lehrerin ist hierbei die Natur.

VisionssucheleiterInnen leisten einen begleitenden Beitrag.

„Not I, not anyone else, can travel that road for you,
You must travel it for yourself.“

Walt Whitmann, Song of Myself
(in Foster/Little, 1984, S. 50)

Die Kraft zur Veränderung liegt in der Person und wird durch die Strukturen des Rituals angestoßen und ermöglicht.

Die Natur bietet alles an und nichts, und es ist gewünscht, nur das wahrzunehmen oder zu konstruieren, was persönlich relevant ist. Auf die Unterschiedlichkeit möglicher Bedeutungen oder Wahrnehmungen von Natur oder Naturgegenständen für die/den Einzelne/n wird hingewiesen. Es ist für die QuesterInnen immer wieder eine Herausforderung, den Kopf mit all dem analytischen Wissen, das meint wahr zu sein, hinter sich zu lassen, der eigenen Wahrnehmung zu trauen und sich einzulassen auf das Nichts und zu sehen, was statt dessen entsteht.

Essenz

⇒ Beschrieben mit konstruktivistischen Begrifflichkeiten präsentiert sich Vision Quest folgendermaßen:

Sie bietet als leere Form der Subjektivität einer jeden Persönlichkeit ihren Raum. Sie wird durch die Anforderungen der Schwellenzeit, ohne jedoch zu manipulieren oder zu determinieren. Bei den Teilnehmenden wird Viabilität als leitendes Prinzip gefördert und gefordert. Dies gilt für die Wahl des Zeitpunktes auf eine Visionssuche zu gehen ebenso wie für den Umgang mit Naturbegegnungen in der Schwellenzeit oder Angeboten beim Spiegeln. Zu jeder Zeit gibt es Ermunterungen an die QuesterInnen, das Eigene zu finden, den eigenen, passenden Weg zu suchen und zu gehen und dafür die eigene Verantwortung zu übernehmen. Ich komme zu dem Schluss, dass die Struktur des Rituals der Visionssuche und die Haltung, mit der die VisionssucheleiterInnen die TeilnehmerInnen begleiten, einem konstruktivistischen Bildungs- und Entwicklungsangebot entspricht.

↔ Anmerkung

Die Prüfung von Vision Quest als einem konstruktivistischen Bildungsangebot bezieht sich auf die oben beschriebenen, in der Tradition der School of Lost Borders stehenden Arten von Visionssuchen.

Humanistische Psychologie und die Vision Quest Arbeit

Vision Quest hat deutliche Verbindungen mit der Humanistischen Psychologie. Ich stelle nun zuerst das Menschenbild der Humanistischen Psychologie vor. Im folgenden entwickle ich sechs Grundsätze, die meiner Meinung nach der Vision Quest Arbeit zugrunde liegen. Im zusammenfassenden Vergleich sind die Übereinstimmungen auf den Punkt gebracht.

Das Menschenbild der Humanistischen Psychologie

Das im folgenden beschriebene Menschenbild der humanistischen Psychologie ergibt sich nach Davison/Neale (1998) und Quitmann (1996).

❖ Ganzheitlichkeit und Einzigartigkeit:

Der Mensch ist mehr, als die Summe seiner Bestandteile. Seine Einzigartigkeit und sein Person-sein gehen über die Kenntnis seiner Teilfunktionen hinaus. Er ist mehr, als messbar ist.

In dieser Aussage spiegelt sich für mich ein Respekt vor der Ganzheitlichkeit der Person und ihrer Einzigartigkeit wider, der in wissenschaftlichen Disziplinen, nicht zuletzt auch in der Psychologie, oft kaum zu finden ist.

Die humanistische Psychologie wird auch vielmehr als eine Haltung beschrieben denn als eine spezielle Menge von Aussagen; als eine Haltung, in der die Würde des einzelnen Menschen und das Vertrauen in seine Selbstorganisation einen hohen Stellenwert einnehmen. Dem Menschen wird eine eigene Wahrnehmung und seine je eigene Wahrheit zugestanden, aus der er sein Handeln leitet.

❖ Einflußfaktor Umwelt:

Entgegen einem genetischen Determinismus ist es im Menschenbild der humanistischen Psychologie unter anderem die Summe früherer Erfahrungen, aus der sich ein innerer Bezugsrahmen ergibt, in dessen Grenzen Umwelt wirken kann.

❖ Streben nach Entwicklung:

Der Mensch hat das Bedürfnis nach Wachstum und Selbstverwirklichung. Er ist von Natur aus zielgerichtet, aktiv, schöpferisch und gut. Nach Rogers kommt die Kraft und die Entwicklungsrichtung von innen und die ungestörte Entwicklung verläuft immer in eine positive Richtung. Ziele und Werte sind die Grundlagen der Identität eines Menschen.

In seiner Entwicklung strebt der Mensch nach Selbstaktualisierung.

❖ **Bewusstheit:**

Die humanistische Psychologie sieht ein besonderes Wesensmerkmal des Menschen in seiner Bewusstheit. Da der Mensch bewusst ist, hat er die Freiheit der Wahl. Er ist nicht passives Opfer von Umwelt und inneren Trieben sondern aktiv und initiativ. Er kann durch aktives Entscheiden seine Lebenssituation verändern.

❖ **Beziehungsfähigkeit:**

Die Existenz des Menschen ist immer an zwischenmenschliche Beziehungen gebunden.

Sechs Grundsätze in der Vision Quest Arbeit und das Menschenbild

Was für ein Menschenbild liegt der Visionssuchearbeit zugrunde?

Zunächst stellen die Vier Schilde (vgl. Kapitel 1.3) eine Grundlage dar. Dieses Modell beschreibt die Persönlichkeit, Wege, auf denen sie Prozesse durchläuft und ihre Entwicklungs- und Heilungsmöglichkeiten.

Zusätzlich stelle ich sechs Grundsätze, die mir in der Vision Quest Arbeit bedeutsam erscheinen, heraus. Diese leite ich ab aus Beobachtungen und Zitaten während meiner Ausbildung und bei Seminaren, einem Gesamteindruck aus der Literatur und Befragungen von VisionssucheleiterInnen.

Einzelne hier angeführte Zitate dienen der Veranschaulichung, sind also nicht als Beweis für den jeweils angeführten Grundsatz zu verstehen.

❖ **Respekt, uneingeschränkte Akzeptanz, Liebe**

In Aussagen von Steven Foster und Meredith Little sind vor allem die uneingeschränkte Akzeptanz, Respekt und Liebe als Grundhaltung einer jeden Begegnung nicht nur mit anderen Menschen, sondern mit allem Lebendigen zu spüren:

„Basicly, all we are saying is YES, it ist right and to love the person“ (dt.: Im Grunde ist alles was wir sagen JA, du bist richtig, und die Person anzunehmen und zu lieben) (Persönliches Skript von der Ausbildung an der School of Lost Borders, Feb,; 2002).

❖ **Streben nach Wachstum**

❖ **Sinn in allem Sein und Werden**

❖ **Freiheit zur aktiven Gestaltung des eigenen Lebens**

Diese drei Maxime werden in den folgenden zwei Zitaten von Haiko Nitschke, Ausbilder von VisionssucheleiterInnen, deutlich:

„Menschen sind prinzipiell daran interessiert, zu wachsen.“

„Es gibt keinen falschen Weg, es gibt nur den Weg, auf dem du gerade bist. Du kannst immer zu neuen Entschlüssen kommen, aber dein Weg bringt dich zu diesem Entschluss“ (Nitschke, Seminar Initiation, Mai 2002).

Außerdem zeigt sich dies in der Haltung, die ich bei verschiedenen VisionssucheleiterInnen immer wieder angetroffen habe. Und zwar die hörbare und sichtbare Überzeugung, dass in jedem Menschen alles angelegt und vorhanden ist, was er zu seiner eigenen Entwicklung braucht. Die Leitung von Visionssuchen bedeutet, einen Rahmen zu schaffen, innerhalb dessen sich die Menschen mit ihren eigenen Themen und auf ihre eigene Art und Weise beschäftigen und weiterentwickeln können (vgl. Kapitel 2.1.3).

/

❖ Wahrnehmung ist subjektiv, ist ein Konstrukt

Dies habe ich bereits in Kapitel 2.1.3 heraus gearbeitet; ich verdeutliche es an dieser Stelle nochmals mit einem Zitat von Foster und Little (2000) aus der Einleitung des Kapitels über die Vier Schilde: „Es handelt sich hier nicht um ein Abbild der Wirklichkeit, sondern um das Abbild einer Möglichkeit, die Wirklichkeit wahrzunehmen“ (S. 185). Hier kommen die Freiheit und die Subjektivität der Wahrnehmung nochmals zum Ausdruck.

Zusammenfassender Vergleich

Ich gehe im zusammenfassenden Vergleich nicht auf die Vier Schilde im Menschenbild der Visionssuchearbeit ein.

In Übereinstimmung der Grundhaltungen der humanistischen Psychologie mit denen der Visionssuchearbeit lassen sich folgende Sätze formulieren:

Der Mensch wird als ein individuelles Wesen gesehen, das nach Wachstum strebt und die Freiheit besitzt, sein Leben aktiv selbst zu gestalten. In der Begegnung nehmen die Achtung und der Respekt vor dem anderen mit seiner eigenen Wahrnehmung einen hohen Stellenwert ein. Die Rolle der begleitenden Person ist von Vertrauen in die Selbstorganisation und die positive Entwicklungsrichtung eines jeden Menschen geprägt.

Zusammenfassung

Die Vision Quest als ein konstruktivistisches Bildungsmodell bietet der Subjektivität einer jeden Persönlichkeit ihren Raum. Sie perturbiert durch die Anforderungen der Schwellenzeit, ohne jedoch zu manipulieren oder zu determinieren. Bei den Teilnehmenden wird Viabilität als leitendes Prinzip gefördert und gefordert.

Die ethischen Aspekte, die sich aus der Erkenntnistheorie des Konstruktivismus ergeben, überschneiden sich stark mit dem Menschenbild der Humanistischen Psychologie und mit Auffassungen, denen ich bei VisionssucheleiterInnen immer wieder begegnet bin:

Zunächst einmal der Respekt und die Akzeptanz und die Liebe gegenüber anderen Wesen.

Damit verbunden ist eine Haltung, die der Wahrnehmung anderer deren eigene Wahrheit zugesteht und diese nicht in Frage stellt. Der Mensch wird als ein individuelles Wesen gesehen, das nach Wachstum strebt und die Freiheit besitzt, sein Leben aktiv selbst zu gestalten. Die Rolle der begleitenden Person ist von Vertrauen in die Selbstorganisation und die positive Entwicklungsrichtung eines jeden Menschen geprägt.

Vision Quest und ihr Platz bei den Ritualen

Rituale

Klärung der Begriffe Ritual – Ritus

Die beiden Begriffe „Ritual“ und „Ritus“ werden in der Literatur meist äquivalent gebraucht. Auch in Lexika finden sich keinen bedeutenden Unterschiede.

Ich verwende im folgenden die beiden Worte gleichbedeutend, wobei ich hauptsächlich auf den Begriff Ritual zurückgreifen werde.

Was ist ein Ritual?

Ich fasse nach Koch-Weser/v. Lüpke (2000) und Martin (1997) folgende Definition für den Begriff „Ritual“ zusammen:

- Rituale haben eine feste, oftmals über Jahrtausende gewachsene, zeitlose Struktur.
- Rituale sind symbolische, individuelle oder kollektive Handlungen.
- Rituale werden bewusst und freiwillig begangen.
- Das Skelett, die Struktur eines Rituals, wird von einem oder mehreren Individuen gefüllt.
- Mit der Durchführung eines Rituals wird ein bestimmtes individuelles, gesellschaftliches oder religiöses Ziel verfolgt.

Ich grenze hiermit meinen Begriff von „Ritual“ ab gegen:

- Unbewusste, tagtäglich durchgeführte Handlungen, Gewohnheiten oder neurotische Handlungsstrukturen.
- Rituale, die von Menschen eingesetzt werden zur Legitimation und Stabilisierung ungerechtfertigter Machtverhältnisse.

Erklärungsmodelle für die Wirksamkeit von Ritualen

In der Literaturrecherche bin ich zu meinem großen Erstaunen immer wieder auf die Aussage gestoßen, dass die Wirkung von Ritualen wissenschaftlich bisher nicht nachgewiesen ist und es daher keine eindeutige wissenschaftliche Definition gibt (vgl. Dahlke, 1995, S. 35 und Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 128).

Rituale sind seit langer Zeit tief in unserer Kultur verankert und beeinflussen unser Leben auch heute noch in starkem Maße sowohl in religiös kirchlichen Kontexten, als auch

gesellschaftlich und individuell. Dass die Wissenschaft sich hier nicht um fundierte Kenntnisse bemüht, verwundert mich.

Dennoch habe ich verschiedene Ansätze gefunden, die die Wirkung von Ritualen erklären. Ich stelle diese Modelle hier vor und überlasse es den LeserInnen zu entscheiden, wie weit sie mit den verschiedenen Theorien übereinstimmen und was für sie als Erklärung passt, auch ohne dass dies wissenschaftlich belegt ist.

Ich selbst sehe ein komplexes Ineinandergreifen der verschiedenen Ebenen als Ursache für die Wirkung von Ritualen an, was ich in der Synthese der Modelle im System der Vier Schilde herausarbeite.

Wirkung durch den geschützten Raum einer festen und sicheren Ritualstruktur.

Gesichert durch den rituellen Rahmen und getragen von der Präsenz der LeiterInnen können Menschen ihre eigenen gewohnten Strukturen innerhalb eines Rituals loslassen, ohne dabei in Gefahr zu geraten.

Menschen können sich im rituellen Raum zum Beispiel wie wild gebärden (vgl. Sachon, 1999, S. 33). Sie können sich selbst gefordert erleben, den Raum mit ihren eigenen kreativen Handlungen und ihrer Individualität zu füllen (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 143). Dies ist vergleichbar mit einem therapeutisch sicheren Rahmen. Auf diese Weise können festgefahrene Situationen sich wandeln.

- Dieser Aspekt entspricht im Schilde System dem Raum für die Spontaneität und Kreativität des Kindes im Sommer.

Wirkung durch Bewusstheit

Gestaltet ein Mensch ein Ritual, so geschieht dies zu einem ganz bestimmten Zweck. Das Ritual wird mit einem persönlichen oder gesellschaftlichen Anliegen gefüllt. Die Art und Weise, wie das Ritual gestaltet wird, orientiert sich an dem Zweck, dem Ziel, dem es folgt (vgl. Somé, 2000a, S. 42). So wird bei der Planung und Durchführung des Rituals dieses Anliegen immer wieder sehr genau betrachtet; es wird fokussiert, es rückt ins Bewusstsein.

Durch die besondere Gestaltung von Raum und Zeit im Ritual wird auch die Ebene der Gefühle angestoßen. Gefühle im Zusammenhang mit einem bestimmten Anliegen werden spürbar, dringen an die Oberfläche.

Dieser bewusste Umgang sowohl mit einem Anliegen als auch den damit verbundenen Gefühlen, trägt erheblich zur Wirksamkeit eines Rituals bei. Er ist unter anderem

Voraussetzung für die Wirkung eines Rituals (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 141 und Schwiersch in e& l 5/1998).

- Hier wird die psychische Fähigkeit zu Bewusstheit und zum Umgang mit Gefühlen des Herbst-Schildes als Voraussetzung für die Wirkung von Ritualen gesehen.

Kraftfelder oder –linien implizieren die Wirkung eines alten Rituals

Rupert Sheldrake hat die Theorie der morphogenetischen Felder aufgearbeitet, die wissenschaftlich teils untermauert, teils widerlegt wurde. Mit dieser Theorie einher geht das Prinzip der Synchronizität, das die Physik anfangs letzten Jahrhunderts entdeckte (vgl. Dahlke, 1995, S. 38 f).

Danach ist das ganze Universum von Strukturen und Feldern durchzogen, die durch ihre morphische Resonanz einen Einfluss außerhalb von Raum und Zeit auf alles Leben und Handeln und alle Materie haben (vgl. Sheldrake, 1991).

Auf dieser Grundlage kann auch das Wirken von Mustern zwanglos eingeordnet werden. Rituale würden demnach Felder aufbauen, die ohne materielle Vermittlung und unabhängig von Zeit existieren und wirken. Ganz offensichtlich wird das Feld durch den wiederholten und genauen Nachvollzug des Ritualmusters aufgebaut, und ebenso sicher spielt die energetische Ladung, wie sie durch Bewusstheit entsteht, eine wichtige Rolle. Durch das Bewusstsein wird das Ritual im vorgegebenen Rahmen ständig neu erschaffen, wobei jede bewusste Wahrnehmung das Wahrgenommene beeinflusst, wie inzwischen auch die moderne Physik bestätigt (Dahlke, 1995, S. 39).

- Dieser Ansatz versucht, mit Rationalität, dem Verstand des Winters, das Phänomen der Wirkung von Ritualen zu erklären. Er öffnet gleichzeitig den Blick für ein Bewusstsein, das über die eigene Bewusst-werdung hinaus reicht. Dadurch, dass sich der Mensch in ein Kraftfeld hinein begibt, das seit tausenden von Jahren immer wieder aufgebaut wurde, bindet er sich an eine alte Gemeinschaft an und erneuert sie gleichzeitig durch sein eigenes Bewusstsein (vgl. Sheldrake, 1991).

Wirkung durch die Verbindung mit Gott, den Göttern oder mit der Welt der Ahnen

Dies ist sicher die für die westliche oder industrielle Denkweise am wenigsten nachvollziehbare Erklärung. Ich beziehe mich in der Darstellung auf Somé (2000a), der „niemals versucht, die Komplexität und den überraschenden Reichtum seiner alten Kultur in Formen zu

pressen, die den Überzeugungen und Kategorien des Westens angepasst wären“ (Somé, 2000a, S. 9).

Somé sieht das Ritual als das Element, das den Menschen mit den Göttern oder Gott verbindet und hier als ein Mittel, Einfluss zu nehmen.

Sichtbare Fehler haben ihre Wurzeln in der Geisterwelt. Sich nur mit ihrer sichtbaren Komponente zu befassen, wäre so wie wenn man nur die Blätter eines Unkrauts abschnitte und glaubte, man reiße es mit der Wurzel aus. Das Ritual ist der Mechanismus, durch den solche Störungen mit der Wurzel ausgerissen werden. Es stellt einen Raum zur Verfügung, in dem der unsichtbare Teil der Störung so behandelt wird, dass eine Wirkung auf den sichtbaren ausgeht (Somé, 2000a, S. 41).

Der Mensch wendet sich also mit seinem Anliegen an eine andere Welt. Das Ritual ist die Sprache, die in dieser anderen Welt verstanden wird. „Um ein Ritual handelt es sich immer dann, wenn ein Geist gerufen wird, um in menschliche Angelegenheiten einzugreifen“ (a.a.O., S. 52). Das was wir als Wirkung erleben, ist die Antwort (vgl. ebd.).

Um einen kleinen Anker in unsere Kultur zu geben, möchte ich an dieser Stelle an das Gebet zu Gott und etliche religiöse Rituale erinnern, die auch in der industriellen Gesellschaft noch fest verankert sind.

- Die Einschätzung, dass Rituale ihre Wirkkraft aus einer transzendenten Welt der Götter und Geister erhalten, bewegt sich im Schilde System im geistig spirituellen Raum des Frühlings.

Wirkkraft aus der Synthese der genannten Gründe

Es gibt Modelle für die Wirkung von Ritualen aus allen Aspekten des Vier Schilde Systems. Wirkkraft und Heilung nach dem System der Vier Schilde entsteht durch einen freien Fluß im System, durch Aktivierung aller Aspekte. Aus der Synthese aller genannten Modelle erstelle ich ein weiteres Modell.

Ich führe im folgenden die vier eben genannten Gründe, eingebettet in die jeweilige Jahreszeit aus den Vier Schilden, nochmals auf.

- Der kindliche Aspekt des Sommers: Hier werden die Ritualstrukturen als Halt und Schutz angesehen, innerhalb derer ein oder mehrere Individuen sich frei ausprobieren können. Der Kreativität sind hierbei keine Grenzen gesetzt. In diesem geschützten Freiraum können sich festgefahrene Muster und Strukturen lösen.

- Der psychische Aspekt des Herbstes: Die bewusste Auseinandersetzung mit dem eigenen Anliegen und die Erlaubnis, dabei den dazugehörigen Gefühlen zu begegnen, implizieren die später sichtbare Wirkung eines Rituals.
- Der rationale und gleichzeitig über die Person in die Gemeinschaft hinausreichende Aspekt des Winters: Die Wirkung eines Rituals ist durch morphogenetische Felder und ihrer Resonanz impliziert. Der Mensch begibt sich mit einer immer gleichen Ritualstruktur in morphogenetisch gewachsene Felder und verbindet damit die Vergangenheit mit der Gegenwart und beeinflusst gleichzeitig diese Felder (vgl. Sheldrake, 1991).
- Und zuletzt die geistig spirituelle Ebene des Frühjahrs: Rituale bauen eine Verbindung zur transzendenten Welt Gottes, der Götter oder der Ahnen auf und werden von dort in ihrer Wirkung bestimmt.

Das „Synthese-Modell“ sieht in einem komplexen Ineinandergreifen und einer Balance aller vier Aspekte ein zusätzliches Wirkungsmodell.

Essenz

⇒ Rituale sind im Kontext dieser Arbeit definiert als feste über Jahrtausende gewachsene Handlungsstrukturen mit individueller, kollektiver oder religiöser Zielsetzung, die symbolisch und bewußt von einer oder mehreren Personen begangen werden.

Warum Rituale wirken, ist wissenschaftlich nicht geklärt, es gibt aber Erklärungen auf verschiedenen Ebenen, die von ihrem Charakter und ihren Inhalten her in das Modell der Vier Schilde eingeordnet werden können.

Übergangsriten

In den folgenden zwei Kapiteln kläre ich die Begriffe und Unterschiede und die Überschneidungen von Übergangsriten und Initiationsriten. Es gibt darüber in der Literatur keine einheitliche Darstellung. Ich lege die verschiedenen Ansichten dar.

Erste Forschungen

Arnold van Gennep (1999) hat in seinem Klassiker „Les rites de passage“, erstmals erschienen 1909, eine sehr umfassende und detaillierte, bis dahin erstmalige Klassifizierung verschiedener Riten vorgenommen, die heute noch von großer Bedeutung ist (vgl. S. 16 ff).

Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Beschreibung von Übergangsriten, die er folgendermaßen definiert:

Ich habe mich bemüht, hier alle zeremoniellen Sequenzen zusammenzustellen, die den Übergang von einem Zustand in einen anderen oder von einer kosmischen bzw. sozialen Welt in eine andere begleiten. Aufgrund der Wichtigkeit solcher Übergänge halte ich es für gerechtfertigt, eine besondere Kategorie der *Übergangsriten* („rites de passage“) zu unterscheiden ... (S. 21).

Die dreiteilige Struktur der Übergangsriten

Übergangsriten folgen weltweit diesem von v. Gennep Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts erforschten und beschriebenen Muster. Die einzelnen Phasen können in unterschiedlichen Kulturen und zu unterschiedlichen Anlässen sehr verschieden gestaltet sein.

Er unterteilt Übergangsriten in drei Phasen:

→ Die Trennungsphase

→ Die Schwellenphase

→ Die Wiedereingliederungsphase

(vgl. v. Gennep, 1999, S. 21)

Wie das Wort Übergang besagt, geht es dabei um einen Übergang von einem alten Zustand, von einer alten Lebensphase, in einen neuen Zustand, in eine neue Lebensphase. Die drei in der Struktur der Übergangsriten verankerten Phasen gestalten und strukturieren diesen Übergang. Zuerst wird die Trennung vom Alten vollzogen. Es gibt dann eine Zeit zwischen den Welten, in der die eigentliche Wandlung stattfindet. Am Ende wird die Wiedereingliederung gefeiert oder einfach begangen.

Essenz

⇒ Übergangsriten wurden Anfang des letzten Jahrhunderts von van Gennep als spezielle Kategorie unter den Riten klassifiziert. Sie folgen weltweit einem universellen Muster. Ein jeder Übergangsritus setzt sich zusammen aus der Trennungsphase, der Schwellenphase und der Wiedereingliederungsphase.

Die Ausgestaltung der verschiedenen Phasen kann allerdings stark variieren.

Initiation

„The caterpillar turns into fluid before it becomes a butterfly.

This being fluid is the place of initiation ...“

(Aus dem Protokoll einer Arbeitsgruppe der „International Wilderness Guides Conference“
Okt. 2002)

Unterschiedliche Auffassungen über den gleichen Begriff

Der Begriff kommt aus dem Lateinischen von initiare und bedeutet dort: den Anfang machen, einführen, einweihen.

Die engste Fassung von Initiation bezieht sich auf den rituell gestalteten Übergang vom Kindes- oder Jugendalter in das Erwachsenenalter, auf die rituelle Aufnahme des/der Jugendlichen in die Gesellschaft der Erwachsenen, den Stamm oder den Klan. Initiation wird hier dem Terminus der Übergangsriten, die sich auf verschiedenste Wandlungen im Leben beziehen können untergeordnet, und auf diesen Übergang beschränkt (vgl. Koch–Weser/ v. Lüpke, 2000, S. 131).

Eliade (1988) beschreibt Initiation als „den Übergang – mittles eines symbolischen Todes oder einer symbolischen Auferstehung – von der Unwissenheit und Unreife zum geistigen Alter des Erwachsenen“ (S. 195).

Van Gennep (1999) weitet seinen Begriff von Initiationsriten auf verschiedenste Riten, die entweder die Aufnahme in Altersklassen und Geheimbünde ermöglichen oder die Einführung in eine besondere Aufgabe, ein besonderes Amt wie zum Beispiel die Ordination eines Priesters oder Magiers oder die Inthronisation eines Königs markieren. Initiation bleibt jedoch eine eigene Kategorie unter den Übergangsriten (vgl. S. 71 ff). Sie ist mit dem Wechsel in einen neuen oder besonderen gesellschaftlichen Status verbunden.

Schäfer (1997) sieht wie auch Jung Initiation nicht auf das Jugendalter beschränkt und verbindet damit verschiedenste Übergänge von einer in eine andere Lebensphase. „Jede Lebensphase braucht ihre spezifische Initiation, ihren spezifischen Übergang“ (Schäfer in Egner, S. 220 u. vgl. Henderson in Jung, 1999, S. 131). Hier sind über gesellschaftliche Statusveränderung hinaus auch rein persönliche Aspekte eines Übergangs enthalten.

Der Begriff Initiation wird in dieser Arbeit verwendet als der Übergang von der Jugend in eine emotionale, gesellschaftliche und geistige Reife des Erwachsenen. Diese wird allerdings

als unabhängig vom physischen Alter einer Person betrachtet, wie im folgenden Kapitel erläutert wird.

Initiation, ein dringendes Thema auch in der Erwachsenenbildung

In unserer Gesellschaft gibt es zur Gestaltung vom Jugend- ins Erwachsenenalter kaum noch wirksame Initiationsrituale (vgl. Nitschke in e&l 5/2001). Jugendliche versuchen, sich selbst zu initiieren, was meist weniger als mehr gelingt und wie bereits erwähnt (vgl. Kapitel 1.1.3) mit hohen menschlichen und sozialen Kosten verbunden ist (ebd.). ☹

Was bedeutet das nun für die Erwachsenenbildung?

Dahlke (1995) schreibt in seinem Kapitel „Moderne Kindergesellschaften“:

„Das Fehlen ritueller Übergangsmöglichkeiten ins Erwachsensein und die ebenso angestregten wie unbewussten Versuche, die notwendigen Schritte nachzuholen, führen geradewegs in eine teils lächerliche, teils gefährliche, kindische Gesellschaft“ (S. 190 f).

Auch Somé (2000a) sieht eine Gefahr für die Gesellschaft im Fehlen von Ritualen: „Wo Rituale fehlen, sind die Jungen unruhig oder gewalttätig, gibt es keine wirklichen Ältesten und leben die Erwachsenen in einem Zustand der Desorientierung. Die Zukunft sieht düster aus“ (S. 22).

Ohne Übergangsriten, stellt Dr. Sachon fest, „stolpern wir moderne Menschen meist unbewußt von einer Lebensphase zur nächsten und schleppen die Muster unserer Kindheitspsyche oft bis ins hohe Alter. Der moderne Mensch erlebt sich eher als Opfer, denn als bewußter Gestalter seines Alterns“ (Sachon, in e & l, 2/99, S. 13).

Frau Prof. Dr. Gröne forscht seit längerem über Rituale und stellt folgende Hypothese auf: „Jeder versucht inzwischen die Ablösung von den Eltern mit seinem eigenen Therapeuten zu bewältigen. Gesellschaftlich fehlt hier etwas.“ Ihre Hypothese: „Wo Rituale fehlen, entwickeln sich Symptome“ (im Gespräch, 2002).

Diese Problematik hier weiter auszuführen wäre eine eigene Arbeit. Dennoch ist es mir wichtig darauf hinzuweisen, da es in der Vision Quest-Arbeit unter anderem ein großes Anliegen ist, Initiation ins Erwachsenenalter anzubieten. Jugendvisionssuchen versuchen, dies zum passenden Zeitpunkt anzubieten (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 105 ff).

Eine Vision Quest kann aber auch für Erwachsene eine Möglichkeit sein, den Übergang von der ewigen Jugend in das reife Erwachsen-sein zu gestalten. Über diese Notwendigkeit sind sich die meisten Menschen allerdings kaum bewusst.

Dies war auch eines der erstaunlichen Ergebnisse in der Auswertung des Fragebogens:

Fünf von 19 Personen beschrieben im nachhinein, durch die Visionssuche den Übergang ins Erwachsenenalter begangen zu haben, ohne es zuvor als Grund angegeben zu haben, an einer Vision Quest teil zu nehmen. Die jüngste Person dabei war 30 Jahre alt!

Essenz

⇒ Initiation wird in die Kategorie der Übergangsriten eingeordnet. In der engsten Fassung dient sie als Ritus der Gestaltung des Übergangs von dem/der Jugendlichen zu dem/der Erwachsenen. Dieser Übergang findet jedoch in unserer Zeit, wenn überhaupt, doch häufig erst im Erwachsenenalter statt. Unter Initiation können allerdings auch Übergänge in verschiedenste Lebensphasen im späteren Erwachsenenalter verstanden werden. Die Meinungen gehen hierin auseinander.

Der Heldenmythos

Der Heldenmythos ist seit Jahrtausenden in Lied, Schrift und Bild festgehalten und er ist heute so aktuell wie eh und je. Wir lesen darüber in der Bibel, in Märchen (Beispiele s.u.), hören davon in Liedern z. B. in Wander-, Kinder- oder Kriegsliedern oder alten Balladen, sehen ihn in Zeichnungen oder Bildern von der Höhlenmalerei bis in unsere heutige Zeit. Wir gehen mit dem Held auf die Reise im Kino z. B. in Western oder mit Supermann oder mit vielen anderen Helden, und er erscheint in unseren Träumen (vgl. Henderson in Jung, 1999, S. 110 ff).

Der Heldenmythos verdeutlicht als Urform von Übergangs- und Initiationsriten die Tiefe, in der diese Riten mit dem Menschsein zeitlos und ohne kulturelle Schranken verankert sind.

Die unbeantwortete Frage nach dem Ursprung

Im Heldenmythos wird die mythische Abenteuerfahrt eines Helden beschrieben. Sie folgt dem Schema von Trennung - Schwellenzeit/Initiation – Rückkehr (vgl. Campbell, 1999, S. 36), so wie es in der Struktur der Übergangsriten und auch in einer Vision Quest verankert ist.

Nach C. G. Jung ist der Heldenmythos der am weitesten verbreitete Mythos und die Heldenfigur ein Archetyp, der seit unvorstellbaren Zeiten existiert.

Keiner weiß, woher dieses Motiv ursprünglich kommt und wann es aufgetaucht ist. ... Wahrscheinlich entstammt es einer Zeit, als der Mensch noch nicht wusste, dass er einen Heldenmythos besaß, das heißt, einem Zeitalter als er noch nicht bewusst über das nachdachte, was er sagte (Jung, 1999, S. 73).

„Der Heldenmythos erscheint sowohl in der klassischen Mythologie der Griechen und Römer als auch im Mittelalter, im Fernen Osten und bei heutigen primitiven Völkern. Ebenso erscheint er in unseren Träumen“ (vgl. Henderson in Jung, 1999, S. 110).

Obwohl die Heldenmythen im Detail stark variieren, sind ihre Strukturen einander sehr ähnlich, das heißt, sie folgen einem universellen Muster. Diese Gleichheit in der Struktur ist um so erstaunlicher, als der Heldenmythos in kulturell voneinander unabhängigen Gruppen immer wieder auftaucht. Zum Beispiel bei den afrikanischen Stammeskulturen, den nordamerikanischen Indianerstämmen, bei den Griechen oder den peruanischen Inkas (vgl. ebd.).

Die HeldIn auf dem Weg zur Reife, Initiation in Märchen

Campbell (1999) fasst die Heldenreise in Kurzform folgendermaßen zusammen:

Der Heros verläßt die Welt des gemeinen Tages und sucht einen Bereich übernatürlicher Wunder auf, besteht dort fabelartige Mächte und erringt einen entscheidenden Sieg, dann kehrt er mit der Kraft, seine Mitmenschen mit Segnungen zu versehen, von seiner geheimniserfüllten Fahrt zurück (S. 36).

In vielen unserer Märchen ist diese initiantische Struktur sichtbar. Eliade (1988) macht darauf aufmerksam, dass das Märchen, obwohl es schon seit langem zur Unterhaltungsliteratur geworden ist, dennoch die Struktur eines unendlich ernsten und verantwortungsvollen Abenteurers aufweist, da es letztlich auf ein Initiationszenarium hinausläuft (S. 194).

Die HeldIn muss sich von den Eltern oder einem Elternteil trennen, zieht hinaus in eine fremde Welt der Gefahren und der Dunkelheit, wird dort aber begleitet und geschützt von guten Mächten. Schließlich gewinnt er/sie den Kampf gegen das Böse (einen Drachen, oder andere bedrohliche Gestalten), besteht die Prüfung, erfährt wichtige Lehren und wird dadurch in eine neue Persönlichkeit hinein wiedergeboren. Beispielsweise wird der junge, von seinen Eltern getrennte Wandersmann durch die Heirat mit der Prinzessin, die er aus den Klauen des Drachen oder des bösen Ritters befreit hat, zum Prinzen. Gleichzeitig erlöst er hierbei oft das ganze Königreich von einem lange auf ihm lastenden Fluch und trägt somit den Segen seiner Heldenreise in die Gemeinschaft hinein (vgl. Campbell 1999).

Ein bekanntes Märchen in diesem Schema ist auch das „Aschenputtel“, das durch den Tod seiner Mutter von ihr getrennt und dadurch in ein Leben voller Leid durch die Stiefmutter und die Stiefschwester gestoßen wird. Der Haselstrauch auf dem Grab der Mutter steht ihm jedoch bei und am Ende feiert es als reife Prinzessin die Hochzeit mit dem Prinzen (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 168).

Ein wichtiges Element auf der Heldenreise wie auch in Initiationsriten ist der symbolische Tod, den die HeldIn stirbt und danach wieder aufersteht (vgl. Eliade, 1988). So zum Beispiel Rotkäppchen, das von der Mutter zur Großmutter geschickt erst in den dunklen Wald hinein gehen muss und dann sogar vom Wolf verschlungen wird, bevor es gerettet durch den Jäger, der dem Wolf den Bauch aufschneidet, wieder das Licht der Welt erblickt (vgl. Richter, 1992, S. 308 ff).

Heldenreisen für verschiedene Lebensphasen

Die wesentliche Funktion des Heldenmythos sieht C.G. Jung in der Entwicklung der individuellen Ich-Bewusstheit. Dazu gehört das Wissen um die eigenen Stärken und Schwächen (vgl. Henderson in Jung, 1999, S. 112 ff). „Den meisten Menschen bleibt die dunkle oder negative Seite der Persönlichkeit unbewusst. Der Held aber muss sich

klarmachen, dass der Schatten existiert und dass er Kraft aus ihm schöpfen kann“ (a.a.O., S.121). Der symbolische Tod des Helden ist dann gleichsam die Erreichung der Reife.

Innerhalb des Lebens von Geburt bis Tod, das den großen Kreislauf des Heldenmythos darstellt, gibt es „in jedem Stadium dieses Kreislaufes besondere Formen der Helden- geschichte, die sich auf einen bestimmten Punkt anwenden lassen, den der Einzelne bei der Entwicklung seines Ich-Bewusstseins erreicht hat und auf das spezielle Problem, dem er sich in einem gegebenen Moment gegenüber sieht“ (a.a.O., S. 112).

Jung vertritt die Auffassung, dass es im Leben mit jeder Entwicklungsphase immer wieder Übergänge gibt, die danach verlangen, persönlichkeitsbildend mit einem Übergangsritus begangen zu werden (vgl. a.a.O. S. 131). Er sieht in der Struktur des Heldenmythos eine Möglichkeit, die Übergänge zu begehen.

Essenz

⇒ Der Heldenmythos folgt uralten, kulturübergreifenden Formen. Er birgt Räume und Wege für menschliches Wachstum in sich. Auch hier bewegt sich die HeldIn durch die drei oben genannten Phasen von Trennung, Schwellenwelt und Rückkehr. Märchen sind sehr alte Träger dieser Weisheiten. Der uralte Mythos vom Helden ist auch der Urquell, mit dem die Vision Quest vor Jahrtausenden entsprang.



Abb. 4: Jorinde und Joringel. Die Erzzauberin.
(von L. Richter in Grimms Märchen)

Zusammenfassung

Rituale lassen sich definieren als feste, über Jahrtausende gewachsene Handlungsstrukturen mit individueller, kollektiver oder religiöser Zielsetzung, die symbolisch und bewußt von einer oder mehreren Personen begangen werden. Es gibt verschiedene Erklärungsmodelle warum Rituale wirken; diese sind allerdings wissenschaftlich nicht gesichert.

Übergangsriten folgen laut van Gennep weltweit dem gleichen Schema von Trennungszeit, Schwellenzeit und Wiedereingliederungszeit.

Initiation ist eine eigene Kategorie innerhalb der Übergangsriten.

Die Vision Quest gehört ihrer Struktur nach zu den Übergangsriten; sie bietet ebenso den Rahmen für Initiationsereignisse. In der Frage allerdings, ob Initiation sich auf den Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter beschränkt, gibt es unterschiedliche Ansichten. Große Einigkeit besteht in der Erkenntnis, dass dieser Übergang heute oft gar nicht oder sehr verspätet im sogenannten Erwachsenenalter vollzogen wird und dass dies für unsere Gesellschaft durchaus problematisch ist.

Im Heldenmythos, der noch überall in unserer Kultur versteckt ist, wird sichtbar, wie tief verwurzelt unsere Gesellschaft mit diesen Übergangsstrukturen ist.

Lebensphasen, Krisen und Persönlichkeit

Auswertung der Fragebögen

Der Rücklauf der Fragebögen war für mich sehr beeindruckend und teilweise sehr berührend. Statt nur aus Büchern über Lebensübergänge zu lernen, sah ich hier, wie in einem kurzen Blitzlicht ‚Ausschnitte aus dem Leben verschiedener Menschen.

Zuerst wird der Fragebogen zum Thema ‚Umgang mit lebensverändernden Ereignissen‘ qualitativ ausgewertet, danach der Fragebogen zu ‚Veränderungen im Leben und Vision Quest‘. Ich folge bei der Auswertung der Reihenfolge der Fragen auf den Bögen.

In einem zweiten Schritt beschreibe ich Beispiele, die für sich sprechen, und am Ende werde ich jeweils ein eigenes Fazit ziehen.

Umgang mit lebensverändernden Ereignissen

Von den Fragebögen zum Thema ‚Umgang mit lebensverändernden Ereignissen‘ habe ich 36 ausgefüllte Bögen zurück bekommen. Das Alter erstreckt sich von 26 bis 84 Jahren, allerdings mit einem dünnen Mittelfeld zwischen 35 bis 50 Jahren.

Ursachen für Veränderung

Als häufigste Ursache für eine Veränderung im Leben wurde Krankheit genannt, in einigen Fällen in Verbindung mit einem Unfall. Weitere wichtige Ereignisse waren der Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand, ein Berufswechsel, die Geburt eines Kindes, außerdem Kriegserlebnisse und Emigration. Genannt wurden die Entdeckung eines neuen Hobbies oder Lebensinhaltes (z.B. Kleinkunst), ein längerer Auslandsaufenthalt, der Auszug von Zuhause, die erste Freundin oder der Beginn einer homosexuellen Partnerschaft, das Ende einer Beziehung oder Ehe, der Tod eines Kindes und ein spirituelles Ereignis.

Die Situationen vor dem Ereignis

Ich habe die Lebenssituationen vor der Veränderung und danach zum Teil in ‚positiv‘, ‚negativ‘ und ‚neutral‘ gegliedert. Diese Einschätzung war nicht in dem Bogen enthalten; ich habe sie bei der Auswertung vorgenommen und sie stellt natürlich jeweils nur eine Tendenz dar!

Ein 'positives' Leben vor dem Ereignis war geprägt von Aktivität, erfolgreich oder zufrieden im Beruf stehend, von Unabhängigkeit und vielen Freunden, von Geborgenheit und Sicherheit.

Eine 'neutrale' Einschätzung ergab sich aus Aussagen wie „Ich schwamm im Strom des Lebens mit“; die Personen hatten wenig Selbstbestimmung, waren eher verträumt und unbewußt.

'Negative' Lebenssituationen waren geprägt von Orientierungslosigkeit, Isolation, Motivationslosigkeit, schüchtern sein, oder einem hektischen, stark fremd bestimmten Leben.

Die Situationen nach dem Ereignis

Eine 'positive' Wandlung führte hin zu Sinn, Selbstvertrauen, Identitätsfindung, berufliche Neuorientierung, Ziele und Klarheit auf dem Lebensweg, Blick auf das Wesentliche, Bewusstheit, Selbstentfaltung, einem neuen Familiengefühl, persönliche Entwicklung, Freiheit, Geborgenheit, Vertauen in ein „Geführt-werden“, Erfüllung, Erfolg, Kraft durch Gebet und Meditation, Spass, Energie, Tiefe, Ruhe und Zufriedenheit, der Fähigkeit, Verantwortung zu übernehmen. „Das Leben bleibt im Fluss.“

Eine 'negative' Wendung nahm das Leben meist durch Krankheit mit bleibenden körperlichen Defiziten oder durch Emigration. Die Situation wurde dann beschrieben mit Unsicherheit, Identitätsverlust, Heimatlosigkeit, Abhängigkeit, Depression, finanzieller Not, Erwerbsunfähigkeit und Angst und Sorgen.

Das Ereignis als Ende oder Beginn einer bestimmten Lebensphase

Die Ereignisse haben die Personen nur zum Teil an das Ende oder den Anfang einer bestimmten Lebensphase gestellt. Diese wurden dann oft benannt als Aufwachphase von unbewusst zu bewusst, hin zu Sinn- und Identitätssuche; als eine Zeit, Reife zu gewinnen und erwachsen zu werden und Verantwortung für sich oder andere zu übernehmen. Es wurden auch der Austritt aus dem Berufsleben oder der Beginn einer von Krankheit bestimmten Lebenszeit genannt.

Die Gestaltung des Übergangs

Auf die Frage nach der bewussten Gestaltung eines Überganges war die häufigste Antwort die des bewussten Umgangs damit in Gesprächen. Oder die eigene bewusste Auseinandersetzung damit wurde sowohl gedanklich als auch im Tagebuch oder durch Beschäftigung mit bestimmter Literatur gestaltet. Oftmals gab es eine zwangsläufige Beschäftigung der

Veränderung durch organisatorische Vor- oder Nachbereitungen oder durch Therapie. Einige Personen haben ihren Übergang auch mit einem Fest oder Ritual gestaltet (Kündigungsparty, Beförderungsfest einer gleichgeschlechtlichen Beziehung = Hoch-Zeit, Ordination, u.a.).

Vielen Personen hat, gerade wenn es sich um ein krisenhaftes Ereignis handelte, Begleitung gefehlt, sei es professionelle Hilfe oder einfach eine Person, die eine solche Situation aus eigener Erfahrung kennt und nachvollziehen kann. Manchen hat auch die Möglichkeit zum Gespräch oder das Verständnis in der Familie gefehlt. Einige hätten sich besseres Selbstbewusstsein und mehr persönliche Stärke gewünscht, um die Situation zu meistern.

Eindrucksvolle Aussagen

Um einen Eindruck zu vermitteln, wie verschiedenen diese unterschiedlichen Ereignisse das Leben eines Menschen beeinflussen, lasse ich die Menschen durch ihre Aussagen in den Fragebögen im folgenden selbst sprechen:

„Bis jetzt war das die schlimmste Zeit in meinem Leben. Die Migration nach Deutschland war das Ende meines bisherigen Lebens in Polen und eine harte Geburt des neuen Lebens in Deutschland. Aus der heutigen Sicht würde ich das als den Anfang meines ‘Erwachsenwerdens‘ bezeichnen.“

„Auch heute noch spüre ich die Folgen der Krankheit, nicht alle Muskeln konnten sich vollständig regenerieren. Trotzdem sehe ich die Krankheit nicht negativ: Dadurch, dass sie mir etwas genommen hat, hat sie mir erst gezeigt, wie viel ich besitze. Der Jahrestag meiner Erkrankung ist nach wie vor ein besonderer Tag für mich.“

Ein 38-jähriger Mensch berichtet von seinem Verkehrsunfall im Alter von 14 Jahren mit einem vierwöchigen Aufenthalt im Krankenhaus: „Schon während des Aufenthalts und trotz der Verletzungen machte dieser Unfall für mich einen positiven Sinn, was Außenstehende nicht verstehen konnten. Es war aber für mich ein tief empfundenenes Gefühl.“

„Eine einschneidende Veränderung erfolgte durch den Kontakt zur Kleinkunst und zum Jonglieren. Davor hätte ich nie gedacht, dass ich mich mal trauen würde, Straßentheater zu machen. Ich war schüchtern und zurückhaltender. Ich traue mich nun viel eher mich zu zeigen

und aktiv auf das Leben zuzugehen. Ich verdiene heute noch immer zum Teil damit meinen Lebensunterhalt.“

Eine ältere Frau beschreibt außer ihrer Krankheit im Alter von 48 Jahren auch ihre momentane Situation. Nach der Krankheit schreibt sie:

„Ich habe zu tieferem Glauben gefunden, wurde ruhiger und zufriedener – es hat mir nichts gefehlt und viel gebracht.“

Und zu heute:

„Momentan stecke ich wieder in einer Phase des Umbruchs. Mein Leben verändert sich zwangsweise durch die Krankheit meines Mannes. Noch stecke ich mittendrin und nicht drüber!“

Drei Jahre nach einem Motorradunfall schreibt ein junger Mensch: „Nach langer Zeit guter Job, glückliche Beziehung und viel Aktivitäten in der Freizeit, nun komplett neues Leben, erwerbsunfähig, bleibende körperliche Schäden, Depressionen. Ich kann nichts so problemlos machen wie früher, bin von vielen Menschen abhängig, was ich zuvor so gut es ging vermieden habe.“ Das Leben hat sich verändert von: „vor dem Unfall einfach schön zu danach wesentlich düsterer und komplizierter.“

„Mein sehr strukturiertes und auch fremd bestimmtes Leben drehte sich vollkommen um. Ich wurde wieder Studentin und hatte nur noch sehr wenig Geld, hatte eine freie Zeiteinteilung. Mein Leben war für mich zunächst sehr ungewohnt. Ich bin mittlerweile selbständig, verfüge absolut über meine Zeit und liebe die Freiheit, die damit einher geht. Ohne das Studium hätte ich es mir nicht ermöglichen können.“

Ein Mensch schreibt 8 Jahre nach einem Unfall mit geringen jedoch einschränkenden und bleibenden körperlichen Schäden: „Es war ein langer mühsamer Prozess, voller Lernerfahrungen; Ein riesiger Lernschritt, ein langer teilweise sehr dunkler Weg ans Licht.“

Eine 33 Jahre alte Person, die mit 27 Jahren eine Herzattacke hatte, schreibt: „Auch wenn dieser Weg nicht angenehm war, ich bin froh, dass ich heute weiss, was ich will. Der Übergang hat aber Jahre gedauert.“

Fazit

Bevor ich mich nun auf Aussagen aus der Literatur stütze, erstelle ich ein eigenes Fazit:

Egal ob es sich um eine Krankheit, einen Berufswechsel oder Veränderung des Lebensortes handelt, aus dem Gewohnten herauszutreten oder herausgerissen zu werden, stürzt den Menschen zunächst in einen Ausnahmezustand.

Dieser ist vergleichbar mit der Schwellenphase bei einem Übergangsritual oder bei einer Vision Quest.

In dieser Zeit kommt es darauf an Mut zu haben, dem Neuen in seiner vollen Größe zu begegnen. Diese Zeit ist selten leicht. Manchmal scheint ein Sinn schon nach kurzer Zeit durch. Die Dunkelheit und die Herausforderungen können aber auch Jahre dauern. Und Ereignisse können auch mit solcher Härte treffen, dass ein Licht oder Sinn nicht mehr in Sicht kommt. Diese Erkenntnis (und die habe ich nicht nur aus den Fragebögen) macht mich persönlich immer wieder besonders traurig und hilflos.

Können Ereignisse ‘positiv‘ in das Leben integriert werden, sind sie meist eine Bereicherung, fordern und fördern Entwicklung, sind ein Lernangebot, welches das Leben selbst macht.

Vision Quest kann hierbei eine Hilfe, ein Angebot sein (vgl. Kapitel 4.4.3).

Vision Quest zur Gestaltung von Lebensübergängen

Zum Thema ‘Vision Quest zur Gestaltung von Lebensübergängen‘ habe ich 19 Exemplare zurückbekommen.

Die Menschen waren im Alter von 30 bis 67 Jahren.

Gründe für die Teilnahme an einer Visionssuche

Die Gründe, auf eine Visionssuche zu gehen, waren recht verschieden. An erster Stelle stand die Suche: Die Suche nach Klarheit und nach Sinn, nach Selbsterfahrung, nach mehr Spiritualität im Leben, nach neuen Schwerpunkten im reiferen Leben und das diffuse Gefühl, es sei Zeit für eine Veränderung. Eine berufliche Neuorientierung stand an oder die Be- oder Verarbeitung von verschiedenen Themen. Hier wurde die Vision Quest zum Teil auch ganz bewusst als ein Übergangsritual gewählt. Es ging dabei um Übergänge vom Berufsleben in den Ruhestand oder darum, eine Trennung oder eine andere Veränderung im Leben zu bearbeiten. Es war Zeit, Trauerarbeit zu leisten, eine Beziehungskrise zu meistern, oder es sollten ganz gezielt Ängste angeschaut werden beispielsweise Beziehungsängste oder Ängste vor dem Alleinsein.

Neben diesen persönlichen Gründen, gab es auch den Grund, im Zusammenhang mit einer Ausbildung an einer Visionssuche teilzunehmen. Außerdem waren einige Menschen durch den Videofilm über eine Jugendvisionssuche mit Steven Foster und Meredith Little angestoßen und einfach neugierig geworden.

Die Situation vor der Visionssuche

Die Zeit vor der Visionssuche wurde meist defizitär geschildert. Die Menschen beschrieben sich als ausgepowert, in Geld- und Zeitnot, mit wenig Vertrauen, mit dem Wunsch ständig alles zu kontrollieren. Sie erlebten sich als ruhelos, ängstlich, unsicher, ständig überfordert, alleine, orientierungslos. Manche trauerten, andere hatten den Wunsch nach einer Partnerschaft.

Einige schilderten ihr Leben als schwammig und unklar, Unruhe wurde verdrängt, ein Defizit war zwar irgendwie da, aber nicht wirklich belastend.

Es gab nur eine eindeutig positive Aussage über die Situation vor der Visionssuche: Hier ging es einfach darum, den Übergang von einem erfüllten Berufsleben in den Ruhestand bewusst zu gestalten.

Das Leben nach der Visionssuche

Die Zeit nach der Visionssuche wurde in den meisten Fragebögen eindeutig 'positiv' geschildert.

Die Menschen gewannen an Vertrauen, an Ruhe und Gelassenheit, an der Fähigkeit zur Selbstbestimmung und zum bewußten Gestalten. Sie entdeckten ein Stück Heimat, ihre Naturverbundenheit und einen Anker, der hält. Sie beschrieben die Veränderung als Entwicklung, sie wurden reifer, reicher und kamen mehr in Kontakt. Sie kamen zu Klarheit und Wahrheit, zu Ehrlichkeit, Authentizität, Lebendigkeit, Offenheit, Zuversicht, zu Tiefe und zu ihren Gefühlen. Sie entwickelten die Fähigkeit, alleine zu sein, mehr (Selbst-) Verantwortung zu übernehmen; sie erlebten Kraft und Sicherheit, Dankbarkeit und Frieden. Sie fanden Sinn und mehr Erfüllung in ihrem Leben, wurden entschlossener und zielstrebig. Auch der Abstand zum Alten wurde mehrmals als heilsam beschrieben.

Außer diesen positiven Wendungen gab es auch Hinweise wie: „Es wurde nicht gerade einfacher, aber viel klarer, tiefer und wahrer“. Oder: „Ich fühle mich ruhiger und heiterer. Andererseits streite ich mich jetzt vermehrt mit meiner Umgebung“.

Vision Quest am Ende oder Beginn einer bestimmten Lebensphase

Es wurde fünf mal der Übergang ins Erwachsenenalter beschrieben, der sich durch ein Vision Quest zum Teil unbeabsichtigt ergeben hatte. Außerdem wurden Lebensphasen durch berufliche Veränderungen als beendet oder neu begonnen beschrieben: Vier Menschen haben die alte Arbeitsstelle gekündigt, was sowohl Erleichterung und mehr Erfüllung mit sich brachte, zum Teil aber auch eine schwere Herausforderung war. Auch der bewusst begangene Übergang in den Ruhestand und der Statuswechsel vom Single in eine Partnerschaft nach der Visionssuche, der zweimal beschrieben wurde, wurden als Übergang in eine neue Lebensphase markiert.

Vision Quest und Lebensübergänge - Konkrete Beispiele

Hier verwende ich außer den Fragebögen auch Material aus Mitschriften von Visionssuchen. Die Verbindung von Vision Quest mit Lebensübergängen ist im folgenden in drei Kategorien untergliedert.

➤ Vision Quest zur Gestaltung von Übergängen

Eine Vision Quest kann dazu dienen, gegebene Übergänge bewusst zu begehen und so mit der Kraft eines bewusst begangenen Rituals die Persönlichkeit in ihrem Wachstum fördern.

So beschreibt ein Lehrer, der immer gerne in seinem Beruf gearbeitet hat, seine Motivation an einer Vision Quest teilzunehmen folgendermaßen: „Ich hatte mir lange vorgenommen, den Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand mit einem besonderen Ritual zu begehen.“ Dieses Ritual hat ihm sehr geholfen, und er schreibt drei Jahre nach der Visionssuche: „Die Erfahrung der Visionssuche ist immer noch sehr lebendig. ... Sie hat mitbewirkt, dass ich meine neue Lebenssituation bewußt erlebe, akzeptiere und gestalte.“

➤ Vision Quest als Gestalterin von Übergängen

1. Eine Vision Quest kann Übergänge anstoßen oder gar hervorrufen und so zu gegebenem Zeitpunkt einen neuen Lebensraum eröffnen.

Nicht selten gibt es radikale Veränderungen nach einer Visionssuche wie zum Beispiel das Kündigen einer Arbeitsstelle oder andere Umstrukturierungen.

Aussagen hierzu:

„Ich habe in mir Klarheit, dass ich meine jetzige Arbeitsstelle im nächsten Jahr verlassen muss. Das innere Feuer ist weg. Ich kann es drehen und winden wie ich will, die Zeichen sind diesbezüglich jetzt klar.“

„Ich gebe die Pacht vom Land zurück, die Hauptverantwortung vom Stall, und freue mich auf die geruhssame Zeit mit der Familie.“

„Der Weg zurück auf den eigenen Weg ist der schwierigste, du musst dich von so vielem trennen.“

➤ Befreiungen durch eine Vision Quest

Manchmal schenkt eine Vision Quest Freiheiten. Freiheit zu lieben, zu danken, zu schlafen, Freiheit, der oder die zu sein, die jemand wirklich ist.

„Ich kam von der Trauer um eine verlorene Liebe zu der Freiheit des Herzens für eine neue Liebe.“

„Ich habe das Gefühl, einen Zugang für mein weiteres Leben gefunden zu haben, der es erlaubt, die Zukunft zu leben, die ich rational längst will.“

Eine andere Person, die jahrelang nicht mehr richtig schlafen konnte, beschreibt als ein Schlüsselerlebnis in der Schwellenzeit: „Ich schlief wie ein Baby“ und als Veränderung in ihrem Leben danach unter anderem: „Ich habe meinen Schlaf wieder gefunden.“

Ein Mann über 60 findet in der Natur zu tiefer Dankbarkeit für alles was ist und was war in seinem Leben: „Mein zukünftiges Leben will ich in Dankbarkeit verbringen, früher habe ich viel geklagt über mein Leben.“

Auch eine junge Frau schreibt von dieser Dankbarkeit: „Plötzlich war da Dankbarkeit für meinen Weg, der so dunkel war, dass ich manchmal das Leben wegwerfen wollte. Dankbarkeit dafür, dass mich der Weg zu der gemacht hat, die ich jetzt bin.“

Fazit

Aus den Fragebögen geht hervor, dass eine Vision Quest sehr verschieden und auf mehreren Ebenen wirken kann. Es gibt die inneren, emotionalen und psychischen Veränderungen nach einer Vision Quest. Es gibt die Veränderungen in der äußeren Lebensstruktur, im Beruf oder in der Partnerschaft, und es gibt die Veränderungen auf der geistigen Ebene, beispielsweise hin zu mehr Spiritualität im Leben.

Dass das Vision Quest Ritual ganz bewußt zur Gestaltung von Übergängen gewählt wird, geht aus der Mehrzahl der Fragebögen nicht hervor. Sie entpuppt sich vielmehr oftmals im nachhinein als Gestalterin eines Übergangs.

↔ Eine Anmerkung:

Auch wenn im Laufe der Beschreibungen der Eindruck entsteht, dass nach einer Visionsuche alles leichter und besser ist, so möchte ich doch darauf hinweisen, dass eine Visionsuche durchaus auch Krisen auslösen kann, die dann wiederum durchstanden werden müssen.

Meredith Little sagte einmal bei einem Vortrag (Mai 2001): „Going on a Vision Quest makes life not easier, but it makes it more meaningful.“ (dt.: Auf eine Visionsuche zu gehen macht das Leben nicht leichter, dafür aber tiefer und sinnerfüllter.)

Essenz

⇒ Es gibt sowohl angenehme, als auch unangenehme Ereignisse, die das Leben eines Menschen stark verändern können. In der Auswertung der Fragebögen gab es tendenzielle Bewegungen sowohl von einer glücklichen zu einer unglücklichen Lebenssituation als auch die entgegengesetzte, allerdings häufigere Richtung zu einer positiven Lebensentwicklung. Bemerkenswert dabei ist die Tatsache, dass es keineswegs überwiegend die willkommenen Ereignisse sind, die eine positive Entwicklung ermöglichen, sondern auch die tragischen und dramatischen Erlebnisse, die Menschen auf einen Weg bringen, der wieder ins Licht führt. Eine bewusste Gestaltung der mit dem Ereignis verbundenen Lebensübergänge gab es nur teilweise. Einigen Menschen hat dabei verständnisvolle Begleitung gefehlt.

Vision Quest zur Gestaltung von Übergängen wird nur zum Teil bewusst dafür gewählt. Sie kann aber, unter anderem durch ihre befreiende Wirkung zum Selbst (vgl. Kapitel 4.4), Übergänge anstoßen oder gar hervorrufen. Aus den Fragebögen lässt sich eine zumeist positive Lebensveränderung nach einer Vision Quest heraushören.

Lebensphasen und Lebensübergänge

So nimm mich, Lebenskraft
Denn nun
Und lebe
In mir

Lebe dich aus mir hinaus
In die Welt

Lass uns Räume und Zeiten schaffen
In denen es still ist
Ganz still

Damit wir miteinander reden
Und schweigen können

Und wenn ich mich verkrieche
In dunkle Nischen

Lass mich
Und hüte mich

Sei mir Kraft, wenn ich verloren gehen muss
Im Offenen
Im Leeren
Um mich, um dich
Neu zu finden

Mitte dich ein bei mir.

Ihr Kräfte des Südens, Westens, Nordens und Ostens
Stehet mir bei.

Du großer unterirdischer Lebensfluss
Lass mich in dir geborgen sein.

Antoinette Brehm

Eine Klassifizierung

Der menschliche Lebenslauf ist sowohl im alltäglichen Verständnis als auch in der wissenschaftlichen Analyse überwiegend als gegliedert aufgefasst und dargestellt worden. Die Sicht eines kontinuierlichen, vielleicht gar linear verlaufenden Prozesses findet sich kaum. Seit der Antike sind in großer Zahl Versuche bekannt, die Biographie nach Stadien oder Abschnitten zu gliedern (Olbrich in Filipp, 1881, S. 123).

Diese Abschnitte im Leben eines Menschen sind verschiedentlich bedingt. Ich nehme hier eine Trennung und Klassifizierung der verschiedenen Ursachen für Lebensübergänge vor, die ich aus der Literaturrecherche und der Auswertung der Fragebögen beziehe und selbst

entwickle. Die Klassifizierung orientiert sich an den Vier Schilden. An anderer Stelle greife ich darauf wieder zurück.

Biologisch bedingte Lebensphasen

Zunächst gibt es die rein biologischen Phasen im Leben eines Menschen, die von der Zeugung über die Geburt und die kindlichen Wachstumsphasen bis zum Abschluss der Pubertät vor allem mit körperlichem Wachstum einher gehen. Neben den frühkindlichen Wachstumsphasen bietet die Pubertät mit ihrem hormonellen Einfluss auf den Körper einen sehr eindrücklichen Abschnitt in der Wachstumszeit.

Danach sind es vor allem die Frauen, die mit einer möglichen Schwangerschaft, der postnatalen Zeit und der Stillzeit, später dann im Klimakterium biologische Veränderungen in ihrem Leben deutlich spüren.

Männer wie Frauen erleben irgendwann in ihrem Leben die Vergänglichkeit des Körpers. Das kann plötzlich hervorbrechen durch einen Unfall oder Krankheit oder ein kaum merklicher aber stetiger Prozess sein. Der Tod ist neben Zeugung und Geburt der stärkste Übergang im Leben eines Menschen.

Psychisch seelische Lebenshaltungen

Psychisch seelische Phasen lassen sich von deren Ursachen her nur schwer von den anderen Ebenen abkoppeln. Psychische Veränderungen können körperlichen, sozialen oder geistig spirituellen Einflüssen unterliegen. Es lassen sich aber auch Faktoren auf der rein psychischen Ebene benennen, wie z. B. psychische Traumen oder Veränderungen durch eine Psychotherapie. Psychische Krisen können sich oft auch lange Zeit hinter körperlichen oder sozialen Auffälligkeiten verstecken.

Die Psyche hat eine weitreichende Dynamik und kann sich auch unabhängig von den sie beeinflussenden äußeren Ursachen oder Lebensbedingungen wandeln. Der eigene Ausdruck der Psyche zeigt sich in Lebensphasen, die gekennzeichnet sein können von Unsicherheit, von Rebellion, von Unzufriedenheit oder Depression, von Klarheit und Tatendrang, von Stress und Krankheit oder von Ruhe und Gelassenheit, von Misstrauen oder vertrauensvollem Leben.

Sozial gesellschaftliche Lebensübergänge

Bei sozial gesellschaftlichen Lebensübergängen geht es um die Übernahme von Verantwortung, um ein Hineinwachsen in gesellschaftliche Aufgaben oder um Veränderungen im sozialen Umfeld.

Dies können sein: Auszug von Zuhause, der Beginn des Berufslebens, Wechsel in einen anderen Beruf, Heirat, Elternschaft, Trennung, Verlust eines nahe stehenden Menschen, Auszug der eigenen Kinder, vom Berufsleben in den Ruhestand, Übernahme eines Ehrenamtes oder vieles andere mehr.

Die heute fast schon üblichen Patchworklebensläufe enthalten eine kaum mehr überschaubare Vielzahl solcher Übergänge.

Geistig spirituelle Anstöße

Auch im geistig spirituellen Leben eines Menschen gibt es bedeutsame Ereignisse, die sein ganzes Leben verändern können. Hier gibt es zunächst die in fast allen Religionen für den Einzelnen vorgesehenen Feste oder Rituale, in denen bestimmte Stufen der Zugehörigkeit zur Religionsgemeinschaft oder einfach des Lebensweges markiert werden. Beispielsweise in den christlichen Gemeinschaften: Beginnend bei der Taufe über die Erstkommunion, die Firmung bzw. die Konfirmation, evtl. die Hochzeit oder die Priesterweihe, die Krankensalbung, das Sterbesakrament bis hin zum Trauergottesdienst und der Beerdigung am Ende des Lebens.

Daneben gibt es Momente im Leben des Einzelnen, in denen es zu besonderen, das Leben prägende, spirituellen Erfahrungen kommen kann, z.B. an einem Wallfahrtsort, während eines Gottesdienstes, bei einem Vision Quest, bei einem Spaziergang in der Natur, durch Meditation oder einen spirituellen Lehrer. Oder auch die Erfahrung, knapp dem Tode entronnen zu sein, die oftmals das gesamte Leben eines Menschen umkrepelt und für immer prägt.

Gestaltung von Lebensübergängen

Und immer hat das gleiche Ziel nach gleichen Handlungsweisen verlangt. Für Gruppen wie für Individuen bedeutet leben unaufhörlich sich trennen und wieder vereinigen, Zustand und Form verändern, sterben und wieder geboren werden. Es bedeutet handeln und inne halten, warten und sich ausruhen, um dann erneut, aber anders zu handeln. Und immer sind neue Schwellen zu überschreiten: die Schwelle des Sommers oder die des Winters, der Jahreszeit oder des Jahres, des Monats oder der Nacht; die Schwelle der Geburt, der Adoleszenz oder der Reife; die Schwelle des

Todes und - für die , die daran glauben – die Schwelle zum Jenseits (van Gennep, 1999, S. 182).

Übergänge können plötzlich als Herausforderung vor uns stehen, sie können sich aber auch langsam anbahnen.

Letztendlich werden sie nie, auch wenn sie plötzlich über uns hereinbrechen, wie zum Beispiel Trennung oder Krankheit, in kurzer Zeit auch innerlich vollzogen werden.

Oft erscheinen sie in Form von Krisen oder Veränderungen werden durch Krisen herbeigeführt.

Über die Gestaltung der vielen verschiedenen Lebensübergänge habe ich in der Literatur, außer zu religiösen Festen oder Übergangsritualen, kaum etwas gefunden.

Ich stelle daher meinen im gesamten (d.h. in der Literatur, aus den Fragebögen, in Gesprächen und Seminaren) gewonnenen Eindruck anhand meines eigenen viergliedrigen Schemas von Lebensübergängen dar.

Wie werden Lebensübergängen allgemein gestaltet?

Hierbei beziehe ich mich auf die Auswertung der Fragebögen.

Voranstellen möchte ich, dass Lebensübergänge vielfach bewusst gar nicht gestaltet werden. Sie werden als solche nicht oder erst viel später wahrgenommen. Oder sie werden hingenommen ohne eine persönliche aktive Auseinandersetzung damit.

Aktiv nenne ich zunächst die Gestaltung von Rahmenbedingungen, wenn sich im Leben eines Menschen etwas ändert. Das kann beispielsweise der Umzug eines Paares in eine gemeinsame Wohnung sein, die Vorbereitungen, die vor und zu der Geburt eines Kindes zu treffen sind oder die Umgestaltung einer Wohnung oder der finanziellen Situation, wenn sich ein Leben krankheitsbedingt ändert. Auch die Gestaltung eines Festes fordert durch dessen Vorbereitung die Auseinandersetzung mit dem Thema des Übergangs.

Übergänge können individuell bewusst gestaltet werden. Dies kann durch eine Innenschau, die innere Auseinandersetzung mit einer bevorstehenden neuen Lebenssituation zum Beispiel in Gedanken oder beim Tagebuch-Schreiben passieren. Auch die Gestaltung eines Übergangs durch Gespräche ist recht häufig. Dies können Gespräche in der Familie sein, mit Freunden oder auch das therapeutische Gespräch. Seltener gestalten Menschen für sich alleine ein Ritual oder Ähnliches.

Dann gibt es noch die offensichtlichste Gestaltung eines Übergangs, das ist die soziale oder religiöse mittels festgelegten Ritualen oder Festlichkeiten. Beispiele sind hier die Taufe, die Examensfeier, eine Hochzeit oder Festlichkeiten bei der Verabschiedung in den Ruhestand.

Welche Lebensübergänge werden wie gestaltet?

Übergänge zwischen Lebensphasen, die durch biologische, das heisst körperliche Phänomene voneinander getrennt werden können, werden entweder zwangsweise organisatorisch oder im Bewusstsein der betroffenen Person gestaltet. Soziale oder religiöse Festlichkeiten sind dabei in unserer Kultur kaum anzutreffen. Das Eintreten der Menstruation bei Mädchen beispielsweise wird, wenn, dann nur der Freundin oder in günstigen Fällen auch der Mutter mitgeteilt. Ebenso heimlich versuchen sich die Frauen mittleren Alters mit den Auswirkungen der Menopause zu arrangieren. Gesellschaftliche Festlichkeiten sind hier nicht vorgesehen. Auch Krankheiten werden eher als peinliches Versagen, denn als bewusste Chance im Leben gesehen und daher nicht in einem gemeinsamen Kontext auf irgendeine Weise zelebriert. Auch nicht der Zeitpunkt der Genesung.

Übergänge, die sich auf einer psychischen Ebene zeigen, werden bei selbstreflexiven Menschen ähnlich wie die biologischen Übergänge auf einer inneren Ebene oder im Gespräch reflektiert. Dem therapeutischen Gespräch kommt hier ein besonderer Stellenwert zu. Psychische Übergänge werden, wenn sie nicht durch ihre Wucht außergewöhnlich stark nach außen drängen, noch heimlicher und schamvoller begangen als die biologischen.

Soziale Übergänge werden auch sozial gestaltet. Hier geht es meist um große Rituale oder Festlichkeiten mit vielen Gästen. Es werden Reden gehalten und es wird gut gegessen; bei ausgesprochen positiven Anlässen wird auch getanzt und gefeiert. Natürlich werden nicht alle sozialen Veränderungen mit einem Fest begangen. Die Trennung oder Scheidung beispielsweise findet eher im stillen Kämmerchen statt. Soziale Übergänge können von bewussten Menschen teilweise auch wie psychische Veränderungen - diese gehen mit einem sozialen Statuswechsel natürlich auch einher - in Gedanken oder Gesprächen verarbeitet werden.

Im geistig spirituellen Leben eines Menschen gibt es die in der religiösen oder spirituellen Gemeinschaft vorgesehenen Übergänge. Diese werden ähnlich den sozialen Übergängen in der Gesellschaft mit festgelegten Riten und Festlichkeiten gefeiert.

Daneben gibt es die stillen Übergänge, die mit tatsächlicher persönlicher Erkenntnis zu tun haben. Diese werden eher leise begangen; wenn überhaupt, dann wird nur mit Gleichgesinnten oder den geistigen LehrerInnen darüber gesprochen.

Möglichkeiten und Defizite gängiger Modelle der Gestaltung von Übergängen

Zwei Aspekte bei der Gestaltung von Übergängen halte ich für besonders wichtig:

Einerseits die Festlichkeiten, die sich im sozialen Raum abspielen, andererseits der reflexive Umgang in stiller Innenschau oder in Gesprächen.

Festlichkeiten und gewisse Rituale sind gesellschaftlich vorgesehen, Selbstreflexion oder Gespräche nicht.

Im folgenden werden Grenzen und Defizite dieser beiden Möglichkeiten aufgezeigt.

- Sich selbst Gedanken zu einer persönlichen Situation zu machen ist ein wichtiges Mittel, um Klarheit in Dingen und den eigenen Standpunkt zu finden. Dieser Weg hat aber auch eindeutige Grenzen. Es fehlen andere Blickwinkel und die Gedanken geraten allzu leicht in eine rotierende Bewegung, „sie drehen sich im Kreis“.
- Das Gespräch mit FreundInnen oder in der Familie ist eine wertvolle Ergänzung zur eigenen Reflexion. FreundIn und Eltern sind allerdings in der Begleitung von Menschen selten ausgebildet. Allzu leicht wird dabei Eigenes auf die Probleme des/der anderen projiziert, wird nach eigenem Gutdünken interpretiert oder gar manipuliert. Der Entwicklung der eigenen Persönlichkeit ist dabei wenig geholfen.
- Das therapeutische Gespräch oder eine therapeutische Arbeit stellen hier eine Sonderform dar, beziehen sich meist allerdings auf bereits spürbare Defizite. Therapie wird zu Intervention im weitesten Sinne genutzt, nicht aber zur regulären Gestaltung einer der vielen Übergänge im Leben eines Menschen.
- Rituale oder Festlichkeiten für gesellschaftlich oder religiös festgelegte Übergänge werden sozial honoriert; Anerkennung und Freude darüber oder auch Anteilnahme (bei einer Beerdigung) wird zum Ausdruck gebracht.

Sie verbinden das Persönliche mit dem Gemeinschaftlichen. Manchmal scheint es jedoch beinahe, dass sie das Persönliche zum Gemeinschaftlichen machen. Sind die lobenden Reden ernst gemeint oder dienen sie der Selbstdarstellung der RednerInnen, und was nützen Heucheleien der Persönlichkeitsentwicklung eines Menschen? Oder: Eine ganze Hochzeitsgesellschaft amüsiert sich auf Kosten des Brautpaares. Was hat das mit deren Übergang in die gemeinsame Ehe zu tun, was ist daran förderlich für das Paar?

Ein Raum zum Innehalten zur vielleicht sogar professionell geführten Innenschau gibt es auf diesen gesellschaftlichen Festen nicht. Er ist weder davor noch danach eingeplant. Ein Übergang mit Zeit und Raum für Abschied vom Alten und einem Blick auf das Neue gibt es nicht. Beispielsweise bei einem Übergang aus dem Beruf in den Ruhestand: Der Mensch muss für die Übergabe seines Arbeitsplatzes und das Fest jede Menge regeln und organisieren. Er kommt kaum zur Ruhe, ist noch voll involviert. Dann findet eine große Verabschiedung statt, und am nächsten Tag findet sich der Mensch alleine zu Hause in einer völlig neuen Situation wieder. Noch ehe er sich darüber klar werden kann, ist er dort gelandet und muss nun sehen, wie er in dieser neuen Lebensphase zurecht kommt.

Religiöse Feste bieten den Raum zur Innenschau zum Teil innerhalb eines Rituals oder in Vorgesprächen mit der PfarrerIn beispielsweise oder im Unterricht vor der Erstkommunion, der Firmung oder der Konfirmation. Es hängt hier sicherlich von den PfarrerInnen oder LehrerInnen ab, wieviel Raum dabei für die echte eigene Motivation und die eigenen Fragen bleibt.

Vision Quest als umfassendes Modell zur Gestaltung von Lebensübergängen

Gemessen an der `gängigen´ Art und Weise, Übergänge zu begehen, bietet eine Vision Quest ein bedeutend umfassenderes Spektrum als jede andere Art es für sich zeigen kann.

Eine Vision Quest wird von ausgebildeten LeiterInnen, die alle selbst oft regelmäßig auf Visionssuche gehen, begleitet.

In der Vorbereitungszeit wird viel Raum für Innenschau und Standortbestimmung gegeben und dies wird professionell begleitet. Ein Mensch kann sich unter anderem darüber klar werden: „Wo stehe ich in meinem Leben, bis an welche Schwelle hin bin ich gereift? Was kann ich abschließen, um dem Neuen, das seinen Keim bereits aus der Erde streckt, Raum und Licht zu geben, damit es sich entwickeln kann?“

Die Schwellenzeit bildet den Raum, innerhalb dessen der Abschied vom Alten mit allem dazu gehörenden Schmerz und aller Freude durchlebt werden kann. Es können hier Antworten auf Fragen über das was kommt gehört werden, Visionen für das kommende Leben gesehen werden. Der Mensch ist im Raum jenseits der Schwelle frei von allen gesellschaftlichen Erwartungen und Zwängen, er ist alleine und nur mit sich beschäftigt. Hier finden Tod und Wiedergeburt statt.

Der soziale Aspekt der Feier findet mit der Rückkehr in die Gemeinschaft mit einem Festessen und vor allem beim Erzählen der persönlichen Geschichte statt. Hier werden Tränen und Freude, Ängste und Erfolge in der Gemeinschaft geteilt. Die Geschichte wird ehrlich anerkannt, von allen bezeugt und honoriert.

„Wie schnell wir doch merkten, dass unsere Aufgabe nicht im Therapieren lag, sondern darin, Zeuge zu sein, unsere Leseart der Bedeutung zurück zu spiegeln und die Wandlung der Lebensstufe zu bestätigen, die durch jede Reise verwirklicht wurde“ (Foster/Little, 2000, S. 10).

Essenz

⇒ Lebensphasen lassen sich in das Schema der Vier Schilde einordnen. Ich unterteile hierbei in: Biologisch bedingte Lebensphasen, psychisch seelische Lebenshaltungen, sozial gesellschaftliche Lebensübergänge und geistig spirituelle Anstöße.

Übergänge werden zum Teil gar nicht oder eher privat in Gedanken und Gesprächen oder öffentlich in Form eines Festes oder einer Feier gestaltet. Ich sehe Defizite in jedem einzelnen der üblichen Modelle, Übergänge zu gestalten. Eine Verbindung der effektiven Anteile der üblichen Modelle findet sich in einer Vision Quest.

Krisen

Der Moment der Krise spielt in der menschlichen Entwicklung immer wieder eine besondere Rolle. Lebensübergänge entstehen häufig im Zusammenhang mit kritischen Lebensereignissen. Der Heldenmythos trägt den Aspekt der Krise nur zu deutlich in sich, so auch die Visionssuche.

Ich möchte deshalb im Rahmen dieser Arbeit einen Blick auf die - verhasste oder doch so notwendige? - Krise im menschlichen Leben werfen.

Aspekte und Definitionen von Krise

Das Wort Krise kommt vom griechischen „krisis“ und bedeutet übersetzt „Entscheidungen“.

In Meyers Lexikon wird Krise als allgemein schwierige, gefährliche Situation, als Wendepunkt einer Entwicklung, als Entscheidungssituation beschrieben.

Bollnow (1983) betrachtet Krisen unter zwei Aspekten. „Es gibt ... Krisen sowohl im individuellen Leben des einzelnen Menschen wie auch im überindividuellen Leben der menschlichen Gemeinschaften und Institutionen“ (S. 65).

Erstere sind Krisen, die nur das Leben eines einzelnen Menschen betreffen wie zum Beispiel Krankheit, Ehekrisen, Tod eines Angehörigen oder auch Glaubenskrisen. Die überindividuellen Krisen betreffen eine größere Gemeinschaft: regional, national, international, vielleicht sogar global. Beispiele sind hier Krieg, Umweltzerstörung, Wirtschaftskrisen, Regierungskrisen oder Naturkatastrophen wie z.B. Erdbeben, Dürre, oder gesundheitliche Epidemien (vgl. ebd.).

Die letzt genannte Art von Krisen schlägt immer auch auf das Individuum als kleinste Einheit einer Gemeinschaft durch. So betreffen auch diese überindividuellen Krisen jedes einzelne Individuum. Auf den persönlichen Krisen liegt im folgenden der Fokus. Es geht um die Entwicklung der individuellen Persönlichkeit. Dass diese sich je nach Summe der Individuen dann unweigerlich auf die Entwicklung der Gesellschaft auswirkt, ist ein anderes Thema, ebenso die Frage, wie eine die Gemeinschaft betreffende Krise sich auf diese als ganze auswirkt.

Bollnow beschreibt eine krisenhafte Situation oder Lebensphase folgendermaßen: „Immer handelt es sich darum, dass der normale Ablauf des Lebens durch ausweglos scheinende Schwierigkeiten unterbrochen wird. Der Mensch fühlt, dass es so nicht weiter geht. Er fühlt sein Leben von der Vernichtung bedroht. Er glaubt, ins Bodenlose abstürzen zu müssen“ (Bollnow, 1983, S. 65).

Krise - Üble Begleiterscheinung des Lebens versus Chance oder gar Voraussetzung für Entwicklung?



Abb. 5: Ringelblume nach Frosteinbruch

In der Literatur bin ich auf drei mögliche Arten, mit Krisen umzugehen oder diese zu bewerten, gestoßen:

1. Krisen sind ein lästiges Übel im Leben des Menschen. Krisen können Entwicklungsstörungen hervorrufen (vgl. Oerter/Montada, 1998, S. 62). Krisen sind präventiv zu verhindern, oder sie sollen, sind sie einmal eingetreten, so schnell wie möglich abgeschwächt, beseitigt und beendet werden (vgl. Bollnow, 1983, S. 65). Das Ziel ist es, den Zustand vor der Krise wieder zu erreichen (vgl. Danish et al., 1981, S. 158). „In dieser Sicht ist menschliche Entwicklung nur eine durch Krisenpunkte unterbrochene stetige Linie“ (ebd.). Die erfolgreiche Lösung oder Bewältigung des Problems liegt in der Rückkehr zur Linie (vgl. ebd.).

2. Krisen bieten die Chance, Dinge zu verändern und die Persönlichkeit weiter zu entwickeln. Diese Möglichkeit ist abhängig davon:

a) Wie das betroffene Individuum das Ereignis erlebt und einschätzt. „Lebensereignisse erhalten ihre spezifische Qualität und damit ihren Wirkungsgrad für nachfolgende

Veränderungen in der Person auch – in vielen Fällen vielleicht ausschließlich – durch die Formen der subjektiven Ereigniswahrnehmung“ (Filipp, 1981, S. 16).

- b) Ob das Problem oder die Krise gemeistert werden können; entsprechend können die Veränderungen Gewinne darstellen oder sie können Störungen verursachen (vgl. Oerter/Montada, 1998, S. 63).
- c) In was für einem sozioökologischen Kontext die betroffene Person eingebettet ist. Er bedingt einerseits zum Teil die Einschätzung und Wahrnehmung eines kritischen Lebensereignisses. Andererseits bietet der soziale Kontext vor allem im Grad der Einbindung in ein soziales Stützensystem Ressourcen in der Auseinandersetzung und Bewältigung von Krisen (vgl. a.a.O., S. 20 u. Schwarzer in Psychologie Heute, Okt.2002).

3. Krisen sind eine notwendige Voraussetzung für Entwicklung.

Diese Einschätzung ist für Menschen, die sich gerne entwickeln wollen, nicht gerade sehr einladend. Sie findet sich sowohl in der Psychologie als auch in der pädagogischen Anthropologie und außerdem in vielen verschiedenen religiösen Weltanschauungen. Auch der Heldenmythos drückt diesen Verlauf von Entwicklung aus, und in Initiationsereignissen wird diese Krise zum Teil ganz bewusst herbeigeführt.

Daher führe ich diesen Teil weiter aus und stelle im folgenden Zitate verschiedener Autoren dar.

C. G. Jung (1995) schreibt im Zusammenhang mit der Entwicklung der Persönlichkeit:

Niemand nämlich entwickelt seine Persönlichkeit weil, ihm jemand gesagt hat, es wäre nützlich oder ratsam, es zu tun. ... Nur kausal wirkender Zwang bewegt die Natur, auch die menschliche. Ohne Not verändert sich nichts, am wenigsten die menschliche Persönlichkeit. ... Nur schärfste Not vermag sie aufzujagen. So gehorcht auch die Entwicklung der Persönlichkeit keinem Wunsch, keinem Befehl und keiner Einsicht, sondern nur der Not; sie bedarf des motivierenden Zwangs innerer oder äußerer Schicksale (S. 198).

Danish und D'Augelli, ebenfalls Psychologen, schreiben:

„Es scheint uns angemessen, anzunehmen, dass jedem Wachstum ein Zustand des Ungleichgewichts oder der Krise vorausgeht, der künftige Entwicklung fördert. Tatsächlich scheint eine Entwicklung ohne Krisen nicht möglich“ (in Filipp, 1981, S. 158). „Im Gegensatz zu der Auffassung, dass Krisen als destruktiv anzusehen sind, betrachten wir sie als Ausgangspunkt für Prozesse des Neuaufbaus und für weiteres Wachstum“ (ebd.).

Auch der Philosoph und Pädagoge Otto Bollnow (1983) sieht Krisen als Voraussetzung für menschliche Reifungsprozesse.

... so bleibt doch die Vermutung, dass die Krisen mit einer sinnvollen Funktion notwendig zum Leben gehören. ... dass der Mensch vielmehr nur im Durchgang durch die Krise – und grundsätzlich auf keinem anderen Weg - nur im Durchgang durch diese ganze äusserste Bedrohung sein eigentliches Selbst-sein , d.h. einen festen, gegenüber allen Einflüssen für sich selbst verantwortlichen Stand gewinnen kann. ... so können wir auch sagen, dass der Übergang zu jeder neuen Lebensstufe nur im Durchgang durch die Krise möglich ist. ... Nur in den Krisen und durch die Krisen reifen wir (S. 66).

Diese Aussagen scheinen recht radikal und können PädagogInnen, deren Beruf es ja ist, Entwicklung bei Menschen zu fördern, einige Fragen aufgeben.

Das bewusste Herbeiführen einer Krise um deren heilsamer Wirkung willen allerdings verneint Bollnow mit Entschiedenheit. Er sieht die Aufgabe der PädagogInnen im Umgang mit Krisen in der Begleitung eines Menschen, der durch das Schicksal in einer solchen Situation steckt. Hier geht es darum, dazu zu verhelfen, „ den Sinn der Krise klar zu erkennen, sie im vollem Maße auf sich zu nehmen und sie ohne ihr auszuweichen, bis zur befreienden Lösung durchzuhalten“ (Bollnow, 1983, S. 67).

Die Krise in der Vision Quest Arbeit

In der Visionssuchearbeit werden Krisen sowohl als Chance und auch als Voraussetzung für Entwicklung gesehen. Den LeiterInnen kommt die Begleitarbeit zu, ähnlich wie Bollnow diese beschreibt (s.o.).

Eine Vision Quest kann als eine „inszenierte Krise“ betrachtet werden, um den Menschen in seiner Entwicklung voran zu bringen (vgl. Bayrischer Rundfunk, Nov. 2000). Sie kann ebenso krisenhafte Momente hervorlocken, vielleicht sogar eine Krise zünden, die seit längerem unterschwellig brodelt. Dies kann existenziell sein, bodenlos. Das hängt einerseits davon ab, wie weit sich eine Person darauf einlassen kann und möchte, aber auch davon, an welchem Punkt im Leben sie gerade steht. Wichtig ist zu erwähnen, dass der Mensch in einer Vision Quest professionell begleitet wird.

„Die Vision Quest kann gerade wegen ihrer großen Aufwendigkeit und Mühsal des persönlichen Einsatzes als Prototyp, als rituelle Großform modellhaft für Lebensübergänge stehen. Die damit verbundene Krise wird vor allem als „dangerous opportunity“, als

gefährliche, aber notwendige Chance und Herausforderung verstanden (Schäfer in Egner, 1997, S:233).

In der Frage, ob der Aspekt der Krise mit einer Visionssuche unbedingt einhergehen muss, gehen die Meinungen der AutorInnen auseinander.

Die VisionssucheleiterInnen und BuchautorInnen Koch-Weser und v. Lüpke (2000) geben durchaus auch ein positives, lustvolles Bild von Wandlung und Reifung. „Wenn die Visionssuche als ein Übergangsritual gekennzeichnet wird, bedeutet das aber nicht zwangsläufig, dass sie mit Krisen einher geht oder solche als Motiv braucht. Übergänge können lustvoll sein und leicht, ebenso wie nachdenklich, schmerzvoll und schwer“ (S. 104).

Sie lehnen jedoch die in der Gesellschaft übliche, defizitäre Einschätzung von Krisen ab, wie sie oben dargestellt ist.

Statt als Reifungsprozesse werden bei uns Wandlungs-Krisen meist als peinliches Versagen erlebt, die durchlitten und verdrängt werden müssen. Doch diese Fehlwahrnehmung ist nicht die Schuld der betroffenen Menschen, sondern eine fast natürliche Folge der Tatsache, dass die Gesellschaft solche Wendepunkt nicht mehr als notwendige und natürliche Schritte des menschlichen Wachstums versteht und würdigt und deshalb auch keine begleitenden Rituale und verbindende Mythen mehr anbietet (ebd.).

Essenz

⇒ Eine Krise ist definiert als allgemein schwierige, gefährliche Situation, als Wendepunkt einer Entwicklung, als Entscheidungssituation. Es wird unterschieden zwischen individuellen und überindividuellen Krisen. Auch überindividuelle Krisen können individuell relevant werden.

Es gibt verschiedene Einschätzungen über die Wirkung und den Nutzen von Krisen. Sie werden entweder als Ursachen von Störungen und als zu vermeiden angesehen. Oder Krisen werden unter bestimmten Voraussetzungen als Chance für Entwicklung betrachtet, oder sie werden als unabdingbar für Entwicklung deklariert.

Vision Quest birgt den Aspekt der Krise in sich.

Unter VisionssucheleiterInnen wird die Krise entweder als eine Chance oder auch als Voraussetzung für Wachstum gesehen.

Entwicklung zur Persönlichkeit

Um zu klären inwieweit eine Vision Quest persönlichkeitsbildend wirken kann, sollen in diesem Kapitel nach C. G. Jung und C. R. Rogers der Begriff der Persönlichkeit und die Voraussetzungen für deren Entwicklung erläutert werden.

Was ist Persönlichkeit?

C.G. Jung (1995) beschreibt Persönlichkeit folgendermaßen:

„Persönlichkeit ist höchste Verwirklichung der eingeborenen Eigenart des besonderen lebenden Wesens. Persönlichkeit ist die Tat höchsten Lebensmutes, der absoluten Bejahung des individuell Seienden und der erfolgreichsten Anpassung an das universal Gegebene bei größtmöglicher Freiheit der eigenen Entscheidung“ (S. 195).

Dies ist wunderbar ausgedrückt. Und wären nach dieser Definition alle Menschen entwickelte Persönlichkeiten, so würden wir wohl im Paradies auf Erden leben. Auch Jung ist sich darüber klar, dass seine Beschreibung die eines Ideals ist.

„Die Persönlichkeit als eine völlige Verwirklichung der Ganzheit unseres Wesens ist ein unerreichbares Ideal. Die Unerreichbarkeit ist aber nie ein Gegengrund gegen ein Ideal, denn Ideale sind nichts als Wegweiser und niemals Ziele“ (S. 196).

Auch Rogers (1961) vertritt ein ähnlich ideelles Bild, was die Entwicklung von Menschen betrifft. Auch ihm ist klar, dass Entwicklung zur Persönlichkeit keine Leichtigkeit ist und auch kein Prozess, der irgendwann in einen Endzustand münden würde. Er nennt sie vielmehr eine Lebensweise (vgl. S. 182). Sein Bild vom entwickelten Individuum beschreibt er so: „Der Betreffende horcht immer mehr in die tiefsten Winkel seines physischen und emotionalen Wesens hinein; und er entdeckt, dass er immer stärker bereit ist, mit größerer Genauigkeit und Tiefe jenes Selbst zu sein, das er am wahrhaftigsten ist“ (S. 176).

Der Mensch merkt dabei, dass er weder böse noch unkontrolliert ist, wenn er in diesem fließenden Sinne sich selbst ist. Es bedeutet für ihn statt dessen: zunehmender Stolz darüber, ein empfindsames, offenes, realistisches, aus sich geleitetes Mitglied der menschlichen Spezies zu sein, das sich mit Mut und Phantasie den Komplexitäten der wechselnden Situation anpasst (a.a.O., S. 181).

Mit Kierkegaards Worten fasst Rogers die freie Entwicklungsrichtung des Menschen in einem klaren Satz zusammen: „Das Selbst zu sein, das er in Wahrheit ist“ (a.a.O. S.182).

Genau diese Entwicklungsrichtung ist auch gemeint, wenn ich im Titel der vorliegenden Arbeit die These vertrete, dass eine Vision Quest ein Ritual ist, das zur Persönlichkeitsbildung bei der Gestaltung von Lebensübergängen beitragen kann.

Es ist die Entwicklung hin zum Selbst.

Ein Zitat aus einer Arbeitsgruppe der „International Wilderness Guides Conference“ Okt. 2002 zeigt die gleiche Richtung an:

„Into what do we initiate?“ „Into the courage to be whatever you are“ (Protokoll, S. 13).

(dt. „Welchen initiationsischen Schritt begleiten wir [in der Visionssuchearbeit]?“ „Den Schritt hin zu Mut, der/die zu sein, der/die du tatsächlich bist.“)

Diese Entwicklungsrichtung und dieses Entwicklungsziel liegt auch vielen verschiedenen Religionen der Welt zugrunde. Dies zu untersuchen wäre eine weitere interessante Arbeit, hier würde es den Rahmen sprengen.

Voraussetzungen für die Entwicklung zur Persönlichkeit

Folgende drei Aspekte sind laut Jung (1995) Voraussetzungen für die Entfaltung der Persönlichkeit :

1. Die bereits oben genannte Not oder Krise, ohne die ein Mensch sich nicht zu einer Persönlichkeit entwickeln würde (vgl. S. 198).
2. Die bewusste moralische Entscheidung, den eigenen Weg zu wählen. „Nicht nur das kausale Motiv, die Not, sondern auch die bewusste moralische Entscheidung muss ihre Kraft dem Prozesse der Persönlichkeitsentwicklung leihen“ (S. 198).
3. Bestimmung. „Echte Persönlichkeit hat immer Bestimmung und glaubt an sie. ... Diese Bestimmung aber wirkt wie ein Gesetz Gottes, von dem es keine Abweichung gibt. ... Wer Bestimmung hat, hört die Stimme im Innern ...“ (S. 200).

Mit Rogers (1961) kommt für die Entwicklung der Persönlichkeit noch eine weitere Voraussetzung dazu:

4. Ein geschützter (therapeutischer) Rahmen, eine hilfreiche Beziehung, worin die eigene Persönlichkeit akzeptiert wird und sie so lernen kann, sich selbst zu akzeptieren, um sich frei zu entfalten (vgl. S. 51 f).

Vision Quest und die Voraussetzungen für die Entwicklung zur Persönlichkeit

In Anlehnung an die oben aufgeführten Voraussetzungen beschreibe ich, inwieweit Vision Quest diese Voraussetzungen zur Entwicklung von Persönlichkeit bietet. Eine fünfte Voraussetzung wird hier angefügt.

1. In einer Vision Quest kann es rein durch ihre äußere Form vor allem in der Schwellenzeit Krisen geben, es können aber auch alte oder unterschwellig brodelnde Krisen hervorkommen. (vgl. Kapitel 4.3.3)
2. Die bewusste Entscheidung wird in der Vorbereitungszeit erarbeitet, und es geht bei diesem Ritual wie auch bei anderen Ritualen immer wieder auch um die Bewusstheit, mit der es begangen wird. „Nur wenn wir an der jeweiligen Schwelle den fälligen Abschied vom Gewohnten wach vollziehen und den Schritt ins Neue bewusst tun, wird der Fluss des Weges nicht gestaut“ (Ausschreibung von: Borst, u.a., in Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S.103).
3. Bestimmung, die Stimme im Inneren hören. Visuell statt auditiv ausgedrückt könnte das auch die Suche nach der Vision für das Leben heißen. Vision Quest heißt Visions-Suche. Es geht also gerade auch darum, die eigene Bestimmung zu finden, in der äußeren Ruhe die innere Stimme hören zu können.
4. Der geschützte Rahmen und eine von Akzeptanz und Respekt bestimmte Haltung bei den LeiterInnen ist, wie bereits an anderer Stelle erwähnt, Voraussetzung in der Vision Quest Arbeit.
5. Zusätzlich bedeutet Persönlichkeitsentwicklung im Kontext von Vision Quest, das Rad der Vier Schilde anzustoßen. Die Persönlichkeit kann dann die Ganzheit, die Palette der Freiheiten, der Emotionen, der Dunkelheiten, der Verantwortungen und Pflichten und die Kraft und Größe von einem Bewusstsein, das

über unser alltägliches Verständnis hinaus reicht, freidurchwandern.

Essenz

⇒ Das Ideal der entwickelten Persönlichkeit zeigt sich nach Jung und Rogers in der Fähigkeit, dem eigenen Wesen zu folgen, das wahre Selbst zu entfalten. Dies stimmt mit der Entwicklungsrichtung der Persönlichkeit in der Vision Quest Arbeit überein.

Es gibt nach Jung und Rogers verschiedene Voraussetzungen, damit eine Persönlichkeit sich entwickeln kann. Diese Voraussetzungen sind in einer Vision Quest gegeben.

Dazu gehören die Krise, ohne die es keine Entwicklung gibt, die bewusste moralische Entscheidung, das Vernehmen der Bestimmung aus dem Inneren und ein geschützter Rahmen. In der Vision Quest Arbeit gehört außerdem der freie Fluss durch das Rad der Vier Schilde dazu.

Zusammenfassung

Die verschiedenen Übergänge im Leben eines Menschen lassen sich mit den Vier Schilden in ein Schema einordnen. Es gibt biologisch bedingte Lebensphasen, psychisch seelische Lebenshaltungen, sozial gesellschaftlich bedingte Lebensübergänge und geistig spirituelle Lebensveränderungen. Diese werden individuell, gesellschaftlich oder gar nicht gestaltet.

Sowohl die individuellen wie auch die gesellschaftlichen Weisen, diese Übergänge zu gestalten, nutzen dabei nicht das Entwicklungspotential, das in allen Übergängen liegt.

Aus den Fragebögen geht hervor, dass besondere Ereignisse das Leben eines Menschen grundsätzlich ändern können. Nicht alle Ereignisse können konstruktiv in ein Leben integriert werden. Vor allem Ereignisse, die mit bleibenden körperlichen Schäden verbunden sind, können außergewöhnlich hart treffen. Kann eine positive Integration jedoch gelingen, so ist damit meist ein persönlicher Gewinn oder Entwicklungsschritt verbunden. Dies entspricht Aussagen verschiedener Psychologen, die eine Krise unter bestimmten Voraussetzungen als Chance für Entwicklung sehen. Einige gehen sogar soweit, dass sie in einer Krise die Voraussetzung für das Wachstum der Persönlichkeit sehen. Mit Entwicklung zur Persönlichkeit ist die Entwicklung zum wahren Selbst gemeint.

Diskussion und der aktuelle Stand

Kritische Auseinandersetzung

Im Laufe der Arbeit beschreibe ich das Ritual der Vision Quest immer wieder durchaus positiv. Ich möchte dieses Kapitel nutzen, um auch Schwachstellen und Grenzen der Vision Quest-Arbeit aufzuzeigen, die sich vor allem aus dem Versuch ergeben, dieses alte Ritual in eine veränderte Gesellschaft wieder einzugliedern. Automatisch fließen hier auch Hinweise zum aktuellen Stand mit ein.

Hunger, Regen, Angst und Schmutz – Angebot und Hemmschwelle in unserer Zeit

Hunger, Regen, Angst und Schmutz das ist nicht gerade ein sehr attraktiv klingendes Angebot. Die Hemmschwelle, sich auf so etwas einzulassen ist für viele Menschen in unserer Zeit enorm. Nichts zu essen, auf einer Isomatte auf der Erde schlafen, den Elementen der Natur, Wind und Wetter ausgesetzt, auch nachts noch alleine und das vier Tage und vier Nächte lang! Für viele Menschen gibt es Gründe, sich darauf nicht einzulassen.

In Absprache sind allerdings auch moderatere Formen möglich, und auch diese können eine starke Wirkkraft haben.

Es ist zu überlegen, in unserer Gesellschaft möglicherweise von Anfang an ein niedrigschwelligeres Angebot zu machen, um mehr Menschen zu erreichen und mehr Menschen die Möglichkeit zu geben, an einer Visionssuche teilzunehmen.

Dies ist allerdings eine Gradwanderung, und Visionssuche kann auf keinen Fall zu einem lauwarmen Natururlaub mit ein bißchen Selbsterfahrung verkommen.

⇒ Das Angebot der Vision Quest hört sich für viele Menschen abschreckend an. Dass in Absprache moderatere Formen für eine Vision Quest möglich sind, ist wenig bekannt.

Schwierigkeiten auf dem Weg zurück in die Gesellschaft

Das Elixier verteidigen

Die nächste Hürde und oft die größte Herausforderung des ganzen Rituals ist in unserer Zeit die der Wiedereingliederung in die Gesellschaft. Der frisch initiierte Mensch kommt mit einer Erfahrung in seine Gemeinschaft zurück, die dort kaum jemand mit ihm teilt. „Er muss das neue Leben auf der Grundlage des alten hegen und sich dabei stets an die Heiligen Berge im Innersten seines Herzens erinnern“ (Foster/Little, 2002, S.42). Hier besteht die Gefahr, dass ihm das Elixier, das er aus der Visionssuche mitbringt, wieder abgejagt wird, wenn er es nicht gut schützt, verteidigt und pflegt.

Die Krise

Es kommt durchaus auch vor, dass die Vision Quest eine Krise hervorlockt. Diese kann sich während der Quest zeigen oder auch erst später. Während einer Quest kann sie gut durch die LeiterInnen begleitet werden, danach zu Hause aber fehlt Begleitung. Krisen genießen in der Gesellschaft ein recht negatives Ansehen, und in Diskussionen um Vision Quest kommt oft der Vorwurf: „Da könnte doch was hochkommen!“

Begleitung

Es ist ein großes Problem, dass in unserer Gesellschaft die Ältesten fehlen. In ursprünglichen Gemeinschaften stehen dem Menschen nach einer Initiation oder nach einem Übergangsritus die Ältesten und Weisen zur Verfügung. Sie helfen ihm, seinen neuen Platz in der Gemeinschaft zu finden und seine Vision umzusetzen.

Weisheit, Reife und Begleitung müssen heute in der Regel entweder bezahlt werden (Therapie) oder es gibt sie nicht.

VisionssucheleiterInnen stehen den QuesterInnen noch ein Jahr nach der Visionssuche zur Verfügung, zum Teil vielleicht auch länger. Da die Questerinnen aber oft aus verschiedensten

Teilen Europas zusammenkommen, beschränkt sich der Kontakt fast immer auf Telefon, e-mail oder Post. Manche VisionssucheleiterInnen sind gerade in den Sommermonaten sehr viel unterwegs und daher schlecht zu erreichen. Obwohl diese Begleitung in verschiedenen Fällen auch sehr unterstützend gestaltet sein kann, besteht hier insgesamt noch ein großes Defizit.

In den USA gibt es bereits VisionssucheleiterInnen, die sich speziell für die Zeit der Wiedereingliederung zur Verfügung stellen und bei manchen AnbieterInnen gehören mehrere Inkorporationstreffen im Jahr nach dem Kernritual¹ als fester Bestandteil zu der Visionsuche dazu.

⇒ In einer Vision Quest können Krisen hervorbrechen. Die Wiedereingliederung nach einer Vision Quest kann sich als schwierig erweisen. Von Seiten der VisionssucheleiterInnen gibt es Ansätze, aber bisher noch keine wirklich befriedigende Lösung für das Problem der Begleitung in der Inkorporationsphase.

Kostenfaktor heute versus kostenloses Gemeinschaftsgut früher

Eine Vision Quest kostet zwischen 650,- und 1300,- €, Jugendvisionsuchen sind etwas günstiger; diese können außerdem bei Bedarf aus dem Fond einer Stiftung unterstützt werden. VisionssucheleiterInnen werden von diesem Geld nicht reich. Die mögliche Zeit, Visionsuchen durchzuführen, ist in Europa stark auf das Sommerhalbjahr beschränkt. Es gibt in Europa nicht viele Menschen, die ausschließlich von der Vision Quest-Arbeit leben.

Die Finanzierung kann für manche Menschen durchaus eine Hürde sein, die sie nicht überwinden können.

Umsonst, sozusagen ehrenamtlich dieses gemeinschaftliche Gut zur Verfügung zu stellen, ist gar nicht oder nur bedingt möglich. Es gibt ein Ehepaar in den USA, das für seine Arbeit kein Geld nimmt und statt dessen die TeilnehmerInnen bittet, eine Spende von 400,-\$ an eine beliebige Organisation zu geben. VisionssucheleiterInnen, die teilweise oder ganz davon leben müssen, können sich das leider nicht leisten.

Es gibt inzwischen auch einige Stiftungen oder Sponsoren, die diese Arbeit unterstützen (vgl. Protokoll der International Wilderness Guides Conference).

Ursprünglich waren Übergangsriten in das gesellschaftliche Konzept eingebettet und die Teilnahme war keine Frage des Geldes. Die Teilnahme an Initiationsriten war sogar Pflicht, so wie es bei uns die Schulpflicht gibt, und das hatte seine guten Gründe.

¹ Mit Kernritual ist die Schwellenzeit und die direkte Vor- und Nachbereitung um die Schwellenzeit herum gemeint.

⇒ Der Preis für eine Vision Quest ist nicht von allen Menschen bezahlbar, obwohl Übergangsriten ursprünglich sowohl ein gesellschaftliches Angebot als auch ein gesellschaftliches Anliegen waren.

Die Frage nach der Garantie einer Vision Quest

Input – Outcome

Eine Vision Quest ist ein Angebot, das den Menschen in seiner ganzen Person fordert. Entwicklung lässt sich nicht einfach nur kaufen. Es wird eigenes Engagement, eigene Kraft und Auseinandersetzung gefordert, und es kann auch nicht davon ausgegangen werden, dass der Prozess in einer Vision Quest maßgeblich willentlich beeinflussbar ist.

Erfolgsquoten sind außerdem oft nicht direkt messbar. Die Veränderungen, die auf einer Visionssuche angestoßen werden, können sich ein Leben lang enthüllen und sind dabei auch nicht immer direkt zuordenbar.

Vision Quest führt nicht in lineare sondern in zirkuläre Prozesse

Könnte die Person das Elixier hinüberretten, geht ihr Weg, ihr Streben nach Reife, dennoch weiter.

Um mit der Metapher der Vier Schilde zu sprechen: Entwicklung geht in Zyklen immer voran. „Coyote“ wird immer wieder auftauchen, uns erinnern und uns in eine neue Herausforderung stürzen, damit wir in unserer Entwicklung nicht stehen bleiben. Er wird uns eine Aufgabe bringen, mit der wir den nächsten Schritt in eine neue Lebensphase, in eine neue Runde durch das Rad bewusst begehen.

⇒ Vision Quest verspricht keine messbare, von dem eigenen Engagement unabhängige und lineare Erfolgsgarantie.

Essenz

Ich habe versucht, die Visionssuche durch die kritischen Augen unserer Zeit zu betrachten. Dies ist mir wohl auch gelungen, wobei ich meine Kritik an den „Augen unserer Zeit“ nur schwer verbergen kann.

⇒ Menschen heute können sich nur schwer auf die **Anforderungen**, die eine Vision Quest stellt, einlassen.

⇒ Die **Wiedereingliederung** nach einer Vision Quest ist von der Gesellschaft nicht mitgetragen. Sie wird im Gegenteil sogar oft erschwert.

⇒ **Krisen** werden in der Gesellschaft nicht als Entwicklungschance gesehen, sondern als peinliches Versagen und sind in jedem Fall zu vermeiden. Mit der Möglichkeit, dass durch eine Visionssuche Krisen hervorbrechen können, wird Vision Quest eher als etwas betrachtet, das aus gesellschaftlicher Sicht zu vermeiden wäre.

⇒ Visionssuche ist zur **Finanzierungsfrage** des/der Einzelnen geworden, statt gemeinschaftlich getragen zu sein.

⇒ Vision Quest verspricht keine messbare, von dem eigenen Engagement unabhängige und lineare **Erfolgsgarantie**.

Von Seiten der VisionssucheleiterInnen gibt es verschiedene Ansätze, das Angebot einer Vision Quest noch besser in den Kontext unserer Zeit einzubetten. Es wird versucht, finanziell unterstützende, begleitende oder aufklärende Angebote in der Gesellschaft zur Verfügung zu stellen. Diese waren oder sind in alten Gemeinschaften oder heutigen Stammeskulturen entweder unnötig oder selbstverständlich. Die Ansätze und Angebote heute dürfen und müssen noch ein Stück weiter wachsen.

Aktuelle Situation der Wildernessarbeit

In der Darstellung des aktuellen Standes der Visionssuchearbeit beziehe ich mich nicht nur auf die Visionssuche an sich, sondern auch auf einzelne Elemente und Kurzformen aus dieser Arbeit. Alles zusammen ist unter dem Begriff Wilderness- oder Naturarbeit zusammengefasst.

Allgemeine neuere Entwicklung

„Früher galten wir als Leute, die Bäume umarmen, als Heiden und ähnliches. Heute sprechen wir auf Konferenzen und an Universitäten, und unsere Ausbildungsprogramme füllen sich mit einem Jahr Vorlauf. Eine kulturelle Wiederbelebung von Übergangsriten in der Wildnis ist geschehen“ (Foster/Little, 2000, S. 284).

Dies beschreibt im Zeitraffer die Veränderung des Ansehens von Steven Foster und Meredith Little und damit das der Wildernessarbeit, die Foster und Little vor über 30 Jahren für die westliche Welt wieder entdeckt haben.

1998 wurde ein Film über eine Jugendvisionssuche, die sie geleitet haben, gedreht. „In zeitgenössischen therapeutischen Kreisen gilt der Film als einzigartig, als gesundes Beispiel für angewandte Ökotherapie. Die Methoden und Unterweisungen sind uralte, die Emotionen und Gefühle sind zeitlos. In dieser noch in ihren Anfängen stehenden Arbeit wirken Mensch und Natur zusammen, um Kunst hervorzubringen“ (ebd.).

Foster und Little sind sich sicher, dass die Relevanz von Übergangsriten in der Wildnis im 21. Jahrhundert erkannt werden wird und dass dieses Thema ganz allmählich, Schritt für Schritt gesellschaftsfähig werden wird (vgl. ebd.).

Netzwerkarbeit

Vom 21.-25.10. 2002 fand die erste internationale Konferenz von VisionssucheleiterInnen (International Wilderness Guides Conference) mit 120 TeilnehmerInnen im Schwarzwald statt.

Im Oktober 2004 wird das nächste internationale Treffen in Südafrika stattfinden.

Ansonsten findet seit 2002 ein jährliches Netzwerktreffen im deutschsprachigen Raum statt. Außerdem gibt es das Wilderness Guides Council in den USA, ein Netzwerk für alle Menschen, die mit Übergangsriten oder Elementen daraus, in der Natur arbeiten. Hier finden seit 1992 jährliche Netzwerktreffen statt (vgl. www.wildernessguidescouncil.org).

Die Bezeichnung 'Vision Quest Guide' oder 'VisionssucheleiterIn' ist bisher nicht geschützt und es gibt bei verschiedenen AnbieterInnen der Ausbildung zur VisionssucheleiterIn auch kein Diplom. Denn ein „Schein“ ist keine Garantie für Kompetenz. Zur Zeit wird bei „Lost Borders International“ an einem internationalen und universitär anerkannten Ausbildungskonzept gearbeitet. Dieser Ansatz wird unter VisionssucheleiterInnen kontrovers diskutiert.

Expansion und ein kleiner Schlenker zur Erlebnispädagogik

Die Wildnessarbeit expandiert im Moment stark, zumal sie durchaus Antworten auf drängende gesellschaftliche Fragen vor allem in der Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen bieten kann.

In Großbritannien erhält eine Erziehungs- und Rehabilitationseinrichtung vom Staat 5,5 Mio Pfund für diese Art der Naturarbeit mit Kindern und Jugendlichen.

Der Staat dort hat erkannt, dass die Probleme von Gewalt und Jugendkriminalität erhebliche Kosten verursachen und kaum mehr in den Griff zu bekommen sind. Angemessene und effektive Prävention oder Rehabilitation werden daher stark gefördert (vgl. Protokoll der International Wilderness Guides Conference).

Die Erlebnispädagogik ist aus diesen Gründen - nicht nur in der westlichen Welt - bereits stark expandiert. In der Erlebnispädagogik geht es, wie auch in der Wildnessarbeit, um ganzheitliche Erlebnisse in der Natur. Der Weg hin zu den Erlebnissen und deren Qualität ist allerdings grundverschieden. Wo in der Erlebnispädagogik ziel- und handlungsorientiert gearbeitet wird, liegt in der Wildness Arbeit der Schwerpunkt auf dem Loslassen. Der Prozess ist nicht zielorientiert. Erlebnispädagogik basiert oft auf intersubjektiven Prozessen. Gruppendynamik oder gegenseitiges Vertrauen sind wichtige Themen. In der Wildness-

arbeit geht es in erste Linie um den individuellen, intrasubjektiven Prozess, der unabhängig von anderen Subjekten abläuft (vgl. Zusammenfassung einer Arbeitsgruppendifkussion auf dem Ökosys-Treffen im Oktober 2000). Auch die Art, in der die Menschen in ihren Prozessen begleitet werden, unterscheidet sich stark voneinander (vgl. Nitschke, Bayrischer Rundfunk, 15.11.2000).

Vison Quest und Arbeit mit Ritualen boomen im Moment auch in der erlebnispädagogischen Szene. Ich denke, dass sich die Erlebnispädagogik von der Wildernessarbeit stark befruchten lassen kann. Die eigene Qualität der Wildernessarbeit muss dabei aber beachtet werden; Sie kann nicht einfach als ein weiteres Erlebnis-Modul in der erlebnispädagogischen Arbeit eingesetzt werden.

Es gibt bereits Ansätze einer erfolgreichen Verbindung der Erlebnispädagogik mit der Wildernessarbeit. Beispielsweise wird ein Bungee Jump zeremoniell und inhaltlich bewusst gestaltet. Oder es wird die Erlebnispädagogik auf der Grundlage der Vier Schilde praktiziert. Es gibt Programme, Jugendliche mit entsprechenden Aktionen und Reflexion durch die realen und damit gleichzeitig durch die inneren vier Jahreszeiten zu begleiten (vgl. Protokoll der International Wilderness Guides Conference). Auch NEW e.V. in Freiburg/Kirchzarten hat ein solches Programm für Jungenarbeit entwickelt und führt dies in Kooperation mit einem Heim für schwer erziehbare Jugendliche durch.

Visionssuchen für bestimmte Gruppen oder Institutionen

Visionssuchen werden auf dem freien Markt angeboten und stehen grundsätzlich allen interessierten Menschen offen. Ausnahmen sind Menschen mit akuten psychischen Erkrankungen oder starker psychischer Instabilität. Hier wird darauf hingewiesen, dass der Zeitpunkt und der Rahmen der Visionssuche im Moment nicht das Richtige sind und es wird zur Krisenintervention auf klassische Therapeuten verwiesen (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 118).

Ansonsten gibt es die Visionssuche auch für ganz bestimmte Zielgruppen und sie wird zum Teil auch durch Institutionen angeboten.

Jugendvisionssuche

Es gibt sowohl gemischte Gruppen, als auch Visionssuchen, die speziell für Jugendliche angeboten werden. Es geht hier darum, den initiatorischen Übergang ins Erwachsenenalter bewusst und mit kompetenter Begleitung zu begehen. Auch für die Eltern, die in der

Wiedereingliederungsphase und zum Spiegeln eingeladen sind, ist dieses Ereignis bedeutsam. Es erleichtert ein bewusstes Loslassen des Kindes in den Status eines Erwachsenen (vgl. Eltern der „Erdkinderschule“, Bayrischer Rundfunk, 2000).

Visionssuche an Schulen

Es gibt inzwischen Schulen sowohl in Europa als auch in den USA, an denen eine Vision Quest am Ende der Schulzeit zum Abschluss dazugehört oder zumindest angeboten wird (vgl. Protokoll der International Wilderness Guides Conference und Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 106). In Schulen, an denen dies seit vielen Jahren üblich ist, bereiten sich die SchülerInnen von Anfang an auf diesen Abschluss vor; dort ist das nichts außergewöhnliches mehr (Little im Gespräch).

Visionssuche in der Rehabilitation hoch krimineller Jugendlicher

In Südafrika gibt es Jugendhilfeprogramme mit schwer kriminellen Jugendlichen, in denen Vision Quest ein fester Bestandteil ist, und die mit sehr großem Erfolg laufen. „Mehr als 90% der Teilnehmer leben seitdem ohne Kriminalität und Drogen in festen Arbeitsverhältnissen ... Und wer zurückkehrte in die Gesellschaft der Ausgestoßenen, etablierte vor Ort neue Werte, die von sozialer Verantwortung und Solidarität geprägt waren“ (Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S.115f).

Visionssuche für straffällige Menschen

In den USA und Europa gibt es die Visionssuche auch für Randgruppen und Straffällige. Diese Arbeit beginnt zum Teil bereits im Gefängnis, ist dort aber nur mit entsprechend modifizierten Kurzformen und Übungen möglich.

Für Menschen aber, die am Anfang ihrer neuen Freiheit stehen, kann die Visionssuche eine Möglichkeit bieten, auf rituelle Weise in den Spiegel ihres Lebens zu schauen, Verantwortung zu übernehmen, mit dem Alten abzuschließen, sich erneut mit der sehr viel größeren Welt zu verbinden und aus sich selbst heraus eine „Vision“ für ihre Zukunft in der Gesellschaft zu entwickeln (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S.114).

Steve Todd weist in diesem Zusammenhang auf die Wichtigkeit des Aspekts der Initiation in der Arbeit mit Straffälligen hin: „Viele der Menschen, mit denen ich arbeite, sprechen davon, dass sie sich fühlen, als ob sie den Körper eines Mannes und den Geist eines Kindes hätten“ (a.a.O. S. 115).

Auf der International Wilderness Guides Conference wurde immer wieder deutlich, dass es in der Vision Quest Arbeit ein dringendes Anliegen ist, Jugendlichen (und auch Erwachsenen) in unserer Gesellschaft durch eine Vision Quest einen bewußten Übergang ins reife Erwachsenen-sein, begleitet von Ältesten, zu ermöglichen.

Visionssuche für Führungskräfte

Auch für das Klientel der Manager wird Vision Quest als Teil oder Kern eines umfassenden Trainings angeboten (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 112).

Die Führung von Mitarbeitern stellt an Manager der Zukunft neue Herausforderungen, die allein durch Fähigkeiten wie Delegieren, Koordinieren, Motivieren oder Organisieren nicht mehr angemessen zu erfüllen sind; dies im Hinblick auf die Aufgabe, als auch für die seelische Gesundheit des Managers selbst. Gefragt sind Manager, die sich selbst und andere führen können, die neben ihrer Fachkompetenz mit dem zunehmenden Sinnverlust umgehen und in Netzwerken agieren können. Dazu kommt die Bereitschaft, sich mit Leidenschaft, Mut und Ausdauer für ihre Ziele einzusetzen, gepaart mit der Fähigkeit, Visionen zu entwickeln und sie im Team motivierend und konfliktbereit einzusetzen (Werner/Paszek, The Nature of Leadership, unveröffentlichtes Manuskript in Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 112).

Visionssuche für Schwerkranke

Ein weiteres besonderes Angebot gibt es mit der Visionssuche für Schwerkranke. Für schwerkranke Menschen ist die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod ein bedeutendes Thema; Vision Quest kann hierfür den passenden Rahmen bieten. Es wird hier in enger Absprache mit den Teilnehmenden die für sie passende Form gefunden, und dieses Angebot wird auch von einer Ärztin begleitet (vgl. Koch-Weser/v. Lüpke, 2000, S. 117).

Essenz

Das Ansehen von Vision Quest hat sich seit seiner Wiederentdeckung vor 30 Jahren stark gewandelt. Es ist anerkannter Teil der Öko-Psychologie; eine internationale und universitär anerkannte Ausbildung wird angestrebt. Es wird in Netzwerken und internationaler Kooperation zusammengearbeitet.

Vision Quest wird auf dem freien Markt für alle Menschen angeboten. Ausnahmen gelten für Menschen mit psychischer Instabilität.

Neben diesen freien Angeboten gibt es Vision Quest fest verankert an Institutionen wie Schulen, Heime oder in der Rehabilitation Straffälliger. Die Wirksamkeit und Qualität dieses

Rituals und der gesamten Wildernessarbeit ist zwischenzeitlich auch von öffentlichen Stellen erkannt worden und wird zum Teil entsprechend unterstützt. Die Kraft der Wildernessarbeit wird inzwischen auch von Erlebnispädagogen erkannt. In einer passenden Verbindung der beiden Ansätze können Synergien entstehen. Ein weiteres spezielles Angebot stellen Visionssuchen für Schwerkranke und für Manager dar.

Zusammenfassung

Vision Quest expandiert inzwischen mehr und mehr. Die gesellschaftlichen Strukturen, die diesen Ritus normalerweise tragen, sind mit dem Verlust des Rituals ebenfalls verschwunden. Da Vision Quest nicht mehr so ganz in die heutige Zeit zu passen scheint, lässt es sich von dieser Seite her kritisch betrachten.

Von Seiten der VisionssucheleiterInnen gibt es etliche Bemühungen, die gesellschaftlichen Defizite auszugleichen und Vision Quest wieder mehr und mehr zu integrieren.

Vision Quest ist mittlerweile an verschiedenen Institutionen eingegliedert, es gibt neben den allgemeinen auch spezielle Angebote für verschiedene gesellschaftliche Gruppierungen. Vision Quest kann hier seine uralte Antwort auf gesellschaftliche Fragen und Probleme unserer Zeit geben.

Schlussbemerkungen

Ich fasse zum Abschluss nochmals die zentralen Aussagen dieser Arbeit zusammen.

Zusammenfassung

Vision Quest wurde vor etwa 30 Jahren von dem amerikanischen Ehepaar Steven Foster und Meredith Little aus der Tradition nordamerikanischer Indianerstämme übernommen und einer westlichen Kultur angepasst. Dazu gehört auch das Modell der Vier Schilde, ein zirkuläres Persönlichkeits- und Prozessmodell, das sich an den vier Jahreszeiten und den vier Himmelsrichtungen orientiert.

Die Visionssuche ist ein Übergangsritus und ein Initiationsritus. Dies zeigt sich in der von van Gennep Anfang dieses Jahrhunderts vorgenommenen Klassifizierung. Ein jedes Übergangsritual weltweit folgt dem gleichen Schema von Ablösungszeit, Schwellenphase und Wiedereingliederung. Im Heldenmythos werden die tiefen Wurzeln von Übergangsriten in unserer Gesellschaft sichtbar. Zeitliche und kulturelle Grenzen lösen sich darin auf.

Die Frage nach der Wirkung des Rituals der Vision Quest lässt sich zum Teil aus den Wirkungsmodellen von Ritualen allgemein nachvollziehen. Diese Modelle sind jedoch nicht wissenschaftlich belegt.

Auf dem Hintergrund des Konstruktivismus findet sich eine weitere Erklärung für die entwicklungsfördernde Wirkung von Vision Quest. Als ein Bildungsangebot lässt sie sich an den Anforderungen der konstruktivistischen Erwachsenenbildung messen. Sie ist ein Bildungsangebot vor allem im Sinne der Persönlichkeitsentwicklung.

Unter Persönlichkeitsentwicklung ist in diesem Kontext die Entwicklung hin zu dem eigenen, wahren Selbst gemeint, so wie sie auch von Jung und Rogers beschrieben wird. Das Menschenbild der Vision Quest Arbeit stimmt außerdem in vielen Aspekten mit dem der Humanistischen Psychologie überein.

Vision Quest als Initiations- und Übergangsritus lässt sich zur Gestaltung von Lebensübergängen einsetzen. Es gibt sehr viele verschiedene Arten von Übergängen im Leben eines Menschen. Diese können oftmals mit Krisen einhergehen oder durch kritische Ereignisse ausgelöst sein. Es werden allerdings nur wenige brauchbare gesellschaftliche Modelle zur Gestaltung von Übergängen angeboten. Vision Quest ist gleichzeitig ein natürliches und auch ein uraltes gesellschaftliches Modell, um Übergänge zu gestalten. Die westliche Gesellschaft hat dieses Modell, das ihr Jahrtausende wirkungsvoll gedient hat, verloren. Sie ist erst in den Anfängen, dieses Ritual wieder zu entdecken.

Ausblick:

Ich habe in dieser Arbeit verschiedene Blickwinkel eröffnet, unter denen Vision Quest betrachtet werden kann und aus denen klar wird, warum dieses Ritual ein brauchbares Modell ist, um die Persönlichkeit eines Menschen an der Schwelle eines Lebensübergangs vorwärts zu tragen.

Vision Quest ist ein Ritual, das jedem Menschen in seiner persönlichen Entwicklung helfen kann. Es ist aber auch gleichzeitig ein Ritual, das hilft, die Gemeinschaft zu stabilisieren. Es bietet echte Initiation in das Erwachsenenalter an und macht dadurch die vielen verzweifelten und gefährlichen Selbstinitiationsversuche, nicht nur von jungen Menschen, unnötig. Die Gesellschaft insgesamt kann reifer werden. Erwachsenen bietet Vision Quest ein Modell.

Es gibt in unserer Gesellschaft kein ähnlich umfassendes und auch nur annähernd ähnlich lange erprobtes Angebot. Gerade für die immer größer werdenden sozialen Probleme kann Vision Quest Lösungen anbieten.

Es wäre wünschenswert, dass dieses Ritual weiter bekannt wird und besser in die bestehenden gesellschaftlichen Strukturen integriert wird.

Auch diese Arbeit möchte ihren Beitrag dazu leisten. Sie ist weder nur 'für die Note' geschrieben noch dafür, in den Archiven der Bibliothek der Pädagogischen Hochschule zu verstauben.

Nachwort:

Ich hatte bis zu den letzten Zeilen eine große Freude, diese Arbeit zu schreiben.

Obwohl ich schon längst, nicht zuletzt durch die eigene Erfahrung, sehr von Vision Quest überzeugt bin, war ich immer wieder überrascht, wie stimmig sie sich auch in den Kontext der

Theorie einfügt. Hin und wieder habe ich an meiner sonst ausgeprägten Fähigkeit, Dinge kritisch zu betrachten, gezweifelt. Es sei distanzierteren Menschen überlassen, dies zu beurteilen.

Anhang

Literaturverzeichnis:

Arnold, Rolf und Siebert, Horst (1995). Konstruktivistische Erwachsenenbildung. Hohen-
gehren: Schneider-Verlag.

Baecker, Jochen et al. Sozialer Konstruktivismus – eine neue Perspektive in der Psycho-
logie.

In **Schmitdt, Siegfried J. (Hrsg.) (1992²).** Kognition und Gesellschaft. Der Diskurs des
Radikalen Konstruktivismus 2. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Bollnow, Otto Friedrich (1983³). Anthropologische Pädagogik. Bern: Paul Haupt.

Campbell, Joseph (1999). Der Heros in tausend Gestalten. Frankfurt am Main: Insel Verlag.

Dahlke, Rüdiger (1995³). Lebenskrisen als Entwicklungschancen. München: C. Bertelsmann
Verlag GmbH.

Danish Steven J. D´Augelli, Anthony R. Kompetenzerhöhung als Ziel der Intervention in
Entwicklungsverläufe über die Lebensspanne.

In **Filipp, Sigrun-Heide (Hrsg.) (1981).** Kritische Lebensereignisse. München; Wien;
Baltimore: Urban & Schwarzenberg

Davison, Gerald u. Neale, John (1998²). Klinische Psychologie. Wihnheim: Beltz Psycho-
logie-Verlags-Union.

Filipp, Sigrun-Heide (Hrsg.) (1981). Kritische Lebensereignisse. München; Wien; Baltimore: Urban & Schwarzenberg

Francis, Dave und Jung, Don (1992). Mehr Erfolg im Team. Hamburg.

Foster, Steven und Little, Meredith (1983). The trail to the sacred mountain. Big Pine: Lost Borders Press.

Foster, Steven und Little, Meredith (2000). Die Vier Schilde. Initiation durch die Jahreszeiten der menschlichen Natur. Engerda: Aurun-Verlag.

Foster, Steven und Little, Meredith (2002³). Visionssuche. Das Raunen des Heiligen Flusses. Sinnsuche und Selbstfindung in der Wildnis. Engerda: Aurun-Verlag.

Galsersfeld v. Ernst. Einführung in den radikalen Konstruktivismus.

In **Watzlawick, Paul (Hrsg.) (1999¹¹).** Die erfundene Wirklichkeit. München: Piper Verlag.

Henderson, Joseph L. Der moderne Mensch und die Mythen.

In **Jung, Carl Gustav (Hrsg.) (1999¹⁵).** Der Mensch und seine Symbole. Zürich: Walter Verlag.

International Wilderness Guides Conference (2002). Rites of Passage in the Wilderness: Integrating Nature and Humanity. Notes from Open Space Technology Forums. Titisee, Germany.

Jung, Carl Gustav (1999¹⁵). Der Mensch und seine Symbole. Zürich: Walter Verlag.

Jung, Carl Gustav (1995). Über die Entwicklung der Persönlichkeit. Düsseldorf: Walter Verlag.

Kalff, Michael et al. (2001³) Handbuch der Natur- und Umweltpädagogik. Tübingen: G. A. Ulmer Verlag.

Koch-Weser Sylvia, Lübke v. Geseko. (2000). Vision Quest. Visionsuche: allein in der Wildnis auf dem Weg zu sich selbst. Kreuzlingen/München: Hugendubel.

Langenscheidts Wörterbuch Lateinisch, (1984³⁶). Berlin und München.

Langmaack, Barbara und Braune-Krickau, Michael (1998⁷). Wie die Gruppe laufen lernt. Weinheim: Psychologie Verlags Union.

Martin, Gerhard Marcel. Provozierte Krisen. Rituale und Gesellschaft.

In **Egner, Helga (Hrsg.) (1997).** Leidenschaft und Rituale. Zürich: Walter Verlag.

Maturana, Humberto R. und Varela, Fansisco J. (1987). Der Baum der Erkenntnis. Bern und München: Scherz Verlag.

Meyers Grosses Taschenlexikon (1987²). Mannheim: B.I.-Taschenbuchverlag.

Nitschke, Haiko. Wenn die Kindheit stirbt und der Erwachsene geboren wird.

In: Sondersendung Bayrischer Rundfunk, **15.11.2000.** Autor: **von Lüpke, Geseko**

Nitschke Haiko u. Verena. Visionsuche: auf der Schwelle zum Erwachsenwerden – ein pankulturelles Übergangsritual für junge Menschen.

In **erleben & lernen (5/2001).** Internationale Zeitschrift für handlungsorientiertes Lernen.

Oerter, Rolf und Montada, Leo (1998⁴). Entwicklungspsychologie. Weinheim: Psychologie Verlags Union.

Quitmann, H. (1996³). Humanistische Psychologie. Göttingen: Hogrefe, Verlag für Psychologie.

Richter, Ludwig (1992). Grimms Märchen. Bindlach: Gondrom Verlag.

Rogers, Carl R. (1992⁹). Entwicklung der Persönlichkeit. Stuttgart: Klett Cotta Verlag.

Roth, Gerhard. Erkenntnis und Realität: Das reale Gehirn und seine Wirklichkeit.

In **Schmidt, Siegfried J. (Hrsg.) (2000⁸).** Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Dr. Sachon, Wernher P. Vision Quest. Ein Übergangsritus in der Natur, Teil 2.

In **erleben & lernen (3&4/1999).** Internationale Zeitschrift für handlungsorientiertes Lernen.

Schwarzer, Ralf. Die Heilkraft des sozialen Netzes.

In **Psychologie Heute; Oktober 2002**

Schmidt, Siegfried J. (2000⁸). Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Schäfer, Irmtraud. Das Ritual der Vision Quest als Modell für Lebensübergänge.

In **Egner, Helga (Hrsg.) (1997).** Leidenschaft und Rituale. Zürich: Walter Verlag.

Sheldrake, Rupert (1991⁵). Das Gedächtnis der Natur. Bern, München, Wien: Scherz Verlag.

Siebert, Horst (1996). Didaktisches Handeln in der Erwachsenenbildung. Berlin: Luchterhandverlag.

Siebert, Horst (1997²). Über die Nutzlosigkeit von Belehrungen und Bekehrungen. Bönen: Druck Verlag Kettler GmbH.

Somé, Mailidoma P. (2000a). Die Kraft des Rituals. München: Hugendubel Verlag.

Somé, Mailidoma P. (2000^{4b}). Vom Geist Afrikas. München: Hugendubel Verlag.

Wilderness Guides Council. Aktuelle homepage im Internet:

www.wildernessguidescouncil.org

Wörne Matthias (1997). Erwachsenwerden – Initiationsrituale als Herausforderung für die Arbeit mit Jugendlichen. Diplomarbeit EFH Freiburg.

Graue Quellen:

Seminare oder Visionssuchen:

Steven Foster und Meredith Little Mai 2001 und Februar 2002

Haiko Nitschke, Mai 2002

Brigitte Käsermann August 2002

International Wilderness Guides Conference. Oktober 2002

Gespräche mit:

Steven Foster und Meredith Little

Prof. Dr. Margret Gröne

Brigitte Käsermann

Haiko Nitschke

Fragebögen

Fragebogen zum Thema: Umgang mit lebensverändernden Ereignissen und Lebensphasen

Dieser Fragebogen ist anonym!! Falls er bei mir nicht anonym ankommt, wird er selbstverständlich anonym behandelt!!

Wenn Sie mehr Platz brauchen, können Sie gerne die Rückseite benutzen.

Alter: _____

1. Gibt es in Ihrem Leben ein Ereignis, durch das Sie sich und Ihr Leben verändert oder weiter entwickelt haben?

- ja
- nein

Falls Sie mehrere Ereignisse beschreiben möchten, freue ich mich sehr; Füllen Sie dann bitte einen zweiten Bogen aus.

2. Was war das für ein Ereignis?

3. Wie sah Ihr Leben vor der Veränderung aus?

4. Was war/ist das Neue nach der Veränderung?

5. Was bedeutet diese Veränderung heute noch für Sie?

6. Wie alt waren Sie damals? _____

7. Läßt sich diese Veränderung an das Ende und/oder den Anfang einer bestimmten Lebensphase stellen?

- ja
- nein

Wenn ja, wie würden Sie diese Lebensphasen bezeichnen?

8. Haben Sie die Veränderung bewußt gestaltet?

(Haben Sie mit anderen Menschen darüber gesprochen oder sich alleine Gedanken dazu gemacht? Gab es eine Feier, ein besonderes Geschenk, ein Ritual oder ähnliches?)

- ja
- nein

Wenn ja wie?

9. Was hat Ihnen dabei gefehlt?

Vielen Dank für Ihre Mühe!!!

Fragebogen zum Thema: Veränderungen im Leben, Lebensphasen und Vision Quest

Dieser Fragebogen ist anonym!! Falls er bei mir nicht anonym ankommt, wird er selbstverständlich anonym behandelt!!

Wenn Sie mehr Platz brauchen, können Sie gerne die Rückseite benutzen.

Alter: _____

Sie haben in Ihrem Leben schon mal an einer Visionssuche teilgenommen.

Wann war das ? _____ *Falls Sie mehrere Visionssuchen beschreiben möchten, freue ich mich sehr! Füllen Sie dann bitte einen zweiten Bogen aus.*

1. Was hat Sie dazu bewogen an einer Visionssuche teilzunehmen?

Stand die Visionssuche am Übergang von einer Lebensphase in eine andere?

- ja
- nein

Wenn ja, wie würden Sie die Lebensphasen beschreiben?

2. Können Sie sagen, ob Sie und Ihr Leben sich **durch** die Visionssuche verändert haben?

- Ja, es hat sich etwas geändert
- Nein, es hat sich **dadurch** nichts geändert

Wenn ja, was hat sich verändert oder entwickelt?

2.1 Wie war es vor der Visionssuche?

2.2 Was war/ist das Neue nach der Visionssuche?

2.3 Was bedeutet diese Veränderung/Entwicklung heute für Sie ?

2.4 In welcher Phase der Visionssuche wurde Ihrer Meinung nach die Veränderung vor allem angestoßen?

Markieren Sie die Intensität auf einer Skala von 1-10:

Bereits in der Vorbereitungszeit	1_____5_____10
In der Schwellenzeit draußen	1_____5_____10
In der Nachbereitung im Kreis der Ältesten	1_____5_____10
In der Inkorporationsphase wieder Zuhause	1_____5_____10

2.5 Gab es Schlüsselerlebnisse in irgendeiner dieser Phasen?

Welche?

3. Hat Ihnen zu irgendeinem Zeitpunkt vor, während oder nach der Visionssuche Unterstützung gefehlt?

Vielen Dank für Ihre Mühe!!!

Erklärung:

Ich habe die Arbeit selbstständig verfasst und keine als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt.

