

4 Tage Ewigkeit im Adamello

Eine ungewöhnliche Art der Bergerfahrung: das wiederauferstandene Ritual der indianischen Visionssuche



Tropfen um Tropfen fällt der Schweiß von der Stirn, regelmäßig zum Rhythmus meiner Schritte, die ich einen vor den anderen setze. Der stundenlange steile Anstieg – ganz typisch für die tief eingekerbten Trogtäler des wuchtigen Adamellomassivs - fordert alle meine Aufmerksamkeit und Kraft. Außerdem ist mein Rucksack schwer wie selten zuvor. Meine persönliche Ausrüstung, so knapp ich sie auch gehalten habe, mein Anteil an der Gruppenverpflegung für die nächsten beiden Wochen, und eine schwere Zeltplane, Teil der original mongolischen Jurte, die wir in der Mitte unseres Zeltlagers aufstellen wollen, drücken mächtig schwer auf meine Schultern. Vor und hinter mir keuchen sechs weitere Männer, die ich erst während der gemeinsamen Anreise aus Deutschland kennen gelernt habe. Sie haben sich genau wie ich dazu entschlossen, an einem zweiwöchigen Visionssuche-Seminar für Männer in den italienischen Alpen teilzunehmen. Trotz der teilweise mehrmonatigen Vorbereitungszeit, in der wir uns mit

verschiedenen Übungen und Gesprächen mit den Leitern unsere individuelle persönliche Lebenssituation genau betrachtet haben, ist es jetzt doch seltsam unwirklich, die vertraute zivilisatorische Welt für volle 14 Tage hinter mir zu lassen, um in der Wildnis und Einsamkeit der Berge mithilfe überlieferter indianischer Rituale meine Probleme zu lösen oder Krisen und Veränderungen in unseren Lebensläufen bewältigen zu wollen. - Die Leiter der Gruppe sind stehen geblieben. Der steile, mit uralten Tannen und Kastanien bewachsene Bergwald öffnet sich jetzt vor uns und gibt den Blick frei auf einen hohen Wasserfall. Die Luft ist erfüllt von kühler Gischt, und als müsste es immer so sein, zaubern die schräg einfallenden Sonnenstrahlen einen Regenbogen über das schmale Tal. Es ist ein Bild wie aus einem Märchen, das mich tief berührt. Jeder der Männer nimmt jetzt ein kurzes Stück eines roten Seils in die Hand, und der Leiter durchtrennt es mit einem scharfen Messer: die Nabelschnur zum bisherigen Leben wird symbolisch durchschnitten. Alles, was ab jetzt geschieht, ist als Teil der Visionssuche zu verstehen. Jetzt gibt es kein Zurück mehr von unserem Entschluss. Gedankenversunken, schweigend, und seltsam berührt von der Wirkung eines doch so einfachen Rituals, der ich mich trotz meiner Skepsis nicht entziehen kann, setze ich langsam den Aufstieg fort.

In einem abgelegenen Hochtal des östlichen Adamellos, einem Gebirgsmassiv der italienischen Nordalpen in Sichtweite der Brentagruppe, campiert seit einigen Tagen auf fast 1900 m Höhe eine Gruppe von 8 Männern. Ausgerüstet mit Zelten und warmen Schlafsäcken, kompletter Verpflegung für 14 Tage, in der Mitte des Camps eine original mongolische Jurte aus schwerem schwarzem Leinen als Versammlungsort bei Regen, haben sie sich entschieden, an einem Visionssucheseminar nach überlieferter indianischer Tradition teilzunehmen. Alter und Herkunft der Männer könnten in einer solchen Kleingruppe kaum unterschiedlicher ausfallen: ein Verleger, ein Arzt, ein Firmenleiter, ein Pflegehelfer, ein Hilfsarbeiter, ein Student, im Alter zwischen Anfang 20 und Mitte 50. Gemeinsam hergeführt

hat sie, dass jeder in seinem Leben vor einer großen Veränderung, Weichenstellung oder einem scheinbar unlöslichen Problem steht. Frank trägt sich mit dem Gedanken, sich von seiner Frau und den gemeinsamen Kindern zu trennen, aber kann sich noch nicht dazu durchringen. Hans-Joachim, der Firmenleiter, hat nach dem unvermeidlichen Konkurs und der Abwicklung seiner Firma den Zugang zur Freude in seinem Leben verloren. Der junge Arzt fragt sich seit längerem, ob dieser Beruf wirklich sein Lebensinhalt sein soll. Herrmann, ein junger Student, sucht den Zugang zu seiner männlichen Kraft. Und jeder von ihnen erhofft sich, in der Einsamkeit der Berge eine, seine ganz persönliche Antwort zu erlauschen.

„Man muss kein Esoteriker oder Spinner sein, um auf die Idee zu kommen, an einer Visionssuche teilzunehmen“, erklärt Stefan Ulbrich, einer der beiden Leiter des Seminars. Der erfolgreiche Verleger und Buchautor gilt als Spezialist für überlieferte heidnische Traditionen und Rituale aus Europa und dem Rest der Welt. In den letzten Jahren hat das Wissen über die alten, noch traditionell lebenden Völker unserer Erde deutlich zugenommen. Aber nicht nur Ethnologen und Altertumsforscher interessieren sich in den Zeiten der Klimakatastrophe für die Indianer, Mongolen und Schwarz-Afrikaner und ihre Erfolgsmodelle des Überlebens in und mit der Natur. Auch Psychologen und Therapeuten erkennen mittlerweile an, dass adäquate Zeremonien, Rituale und gemeinsame Feiern sowohl die individuelle Persönlichkeit eines Menschen als auch das soziale Gefüge einer Gesellschaft stärken und sogar heilen können. „Unsere Seele lernt und spricht in Bildern, und wo uns Worte nicht mehr erreichen, kann ein Ritual wegweisende Impulse für Wachstum oder Heilung geben. Gerade in einer Visionssuche können wir nicht mehr vor uns selbst weglaufen. Jede mögliche Ablenkung wird durch die vorgegebene Struktur des Rituals verhindert, und alleine das bewirkt oftmals schon das Wunder!“ Gerhard Popfinger weiß, wovon er spricht. Seit 11 Jahren beschäftigt er sich intensiv mit indianischen Ritualen und überlieferten Formen von Selbsterfahrung und Selbststärkung, und bietet sein Wissen in Seminaren für Erwachsene an. Der gelernte Biolandwirt blickt wie auch Stefan Ulbrich auf langjährige Outdoor- und Bergerfahrung zurück. Beide finden es spannend, diese Erfahrungen nun zusammen in einem neuen, umfassenderen Kontext einsetzen zu können.



Noch etwa zwei Handbreit, dann wird der Schatten der senkrechten Felswand hinter meinem Rücken über mich fallen. Wieder hat die Sonne den Höchststand erreicht, wieder ist ein halber Tag vergangen. Ich glaube, ich wusste bisher nicht, was das bedeutet, wie lange ein Tag wohl wirklich ist. 16 Stunden mehr oder weniger still zu sitzen, zeigt es mir: ohne Ablenkung, ohne Essen, in einem Kreis von etwas mehr als zwei Meter Durchmesser, mit immer der gleichen Aussicht. Die aber ist zugegebenermaßen überwältigend! Stunde um Stunde betrachte ich die wild gezackten Bergketten auf der gegenüberliegenden Talseite im wechselnden Licht des Tages, die auf über 3000 m ansteigen und von den Föhren links und rechts von meinem Felsenthron eingerahmt werden, und die hintereinander gestaffelten Silhouetten der Brentagruppe weit im Osten am Talausgang. Ich entdecke immer neue Details. Ich

lausche dem Rauschen des Wildbachs im Tal, dem Wind, dem rauen Krächzen der Kolkraben und dem emsigen Summen der kleinen, pelzigen Bienen an den blühenden Alpenrosen. Mir wird plötzlich klar, wie mich die ständige Unruhe, der Stress in meinem Leben daran hindert, die Dinge wirklich klar und deutlich wahrzunehmen. Ich sehe, ich höre immer mehr. Tiefer und tiefer, unaufhaltsam und ganz von selbst sinke ich dabei im Laufe dieser Tage in einen

neuen, unbekanntem Raum von völliger Ruhe in mir. Ich fühle mich mir selbst ausgeliefert. Es gibt keine Ablenkung, kein Weglaufen ist möglich. Wo sollte ich auch hin? Ich habe mich vor mir selbst verpflichtet, vier Tage und Nächte auf diesem Platz auszuharren. Langsam bekomme ich eine leise Ahnung, was Ewigkeit bedeuten könnte. Aber trotz oder gerade wegen dieser Ruhe nehme ich auch die Bewegungen der Natur um mich herum wahr: die mächtigen Bergtannen schaukeln ihre Zweige im warmen Aufwind, ein kleiner Vogel fliegt mit hektisch-schwirrendem Flügelschlag vorbei, an einem Abend steigt dicker Nebel aus dem Bach-Tal hoch und verbirgt den Blick auf die Berge, und nachts ziehen der schmale Mond und die Sterne ihre regelmäßige Bahn über den zuweilen kalt-klaren Himmel. Diese leisen Bewegungen, die alle einem geheimnisvollen Gesetz, einem natürlichem Rhythmus zu folgen scheinen, erwecken eine seltsame, unbestimmte Sehnsucht in mir: nach Heimat, nach Zuhause, nach eingebunden sein in die mich so selbstverständlich umgebende Natur, und - ja, nach verschwinden dieser Selbstwichtigkeit, diesem ständigen mich um mich selbst Drehen. Dann geschieht es: plötzlich fühle ich mich als Teil dieser Natur, nicht wichtiger, aber auch nicht unwichtiger als alles andere. Einfach nur da sein. Und einen Moment lang scheint es ganz unbedeutend zu sein, ob ich noch zwei oder 200 Tage still auf diesem Platz sitzen werde...

Die eigentliche Visionssuche findet an einem einsamen Platz in der weiteren Umgebung des Lagers statt, den jeder der Teilnehmer in den ersten Tagen für sich ausgesucht hat. Das kann ein stiller Platz unter Bäumen sein, oder auf einem exponierten Felsen. Einen anderen ruft vielleicht der Wildbach, und ein Mutiger geht bis fast an die Schneegrenze, wo es nachts noch empfindlich kalt sein kann. Jeder entscheidet, in welcher Umgebung er sich seinem mitgebrachten Fragen am besten stellen kann. Dort, an diesem ganz persönlichen Platz, den nur die Leiter und evtl. eine Sicherungsperson zur Überwachung kennen, verbringt dann jeder von ihnen vier Tage und Nächte, alleine mit sich und der Natur, fastend und nur mit dem Nötigsten ausgestattet – in der Regel einer Regenplane und einer Decke oder einem Schlafsack sowie ausreichend Trinkwasser. Dieser Ort ist nicht größer als 2 Meter im Durchmesser, und sollte während der gesamten Zeit nicht verlassen werden. Kleine Übungen, Meditationen und natürlich die Stille, die Einsamkeit und die Kraft der Natur helfen den Teilnehmern, sich auf sich selbst zu konzentrieren und die oft verschüttete Klarheit und Wahrheit ihres Innersten, ihren Seelenkern wieder zu erreichen. Oft zeigt sich eine bessere Verbindung zu Träumen und inneren Bildern, zu alten Erinnerungen und ursprünglichen Plänen. Aber auch eine ungewohnt wache und direkte Wahrnehmung der umgebenden Natur stellt sich ein: die Sinne öffnen sich auf ganz neue, unbekannte Weise, der ganze Körper trinkt diese natürliche Kraft und regeneriert. „Die zivilisatorische Schicht, die uns von der Wildnis trennt, ist nicht dicker als drei Tage“, so beschreibt es der amerikanische Visionssucheleiter Robert Greenway plastisch.

In der (anspruchsvollen!) Einfachheit des "nichts tun müssens", in dieser alles durchdringenden, irgendwie kraftvollen Ruhe, mit der die Natur den Menschen durchdringt, der sich ihr anvertraut, schauen die Teilnehmern einer Visionssuche aus einer gänzlich veränderten Perspektive auf ihr zurückgelassenes Leben in der Zivilisation. Hier, weit draußen, fernab jeder Verbindung zum alltäglichen Leben, erscheinen einem die Probleme des Alltags manchmal plötzlich ganz nichtig. Leben wird wieder essenziell, und viele sehen aus dieser Distanz plötzlich das Wesentliche, die klare Bewegung ihres Lebens, und finden eine Antwort auf ihre mitgebrachten Fragen. Ohne das Zurückgelassene zuhause verurteilen zu müssen, ordnet sich doch vieles ganz von selbst neu, hier, am „Busen der Natur“.

Die letzte Nacht draußen wird von den Männern durchwacht. In diesen Stunden endloser Dunkelheit können noch einmal tiefe und wichtige Erkenntnisse auftauchen. Manchmal aber verdichten sich auch nur die Gedanken der letzten Tage zu ihrer Essenz, die beileibe nicht

immer äußerlich großartig erscheinen muss. Die Weisheit der Natur enthüllt oft erst nach monatelanger Integration ihre stillen Schätze.

Zurück kommen Menschen, die ein stilles Leuchten in den offenen Augen tragen. Menschen, die ihre scheinbaren Grenzen überwunden haben, und dabei sich selbst begegnet sind – etwas, was viele in unserer Kultur so zum ersten Mal erleben durften. Menschen, die Antworten auf brennende Fragen in ihrem Inneren gefunden haben. Und Menschen, die eine Ecke des Adamellomassivs, und damit einen Teil dieser Erde, mit jedem Detail tief in ihrem Herzen und ihrer Seele tragen – denn man sagt, dass ein Mensch, der an einer Visionssuche teilgenommen hat, diesen Platz sein Leben lang nicht mehr vergessen wird. Und das könnte sogar wahr sein.

Autor: Gerhard Popfinger

Informationen zu Visionssucheanbietern:

Visionssuchen finden vorzugsweise in abgelegenen und möglichst einsamen, natürlichen Umgebungen statt. Es gibt inzwischen deutschsprachige Angebote in allen Alpenländern, in den Pyrenäen, in Kroatien, Spanien, Frankreich und in einigen Wüstengegenden, z.B. dem Sinai oder in der Sahara. Wer des Englischen mächtig ist, findet in den USA, wo die Visionssuche aus den indianischen Traditionen für westliche Teilnehmer weiterentwickelt wurde, ebenfalls viele Möglichkeiten.

Visionssuchen werden für Männer, Frauen, gemischte Gruppen und für Jugendliche angeboten. Mittlerweile haben sich viele Anbieter etabliert.

Einen guten Überblick im Internet gibt es hier:

www.visionssuche.net Seite mit vielen Anbietern aus dem deutschsprachigen Raum

Einzelne Anbieter:

www.sylvia-koch-weser.de Visionssuchen in Österreich, Kroatien, Ägypten, Kanaren

www.aruna-tantra.de Visionssuche in der Toskana

www.gaia-net.de/Männer Visionssuche in den italienischen Alpen

www.adventure-in-yourself.de Visionssuchen im Böhmerwald und in der Toskana

www.kraftquelle-natur.de Visionssuchen in der Schweiz und den Vogesen

www.visionssuche-heiten.de Visionssuchen in Schottland und Deutschland

Visionssuche in den USA:

www.schooloflostborders.com Visionssuche (Vision Fast) in den USA

Der Buchklassiker:

„Visionssuche“, Steven Foster & Meredith Little, Arun-Verlag, 320 S., ISBN: 978-3935581097, 19,95 €