

Vor dem Quest: Update - 1 Stunde vor dem Einstieg

Es ist nun so weit. Die **Anreise nach Lech** war positiv und mit dem *fast* richtigen Zeitgefühl: Gestern. 2-4 Stunden früher wären noch besser gewesen. So war es beim erhebenden letzten Ritt durch das beeindruckende Gebirgspanorama schon dunkel und nichts mehr mit Abendrot und Sonnenuntergang.

Meine Reflexion zum Quest unten unterschreibe ich noch Wort für Wort.

Mein Gepäck ist enorm. Der 55+10l Rucksack zum Bersten angefüllt. Darf ich sicher bis Mittwoch noch 2-3x umpacken. Neben dem Rucksack stehen das Zeltpack, die Iso-Matte und noch ein paar Kleinigkeiten wie Wasserflaschen, Stöcke, die dicken Bergstiefel.

Wäsche... noch im Hotelschrank. Die will auch noch mit. Mutig aussortiert habe ich bereits alles rund um den Chic: Deko-Kosmetik, bunte Hemden, Linsenreiniger.

Und nun lasse ich hier einfach mal los und mich dann dort ein. Bis bald also...

Im Juli 2015 nehme ich an einem Nature Quest mit John P. Milton teil.

Diese Entscheidung – in ihrem Grundsatz schon vor vielen Jahren getroffen – kostet mich in ihrer Aktualität nun doch einigen Mut: So ein Quest verlangt, sich mehrere Tage völlig allein in der Natur aufzuhalten.

Die klassischen Vision Quests haben eine breite Vergangenheit und auch Gegenwart in den amerikanischen Deserts und inzwischen auch in den Wüsten, Wäldern, Gebirgen und generell einfach landschaftlich schönen und anspruchsvollen Einöden aller Kontinente.

***Wikipedia:** A **vision quest** is a rite of passage in some Native American cultures. The ceremony of the vision quest is one of the most universal and ancient means to find spiritual guidance and purpose. In practicing cultures, a vision quest is said to provide deep understanding of one's life purpose.*

A traditional Native American vision quest consists of a person spending one to four days and nights secluded in nature. This provides time for deep communion with the fundamental forces and spiritual energies of creation and self-identity. During this time of intense spiritual communication a person can receive profound insight into themselves and the world. This insight, typically in the form of a dream of Vision, relates directly to their purpose and destiny in life.

Wozu der Quest?

Was erwarten Sie sich von einem Nature oder Vision Quest außer Unbequemlichkeiten und mehreren Tagen Einsamkeit?

Seit mir die Vorbereitungsanweisungen vorliegen, nimmt diese persönliche Entwicklungsreise zunehmend Gestalt an. Die Aussicht auf 3-4 Tage allein in den Bergen beschäftigt mich.

In der heutigen Zeit, reizüberflutet bei gleichzeitig chronischem Schlafmangel und vollem Kalender ist die Auszeit, der scheinbare Retreat erst einmal eine Einladung und Herausforderung zugleich.

Ich tagelang völlig allein? Das ist mir sehr willkommen.

Jedoch mehrere Tage und vor allem Nächte allein in der freien Natur? Herrje.

Wer sieht in mir den typischen Wild-Camper?

„Der Nature Quest ist weder Dschungel Camp noch Urlaub. Vielmehr bietet er Vertiefung, Bereinigung und Klärung von Entscheidungsfragen.“

Der Quest als Einladung und als Versuchung

Ich bin versucht, dort ganz rasch alles unterzubringen, was mir unter den Nägeln brennt. Alles muss in diesen kostbaren, langerwogenen, wenigen Tagen passieren: Wunder und Erleuchtung, Erkenntnis, tiefere Einsichten, Entlastung, Antworten auf strategische Fragen, Lösungen für aktuelle Problemchen und Entscheidungen zu dringenden Projekten... – also alles, was im Alltag auch wichtig ist und dort genauso wenig Platz hat.

Müssen wir heutzutage so drastische Auszeiten planen, um zur Ruhe zu kommen? Reichen dafür ein paar wenige Wilderness-Tage? Den Zweck hätte ich doch bereits mit meiner weihnachtlichen Ayurveda-Kur erfüllt gesehen.

Einzigartige Gelegenheit mit großer Bedeutung

Ein Quest ist sehr viel simpler in seiner Bedeutung und in seiner Wirkung vermutlich um einiges komplexer und nachhaltiger als die meisten meiner vorangegangenen Auszeit-Erfahrungen.

Diese Gelegenheit ist einzigartig. Der Kontext ist großartig. Was früher alten Völkern als Initiationsritus – vor allem für Jungmänner vor dem wirklichen Erwachsen – diente, soll mir weitere Richtungsklärung und –vertiefung bieten. Im Kinderbuch „Fliegender Stern“ von Ursula Wölfel – eines meiner Lieblingsbücher im Alter von 5-6 Jahren – bin ich dem ersten Quest begegnet: Der kleine Indianerjunge Fliegender Stern macht sich auf den Weg zu den Weißen, um sie zu fragen, wieso sie den Indianern das Land wegnehmen. Die Erfahrung auf dem Weg wird für ihn sein persönlicher Quest, der ihn an seine Grenzen bringt und ihn ermutigt, stärkt und reifen lässt.

Auch im Vision Quest geht es um das [Einlassen und Loslassen](#).

Die Anreise

Diese Auszeit nehme ich ernst. John P. Milton sieht eine bewusste Vorbereitung vor, die physische, emotionale, intellektuelle und spirituelle Kompetenzen in den Teilnehmern für diese Erfahrung stärken und schließlich durch die Erfahrung vertiefen soll. Schön in seinem „Sky above, Earth below“ nachzulesen oder nachzuhören.

Die Vorphase lädt zu Analogien und Querverweisen ein: Es ist schlicht spannend am eigenen Leib und in der eigenen Auseinandersetzung die Hinwendung und die innere Fokussierung zu erleben, die sich im Außen durch die Ausrüstungsbeschaffung und die Planung der letzten Einstimmungstage abbilden.

Das findet für Klienten vor Workshops und vor Coachings oder Jahresgruppen auch statt. Machen sie damit so viel wie ich heute? Abhängig vom persönlichen Anliegen und von der eigenen Persönlichkeit: ja, durchaus.

Wichtige Aspekte der Anreise:

1. Jede Form von Auszeit ist persönlich und sollte damit Ihre persönliche Priorität sein.
2. Ob Auszeit oder nicht: Jede Form eines Höhepunktes, eines geplanten oder wenigstens antizipierten Schrittes hat eine innere und eine äußere Annäherungsphase. Diese Hinwendung gestalten Sie bewusst oder unbewusst.
3. Ein Prozess der Reifung beginnt. Eine solche „Reise“ und Hinbewegung ist irreversibel. Sie kann gestört, umgeleitet, unterbrochen werden. Sie lassen sich jedoch nicht wieder auf Null zurücksetzen. Selbst wenn Sie vorher abbiegen, den Trip umwidmen, sich ablenken lassen und zu einem späteren Zeitpunkt wieder an diesem Thema vorbeikommen: Sie sind durch die Eingangsreflexion und die ersten Schritte bereits andere geworden und ein Stück weiter gegangen.
4. Fliegender Stern, der kleine Junge, der auszog, um als Held zurückzukehren: Die Männer-Initiation adressierte früher Jungmänner in ihren frühen Zwanzigern bis mittleren Dreißigern. Heute VOR meiner eigenen Erfahrung wage ich zu behaupten: Der ideale Zeitpunkt ist immer **Ihr persönliches Jetzt** – ohne Altersbeschränkung. Auch wenn ich mich im Anschluss über Unbequemlichkeiten beklagen mag und dann neudeutsch behaupte: „*Ich habe Rücken!*“ Rücken habe ich heute auch und hätte ich mit Zwanzig auch gehabt. Möglicherweise hätte Rücken damals geheißen: „Ich habe Kopf“.

Der Reiz des Nature Quest – meine persönlichen Motive

In Wirklichkeit traktiert mich diese Frage nach dem eigenen Mut und der individuellen Zumutung mittels einer solchen Naturerfahrung seit mindestens 15-20 Jahren. Banal dahinter die Details: Kann ich im Freien übernachten? Halte ich die Einsamkeit über 3,5-4 Tage aus?

Die Ausrüstungsliste beinhaltet einen Anteil von NoGo's wie Elektronik jeder Art, Ablenkungen und Kreativspielchen und Umwidmungen. Nix mit 3-4 gemütlichen Lese-Tagen, eingekuschelt im Schlafsack bei Wind und Wetter, den geliebten Earl Grey in der Thermostasse und ein Krimi auf dem Kopfkissen. Kein privater Malkurs. Dann wären Zakynthos, Rhodos oder Fastenwochen bei Willi Dungal und wieder die Ayurveda-Kur auf Sri Lanka die besseren Alternativen.

Für welche unbearbeiteten Bedürfnisse kann dieser Trip als Kompensation oder Äquivalent gelten?

Tagebuch dürfen wir schreiben. Und uns vor dem „Solo“ (den 3,5 Tagen allein) auf unsere große Frage vorbereiten. Es liegen also noch ein gutes Stück Arbeit und eine längere Wegstrecke vor mir.

Was ich wirklich will: Mein Vision oder Nature Quest kann mir auf dem vor über 20 Jahren gewählten Weg noch einmal wirkliche Vertiefung und eine weiterführende Qualität bieten.

Dafür ist jeder Zeitpunkt der genau Richtige: Jetzt.