

Die Visionssuche ist eine Reise zu sich selbst, eine Reise in die Verbundenheit mit der Natur und mit dem Leben.

Die Visionssuche ist ein symbolischer Akt des **Sterbens, des Da-Seins und des Neugeborenen-Werdens**. Sie bietet einen speziellen Rahmen, um sich für eine bestimmte Zeit von der Alltagswelt zurück zu ziehen und innezuhalten. So kann Altes, das nicht mehr trägt, verabschiedet werden.

Losgelöst vom Gewohnten, entsteht in der Zeit des Alleinseins in der Natur der Raum für das Neue. Es ist eine **persönliche Reise mit der Natur als Spiegel und Wegbegleiterin** zum eigenen Wesenskern. Wo führt sie hin? Welche neue Kraft will geboren und in die Welt gebracht werden?

Die Visionssuche beruht auf dem Wissen um **die Kraft von Initiationsriten**. Übergangsrituale wurden in vielen Kulturen praktiziert und boten Struktur für den bewussten Schritt vom Jugendlichen zum erwachsenen Menschen. Sie beinhalteten die Trennung von den Eltern und dem vertrauten Umfeld. Die Zeit des Alleinseins war oft mit Grenzerfahrungen verbunden, um danach als erwachsene/r Frau/ Mann in die Gemeinschaft zurück zu kehren. Im Kreise der Ältesten wurden die Botschaften der Natur gehört und gedeutet, um die Gaben und Fähigkeiten des/der Initiierten zu erkennen und sie zum Wohle aller zu nutzen.

Steven Foster und Meredith Little, die Begründer der "School of Lost Borders" (USA), erkannten die Schwierigkeiten des Erwachsenwerdens der heutigen westlichen Jugendlichen und das Fehlen eines solchen bewussten und begleiteten Überganges ins Erwachsenenalter. Inspiriert durch Initiationsrituale verschiedener Kulturen entwickelten sie über 30 Jahre ein für **das westliche Denken angepasstes Ritual**, so entstand die **Visionssuche für Erwachsene und Jugendliche**.

Die Erfahrung zeigt, **wie hilfreich die Struktur einer Visionssuche** sein kann, um mit Lebensveränderung umzugehen. Der Schritt ins Erwachsensein ist nur einer von vielen Übergängen, die wir als Menschen in unserem Leben durchleben. Eine Familie gründen, ein Arbeitsstellenwechsel oder die nun erwachsenen Kinder ziehen zu lassen, ein Tod von Angehörigen oder auch die Pensionierung sind u.a. herausfordernde Lebensveränderungen, die bewusst er- und durchlebt werden wollen.

Die Visionssuche bietet sicheren Raum dafür und der intensive Kontakt zur Natur unterstützt und begleitet diesen Prozess. Die Visionssuche ist auch an Menschen gerichtet, die mehr über sich und ihr Leben erfahren wollen oder einfach eine Auszeit, Besinnung und Rückzug suchen.

Eine Visionssuche beinhaltet drei Phasen:

1. **Vorbereitung/ Trennung**
2. **Solozeit/ Schwellenzeit**
3. **Wiedereingliederung/ Inkorporation**

In der **4-tägigen Vorbereitungsphase** werden die Teilnehmer/innen sorgfältig auf die Solozeit vorbereitet. Verschiedene fokussierte Begegnungen in der Natur bieten den Teilnehmer/innen die Möglichkeit mit eigenen Themen in Kontakt zu kommen. Die Natur dient als Spiegel, ihre Bilder haben eine sehr persönliche Wirkungskraft. Daraus kann mehr Verständnis für sich und die eigene Situation wachsen, Versöhnung kann sich anbahnen, so dass neuer Handlungsraum daraus entsteht. Die Teilnehmer/innen werden in den Umgang mit Ängsten, mit Fasten, Sicherheit, Landschaft, Wetter und Tieren eingeführt.

Die Teilnehmer/innen verbringen die **4 Tage der Solozeit/ Schwellenzeit an einem selbstgewählten Platz**. Das Leiterteam hält sich während dieser Zeit im nahe gelegenen Basislager auf und sorgt für die nötige Unterstützung und Sicherheit der Gruppe. Jugendliche haben eine 3-tägige Solozeit.

Möglichst leer und offen empfangen die Teilnehmenden während der Solozeit der drei, bzw. vier Tage und Nächte, die persönlichen kleinen und grossen Botschaften der Natur und des Universums. Das Allein-Sein, das Fasten und der Kontakt mit Sonne, Wind, Regen, dem Wolken- und dem Sternenhimmel, sowie der Pflanzen- und Tierwelt fordern und schärfen die Sinne. In dieser Zeit kann die Verbindung mit der Natur neu erlebt und gestärkt werden. Neue Perspektiven zeigen sich und die Frage "Wer bin ich" wird in der Tiefe neu erfahren.

In einer zeremoniell gestalteten Rückkehr, werden die Teilnehmer/innen am Morgen des vierten Tages willkommen geheissen. In der anschliessenden **4-tägigen Inkorporationsphase** teilen die Teilnehmer/innen ihre Geschichten, ihre Erlebnisse und Einsichten mit der Gruppe. Diese werden vom Leiterteam gewürdigt und gespiegelt. In der Zeit der Integration geht es um den ersten konkreten Schritt, sowie um das Formulieren eines Fernzieles.

Es geht darum, die Visionen zu gebären, ins Leben zu integrieren und zu Freunden, zu Familie und in die Gesellschaft zurück zu bringen.

Eine ausführliche Beschreibung der Visionssuche finden Sie auf der Website des www.visionssuche.net Geseko von Lüpke beschreibt das Ritual in einem Interview auf youtube.