

Mit beiden Beinen auf der Erde

Wie Kinder und Jugendliche von den Elementen lernen

von Christian Kirchmair



Hurra - wir leben in der Zivilisation! Niemand von uns muss im Winter frieren, im Sommer schwitzen, im Regen nass werden, sich vom Sonnenlicht blenden lassen, nächstens im Dunkeln tappen... Für ein Butterbrot müssen wir nicht erst monatelang ein Getreide-Feld bestellen und eine Kuh pflegen, und wer Durst hat, braucht nicht zur Quelle oder zum Brunnen wandern, sondern bloß den Wasserhahn aufzudrehen. Ein sicherer Arbeitsplatz, ein gemütliches Zuhause, Heizungen, Klimaanlage, Regenschirme, Sonnenbrillen, Licht aus der Steckdose, Gasherd, Auto-Staus und global vollgestopfte Supermarktregale - das ist unsere zivilisierte Welt. Jene Welt, in der auch unsere Kinder zu nächsten Generationen heranwachsen. Viele von ihnen kennen und erleben Natur bestenfalls aus der Universum-Sendung am Bildschirm und spüren keinerlei Verbindung mit der Kraft der Elemente.

Zivilisiert?

Wir Menschen sind Teil der Natur, sind natürliche Lebewesen (im Grunde genommen Säugetiere), wie es eine Unzahl von ihnen auf der Welt gibt. Genauso wie die meisten anderen Lebewesen haben wir Instinkte und Bedürfnisse, Sinneswahrnehmungen und Gefühle. In unseren Körpern und Genen ruht viel Weisheit und Wahrheit, zu der wir auch Zugang finden können... wenn wir uns darauf einlassen.

Doch wir leben in einer Zeit, in der uns kaum Zeit bleibt, die Natur um uns und damit auch unsere innere Natur wahrzunehmen. Da ist kein Platz für die Anbindung an unseren natürlichen, oder gar spirituellen Ursprung. Die Hauptausrichtung in unserem Alltag ist materialistisch. Im ständigen Wettlauf nach Schneller, Besser, Mehr und Größer geht es vor allem darum, nach außen hin gut zu wirken, zu funktionieren und zu produzieren. Sogar unseren menschlichen Alterungsprozess versuchen wir zu verhindern. Mit AntiAging bemühen wir uns, alles auszubügeln, zu erneuern, auszupolstern oder wieder herzustellen, nur um dem Sterben und dem Tod - diesem natürlichen Ziel allen Lebens - nicht ins Auge blicken zu müssen. Dabei ist doch alles auf der Welt und auch jeder Mensch in gleichem Maße endlich und sterblich. Nach den Gesetzen der Natur muss immer wieder Altes sterben, damit Neues geboren werden kann. Aber wer nimmt heutzutage schon Rücksicht auf die Gesetze der Natur? Lieber entfernen wir gleich alles, was mit Tod zu tun hat - selbst jedes Blatt, das im Herbst vom Baum fällt, wird sofort weggeräumt, jede Spinnweben entfernt, jede Hecke dreimal jährlich in Form gestutzt, jedes Unkraut im perfekten englischen Rasen ausgerissen...

So schneidet uns die viel gepriesene und hart erarbeitete Zivilisation schleichend aber nachhaltig von unserer Lebendigkeit und Natürlichkeit ab. Auch Klimawandel, Naturkatastrophen, das Schwinden natürlicher Ressourcen, die Zerstörung der Umwelt sind nichts Anderes, als ein Spiegel dessen, was in uns selbst passiert, was wir Menschen uns selbst antun oder mit uns machen lassen. DAS ist unsere Welt - und die



Welt, in der unsere Kinder aufwachsen und zu kommenden Generationen heranreifen.

Durchhalten?

Die Lebensumstände, unter denen die Kids heute aufwachsen sind geprägt von Großstadtheftik mit Dauerbeschallung, Schulstress, Markenzwang und andere Oberflächlichkeiten. Dazu kommen die durch die Medien als unverzichtbar deklarierten Dinge wie Fernseher, Handy, Internet, Computerspiele... Bei so einem lauten und hektischen Leben ist es nur zu verständlich, dass Kinder und Jugendliche diese Welt kaum mehr aushalten und sich mit allem Möglichen zudröhnen. Mit wahrhaft Ohren-betäubender Lautstärke, mit Alkohol, Drogen, waghalsigen Mutproben, Geschwindigkeitsrausch u.s.w. versuchen sie, Grenzen (die eigentlich nicht mehr vorhanden sind) auszutesten und zu überschreiten - was ja für junge, heranwachsende Menschen zu allen Zeiten wichtig war und ist.

Das Schnelllebige zeigt sich auch in der körperlichen Entwicklung. Mädchen, die mit 9 oder 10 Jahren menstruieren und bald darauf voll entwickelte Frauen sind, stellen heutzutage keine Ausnahme mehr dar. Und Buben laden sich bereits in der Volksschule Pornobilder aufs Handy und diskutieren mit 12 über ihr „Erstes Mal“. Das Fatale daran ist, dass dies die Kindheit wesentlich verkürzt und für die jungen Menschen gar nicht so leicht auszuhalten ist. Und das zeigt sich auch in ihren Beziehungen, in denen für altersgemäße Zughaftigkeit und romantische Annähe-

Dort draußen in der Natur fängt man an über Vieles nachzudenken, man kommt auf Dinge, die man noch gar nicht gekannt hatte. Ich habe das Gefühl von Einsamkeit kennengelernt - ebenso lernte ich, dass Unabhängigkeit etwas Wunderschönes ist. Ich konnte schreien, lachen, weinen, ohne dass jemand etwas dagegen sagen konnte! Die letzte Nacht im Wald ist einfach irre gewesen. Zum ersten Mal bin ich im Dunkeln aufgestanden - obwohl ich schon immer Angst davor habe - und stellte mich dieser Angst! Ich schrie wie ein Irrer in die Dunkelheit, und plötzlich war es ruhig. Ich habe gemerkt, dass ich etwas Besonderes bin. Wenn ich will, kann ich mich über Vieles hinwegsetzen und muss mir nicht alles gefallen lassen. Seit diesem Kampf bin ich standhafter geworden, was mein Leben angeht.

Harry (17 Jahre)



Kästen: Berichte von Jugendlichen nach ihrer Visionsuche.



rungen nicht viel Raum bleibt - der Drang, gleich zur Sache zu kommen, erscheint unwiderstehlich.

Lebens-Werte?

Eine weitere große Hürde ist für die jungen Menschen in unserem Kulturkreis die (fast) alles erfüllende Wohlstandsgesellschaft - sie verhindert einen Bezug zum „Elementaren“. Welcher Jugendliche kann heutzutage noch fühlen, dass er als Mensch Teil der Natur ist...? Wie sollte er auch, er hat die Natur ja gar nicht kennengelernt, und seine „elementaren Bedürfnisse“ sind ihm unbekannt.

Eigentlich wäre es Aufgabe der Erwachsenen (der Eltern, Großeltern, Lehrer...), den Heranwachsenden diese wesentlichen Gesetze des Lebens als WERT zu vermitteln und vorzuleben. Doch die Erwachsenen gleiten zusehends selber in eine erwerbssüchtige, hektische und oberflächliche Lebenshaltung, sie haben das Wahrnehmen verlernt. Ihre Vorbildwirkung machen sie sich immer seltener bewusst, und nur wenige reflektieren heutzutage noch über Werte, die sie ihren Kindern weitergeben sollten. So entsteht mitten im Reichtum und Überfluss eine innerliche Verwahrlosung, eine Gesellschaft ohne Heimat. Denn ohne den Kontakt zur Natur im Außen - und damit auch zu seiner inneren Natur - kann der Mensch nur schwer seinen Pfad finden. Es ist die Aufgabe von uns Erwachsenen und Älteren, die nachfolgenden Generationen bei ihrer Suche nach ihrem persönlichen Weg zu unterstützen und zu begleiten. Dazu braucht es die eigene Auseinanderset-

zung mit Lebens-Werten. Und dass wir alle Teil der Natur sind, ist eine ganz wesentliche und Wert-volle Botschaft, die wir unseren Kindern vermitteln sollten. Wer das Verhalten heutiger Jugendlicher beobachtet, wird spüren und bemerken, dass sie sich nach dem Fluss im Leben sehnen, nach Stabilität und Bodenständigkeit, nach Klarheit und Spiritualität - alles Energien, die in den vier Elementen enthalten sind.

Das Elementare

Um mit dem „Natur-Wesen“, dem Elementaren in uns wieder in Kontakt zu kommen, brauchen wir uns nur bewusst zu machen, woraus wir Menschen bestehen. In jedem von uns sind alle Elemente vorhanden und integriert: Unser Körper besteht größtenteils aus Wasser, er steht mit beiden Beinen auf der Erde, braucht die Luft zum Atmen und Leben, und wir alle fühlen die Wärme unseres Lebensfeuers in uns. Und wenn der menschliche Körper draußen, in freier Natur ist, dann ist er „zu Hause“. Dann erinnert er sich an etwas, das wir Menschen seit Jahrhunderten, Jahrtausenden in unseren Genen tragen. Es sind ganz alte Instinkte auf unserer „Festplatte“, die uns daran erinnern, dass Mensch und Natur eins sind - das war immer so und wird auch immer so bleiben.

In der Natur vollzieht sich das Leben vollkommen ehrlich, ohne Wenn und Aber, ganz klar und für jedermann sichtbar. Jeder Grashalm, jedes Blatt, jeder Wassertropfen, jedes Sandkorn, jeder Käfer..., alles hat hier gleichen Wert und Berechtigung. Jeder Baum, jeder

Wow, das war echt eine interessante Erfahrung... Ich wollte auf diesen Berg hinauf. Ich war getrieben von unbestimmbarem Hass und Wut und stürmte so schnell hinauf, dass ich oben angekommen etwas perplex um mich sah. Auf dem Berg war Ruhe. Unendliche Ruhe sondergleichen. Ich atmete schwer und war fix und fertig. Ich blieb zwei Stunden sitzen und schaute in die Berge. Ich mag die Berge nicht, wenn ich im Tal bin! Aber oben war meine Aussicht so weit. Der Himmel war klar, und ich konnte mich sattsehen. Ich war am Ende eines Weges, ob ich wollte oder nicht. Der Berg war hier zu Ende. So saß ich da und spürte plötzlich wieder die Wut und den Hass - und irgendwann war es mir zu viel und ich ließ beides fallen. Und dann war da nichts mehr und ich sah nur noch das Land. Gegen Ende dieser Zeit völliger Leere fing ich an zu weinen. Ohne Grund. Ohne Gefühl. Irrational, mir fremd. Es machte mich traurig. Am Ende der Zeit auf dem Berg fand ich meinen Satz für die Auszeit und schrieb ihn mit einem Edding auf einen der vielen großen, fest verwachsenen weißen Steine. Ich hörte den Bussard schreien und wusste, dass es gut war, denn der Moment und mein Gefühl passten und so verließ ich den Berg auf einem neuen Weg. Meinem Weg, denn diesen Weg gab es bisher noch nicht... Sebastian (20)



Die Ruhe und die Nähe der Natur haben in mir wieder etwas hervorgerufen, was ich schon längst vergessen hatte. Ich wünschte ich hätte länger die Natur, die Tiere und die Gezeiten erleben können. Es hat mir wieder mal die Bestätigung gegeben, dass der Mensch nicht dafür geschaffen ist, in Städten zu leben, hinter verschlossenen Türen und Mauern, umgeben von verpesteter Luft! Nun, wo mich die Stadt wieder eingeholt hat, komme ich mir wieder vor wie ein "Bushman" in der Zivilisation. Ich vermisse diese Ruhe und die Zeit, die einem wie eine Ewigkeit vorkommt. Ich wünschte die ganze Welt wäre nicht so hektisch, um mal zu sehen, was das Leben noch zu bieten hat, außer diesen materiellen Dingen um uns herum. DIE WELT SOLLTE AUF VISIONS SUCHE GEHEN!?

Nadine (23)



Stein und jedes Lebewesen ist anders, hat seine besonderen Aufgaben und Qualitäten, ist blühend oder welk, jung oder alt, lebendig oder tot. In der Natur hinterfragt das niemand. Dort draußen, wo die Elemente zu Hause sind, finden wir das Leben pur - und viel heilendes Potenzial, das wir uns wieder zugänglich machen sollten.

Das Suchen

Seit Jahren begleite ich junge Menschen bei Ihrem Schwellengang vom Jugendlichen zum Erwachsenen, bei ihrer Sinn-suche, bei der Suche nach dem Elementaren und ihrer persönlichen Ausrichtung und Bestimmung. Diese Initiationen finden in der Natur statt. Dort sind sie den Elementen ausgesetzt, und mit Hilfe der Natur bekommt jeder und jede auch den individuellen Spiegel fürs eigene Leben vorgehalten.

Ich bin immer wieder aufs Neue berührt, diese rundum glücklichen und zufriedenen jungen Menschen zu erleben, wenn sie z.B. mit dem Wasser in Kontakt kommen, das so sehr ihre kindliche Unbefangenheit anspricht. Oder wie schwer es ihnen manchmal fällt, der Stabilität der Erde zu vertrauen, obwohl sie sich so sehr nach Vertrauen und Getragenwerden sehnen. Wie herausfordernd ist das Luftholen, obwohl ohne Atmen kein Leben möglich wäre. Wie stark das Lebensfeuer in ihnen brennt, und wie sehr sich jeder danach sehnt, dass es innerlich scheint und wärmt. Stille erfahren und sie auch aushalten lernen - Stehenbleiben und das Rauschen des Baches oder die gewaltige Kraft des Windes wahrnehmen - die

Trockenheit, Feuchtigkeit oder Substanz der Erde fühlen und darin wühlen - ein Feuer machen und damit auch behutsam und sorgsam umgehen... Welche Jugendlichen kommen heute noch mit diesen elementaren Grundenergien in Kontakt? Viele von ihnen begegnen ihnen vorerst eher mit Unsicherheit und Ängsten. Kein Wunder, denn wenn in den Medien über Elementares berichtet wird, dann meist im Zusammenhang mit Unwettern, Katastrophen und Tod. Der Bezug zu den stärkenden Eigenschaften der Elemente fehlt, und nur wenige junge Menschen haben bislang gelernt, mit diesen Energien umzugehen. Zum Anderen fehlt ihnen auch die gesellschaftliche Erlaubnis, ihre „wahre Natur“ leben zu dürfen.

Der Auftrag

In der Vorbereitungsphase zur Visions-suche schicke ich die jungen Menschen mit Aufgaben hinaus in die Natur. Eine davon lautet: „*Gehe allein in die Natur, und sei das unschuldige Kind, das du bist, lass dich spielen, sei körperlich, freue dich, finde dein uneingeschränktes Vergnügen in der Welt.*“ Was dann passiert, ist das Erwachen purer Lebendigkeit und Lebensfreude. Mit welchem Strahlen in den Augen, mit welcher unbeschwerter Leichtigkeit kommen die Jugendlichen nach ein paar Stunden in der Natur zurück! Ich erinnere mich immer wieder gerne an diese wahrhaft eindrucksvollen Naturerfahrungen - z.B. an jene junge Frau, die trotz kaltem Wetter im Bikini über die Wiese Purzelbäume schlug, so voller Lebendigkeit, alles um sich herum vergessend,



Ich bin immer so unsicher, was ich mit den Menschen reden soll. Aber in dieser einen Nacht da draußen hab ich ganz deutlich gespürt: Ich muss nicht reden, wenn ich nicht will - und wenn ich bei meinen Gefühlen bleibe und offen bin, kann ich ganz normal reden! Bernhard (16)

...Da waren Schwammerlsucher unterwegs. Ich hörte einen sagen: „Da ist ja noch wer!“ Und wie ein Blitz durchfuhr es mich: JA, ICH BIN WER! Ich musste diesen wunderbaren Satz in den Waldboden schreiben: „Ich bin wer!“ Karin (17)



nur noch pure Freude. Und als sie zurück kam, hatte sie sozusagen aus dem Nichts wichtige Fragen in ihrem Leben beantwortet und einen Weg gefunden, wie es in ihrem Leben weitergehen soll. Ein anderer Auftrag lautet, sich mit den Elementen zu unterhalten: „Schmecke das Wasser, berühre die Erde, horch dem Wind zu, fühle das Feuer in dir... Vielleicht gibt es etwas was die Elemente dir mitteilen wollen?“ Diese Aufgabe finden die TeilnehmerInnen anfangs oft „doof“ oder seltsam und beginnen unsicher zu kichern und zu

blödeln. Doch dann kommen sie zurück und erzählen in der Runde die wunderbarsten Geschichten darüber, was sie im Gurgeln des Baches, in der Rinde eines Baumes, im Rauschen des Windes oder im Flug eines Vogels entdeckt, geschmeckt, gehört, gespürt, gesehen, erfahren haben.

Die Erfahrung

Wenn (nicht nur) junge Menschen eine Zeit lang alleine an einem Wasser verbringen, kommen sie rasch in Kontakt mit ihrem Kindsein. Plantschen, Spritzen, Steine ins Wasser werfen oder übers Wasser platteln lassen usw. bringt jeden ganz rasch in die unmittelbare Körperlichkeit und macht den Kopf frei. Es erinnert an die Kindheit, in der alles viel freier und unkomplizierter wahrgenommen wurde. Da musste man noch nicht so viel nachdenken, was zu tun ist, da folgte man einfach der Intuition. Dieser Mut und diese Freiheit sind lebensbejahend, das ist LEBEN.

Die Rinde des Baumes wiederum hat viel mit Geborgenheit, einer Schutzschicht, einer Hülle zu tun. Und jeder Baum verbindet Erde und Himmel. Im Kontakt mit einem Baum erinnern sich manche an den Schutzmantel, mit dem sie ihr wahres Innenleben für alle anderen unsichtbar machen. Vielleicht lautet die Aufgabe, diesen Mantel einmal auszuziehen und sich so zu zeigen, wie man in Wirklichkeit ist - seine „wahre Natur“ zu zeigen...? Der majestätische Flug eines Vogels kann einen mit der eigenen Größe, dem eigenen Potenzial verbinden - oder man gewinnt plötzlich Überblick auf sein Leben und mehr Klarheit. Ein wärmendes Feuer zu entfachen, zu nähren und gleichzeitig zu überwachen lehrt junge Menschen auch, Verantwortung zu übernehmen - für ihre Mitmenschen und für die Umwelt. Und welche wichtige Lernerfahrungen schenkte schon der Wind, wenn er nicht sorgsam aufgebaute Plänen oder Zelte in alle Himmelsrichtungen verweht hat...!

All diese Erfahrungen sind nicht Teil eines Spiels - sie können jedermann dabei unterstützen, das Elementare an der Natur zu verstehen und das Leben auf dieser Erde in seiner ganzen Fülle und Schönheit anzunehmen.

An der Hand nehmen

Kinder und Jugendliche brauchen von uns Erwachsenen die Erlaubnis und die Unterstützung, ihre „menschliche Natur“ auch wirklich leben zu dürfen. Dazu gehört auch die Erlaubnis zum emotionalen Ausdruck, dass Angst, Zorn, Schmerz, Trauer oder Aggression spontan und offen ausgedrückt werden dürfen. Sie haben auch ein Recht dazu, Neues auszuprobieren, Grenzen zu erfahren, sich auszuleben und gleichzeitig Ordnung und Halt zu bekommen. Und sie brauchen unsere liebevolle Unterstützung beim Umgang mit den großen Herausforderungen des Lebens - wie z.B. Beziehung, Sexualität und Elternschaft, Körperlichkeit, Berufung, Geld oder Tod.

Um den Schritt vom Kind zum Erwachsenen tun zu können, braucht es Lehrer und Vorbilder. Erfahrene Menschen, die bereits durch diese Lebensphasen gegangen sind und diese auch reflektiert haben und bereit sind, ihr Wissen mit den jungen Menschen zu teilen. Dieses Wissen ist notwendig, um die nachfolgende Generation dabei zu unterstützen, ihre ganz individuellen besonderen Fähigkeiten und Talente zu erkennen, ihre persönliche Landkarte des Lebens zu entwerfen und ihren eigenen Weg zu finden - als „elementare Wesen der Natur“.

infos

Christian Kirchmair
geb. 1956 in Wien, Vater von 3 (mittlerweile erwachsenen) Töchtern, war 20 Jahre selbstständiger Tischlermeister im eigenen Betrieb, bevor er 1999 im Zuge einer Neuausrichtung sein Unternehmen verkaufte. Es folgten ausgedehnte Reisen durch Indien, Nepal und Afrika, sowie diverse Ausbildungen in Europa und USA. Heute arbeitet er im Hospizwesen, leitet Visions-Suchen, Rituale und verschiedene Seminare für Jugendliche und Erwachsene. 2006 gründete er mit seiner Partnerin den Verein *people-together*, welcher Hilfeleistungen in verschiedenen Ländern durchführt.



Kontakt: www.christian-kirchmair.at