

Feuerlaufen - Grenzerfahrung, Mentaltraining, Phänomen, Ritual

Die Nacht hat eingesetzt. In der Mitte eines Kreises von 20 Leuten liegt ein Glutteppich, sechs Schritte lang, vier Schritte breit. Die Anwesenden sind keine Verrückten, sondern Menschen wie wir ihnen täglich begegnen, jung, alt, Frauen, Männer, aus allen Berufen und sozialen Zugehörigkeiten. Zuvor haben sie sich 6 Stunden lang auf diesen Moment vorbereitet, dabei auch ein mächtiges Feuer aufgebaut und abgebrannt. Unter der Leitung von Martin König, Feuerlaufleiter seit 25 Jahren, werden sie barfuss durch die anfänglich 700°C heisse Glut schreiten. Dabei verbrennen sie sich nicht, obschon medizinisch gesehen die menschliche Haut maximal 60°C aushält. Es handelt sich hier also definitiv um ein Ereignis jenseits der Rationalität. Mit dem Verstand allein ist offenbar diesem Phänomen nicht beizukommen.



Ein stärkendes Erlebnis

Feuerlaufen, wie der Barfussgang durch die Glut genannt wird, ist ein Naturritual, welches seit Jahrtausenden in allen Kontinenten der Welt auf ganz unterschiedliche Weisen ausgeübt wird, seit den 1980er Jahren auch hierzulande. Feuer fasziniert die Menschen seit Urzeiten, es wurde gehütet, verehrt, verwendet und auch gefürchtet. Wer kennt nicht auch heute die verschiedenen Gesichter des Feuers, vom lieblichen Kerzenschein bis hin zur zerstörerischen Feuersbrunst? Auch metaphorisch bedienen wir uns des Feuers, sprechen wir doch vom feurigen Liebhaber oder im Schlager vom Herz, das brennt. Symbolisch gesehen ist Feuer ein stark transformierendes Element: Was mit Feuer in Berührung kommt, verändert sich. Es kann auch uns verändern. Doch, was erhoffen sich Menschen heutzutage von einer Feuerlaufteilnahme? Martin König berichtet von ganz unterschiedlichen Beweggründen: „Die einen suchen eine Horizonterweiterung, andere ein archaisches Naturerlebnis als Ausgleich zum digitalen Lifestyle. Weitere wollen ungenutztes Potenzial entdecken oder lernen mit ihren Ängsten zuversichtlich umzugehen. Gelegentlich möchten Teilnehmende mit diesem starken Ritual etwas abschliessen oder neu beginnen. Im Weiteren verbessert sich der Zugang zur rechten Hirnhälfte (z.B. zur Intuition), auch können Heilprozesse via Fussreflexzonen in Gang kommen. Die vielen zwischenmenschlichen Erfahrungen während der Vorbereitungszeit werden sehr geschätzt und als nährend empfunden. Kurz gesagt: ein Feuerlauftag generiert innere Kraft und setzt Lebensenergie frei.“

Viele der Teilnehmenden berichten nach einem Feuerlauf, dass sie endlich anstehende Themen anpackten oder in ihrem Leben Festgefahreneres in Gang kam.“

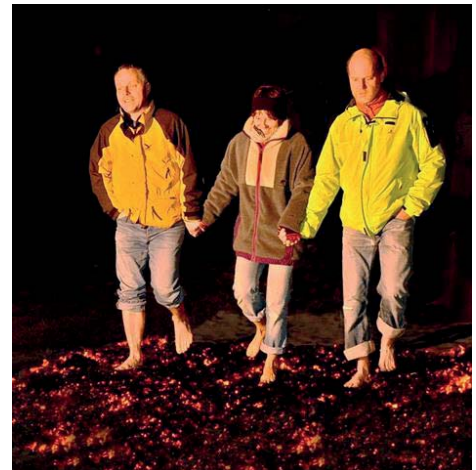


Freiwilligkeit ist oberstes Gebot

Die Schritte durch die Glut stellen allerdings bloss den Abschluss eines gesamthaft reichen Tages dar, die Kirsche auf dem Dessert. Nicht selten sind es einzelne vorbereitende Übungen, welche als relevanter als der eigentliche Lauf durch die Glut erlebt werden. Gemäss König steigert diese Vorbereitungszeit bei den Teilnehmenden die Selbstwahrnehmung, die Präsenz für das Hier-und-Jetzt, die kommunikative Offenheit, die Bereitschaft Unbekanntes zu wagen und den Mut, zu sich selber zu stehen. Die Unsicherheiten oder Ängste, die am Feuerlauftag auftauchen, symbolisieren eins zu eins die Ängste im alltäglichen Leben. Wichtigster Punkt bei Königs Grundhaltung ist die Freiwilligkeit, mitmachen oder zuschauen sind stets gleichwertig. Bewusst verzichtet er bei diesem Anlass auf die üblichen technischen Medien, es geht um die direkte Erfahrung von Mensch zu Mensch, was für einige der Teilnehmenden einer Neuentdeckung gleichkommt.

Kein esoterisches Mysterium

Die aufgeklärte menschliche Natur dürstet nach Erklärungen und bevorzugt zuweilen lieber Scheinantworten als Nichterklärbares. So kursieren auch über das Feuerlaufen viele unsinnige und falsche Theorien. Vom Sieg des Geistes über die Materie hält König nicht viel. Er entmystifiziert sogar das Phänomen, indem er sagt, dass rund 80% des Geschehens erklärbar sind: Gewisse physikalische, biochemische, gruppensdynamische und mentale Rahmenbedingungen spielen eine entscheidende Rolle. Ein Rest jedoch bleibt rätselhaft oder der persönlichen Überzeugung überlassen. Und das ist gut so, denn wo blieben sonst das Staunen und die Ergriffenheit. Die realistische Betrachtung ändert nichts an der Tiefe und am Potenzial der Feuerlauferfahrung. Vor Experimenten ohne erfahrene Leitung wird an dieser Stelle ausdrücklich gewarnt, die Folgen können schlimmste Verbrennungen sein. Nur bei Einhaltung bestimmter Regeln ist das Unfallrisiko klein. Für König ist die Frage nach dem „warum“ mittlerweile uninteressant geworden, vielmehr geht es ihm um das „wozu“. Wozu will jemand die Feuerlauferfahrung im eigenen Leben einsetzen? Was will jemand mutig und zuversichtlich anpacken oder erreichen? Stellvertretend für viele Rückmeldungen seien zwei erwähnt: Ein Mann berichtet: „Mein Feuerlauf verlieh mir den Mut, nach 18 Jahren wieder zu meinen Eltern Kontakt aufzunehmen“. Oder eine junge Frau erzählt: „Beim Vorstellungsgespräch konnte ich ungewohnt überzeugend auftreten, so dass meine Arbeitslosigkeit endlich ein Ende nahm.“



Martin König: www.erleben-lernen.ch

Fotograf: Willy Burri