

DAS LEBEN WACH UND BEWUSST ERLEBEN

Über 800 Grad heiße Glut gehen, wach und präsent. Eine Ahnung davon bekommen, was es bedeutet, Mensch zu sein, über das Alltagsbewusstsein hinaus. Der Kremser Psychotherapeut und Coach **Martin Crillovich-Cocoglia** begleitet Menschen dabei, „durch das Feuer zu gehen“. **Ina Schriebl** sprach mit ihm über Risiko und Wachstum.



Martin Crillovich-Cocoglia ist ausgebildet in NLP, Hatha Yoga, Integrativem Atmen, Systemischer Psychotherapie, Tikkun-Beziehungs-Coaching, Systemischer Aufstellungsarbeit und Imago Therapie. Seit mehr als 25 Jahren begleitet er Menschen und Organisationen in Heilungs- und Veränderungsprozessen.

Wo hat das Ritual Feuerlauf seinen geografischen und geistigen Ursprung?

Das Spannende ist, man findet es auf der ganzen Welt: auf Bali, Sri Lanka (Ceylon), Hawaii, in Sibirien und in Nordamerika. In alten Traditionen nordamerikanischer Stämme war es etwa die Einführung des Kriegers in den Stamm, indem er über das Feuer geht und ein Stück der Glut in den Mund nimmt. Auf Hawaii war es üblich, über die Lava zu gehen, während sie abkühlt. Es geht um die Überwindung der Angst, den Tod des Egos, des „kleinen“ Ichs, das sehr stark mit der Angst vor dem Tod zu tun hat. Kein Tier würde das gerne tun, über glühende Kohlen zu gehen – als Mensch überwindet man dabei den tierischen Instinkt und geht dadurch in die eigenverantwortliche und, bewusste Lebensgestaltung.

Wie ist Ihr persönlicher Zugang zu diesem besonderen Ritual?

Das Geschenk für mich ist, dass der Feuerlauf zeigt, es ist JETZT möglich. Es ist möglich, trotz meiner Zweifel und Ängste, mehr im Leben umzusetzen, als ich mir als Mensch vorstellen kann. Das ist die Feuerprobe: Der Schritt in die Eigenverantwortung einer bewussten Lebensgestaltung ist jederzeit möglich. Es gibt ja diese Tendenz, im kleinen Alltag und in der Komfortzone zu bleiben, in den genormten Bahnen der Pflichten und Gewohnheiten: Erst die Schulausbildung abschließen, dann die Berufswahl, anschließend Partnerschaft, Kinder kommen zur Welt, der Nest- oder Hausbau ist dadurch wichtig und damit verbunden die finanzielle Absicherung. Das eigentliche Leben wird dabei immer wieder auf später verschoben: „Wenn ich dann in Pension bin“, hört man oft. Angesichts des Feuers stellt sich innerlich die Frage: „Was ist mir jetzt wichtig? Was möchte gelebt werden, wenn klar ist, dass mein Leben ein Ablaufdatum hat?“ Während die Teilnehmer vor dem Feuer stehen, in dem Wissen, dass die Glut 700 bis 800 Grad heiß ist, wird das Bewusstsein hellwach und fokussiert. In dieser inneren Bereitschaft sortiert sich vieles von den vermeintlichen Notwendigkeiten aus, denen im Alltag eine so große Bedeutung ge-

geben wird. Angesichts des Glutteppichs machst du keine Einkaufslisten.

Welchen inneren und therapeutischen Sinn macht der Kontakt mit glühenden Kohlen?

Zu fühlen, wohin die Kraft fließen darf, die in mir frei wird, wenn ich barfuß über den Glutteppich gehe. Kraft ist für mich ein neutraler Begriff. Nur das eigene Kraftpotential zu erhöhen ist noch nicht die ganze Lösung. Kraft braucht einen Rahmen, eine Richtung, erst dann kann sie sich entfalten. Wofür könnte ich über das Feuer gehen – das ist der zentrale Antrieb: für einen neuen Lebensabschnitt, eine beginnende Partnerschaft, einen besseren Wohnort. Es kann auch darum gehen, sich von etwas Altem zu lösen und sich zu dafür zu öffnen, was die Seele möchte. Der Feuerlauf hilft, jene Schwelle zwischen Komfortzone und Risikobereich zu markieren, die die größte Wachstumschance birgt. Das Alltagsbewusstsein scheut das Risiko, will dem Chaos aus dem Weg gehen. Durch die Entscheidung, über das Feuer zu gehen, gelingt es, sich freiwillig in den Risikobereich zu begeben. Diesen Moment erlebe ich wie einen Lichtschalter, wo Menschen plötzlich ganz präsent werden und zu 100 Prozent wach im Jetzt sind. Um genau diesen Zustand geht es für mich und um die Fähigkeit, diese Präsenz bewusst „einzuschalten“.

Wie gestalten Sie die Vorbereitung auf das Ritual?

Im Rahmen der Vorbereitung ist es wichtig, dass sich der Körper fokussiert und öffnet. Das passiert beispielsweise durch Qi Gong und Atemübungen. Ich achte darauf, den Körper bewusst dabei zu unterstützen, durchlässig zu sein und mit der Natur in Verbindung zu gehen. Über das Element Feuer besteht die Chance einer Rückbindung. Ein zwei Meter hoher Holzstoß wird entzündet - dabei reicht ein Funke und in wenigen Minuten brennt er. Für mich hat das eine große symbolische Bedeutung, da hier klar wird, dass ein Funke reicht, um das geistige und spirituelle Feuer zu entfachen. Holz ist die Metapher für Etwas, das einmal gelebt hat und jetzt vertrocknet ist. In uns



TERMINE 2015

22. - 24. Mai: Waldsteiner Glücksgarten, Stmk.

31. Juli - 2. Oktober: Garsten, OÖ.

14. - 16. August: Hollenstein, NÖ.

24. - 26. Oktober: Schützen/Gebirge, Bgld.

Mehr Infos: www.atmos.at

allen gibt es Teile, die abgestorben sind und in dem Moment des Funkens sind sie für mich wunderbares Material, das innere Feuer zu entzünden. In dem Moment, wo das Holz zu brennen beginnt können sich die Teilnehmer innerlich fragen: „Was kann ich loslassen? Was ist nun möglich, zu verbrennen, und wofür möchte ich jetzt und in Zukunft offen sein.“

Das ist unmöglich, sehr gefährlich und fast 1.000 Grad heiß, meinen Kritiker, wie begegnen sie dem?

Ich mag Kritiker sehr gern. In den ersten Jahren der Seminare war einmal ein Experte für Hochtemperaturmessungen mit dabei. Er meinte, er käme zum Seminar ohne selbst über das Feuer gehen zu wollen, aber er wolle es miterleben und sehen. Aufgrund seines Berufes wisse er, dass es unmöglich sei, über die Glut zu gehen. Ich sagte zu ihm: „Klar, komm, schau dir an, wie das die anderen machen, bleibe dabei, mache die Übungen mit und werde Zeuge von etwas, das du nicht erklären kannst, aber bitte stör uns nicht.“ Er war sehr konstruktiv mit dabei, stand dann auch vor der Glut, hat etwas gezögert ein paar mal tief Luft geholt und ist dann drüber gegangen. Dreimal. In der Feedbackrunde nach dem Feuerlauf meinte er: „Ich weiß noch immer, es ist nicht möglich, und ich habe keine Erklärung dafür. Ich weiß, ich bin dreimal drüber gegangen aber kann es mental nicht einordnen. Es war eine bedrohliche und zugleich befreiende Erfahrung.“ Ich habe mich mit ihm riesig gefreut und ihm gratuliert zu seinem Mut, das Leben wach und bewusst zu erleben, und zu seiner Bereitschaft, alte Paradigmen einer neuen Prüfung zu unterziehen.

Durch das „Feuer“ gehen und auferstehen hat in unserem Kulturkreis etwas mit dem Osterfest zu tun, hat das Bedeutung im Kontext Feuerlauf?

Ja. Alte Blockierungen, die bisher das Leben determiniert und begrenzt haben, können überwunden werden. Glaubenssätze wie etwa, es ist unmöglich, Beziehung und Freiheit zu leben, krank zu sein und zugleich eine hohe Lebensqualität zu haben oder mit über 50 einen neuen Job zu finden, können mit einfließen und sich auflösen. Wenn wir uns für diese Möglichkeiten öffnen, dann stehen wir mitten im Leben. Gleichzeitig bleibt es auch ein Risiko. Jedoch sind weltweit mittlerweile hunderttausende Menschen heil über die Glut gegangen. Das

Bewusstseinsfeld wird lichter und kraftvoller. Warum soll das, was heute in der Technik möglich ist, etwa riesige Datenmengen in einer Sekunde rund um den Erdball zu schicken oder zu skyopen, nicht auch im menschlichen Potential möglich sein? Das Abenteuer, Mensch zu sein hält viel mehr bereit, als wir bisher für möglich hielten. Eines der größten Geschenke für mich bei den Feuerlauf-Seminaren ist die Freude, das Staunen und die Erleichterung der Menschen, die über die Glut gingen trotz ihrer Angst und Zweifel. Es ist die Ahnung, was es bedeuten kann, Mensch zu sein.