



Vision quest – iskanje življenjske vizije

Avtor: Urška Korun

Eden izmed najpomembnejših svetih ritualov, Vision Quest, po naše imenovan Iskanje vizije, izhaja iz kulture ameriških Indijancev. Gre za prelomno točko v življenju posameznika, namenjeno iskanju življenjske vizije. Je potovanje, na katerem se prikaže Veliki Duh in spregovorijo glasovi Mame Zemlje.

V tradicionalnih indijanskih plemenih se je starejši otrok (deklica ali deček) z blagoslovom lokalnega šamana odpravil popolnoma sam za nekaj dni v divjino. Skozi to potovanje je s pomočjo šamanove podpore in sočutnih duhov našel svojo žival moči (vodnika za življenje) ter prejel vizijo o njegovem življenjskem poslanstvu. Vizije, ki jih oseba doživi na tem duhovnem potovanju, odločajo o tem, v katero smer bo obrnila svoje življenje. Gre za tako imenovano **inicijacijo v odraslost**, saj se otrok na tem potovanju odcepi od staršev in najde svoj notranji steber, svojo lastno moč in vizijo.

V modernem svetu bi si težko zamislili, da bi pustili otroke same v divjino za nekaj dni. A v indijanskih kulturah ponovijo takšno preizkušnjo tudi odrasli kasneje v življenju. Kljub dejstvu, da *vision quest* sam izhaja iz Indijanske kulture, ga tudi danes izvajajo ljudje po vsem svetu. Zato vsaki odrasli osebi, ki čuti, da ji manjka smisla, »rdeče niti« v življenju, velja

razmislék, da bi mogoče enkrat v življenju napravila svojo lastno inicijacijo v odraslost in našla skozi *vision quest* ponovno povezavo s sabo, življenjem, naravo in celotnim vesoljem.

KAKO POTEKA VISION QUEST

Prilave nanj se začnejo leto poprej. V tem času oseba živi v zavesti t.i. belega tipija (*White Teepee*). Namenjen je duhovnim, psihičnim in fizičnim pripravam. V tem času se oseba odpove drogám, alkoholu, nadzoruje slabe misli in čustva, meditira in razmišlja o pomenu življenja. Droge in alkohol niso zaželeni zaradi zameglitve uma. V času preizkušnje lahko oseba doživi prihod Velika Duha izmaličeno zaradi zamegljenega uma in se ji prikaže kot grozovit, hudi duh. Nekaj časa pred začetkom potovanja se je treba vzdržati tudi spolnih odnosov, saj se z abstinenco nabere potrebnih notranjih moči in fokusira vso energijo vase. Gre za relativno naporno

izkušnjo, tako telesno, psihično kot duhovno, zato se je potrebno skrbno predati pripravi.

Na noč pred samim potovanjem se izvede *indijanska savna* (*Sweat Lodge*), ki je naslednji velik sveti ritual, v katerem se oseba pod vodstvom šamana skozi visoke temperature, molitev in meditacijo, telesno in duhovno prečisti, presvetli, prerodi ter se tako pripravi na potovanje svojega življenja.

Po blagoslovu šamana oseba nato za nekaj dni sama odide v samoto – to so lahko gore, gozd, jama, reka, morje, puščava ali celo zaprta soba. S sabo lahko nese le nekaj stvari – odejo, tobak, žajbelj, svečo in ogenj. V naravi nato poišče svoje mesto moči, kjer bo preživela naslednje dni. Na mestu, ki si ga je izbrala, zgradi krog iz kamnov, ki simbolizira varnost in zaščito pred slabimi energijami iz okolja. Krog mora biti soliden in brez lukenj, le na vzhodu pusti med kamni majhno odprtino, kjer vsako jutro opravi ritual pozdrava

novemu dnevu. Na tem mestu preživi več dni, ne da bi uživala kakršnokoli hrano ali tekočino. Tudi spanca naj bi bilo čim manj, le poglobljena meditacija, čakanje in čuječe opazovanje. Ponavadi preizkušnja traja tako dolgo, dokler ne nastopi vizija, navadno dva do štiri dni. Pravi *vision quest* se začne v trenutku, ko oseba stopi v svoj krog in se njeno telo začne zavedati, da je brez hrane in vode.

Po enem dnevu običajno nastopijo prve vizije. Oseba ves čas moli, meditira, prosi za vizijo oziroma počne vse tisto, kar čuti v srcu. Če se je oseba na preizkušnjo napotila z določenim namenom, moli za vizijo, povezano s tem namenom. Vizije lahko prihajajo v obliki dogajanja iz okolja, v polsnu ali globoki meditaciji, v obliki duhovnih prividov ali prisluhov. S sabo lahko ima molilne torbice, ki jih napravi po naročilu šamana in ki ji olajšajo preživetje »hudič ur«, če nastopijo strah, kriza ali agresija. Z močnim postenjem se vibracije organizma toliko dvignejo, da postane oseba energijsko pretočnejša, »lažja« in dovtetnejša za višje energije, zato hitreje prejema informacije z višjih ravni.

Včasih nastopijo mogočne vizije, včasih so sporočila šibkejša, mogoče vizije sploh ne pridejo. Ne glede na dane vizije je izkušnja sama tako izredna, da prerodi osebo na duhovni, čustveni in psihični ravni.

VISION QUEST V NAŠI KULTURI

Vision quest ima za nas, moderne ljudi, poleg duhovnega še druge večje pomene. Namreč prebiti nekaj dni in noči v čisti naravi, brez telefonov, televizije, računalnika ali družbe pomeni za moderno osebo sprva šok, nato pa mogočno ponovno povezavo z naravo. V tistem času se odpre in poveže s čistimi energijami iz narave, ki jih je v dolgih letih udobja znotraj štirih sten nehote pozabila. Nekdo, ki veliko preživi zunaj, je na te energije bolj navajen. Nekomu, ki preživi večino časa znotraj hiše, ločen od narave,



pa pomeni takšna izkušnja telesni in čustveni preporod. Energije narave ga prežamejo, prečistijo in napolnijo s sladko energijo Matere Zemlje.

Naslednji veliki pomen je odpoved hrani, ki je v modernem svetu pogosto predmet odvisnosti. Občutiti lakoto in žejo, ju preseči in začutiti, kako se želodec namesto hrane polni z belimi energijami sonca in narave, je mogočno darilo, ki prinese nov pogled na hrano in hranjenje. Po končanem potovanju začne prečiščeno telo samo od sebe zaznavati misli, ki se navezujejo na hranjenje. Kaj jesti, da bo telo zadovoljno; kaj piti, da bo telo zadovoljno; kdaj jesti, kdaj piti; koliko jesti, koliko piti; katera hrana uničuje telo; katera ga polni; kaj trenutno potrebujem; katera hrana zvišuje raven energije v meni, itd. Dnevi čistega posta brez hrane in vode prinesejo v telo zavest o tem, katera hrana in pijača sta dobri, kaj dela telo še bolj zdravo in vitalno.

Udobje. Ležati na tleh, ob sebi imeti le dovoljene najnujnejše stvari, je

za večino ljudi nepredstavljen prizor. Zavestna odločitev o nekajdnevnem odreku udobja postelje in vsem predmetom, ki nas spremljajo v našem vsakdanjiku, prinaša močno purifikacijo tudi na to področje življenja. Skozi *vision quest* se namreč začnemo zavedati, katerih reči enostavno ne potrebujemo več za kakovostno življenje. Moderni svet nas je navadil na dejstvo, da smo zasuti s kopico predmetov, ki jih sploh ne potrebujemo. S čiščenjem lastnega življenjskega prostora in odstranitvijo navlake odpremo prostor svežim energijam, ki nas polnijo ter delajo zdrave in vitalne. Vsak sam pri sebi ve, kako dober je občutek, ko pospravimo stanovanje ali ko napravimo revizijo v omari. Enako lahko storimo z vsemi fizičnimi stvarmi, ki nas obdajajo in ki nam niso več koristne, naj bodo to knjige, pohištvo, aparati, oblačila, obutev, spominčki, vsi predmeti iz sekcije »čez sedem let prav pride«, datoteke v računalniku itd. *Vision quest* je celostna izkušnja, ki življenje spremeni za vedno.