

LICHTERREISE – EINE AKTION FÜR ZELTLAGER, SEMINARE ODER WOCHENENDEN MIT ÜBERNACHTUNG

Ein erprobter Stundenentwurf von Gebhard Böhringer,
Referent für Freiwillige Soziale Dienste EmK im Kinder- und Jugendwerk Süd

1 Kurz und knapp zur Übersicht

1.1 Zielgruppe

Teens	12-17 Jahre
Jugendliche und junge Erwachsene ab 16 Jahre	ab 16 Jahre

1.2 Rahmenbedingungen

Dauer	je nach Gruppengröße 2 – 3 Stunden (incl. Auswertung)
Gruppengröße	10 – 30 Personen
empfohlene Mitarbeiteranzahl	mindestens 2, bei größeren Gruppen 3-4
Raum/ Ort	Im Freien, der Leitung bekannter Wald (mindestens die Wegstrecke) nicht die ganze Strecke quer durch den Wald, wenn möglich den kleineren Teil der Strecke im Wald.
Zusätzlich zu beachten	Bei Jugendlichen sollte es ganz dunkel sein (keine Vollmondnacht!). Bei Verwendung von Kerzen sollte es nicht regnen bzw. unsichere Witterung sein. Bitte auch auf mögliche Waldbrandstufe achten. In solchen Fällen dann lieber LED-Lichter verwenden. Bei Regen können die Kerzen auch durch Knicklichter ersetzt werden.

1.3 Inhaltliche Kurzinfos

Zuordnung zu Kapiteln der Soziale Grundsätze	Kapitel 1 „Die natürliche Welt“: Gottes Schöpfung, Staunen über die Schöpfung.
Zielgedanken	Eine Lichterreise vermittelt mit allen Sinnen die Schönheit der Nacht. Die Teilnehmenden erleben eine geheimnisvolle Natur, die durch die zu erahnende Umgebung und die Dunkelheit auch die Gefahren und Bedrohung erleben lassen.
Methode	Einzel- oder Paarerfahrung bei Nacht im Wald, anschließende Reflexion in der Gruppe.
Vorbereitungszeit	30 min bis 2 h
Ablauf	<ul style="list-style-type: none"> • Ankunft mit Gruppe am Startpunkt • ein oder zwei Personen gehen voraus (es muss schon dunkel sein) und stellen Lichter auf • Gruppe wartet 15 bis 20 min bis die erste Person losgeht, alle zwei bis drei Minuten geht eine weitere Person los • Endpunkt durch zwei Lichter markiert, dort wartet/n die vorausgegangene/n Personen leise, evtl. etwas versteckt, wenden sich an die eingetroffene Person und gehen zusammen wieder in nahegelegenes Versteck, bis alle da sind • Auswertung am Endpunkt

- abschließendes Abend- bzw. Nachtlid
 - auf dem Rückweg Kerzen einsammeln, fehlende am nächsten Tag suchen
 - evtl. mit ganzer Gruppe den Weg bei Tageslicht gehen und über Unterschiede bei Nacht und Tag reden
- Materialliste
- ca. 30 (Einweck-)Gläser mit 30 Kerzen (am besten eignen sich weiße Kerzen)
 - eine Kiste zum Tragen aller Gläser und Kerzen
 - Streichhölzer bzw. Feuerzeug
- ! Kerzen können auch durch LED-Lichter ersetzt werden. Je nach Leuchtstärke braucht es dazu aber deutlich mehr.
- Vorbereitung
- Unbedingt die Strecke bei Tageslicht abgehen und kennen!
 - Es gibt anspruchsvolle Lichterreisen, die z.T. quer durch den Wald geführt werden und eine gewisse Unfallgefahr in sich tragen.
 - Ich führe die Lichterreisen mit jungen Erwachsenen immer auf Waldwegen durch. Die Sturz- bzw. Verletzungsgefahr ist weitgehend reduziert. In diesem Gelände eignet sich natürlich eine Neumondnacht oder bedeckter Himmel besonders gut.
 - Bei Regen oder drohendem Regen würde ich keine Lichterreise durchführen. Die Gefahr, dass die Kerzen gelöscht werden ist zu groß.
 - Je nachdem wie verschlungen die Waldwege sind, kann die Gesamtstrecke kürzer oder länger ausgelegt sein, da das nächste Licht immer sichtbar sein sollte.
 - Bei langen, geraden Wegen kann die Strecke mit 30 Lichtern zu einem Kurs von drei bis vier Kilometer werden.
 - Die Aufstellung der Lichter kann nur unmittelbar vor dem Start geschehen. Dazu sollte es auch schon richtig dunkel sein, damit die Person, die die Lichter aufstellt, im Zurückblicken das letzte aufgestellte Licht noch sehen kann! Verschwindet es hinter einer Biegung oder in einer Wegsenke (oder ist einfach nicht mehr sichtbar), muss soweit zurückgegangen werden, bis es wieder sichtbar wird. Damit ist sichergestellt, dass die Personen, die den Weg nachvollziehen sollen, auch das jeweils nächste Licht sehen!
 - Bei Abzweigungen sollte auf jeden Fall ein Licht aufgestellt werden und die neue Richtung deutlich sichtbar sein.
 - Das Ende des Weges durch ein doppeltes Licht (oder evtl. durch eine Lichterkette aus der Weihnachtskiste) deutlich machen. Dort versteckt sich auch die Person, die den Weg markiert hat und wartet auf die erste Person, die teilnimmt.

2 Inhaltliche Vertiefung für Mitarbeitende/ Einführung ins Thema

2.1 Welche Bedeutung hat das Thema für die Menschen und ihre Lebenswelt?

Während dem Abenteuer einer Lichterreise wird die Natur, besonders der Wald auf eine ganz andere Weise erfahren. Diese Erfahrung greift fast schon archaische Bezüge des Menschen auf, da in unserer „durchleuchteten“ Welt das Erleben von Nacht und Wald kaum noch vorkommt. In der Erlebnispädagogik nennt man diesen Aspekt „Alltagsferne“, wodurch eingefahrene Verhaltensmuster ihre Bedeutung verlieren und andere bzw. neue Fähigkeiten entdeckt werden. Außerdem stellt eine Lichterreise beinahe für jeden eine Herausforderung und ein subjektives Risiko dar. Die Bewältigung der Herausforderung und das gemeinschaftsstiftende Erlebnis bei der Auswertung fördert den Stolz auf sich selbst und stößt einen Reifeprozess an, der auch auf andere alltäglich Risikoerfahrungen übertragen werden kann.

2.2 Was für biblische Bezüge gibt es?

2. Mose 20,21: Das Volk steht ferne, „aber Mose nahte sich dem Dunkel, darinnen Gott war.“

1. Könige 8,12: Salomo sagt: „Die Sonne hat der Herr an den Himmel gestellt; er aber sagt, er wolle im Dunkel wohnen.“ (ein ungewöhnlicher Gedanke, weil Gott eher mit Licht assoziiert wird). Im Adventslied von Jochen Klepper „Die Nacht ist vorgedrungen“ heißt es in der letzten Strophe: „Gott will im Dunkeln wohnen und hat es doch erhellt,“ - das bringt diese doppeldeutige Aussage zum Ausdruck.

In Jes. 60,2 wird die Dunkelheit bzw. die Finsternis der Erde und den Völkern zugeschrieben: „Denn siehe, Finsternis bedeckt das Erdreich und Dunkel die Völker; aber über dir geht auf der Herr und seine Herrlichkeit erscheint über dir.“

In Psalm 23 wird das „Wandern im finstern Tal“ ohne Furcht vor einem Unglück beschrieben. Und tatsächlich ist unser Lebensweg oft durch dunkle Strecken geprägt und die Frage ist, ob wir Angst empfinden, uns an einem kleinen Licht orientieren können und wir manchmal nicht wissen, ob wir auf dem richtigen Weg sind (vgl. in der Situation von beruflicher Orientierung oder Krankheit wird Hoffnung ersehnt, dass es wieder Licht werde, dass wir das Ziel erreichen).

2.3 Bedeutung für die Lebenswirklichkeit der Zielgruppe

Die Nacht reduziert die Erfahrung des Waldes auf Geräusche, hüllt ein und erzeugt Spannung, macht neugierig, was sich in der Dunkelheit verbirgt. Unter Umständen ist es reizvoll, am nächsten Tag mit der Gruppe die gleiche Strecke zu begehen und das in der Nacht wahrgenommene mit neuen Augen zu sehen.

Die Stille des Waldes, der Weg durch die Dunkelheit, die einzelne Lichtpunkte in gerade noch sichtbarer Entfernung, die wenigen Geräusche der Nacht im Wald – sie verdichten sich zu einer Erfahrung als Mensch auf dem Weg durch das Leben zu sein. Es gibt Wegstrecken, die nur durch Lichtpunkte in der Nacht Orientierung geben.

Folgenden Themen können ebenfalls angestoßen werden: Persönlichen Ängsten angesichts von Alleinsein und Dunkelheit, ungewohnte Naturgeräusche, die bisher nicht auffielen, Vertrauensfähigkeit, Schritte ins Ungewisse, Alleinsein und doch nicht allein, aufgefangen werden durch eine Gruppe, Gottvertrauen.

Jugendliche und junge Erwachsene, die nur in der Stadt aufgewachsen sind, werden die Erfahrung der Natur bei Nacht nochmals ganz anders erleben. Vielleicht spielen Ängste für sie eine größere Rolle als bei Jugendlichen, die auf dem Land aufwachsen und schon viele Streifzüge durch den Wald auch bei Nacht durchgeführt haben. Bei ihnen ist auch zu beobachten, dass sie viel stärker nach Taschenlampen bzw. Handlicht fragen oder sie einsetzen wollen. **Es ist sehr deutlich darauf hinzuweisen, dass der Gebrauch von eigenem Licht die Erfahrung und den Sinn einer Lichterreise zerstören.** Wer aus einer Angst heraus, welcher Art auch immer, ein Licht einsetzt, sollte lieber auf eine nachkommende Person warten und mit ihr das Abenteuer gemeinsam bestehen.

2.4 detaillierter Verlaufsplan

Während die Lichter aufgestellt werden, bleibt die Gruppe beieinander und bespricht untereinander, ob es z.B. für jemand wichtig ist, nicht alleine gehen zu müssen. Vielleicht können zögernde Personen überredet werden, es zunächst alleine zu versuchen. Es ist auch möglich, unterwegs bei einem Licht einfach auf die nächste Person zu warten. Wenn jedoch deutlich ist, dass es sich jemand gar nicht traut, können auch zwei zusammen gehen. Sollten abfällige Bemerkungen über geäußerte Ängste fallen, sind diese zurückzuweisen. Bei einer Lichterreise geht es nicht darum, wer den meisten Mut beweist oder sich über andere erhebt. Ziel ist, dass mögliche Ängste geäußert werden können und in der Gruppe kein Klima entsteht, in dem Auslachen oder Geringschätzung der beteiligten Personen aufkommt. Im Gegenteil, es soll ein Klima entstehen, bei dem sich Menschen von der Gruppe getragen fühlen, ihre Ängste ernstgenommen werden, bzw. in dem sie sich von anderen aufgefangen wissen.

Ich habe auch schon Lichterreisen erlebt, bei denen die aufs Startsignal wartende Gruppe sich mit Gruselgeschichten überbieten. Eine Lichterreise ist keine Mutprobe, bei der auf dem Weg mit Schrecksekunden gerechnet werden muss. Dazu würde ich auch Gruselgeschichten zählen. Ich lehne diese Ansätze in der Gruppenarbeit sowieso ab und halte sie nicht für pädagogisch sinnvoll.

Der zeitliche Abstand sollte zwischen einer und zwei Minuten sein. Wichtig ist, den Teilnehmer*innen zu raten, nicht zu schnell zu gehen, im Sinne der genannten Themen in sich hineinzuhorchen und unter Umständen den Weg zu genießen bzw. Ängste bewusst wahrzunehmen.

Dass die Teilnehmer*innen das Ende des Weges erreicht haben, kann in unterschiedlicher Weise deutlich gemacht werden (ein leises Musikstück, die genannten zwei Kerzen, eine Lichterkette, usw.) Eine Zeit der Ungewissheit ohne Empfang ist auch möglich. Die ankommende Person wird zum Rufen herausgefordert sein oder zum stillen Warten oder ... Wichtig ist, dass die Gruppe, die bereits am Ziel ist, leise ist. Erst, wenn die am Anfang vereinbarte letzte Person (aus dem Leitungsteam) ankommt, kann die Gruppe ein Lied singen („Der

Mond ist aufgegangen“ oder dergleichen). Daran schließt sich eine Auswertungsrunde an. Folgende Fragen können dabei gestellt werden:

- Was war für dich die größte Herausforderung bei der Lichterreise?
- Hat bei dir die Neugier und die Spannung auf eine neue Erfahrung überwogen oder waren für dich Furcht bzw. Angst von Bedeutung? Welche Bilder sind dir in den Sinn gekommen?
- Kannst du ein Gefühl von Geborgenheit nachts allein im Wald empfinden?
- Konntest du die Lichterreise mit Elementen deines Glaubens in Verbindung bringen?
- Hast du neue Aspekte des Geheimnisses der Schöpfung bei Dunkelheit empfunden? (z.B. Wechsel von Tag und Nacht, Wald, Natur im Dunkeln, Tierstimmen, Geräusche, Gerüche, etc.)?

Wichtig erscheint mir auch hier wieder auf einen offenen wertschätzenden Austausch Wert zu legen.

Beim gemeinsamen Rückweg müssen die Kerzen natürlich eingesammelt werden. Dabei ist es wichtig, ihre Zahl zu kennen. Falls welche fehlen, sollte am nächsten Tag danach gesucht werden. Dann bietet es sich geradezu an, der Gruppe den gegangenen Weg zu zeigen.

Viel Vergnügen in der Dunkelheit der Existenz wünscht

Gebhard Böhringer

Grundsätzliches

Bilder:

Rechte alle bei Gebhard Böhringer

Literatur:

Anke Schlehufner und Steffi Kreuzinger: „Naturerlebnis Ferien – Handbuch für die Gestaltung ökopädagogischer Kinder- und Jugendfreizeiten“, Praktische Erlebnispädagogik, Fachverlag Dr. Sandmann, 83S.

Im Internet finden sich unter dem Stichwort „Lichterreise“ ebenso einige praktische Beispiele ganz unterschiedlicher Art.