

**Martin Weiss**

# **Quest**

**Entdecke Deine Bestimmung**



Man stellt sich im  
Laufe des Lebens  
immer dieselben Fragen.  
Was sich ändert,  
sind die Antworten.  
Octavio Paz



## Warum Quest?

1994 war ich als NLP-Experte an einem Projekt beteiligt, in dem für eine Franchise-Kette ein so genannter „Markencharakter“ entwickelt wurde – quasi ein unverwechselbares Aushängeschild, das die Tonalität der gesamten Werbemaßnahmen vorgibt.

Bei meinen Recherchen stolperte ich in einem Buch vollkommen unvermutet über eine Spur, die mich im Laufe der darauf folgenden Jahre zu einer Reihe von Entdeckungen führen sollte, aus denen letztendlich **Quest** hervorgegangen ist.

In dem Buch<sup>1</sup> hieß es sinngemäß, dass man die Mythen und Märchen unserer Zivilisation studieren sollte, um eine Marke zu schaffen, die Menschen auf einer sehr tiefen Ebene anspreche. Es wurde auf die Arbeit eines gewissen Joseph Campbell verwiesen, dessen Werk unter anderem die Grundlage für die „Star-Wars“-Saga von George Lucas gebildet haben sollte.

Von Campbell hatte ich bis dahin noch nie gehört. Von George Lucas dagegen sehr wohl. „Star Wars“ hatte auf mich – wie auf viele andere meiner Generation – eine starke und intensive Faszination ausgeübt. Die gesamte Trilogie hatte ich gut und gerne siebenmal gesehen, und ich war jedes Mal aufs Neue von der epischen Wucht der Saga berührt worden. Aber worin eigentlich der genaue Reiz lag, den „Star Wars“ auf mich ausübte, vermochte ich nicht zu sagen.

Sicher: Die Weltraumaufnahmen waren atemberaubend, die fremden Welten fantasievoll und zugleich bestechend realistisch dargestellt worden. Aber es gab später durchaus Filme, die Star Wars technisch um Längen überboten – und denen doch das gewisse „Etwas“ fehlte.

---

<sup>1</sup> Gerd Gerken, 1994, Seite 408

### **Aber was war dieses „Etwas“?**

Neugierig begab ich mich auf die Suche nach Campbells Arbeit und wurde schnell fündig. Sein Buch „Die Kraft der Mythen“, das auf einer amerikanischen Fernsehserie mit millionenfacher Einschaltquote beruht, war ein in Interviewform gehaltener Streifzug durch die Mythen der Urzeit bis hin in die Moderne.

Verwundert und verblüfft las ich, wie Campbell die Mythen vergangener Zeiten und Kulturen untersucht und ein Muster entdeckt hatte, das sich wie ein roter Faden durch indianische, griechische, spanische, japanische, ägyptische oder biblische Geschichten und Erzählungen zog.

Jonas, der vom Wal verschlungen wurde, Prometheus, der den Göttern das Feuer stahl, Ödipus, der seinen Vater erschlug und seine eigene Mutter heiratete – sie alle sind Helden einer grundlegenden Geschichte, die George Lucas aufgegriffen und in „Star Wars“ wiedergegeben hatte.

Mein Instinkt sagte mir, dass hier der Schlüssel für die Faszination liegen konnte, die von „Star Wars“ ausging. Vielleicht, so dachte ich mir, waren Mythen Ausdruck von etwas, das tief in uns verborgen lag. Und vielleicht gelang es Lucas, mit dieser tiefen Ebene in uns in Kontakt zu treten und eine Saite zum Schwingen zu bringen.

Nachdenklich und in höchstem Maße inspiriert legte ich das Buch zur Seite und beschloss, dass ich irgendwann zu Campbells Arbeit zurückkehren würde. Das war, wie gesagt, 1994.

### **Krisenzeiten**

1995 schlitterte ich in eine Krise. Ungewollt. Gegen meinen Willen begann sie schleichend um sich zu greifen und vertiefte sich dann mit einigen beruflichen Rückschlägen rapide. Was auch immer ich anfasste, es glückte einfach nicht. Bis dahin war ich beruflich durchgehend erfolgreich gewesen. Wenn ich mir etwas vorgenommen hatte, konnte ich es früher oder später erreichen. Natürlich war ich schon ein paar Mal auf die Nase gefallen – aber ich hatte mich ebenso schnell wieder aufgerappelt und war weitergegangen.

Das änderte sich jetzt. Irgendetwas passte einfach nicht in meinem Leben, und wo ich sonst schnell Aufträge an Land zog, packte mich eine

gähnende Leere und warf mich zurück. Auf mich selbst zurück, würde ich heute sagen, aber damals habe ich das ganz anders gesehen. Streit, Schwierigkeiten, Enttäuschungen – die Kette an Widrigkeiten schien nicht abubrechen. Ich fluchte, regte mich auf, verzog mich niedergeschlagen unter die Bettdecke, biss die Zähne zusammen, stand wieder auf und sagte mir immer wieder: „Da musst du jetzt durch. Jetzt ist eben mal dein Wille gefragt.“ Aber alles in allem beschlich mich immer wieder das Gefühl, dass ich etwas ganz Wesentliches übersah und all meine psychologischen Kenntnisse in dieser Situation versagten. Hier war etwas zugange, das ich nicht begriff.

Ich hatte keine Ahnung, dass ich mich auf einer so genannten „Nachtmeerfahrt“ befand. Einer Art Midlife-Crisis, die mich mit 35 Jahren zugegebenermaßen ungewöhnlich früh erwischte, die aber in Symptomen, Ausprägung und Lebensgefühl dem in vielen Mythen geschilderten Abstieg in die Unterwelt ähnelte.

Eines Samstagabends surfte ich mehr aus Langeweile denn aus echtem Interesse im Internet und entdeckte zufällig eine Site, die sich mit „König Ödipus“ befasste. Etwas in mir begann zu läuten, und so lud ich mir eine Zusammenfassung dieses griechischen Dramas samt einigen Interpretationen auf meinen PC, legte mich mit dem Ausdruck auf mein Sofa und begann zu lesen. Je mehr ich in die jahrtausende alte Geschichte hineinglitt, desto intensiver hatte ich das Gefühl, dass ich von Ödipus lernen konnte: Ödipus erschlägt – ohne es zu wissen – seinen Vater und heiratet seine Mutter. Er wird König von Theben und regiert einige Jahre erfolgreich, bis das Reich von schweren Plagen heimgesucht wird. Ein blinder Seher prophezeit ihm, dass die Plagen erst verschwinden, wenn der Mörder des Vaters gefunden wäre. Als schließlich die Wahrheit ans Tageslicht kommt, blendet Ödipus sich selbst und wird ins Exil verstoßen. Dort aber entwickelt sich Ödipus zum Weisen und erlangt am Ende seines Lebens einen Platz an der Tafel der Götter.

In jener Samstagnacht begann mir zu dämmern, dass der Schlüssel zu meiner Krise nicht in oberflächlichen „Jetzt-geht's-mir-wieder-gut“-Maßnahmen zu finden sein konnte, sondern dass es darum ging, etwas tiefer Verborgenes zum Vorschein zu bringen.

So wie König Ödipus' Reich Theben von Plagen heimgesucht wurde, um zu erkennen, was er falsch gemacht hatte, so war auch mein Leben „geplagt“, weil ich nicht sehen wollte, was eigentlich offensichtlich war: Ich hatte mich festgebissen in ein äußerliches Image und in einen für mich unpassenden Beruf (Marketing), der nicht meinem Inneren entsprach. Aus der großen Kluft zwischen innen und außen war eine schwerwiegende Unzufriedenheit emporgestiegen, deren Ursprung ich jedoch nicht bei mir selbst, sondern bei anderen vermutete. Und weil ich wirklich glaubte, dass die anderen an meiner Situation schuld seien, hatte ich mich in eine Spirale des Streites verstrickt und damit zunehmend von meiner Umwelt isoliert. Ich war frustriert, enttäuscht und verärgert.

Erst als ich wie Ödipus meine Augen, die immer nur nach außen gerichtet waren, blendete und nach innen sah, erkannte ich die wahren Ursachen meiner Lebenssituation. Und siehe da: Mit der Einsicht, dass ich einen falschen Weg eingeschlagen und mich verirrt hatte, begann sich meine Situation nach und nach zu bessern.

### **Die Rückkehr**

In dem Maße, wie sich die Krise aus meinem Leben zurückzog, wuchs in mir der Wunsch heran, aus meinen Erfahrungen zu lernen und herauszufinden, was man tun kann, damit eine dieser Art von Krise nicht so hart erwischt – oder wie man mit ihr umgeht, wenn man in sie hineingerutscht ist.

In dieser Zeit kehrte Campbells Arbeit in mein Leben zurück. Diesmal in Gestalt eines Buches von Christoph Vogler<sup>2</sup>, einem amerikanischen Drehbuchexperten, der unter anderem für die Disney-Studios gearbeitet hatte.

Obwohl ich selbst schon einige Kurzgeschichten und ein Hörspiel geschrieben hatte, entdeckte ich nun zu meinem Erstaunen, dass in der Welt von Drehbuchautoren Campbells „Heldenreise“ ein fester Bestandteil von fast jedem „Storyboard“ war – ja, dass Drehbücher von

---

<sup>2</sup> Vogler, 1992

„Scriptdoktoren“ wie Vogler darauf hin untersucht wurden, wie konsequent und gekonnt sie die mythischen Motive anwandten.

### **Die Macht des Mythos**

Durch Voglers Arbeit erkannte ich etwas sehr Wesentliches: Ob „Der Zauberer von OZ“, „Unheimliche Begegnung der dritten Art“, „Das Schweigen der Lämmer“, „Der Pferdeflüsterer“, „Harry Potter“ oder „Titanic“: Jeder dieser Filme (und jedes der Bücher) fußt auf dem Muster von Campbell und erzählt die gleiche Geschichte in stets neuem Gewand.

Und nach und nach begann ich zu begreifen, wie machtvoll Mythen sind. Ob sie sich als Abenteuererzählung eines Schamanen beim Flackern eines nächtlichen Lagerfeuers verwirklichten, in den kunstvollen Dramen eines Sophokles zum Vorschein kamen oder im 21. Jahrhundert als schillernde Kinospektakel zelebriert wurden – die zeitlose Botschaft der Mythen hatte stets einen Weg gefunden, sich mitzuteilen.

Worin aber besteht diese Botschaft?

## Die Reise des Helden

Rein oberflächlich betrachtet scheint es sich zunächst um eine Abenteuergeschichte zu handeln, die trotz vieler Abwandlungen stets einem gleichen Grundgerüst folgt:

### Die normale Welt

- Ein Held lebt in einer „normalen Welt“.
- Eines Tages ereilt den Helden ein Ruf – entweder als Inspiration (Lebensziel, Vision), oft aber auch in Form eines Problems, das die „normale Welt“ bedroht und gelöst werden muss.

### Die neue Welt

- Der Held begibt sich auf die Reise in eine „neue Welt“, wo er Erfahrungen sammelt, Prüfungen meistert und Freunde gewinnt.
- Auf dem Höhepunkt des Abenteuers wird der Held mit einer großen Herausforderung (dem Drachen) konfrontiert.
- Meistert der Held die Herausforderung, wird er mit einem „Schatz“ belohnt: Er gewinnt nicht nur das Herz der Frau, das Geld oder Gold, sondern auch die Lösung für das Problem (das Elixier), weswegen er aufgebrochen ist. Vor allem aber ist der Held persönlich gereift, oft sogar ein bisschen „weiser“ geworden.

### Rückkehr in die normale Welt

- Der Held kehrt mit dem Schatz zurück in die „normale Welt“ und löst das „Problem“.

Das ist die Geschichte, wie sie nach außen hin scheint.

Aber Campbell verweist darauf, dass dieses äußerliche Abenteuer sinnbildlich für eine Suche im Inneren steht: „Diese ganzen verschiedenen Mythologien zeigen uns dieselbe wesentliche Suche. Man verlässt die Welt, in der man ist, und geht in eine Tiefe oder in eine Ferne oder eine



Höhe hinauf. Dann gelangt man zu dem, was einem in der Welt, die man zuvor bewohnte, bewusstseinsmäßig fehlte.“<sup>3</sup>

**Es geht also im Wesentlichen um eine persönliche Entwicklung**

Campbell drückt dies an anderer Stelle so aus: „Es geht darum, sich vom Schauplatz der Erscheinungen ... zurückzuziehen und die ursächlichen Zonen der Seele aufzusuchen, wo die wahren Schwierigkeiten liegen, um dort die Hemmnisse aufzuklären und bei sich selbst ... zu überwinden.“

Demnach ist die Heldenreise eine Metapher für eine innere Verwandlung:

- Etwas in unserem Leben ruft uns auf, uns auf eine Reise zu begeben. Entweder eine Inspiration (wir sind fasziniert von einem bestimmten Thema) oder als Problem (etwas in unserem Leben passt nicht, wie bei mir in meiner Krisenphase).
- Man begibt sich auf eine Reise nach innen.
- Dort entdeckt man die Ursachen des Problems: einen „Drachen“, der einen Schatz hütet.
- Meistert man die Herausforderung des „Drachens“, so gewinnt man einen Schatz (Einsichten, innerliche Stärken und Ressourcen etc.), mit dem man in die normale Welt zurückkehrt und für Veränderung sorgt.

Genau darum geht es bei **Quest**.

---

<sup>3</sup> Campbell, 1999, Seite 36

## Die Stationen der Reise

In **Quest** werden wir also gemeinsam eine Reise antreten, die aus folgenden Etappen besteht:

### **Etappe 1: Die Pforte**

Unsere Reise beginnt genau da, wo wir uns momentan befinden: in unserer jetzigen Lebenssituation. Wir beginnen mit den äußeren Lebensumständen: Wo leben Sie? Wie leben Sie? Was läuft gut? Was könnte besser sein? Und weil außen wie innen ist, wie ein altes Sprichwort sagt, spiegeln diese äußeren Lebensumstände unsere Innenwelt wider. Darum werden wir abschließend eine erste Inventur von dem vornehmen, was Sie lieben, was Ihnen Freude bereitet, womit Sie hadern und worin Sie schwach und worin Sie stark sind.

### **Etappe 2: Der Ruf**

Damit wir uns auf die Suche nach dem Wesentlichen begeben können, müssen wir wissen, wohin die Reise gehen soll. Welches Lebensziel, welche Lebensaufgabe steht für Sie an? Das sind große Fragen (engl. **Questions**), aber: Die Antwort ist bereits in Ihnen. Es kommt lediglich darauf an, den Ruf in uns zu hören.

### **Etappe 3: Die Entscheidung**

Sich seiner Lebensaufgabe zu stellen, heißt oft, etwas Vertrautem, dem man entwachsen ist, den Rücken zuzukehren und sich etwas ganz Neuem zuzuwenden. Etwas Neues zu wagen, heißt jedoch auch: sich auf das Unbekannte einzulassen. Und genau an dieser Stelle kommen Ungewissheiten auf: Was werden die anderen dazu sagen? Was, wenn die ganze Sache schief geht? Was, wenn ich versage?

Diese Zweifel sind normal. Dennoch ist es wichtig, an dieser Stelle der gemeinsamen Reise eine Entscheidung zu treffen: Sind Sie bereit, die Schwelle zu überschreiten und sich auf Ihr neues Abenteuer einzulassen?

### **Etappe 4: Der Weg**

Als Nächstes erkunden Sie Ihren Weg. Welche Richtung schlagen Sie ein? Was werden Sie unternehmen, um Ihre Lebensaufgabe zu realisieren? Wer

wird Sie begleiten? Wer kann Ihnen helfen? Über welche Ressourcen und Hilfsmittel verfügen Sie bereits? Welche benötigen Sie noch?

#### **Etappe 5: Der Drache**

In den Mythen und Märchen begegnet der Held früher oder später seiner größten Herausforderung: dem Drachen. Der Drache steht symbolisch für eine Seite in uns, die uns bekämpft. Die uns das Leben schwer macht. Die uns im Wege steht. Wenn wir aber von Großem träumen, wenn wir wirklich etwas Neues schaffen wollen, müssen wir uns dieser Seite stellen. Jedoch nicht, um sie zu bekämpfen, zu bedrängen und im Zaum zu halten. Sondern um uns mit ihr zu versöhnen.

#### **Etappe 6: Das Elixier**

Erst wenn wir dem transformierten Drachen einen angemessenen Platz in unserem Leben einräumen, können wir uns seinen Schatz, das Elixier erschließen.

#### **Etappe 7: Die Rückkehr**

Wenn Sie bis hierher gekommen sind, haben Sie das Wesentliche entdeckt.

Nun gilt es, Ihr Elixier ins echte Leben zurückzubringen – und in Ihrem Alltag anzuwenden. Sie lernen bodenständige Methoden und Maßnahmen kennen, wie Sie auch große Ziele Schritt für Schritt realisieren.