



Das TOHA-Team ([www.autotoha.de](http://www.autotoha.de)), motiviert für den Feuerlauf. Die Vergrößerung finden Sie rechts unten in der Infobox.

## Der Funke springt über

Ein besonderes Event für seine Mitarbeiter hat sich Anton Donnerbauer von der TOHA Automobil Vertriebs GmbH ausgedacht und einen Feuerlauf organisiert. Beim Feuerlauf geht es nicht nur darum, über 800 Grad heiße Glut zu laufen, sondern das Team als Ganzes zu stärken, jeden Einzelnen an seine Grenzen zu bringen und Vertrauen in die Anderen aufzubauen.

### Fachkundige Anleitung

Hierzu braucht man einen Feuerlauf-Experten, der über einen gesamten Tag die Gruppe aufbaut und auf den Feuerlauf vorbereitet. Anton Donnerbauer hat Thorsten Schirok aus Berlin ([www.sunwalk-initiation.de](http://www.sunwalk-initiation.de)) nach Hinterschmiding in den Landkreis Freyung-Grafenau geholt. Schirok (42) arbeitet seit sechs Jahren als

Feuerlauflehrer und kennt die Skepsis, die jeder Teilnehmer eines Feuerlaufes hat. "Natürlich denkt jeder zuerst, dass das nicht möglich ist. Man sieht sich mit seinen Ängsten konfrontiert, aber der Feuerlauf funktioniert, wenn man die Energie in sich spürt und ein klares 'Ja' in seinem Bauch vernimmt."

### Energie aufbauen

Damit die notwendige Energie bei den Feuerläufern und der gesamten Gruppe aufgebaut und aufrecht erhalten wird, gruppieren sich die Teilnehmer in kleineren Gruppen und bauen Vertrauen zueinander auf, z.B. durch Übungen, bei denen man sich mit geschlossenen Augen in die Arme der anderen fallen lässt. Diese Vertrauensübungen werden gesteigert, indem dann wieder jeder Einzelne von der Gruppe aufgefangen wird. Ein weiterer wichtiger Punkt ist das gemeinsame Aufschlichten und Entzünden des Holzes.

Eine Grenzerfahrung kurz vor dem eigentlichen Feuerlauf ist das Pfeilbrechen am Hals: Hierbei klemmt ein handelsüblicher Holzpfel zwischen dem Hals eines Teilnehmers und einem Holzbrett, das vom Feuerlauflehrer gehalten wird. Nun geht der Teilnehmer einen kräftigen Schritt nach vorne, um den Pfeil zu zerbrechen. Jeder Einzelne wird dabei auch wieder von der gesamten Gruppe "getragen".

### Ängste überwinden

Der Lauf über die glühenden Kohlen bildet den Abschluss des Tages: Jeder Teilnehmer weiß, wofür der "durchs Feuer gehen würde" und ist sich bewusst, dass es darum geht, sich auf den Punkt hinter der Glut zu fokussieren. Es geht darum, dass man sich vor dem Lauf vorstellt, wie man sich nach dem Lauf fühlt, so Schirok. Dann versammelt sich die Gruppe bei Dunkelheit vor der Glut, die zu einer Bahn ausgelegt ist. Anschließend laufen die Teilnehmer über die Glut - entweder in völliger Stille oder "getragen" durch einen gemeinsamen, vorher festgelegten Ausruf der gesamten Gruppe.

Durch diese gemeinsame Erfahrung gelingt es, eine Gruppe von Individuen zu einem Team zu formen, bei dem jeder weiß und am eigenen Körper erfahren hat, dass er sich 100-prozentig auf den anderen verlassen kann. (red)

Getwittert hat während des Feuerlaufs ein Pressekollege der Passauer Neuen Presse. Die tweets finden Sie [hier](#).

#### Bildergalerien

