

Kurzformate in und mit der Natur

Erkenntnisse aus den 3-4 Tage-Seminaren

- Ich realisiere, dass wir von „Zustand zu Zustand fallen“, also vom Embryo zum Säugling, vom Kind zur Jugendlichen, von der Jugendlichen zur Erwachsenen, von der Erwachsenen zur Alten, von der Alten zum Tod. Da wir uns diese Übergänge nicht bewusst machen, hängen wir an Vergangenen fest, bzw. träumen von der Zukunft, die eigentlich schon da sein könnte. Ich erkenne, dass mein Dasein im Hier und Jetzt meine grösste Chance ist, mein eigenes Leben in seiner ganzen Fülle zu leben. Frau, 23
- Die Art, wie ich die Erklärungen erhalten habe, hat mir sehr gefallen. Sie waren hilfreich und ein Anstoss zum selber Denken. Die Aufgabenstellung im Hinterkopf gab mir die Chance, meine Aufgabe in der Natur und die dazugehörige Antwort zu finden. Das Spiegeln war für mich überhaupt nicht wertend, ich fühlte mich wirklich gespiegelt. Das Erlebte wiedergeben wie es ist, aber dennoch von einer anderen Seite, von einem anderen Blickwinkel, empfand ich als hilfreich und stärkend. Frau, 17
- Das Spiegeln ist für mich ein wertvolles Feedback. Ich kann dadurch meine Geschichte mit Abstand betrachten. Frau, 28
- Ich erhielt Vertrauen auf meine innere Führung. Ich kann viel besser umgehen mit dem, was gerade ist. Die Geschichten der anderen Teilnehmer/innen bereicherten mich und ich lernte, die Emotionen von Mitmenschen besser auszuhalten, den Raum dafür zu geben und sie nicht ändern zu müssen. Mann, 23
- Ich wünsche, dass ich mein Leben bewusster leben kann und zu mir Sorge trage. Ich möchte die vielen Impulse von der Aussenwelt aufnehmen und gleichzeitig meinen Platz auch einfordern. Ich möchte mich zeigen und ich möchte gesehen werden, auf einem Felsen mit festem Boden unter den Füßen, so wie ich das in der Natur erlebt habe. Frau, 23
- Es ist mir gelungen, im Übergang zum neuen Jahr und zu einer neuen persönlichen Identität eine wichtige Standortbestimmung (Innenschau) vorzunehmen. Durch die Naturbegegnungen, das Geschichten erzählen und das Spiegeln erhielt ich wichtige Impulse. Ich kann Vergangenes hinter mir zu lassen, ich nehme gegenwärtig Wichtiges bewusst wahr und ich freue mich vertrauensvoll auf Künftiges. Ein Schlüsselerlebnis war dabei für mich das Fertigen der drei Tabak-Säcklein für das Schwitzhüttenritual. Sie öffneten mir visionsartig und in unerwarteter Klarheit und Einfachheit die Augen dafür, welche drei Dinge in meinem Leben von zentraler Bedeutung sind und sein werden. Modern würde man hier wohl von Zieldefinierung sprechen. Mann, 42
- Meine wichtigste Erkenntnis ist, dass ich mein materielles und mein spirituelles Leben gleichwertig leben kann. „Erfolg“ kann sich auf beiden Ebenen zeigen! Es liegt an mir, es zu tun und zu anerkennen. Mann, 46
- Beim Spiegeln habe ich mich immer wieder gesehen gefühlt. Ihr habt mir Antworten gezeigt, die ich tief drinnen vielleicht wusste, dies aber noch nicht realisiert hatte. Die behutsame und respektvolle Art des Spiegeln hat mir Vertrauen gegeben, dass ich mich öffnen und zeigen, eben anvertrauen kann. Ich spürte, dass ihr meine

Geschichten mit mir geteilt habt. Das hat mich sehr berührt und ist mir eine grosse Freude. Frau, 28

- Mein Schlüsselerlebnis hat die Betonung auf Schlüssel, weil ich den nur umdrehen muss, damit das Törli aufgeht. Ich trete in eine andere Wirklichkeit (sprich Wahrnehmung), die ich liebe und kenne. Hier war's gar verordnet! Ich wurde durch euch mit der Naturbegegnung in eine bestimmte Richtung geführt. Dies engte einerseits ein, wirkte andererseits entlastend, weil ich Kontrolle abgeben konnte. Das führte bei mir zu Mehrdimensionalität. Dies ist das Gegenteil von Einengen. Ich finde dies ein interessantes Paradox. Frau, 42
- Ich empfinde als grosse Stärke der Kursleitung tiefe, uralte und naturverbundene Spiritualität mit den Teilnehmenden zu leben, ohne in irgendeiner Weise aufdringlich, schon gar nicht missionarisch zu sein. Der Raum, der hier geöffnet wird, ist voller Respekt und so gross, dass die eigene spirituelle Prägung Platz hat und sich dadurch in Verbindung mit den mystischen Impulsen der Kursleitung zu einer spannenden neuen Form entwickeln kann. Mann, 42
- Durch die Naturbegegnungen fühle ich mehr Dankbarkeit für die Aufgaben, die mir das Leben durch meine Herkunft gestellt hat. Ich spüre neu das Leben als Kraft für sich, nicht nur in der Natur, sondern auch in mir drin. Frau, 36
- Es war eine einfache, schlichte, nährende, unterstützende, beruhigende, kräftigende Runde für mich. Ich musste nicht weit gehen, durfte an einem schönen Ort bleiben und musste nichts tun und sollte dies geniessen. Spüren wie ich von der Erde wie von einer grossen Wiege getragen und geschaukelt wurde. All den Druck abgeben. Sein. Auf kleinstem Raum sprach die Natur zu mir, ich fühlte mich daheim. Ich fand ein kleines Blatt, das ich als Sinnbild für meine Verbundenheit mit dem Leben nahm. Die Blattnerven formten ein kleines Herz in der Mitte. Kreuzartig führte eine klare Verbindung in jede Himmelsrichtung: Eine Art kleines Medizinrad! Wunderschön. Frau, 24
- Das Medizinrad war neu für mich. Es ist ein einleuchtendes, einfaches, visuelles Modell. Ich würde gerne mehr darüber wissen, um es im Alltag anwenden zu können. Frau, 42
- Gut, dass ihr mich in Situationen selbständig gelassen habt, in denen ich so grollend haderte (wegen den Schneeschuhen!). Ich konnte da durch mit: "Ich schaff das schon!" Mein Highlight war der leuchtende Berg unter dem Sternenhimmel, die Schönheit der Berge, der Schnee und die kalte, würzige Luft. Frau, 60
- Das Seminar hat meine Erwartungen übertroffen. Wir kannten uns nicht und es war für mich ein kleines „Wagnis“ zu schauen, wie das funktioniert. Von der ersten Minute an habe ich mich wohl, eingeladen und vertraut gefühlt. Ihr habt einen Raum geschaffen in dem ich mir selbst begegnet bin. Mein Weg wurde mir klar, ich muss ihn nur noch gehen. Mann, 28
- Ich erlebe die Arbeit in und mit der Natur als etwas sehr Schönes aber sie fordert auch heraus. Die Natur gibt mir viele Geschenke, verlangt aber eine gewisse Offenheit von mir, mich hinzugeben. Zu schauen, was kommt, was zeigt sie mir wirklich? Bin ich auch bereit, ihre Botschaften und Geschenke anzunehmen?! Diese Ehrlichkeit mit mir selbst vertieft die Auseinandersetzung mit der eigenen Person. Frau, 23