



ANNE-MARIA APELT

GRÜNE WUNDER ERLEBEN

Geschichten von
Lebensentdeckungsreisen
in der Natur

adeo



INHALT

Danke	7
Vorwort von Andreas Ebert	9
Vorwort der Autorin	13
Einleitung: Grüne Wunder erleben	17
Albert Huchler	
Schau in deine tiefste Wunde.	27
Inge aus Franken	
Der Mensch muss laufen	35
Ulrich Schineis	
Hässliches wird schön	43
Katrin G.	
Erden, um zu lieben	51
Hans-Gerd Bauer	
Was hält, wenn alles fällt	59
Heike Talea Esch	
Ich bin im Frieden	65
Heiko Schleinitz	
Die beste Version meiner selbst	73
Ida M.	
Eintauchen.	79
Andreas da Trindade	
Im Kreis der Kinder.	87



Ursula und David Seghezzi

Lang ersehnt und sehr willkommen 95

David Eißler

Du kannst fliegen. 103

bine Schindler

Nackt in den Brennnesseln 113

Ernst-Michael Dietze

Aufbruch im Wohnmobil 119

Marascha Daniela Heisig

Was die Welt im Innersten zusammenhält 127

Holger Heiten

König mit heruntergefallener Krone. 133

Nicole Kahrs

Es ist alles Gold, was glänzt 141

Stefan Brombach

Stirb und werde. 149

Bara Bensch-Schreiter

Nicht mehr kämpfen. 155

Jörg Keffel

Ein Herz aus Stein 163

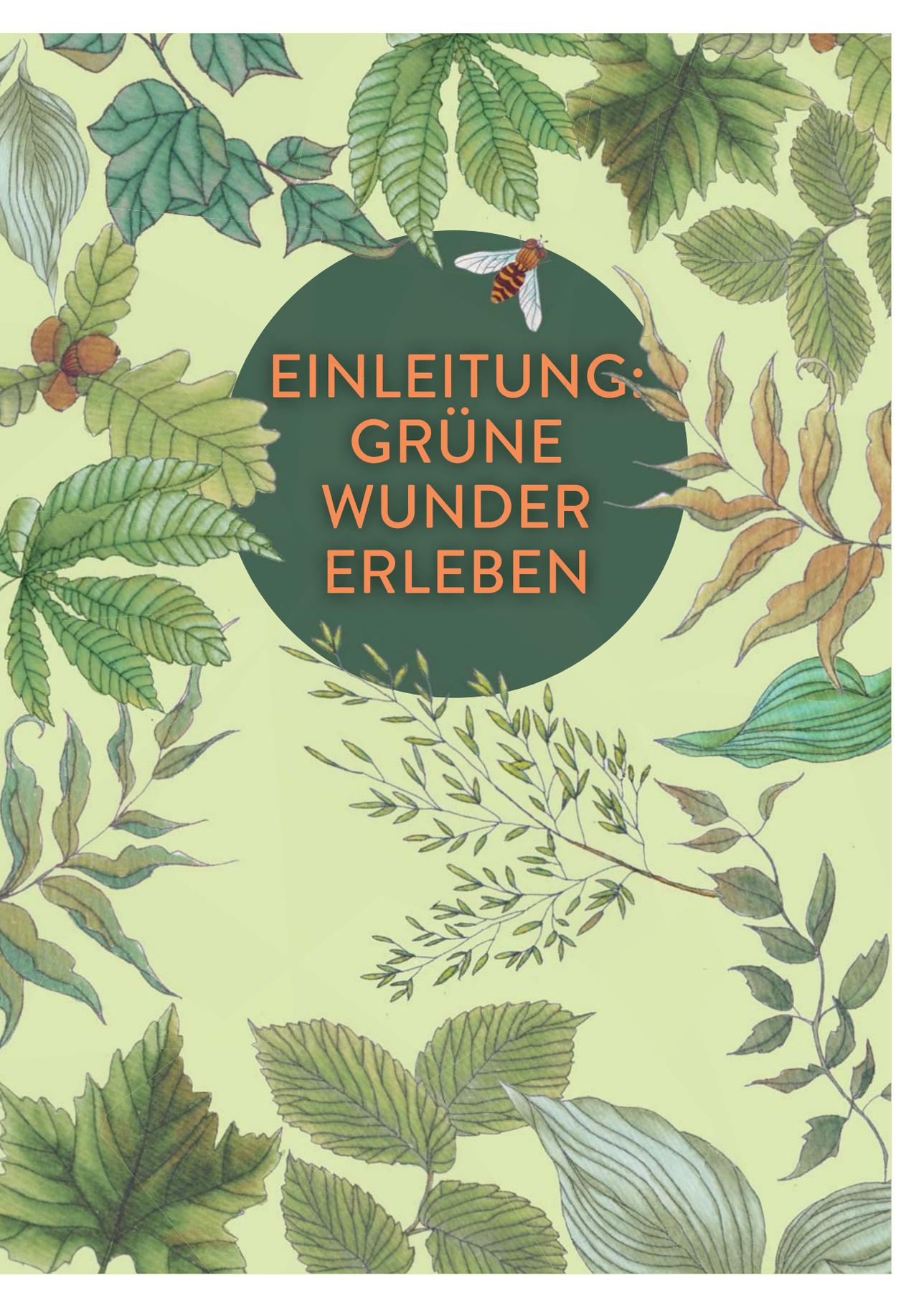
Simone Böcker

Alles hat seine Ordnung, auch die Wildnis 171



Joerg Urbschat	
Vom Idioten zum Menschen	177
Ursula Wältring	
Dosenmüll und Plastikblumen	187
Thomas Handszuj	
Tanzend beten	195
Naomi	
Mit dem Rollstuhl in der Wildnis.	203
Jan Frerichs	
Barfuß und wild.	211
Empfehlungen	217





EINLEITUNG:
GRÜNE
WUNDER
ERLEBEN

GRÜN

Eine meiner ersten Erinnerungen an die Natur ist, wie ich als Kindergartenkind stundenlang allein im Wald herumstreifte. Ich mochte das Draußensein. Ich mochte den Freiraum, den mir die Natur eröffnete. Ich hatte meine Lieblingssorte: Bäume, die ich immer wieder aufsuchte, Astgabeln, Wiesen und einen Teich. Die Natur war ein Ort, an dem ich mich sehr wohl fühlte und keine Bedrohung spürte. Sie war wie ein zweites Zuhause für mich. Hier habe ich gespürt, dass die Zeit anders läuft, dass andere Dinge zu erfahren und zu erleben sind als in der Alltagswelt auf dem heimischen Bauernhof im Spreewald. Hier habe ich gespürt, dass alles in der Welt eng miteinander verbunden ist und ihr etwas Heiliges innewohnt. Heute würde ich sagen, dass ich als Kind in der Natur bereits eine Gotteserfahrung gemacht habe.

Von meiner Großmutter habe ich viel über die Heilwirkung und den Nutzen von Pflanzen erfahren. Sie war als Landwirtin eng mit der Natur verbunden und gab dieser Verbindung eine praktische Seite. Ich habe bereits als Kind angefangen, mich der Heilkraft der Pflanzen zu bedienen, was meine Liebe zur Natur noch gestärkt hat.

Auch wenn während der weiterführenden Schule und dann des Studiums die ursprüngliche Verbindung mit der Natur in den Hintergrund getreten ist, habe ich die Schätze meiner Kindheit später wieder bergen können: auf dem Balkon, auf einem

Pachtfeld, in Seminaren zu nachhaltigen Themen, bei langen Wanderungen, in einer Hängematte unter dem Apfelbaum oder in der Ausbildung als Wildnispädagogin. In mir war immer eine unbestimmte Sehnsucht danach, mich wieder mehr mit der Natur zu verbinden. Dass ich meine Großmutter über drei Jahre fotografiert und darüber befragt habe, wie sie im Garten und in der Küche ihre Verbindung zur Natur lebte, war ein wichtiger Teil meiner Neuanbindung. Ich habe dabei vor allem meine Abhängigkeit von der Erde wiederentdeckt und angefangen, Pflanzen und Tiere respektvoller zu behandeln.

Der Glaube an einen Gott war für mich als Kind etwas Schönes, dem man sich anvertrauen konnte und der wie selbstverständlich zum Leben gehörte. Und meine Familie verstand es, den Glauben lebendig werden zu lassen. Ich mochte die feierliche Stimmung der Kirchenfeste, die heilige Atmosphäre der Hausandacht, des Geschichtenerzählens, des gemeinsamen Gebets und Singens.

Erst als ich mit den ersten kritischen Fragen meiner atheistischen Schulkameradinnen umgehen musste, fing ich an, meinen kindlichen Glauben in Frage zu stellen. Als Heranwachsende machte ich mich in unterschiedlichen Glaubensgemeinschaften auf die Suche, die mir schnelle Antworten versprachen. Doch ich habe in den Gottesdiensten oder Veranstaltungen oft nichts gefühlt, denn ich konnte keine Verbindung herstellen zwischen den Worten, die dort gesprochen wurden, und meinen Gefühlen.

Die sogenannten „wasserdichten“ Antworten wirkten auf mich kalt und hart. Diese Art zu glauben ging mit einer großen Moralität einher, in der es darum geht, bestimmte Voraussetzungen zu erfüllen, um daraus dann ableiten zu können, dass man richtig glaubt. Es ging um Regeln und um Richtig und Falsch.

Von außen gesagt zu bekommen, was ich zu tun habe, hat für mich heute mit mündigem Glauben überhaupt nichts zu tun. Oft stand es auch schon damals meinem Bauchgefühl gegenüber. Ich hatte zwar jetzt schlagkräftige Argumente meinen Klassenkameraden gegenüber, aber in mir blieb eine unbestimmte Sehnsucht danach ungestillt, dass mein Glauben echt und lebendig, frei und wild sein müsste.

Ich habe darum als ältere Jugendliche in wiederum anderen christlichen Bewegungen meine Heimat gesucht, in denen „Gott spüren“ eine Rolle spielte. Allerdings habe ich dort auch erlebt, wie Gefühle missbraucht werden können, indem sie bewertet wurden. Ich fing an, mir selbst zu misstrauen, und glaubte den Gefühlen der anderen mehr als meinen eigenen. Dabei habe ich verlernt, selbst einzuschätzen, was gut für mich ist, und meine eigene spirituelle Sehnsucht wahrzunehmen und zu stillen. Mein Seelenleben hat mich nicht genährt und gestärkt, denn ich baute nur auf den Aussagen anderer auf, was mich innerlich leer zurückließ.

Natur und Spiritualität sind also zwei Themen, die in meinem Leben immer irgendwie präsent waren. Intuitiv ahnte ich

jedoch, dass für mich Gottesbegegnung mit der Natur zusammenhängen musste, so wie ich es als Kind erlebt hatte. Bis ich diesen Zusammenhang wiederentdeckte, vergingen noch einige Jahre.



Ein starker Bruch in meiner Biografie mit Mitte 20 war das Scheitern meiner ersten Ehe. Er führte unter anderem dazu, dass ich aus allen bisherigen gemeindlichen Bezügen ausgeschlossen wurde, und hatte noch weitere massive Veränderungen in meinem privaten und beruflichen Umfeld zur Folge.

Aus allem herausgerissen zu sein war für mich trotz aller Schmerzen letztlich ein heilsamer Schock. Auch wenn ich zunächst alle Ankerpunkte meines Lebens verloren hatte, hatte ich immer noch die Sehnsucht nach ganzheitlicher Erfahrung mit der Energie des Lebens in mir, die alles verbindet. Als ich später mein Leben neu sortierte und mir auch eine neue Gemeinde suchte, war klar, dass ich nur dort Fuß zu fassen wagen würde, wo meine Fragen und Zweifel willkommen waren. So bin ich nach Essen in eine Gemeinde gekommen, an einen Ort, an dem ein herzliches Willkommen ausgesprochen wurde: „Willkommen, wer auch immer du bist, woher auch immer du kommst, wo auch immer du dich befindest auf deiner Lebensreise, wen auch immer du liebst.“



Dort habe ich einige Jahre der Auseinandersetzung mit mir und meinen spirituellen Fragen erlebt, in denen ich darum rang, von meinen gelernten Glaubenssätzen zu echten, eigenen Aussagen zu kommen. Dabei war es für mich sehr wichtig, viele Fragen zu stellen, auch wieder ahnungslos zu sein, um Antworten zu ringen, sie wieder loszulassen und zweifeln zu dürfen. Mein Gottesbegriff hat sich verändert und geweitet, ist weiblicher geworden, weniger personifiziert. Für mich wurde Gott eine Kraft, die mich hält und mich umgibt, eine lebensspendende Energie. Mein christlicher Glaubenshorizont hat sich erweitert. Mein Glaube wurde ökumenischer und undogmatischer. Dass ich ihn nicht aufgegeben habe, schreibe ich dieser Zeit zu.

Es hat eine lange Zeit gebraucht, um wieder eigenständig denken, fühlen und handeln zu können und für mich zu glauben, dass es eine große, liebende Kraft gibt, die auch in meinem Leben eine Rolle spielt. Ich konnte mich auch mit meiner ursprünglichen christlichen Prägung auseinandersetzen und habe begonnen, die Schätze daraus zu bergen.

Die unterschiedlichen Ansichten der Menschen in meinen neuen Bezügen haben nicht nur meinen Gottesbegriff verändert, sondern mir auch den Blick für die Vielfalt geöffnet und für die Möglichkeit, auch andere Formen und Wege für genauso wahr zu halten wie meinen eigenen und ihnen mit Respekt zu begegnen. Das gemeinsame Lesen und Diskutieren von spiritueller Literatur spielte für mich eine wichtige

Rolle. Aus diesen Büchern sticht besonders eines hervor: „Die Befreiung vom Ego“ von Richard Rohr. Eine kleine Lektüre, in der es darum geht, sich selbst wahrhaft und liebevoll anzusehen als die Person, die man im Wesenskern ist, und sich von falsch verstandenen Selbstbildern zu verabschieden. Die Natur ist dabei ein Spiegel meines eigenen Naturells. Diese Aussagen haben mich angezogen, umgehauen und versöhnt. Genau die in diesem Buch beschriebene Erfahrung wollte ich machen.

Zunächst versuchte ich das alles intellektuell zu verstehen. Erst einige Jahre später habe ich es dann auf meiner Visionssuche in seiner ganzen Bedeutung erfahren und erlebt. Die Erfahrung, nach der ich mich immer gesehnt hatte und die wie ein letztes Puzzleteil Natur, Spiritualität und Persönlichkeitsentwicklung zusammenfügte.

WUNDER

Meine erste Begegnung mit Naturritualen fand statt, als mein Freund mir einen Flyer in die Hand drückte und mich fragte, ob in unserer Urlaubsplanung noch Platz wäre für eine Visionssuche, an der er teilnehmen wollte.

„Visionssuche“, das war der etwas sperrige Name für ein uraltes Ritual, bei dem Menschen mit ihren Fragen in die Natur gehen und sich von ihr Antworten

erhoffen. Unter Anleitung und mit guter Vorbereitung soll diese Zeit Menschen während wichtiger Übergangsphasen oder in Umbrüchen im Leben zur Orientierung dienen. Ein sogenanntes Übergangsritual, mit dem man eine Phase im Leben loslassen und eine neue beginnen kann.

Nach einige Tagen Vorbereitungszeit in einer Gruppe, so der Flyer, verbringt man vier Tage und Nächte allein in der Natur. Nur mit Wasser, einer Plane und einem Schlafsack ausgestattet, fastend und ohne Kontakt zu anderen Menschen. Eine Zeit, die wie geschaffen dazu ist, um die eigenen Fragen offen auszubreiten. Nach dieser Auszeit kommt man zurück in die Gruppe, teilt das Erlebte mit und bereitet die Heimkehr mit den neuen Erfahrungen vor.

Ich hielt das Blatt in den Händen und wusste, dass ich das auch erleben wollte und dass es genau meine Form war, die ich gesucht hatte. Mich sprach der Gedanke an, allein in der Natur zu sein und Zeit zu haben. Mein Alltag war immer geschäftig, und ich sehnte mich danach, meinen Fragen einmal ungestört auf den Grund gehen zu können. Ich versprach mir davon auch, dass ich dabei manches hinter mir lassen würde, mich von meinen alten Vorstellungen verabschieden und etwas Neues herbeisehnen könnte. Ich erhoffte mir, in der Stille Gott wieder zu hören.

Mein Leben in diesem Jahr empfand ich als ausgesprochen schwierig. Ich war Anfang 30 und orientierungsloser denn je, was meine Berufswahl betraf. Alles, was

ich in den Jahren davor neu geplant und überlegt hatte, war nicht aufgegangen. Ich hielt viele lose Enden in der Hand. Angesprochen von dem Flyer meldete ich mich ebenfalls für eine Visionsuche an, die ein Jahr später stattfinden sollte.

Natürlich hatte ich alle möglichen Vorbehalte, zu so einer Veranstaltung zu fahren. Mit Ritualen in der Natur hatte ich bis dahin überhaupt keine Berührungspunkte gehabt, und so musste ich erst mal nachforschen, was eine Visionsuche ist. Sie sei ein Ritual, in der Tradition alter indigener Kulturen gehalten, erfuhr ich. Das hatte zunächst mit meiner christlichen Sozialisation so gar nichts zu tun. Aber ich ahnte, dass sich in den alten Traditionen etwas von dem finden lassen könnte, was ich

so schmerzlich vermisste. Ich hatte dennoch Bedenken, dass mir so ein Format zu esoterisch oder abgehoben sein könnte. Auch fürchtete ich, womöglich Dinge tun zu müssen, die meine Grenzen überschreiten könnten.

Ich nutzte die Zeit bis zu meiner Visionsuche, um mich ganz grundsätzlich mit dem Thema Rituale auseinanderzusetzen. Dabei stellte ich fest, dass solche Übergangsrituale keineswegs ein „Nischenprodukt“ sind, sondern gerade in den letzten Jahren immer mehr gesellschaftliche Relevanz bekommen haben. Traditierte Übergangsrituale wie Taufe, Beerdigung, Heirat oder Konfirmation dagegen verlieren immer mehr an Bedeutung oder sind mit bestimmten Bildern und Vorbehalten verbunden, sodass





sie ihre Wirkung nicht mehr entfalten können. Oft sind Menschen die Zugänge zu den tieferen Bedeutungen

dieser Rituale verloren gegangen, doch die Sehnsucht nach Orientierung, Ausrichtung und Sinn hat eher noch zugenommen.

Ich erfuhr, dass es in der kirchlichen Szene bereits ein Netzwerk von Menschen gibt, die im Bereich Schöpfungspiritualität arbeiten und sich auch mit Naturritualen befassen. Und ich stellte fest, dass sogar in meinem Bekanntenkreis Christen bereits an solchen oder ähnlichen Ritualen teilgenommen hatten. Und ich dachte: Warum auch nicht – schließlich ist die Schöpfung die erste Offenbarung Gottes, der Raum, in dem sich Gott zum ersten Mal in Schönheit und Vielfalt gezeigt hat und sich vermutlich noch heute zeigt.

Wie schön war es, einige Geschichten in der Bibel plötzlich ganz anders lesen zu können, wenn davon berichtet wurde, wie ein Mensch in die Einsamkeit oder in die Wüste ging, um Gott zu begegnen. Die Geschichten von Mose, Jesus und Elia, Miriam und Hagar lasen sich ganz anders. Es machte mir Mut, in diese Fußstapfen zu treten und die Natur als Zeugnis der Schöpfungsenergie zu sehen und als einen Ort, der sich geradezu anbot, Gott zu begegnen.

Die Arbeit mit Ritualen in der Natur bietet eine Chance, in eine Gesellschaft hineinzuwirken, in der Glauben nicht mehr selbstverständlich ist, Kirche und Gemeinde immer mehr an Alltagsrelevanz verlieren und Rituale ihre Kraft einbüßen.

Naturrituale können eine Brücke für spirituell Suchende in einen eigenen Glauben hinein sein, die nicht von schlechten Erfahrungen, Vorurteilen oder Dogmatik blockiert ist, sondern einen im wahrsten Sinne des Wortes natürlichen Zugang eröffnen.

Dieser Gedanke begeisterte und bestärkte mich in meiner Suche.

Im Sommer 2014 fuhr ich dann zu meiner Visionssuche. Ich war gespannt, was mich nun erwarten würde. Würde ich wirklich Antworten auf meine Fragen bekommen? Würde ich meinen Glauben verlieren oder neue Erfahrungen machen? Würde ich den Leitern vertrauen können? Würde ich mit der Gruppe zurechtkommen? Ich weiß noch, dass ich unterwegs mehrfach anhalten musste, weil ich so weinen musste. Ich habe schon auf der Hinfahrt Abschied von meinem alten Leben genommen.

Als ich ankam, wurde ich willkommen geheißen, fühlte mich in die Gruppe direkt aufgenommen, hatte meinen Platz. Das Fremdheitsgefühl wich der Ahnung, dass nun eine heilige und sehr besondere Zeit der Ablösung vom Alten und der Suche nach dem Neuen begonnen hatte. Ich war frei, mir wirklich und ehrlich und ohne Ablenkung selbst ins Gesicht zu sehen.

Eine der ersten Aufgaben, die mir auf meiner Visionssuche gestellt wurde, war, einen Lagerplatz im Wald für die vier Tage und vier Nächte zu finden, an dem ich meine heilige Auszeit verbringen würde.

Doch weil mir mein eigener Platz im Leben nicht klar war, fiel es mir auch sehr schwer, draußen in der Natur einen Platz für mich zu finden und gut für mich zu sorgen. Viele Stunden verbrachte ich damit, herumzuirren, weil ich die Aufgabe unbedingt allein bewältigen wollte. Denn schließlich hatte ich in meinem bisherigen Leben ja auch so ziemlich alle Situationen gemeistert und immer einen Plan gehabt.

Am Ende des Tages war ich so verzweifelt, weil ich es nicht allein schaffte, dass ich schließlich doch noch die Leiterin um Hilfe bat. Sie zeigte mir zwar keinen Platz, aber half mir dabei, die Sprache der Natur zu verstehen und mir von der Natur zeigen zu lassen, wo mein Platz sein könnte.

Das wahrzunehmen, was die Natur mir sagte, öffnete meinen Blick ganz neu, und ich fand an einem wunderschönen Ort inmitten eines Mischwaldes meinen Platz. Ich war dort beschützt, es war friedlich, ich war unsichtbar, ich hatte einen wunderbaren Ausblick. Ich hatte es weich, ich hatte es trocken, ich hatte es warm. Ich habe die so herbeigesehnte Lebensenergie, die göttliche Kraft, allumfassend wahrgenommen und in den vielen kleinen Zeichen der Natur gesehen, wie früher in meiner Kindheit. Beispielsweise konnte ich die Brennnesseln und Brombeeren als Schutzwall sehen, die große Buche wurde zum Symbol dafür, dass ich unter ihren ausladenden Ästen beschützt und umsorgt bin.

Ich habe gesungen, gebetet, geschwiegen. Dabei habe ich zutiefst erfahren, dass es die heilige Lebenskraft ist, die Zeichen

in der Natur für mich setzt, sodass ich zu einem tieferen Verständnis für mich selbst finden kann. Einer der wichtigsten Schritte in diesen Tagen war es, mich von meinem falschen Selbstbild zu verabschieden und mich meiner wirklichen Natur, meiner wirklichen Persönlichkeit liebevoll zuzuwenden.

Vielleicht ist das auch die einzige Möglichkeit für mich gewesen, mein Gottesbild neu zusammenzusetzen und Gott wirklich zu begegnen. Ich habe mich als ein Teil des großen Ganzen wahrgenommen und mich verbunden gefühlt mit allen anderen Lebewesen. Auch wenn ich in diesen vier Tagen und vier Nächten sehr mit meinen Ängsten gerungen habe, habe ich alles geschenkt bekommen, was ich für diese Zeit brauchte.

Es war eine für mich mystische, unerklärliche Zeit, in der die Uhren anders gelaufen sind. Ich habe in dieser Zeit erfahren, wie das Profane heilig, Angst zu Vertrauen, Stolz zu Demut wurde. Meine erste Auszeit in der Natur endete mit der aufgehenden Sonne, einem Regenbogen im Morgentau und dem Lied *Amazing Grace*.

ERLEBEN



Meine fragende, zweifelnde Auseinandersetzung mit dem Thema Spiritualität nach meiner Scheidung und diese erste Visionssuche in der Natur haben mich auf die

Spur gebracht, dass Glaube *erlebbar* ist. Ein lebendiger Glaube ist für mich eine Sache der sinnlichen Erfahrung geworden, in der Spiritualität und Natur eng miteinander verbunden sind.

Sehr heilsam war für mich, dass am Ende meiner Visionssuche niemand versuchte, mir zu sagen, was ich nun zu tun habe. Es war mir selbst überlassen, welche Schlüsse ich aus der Zeit ziehe.

All meine Befürchtungen im Vorfeld hatten sich in Luft aufgelöst. Tatsächlich habe ich genau das Gegenteil erlebt: Die Natur ist unbestechlich, ehrlich, echt, gastfreundlich, zuverlässig, reich und heilsam. Ich konnte ihr nichts vormachen. Die Ritualleiterin brachte meiner persönlichen spirituellen Form großen Respekt gegenüber, sodass ich ganz frei war, in meiner Sprache und auf meine Art auszudrücken, was ich in dem Ritual erlebt hatte. Auch die Angst, dass ich meinen Glauben irgendwie verleugnen oder verfremden müsste, hat sich als völlig unbegründet erwiesen. Ganz im Gegenteil: Das, was ich erlebt hatte, konnte ich vollständig für wahr halten, und niemand stellte in Frage, dass mir auf diese bestimmte Art und Weise, wie ich es erlebt hatte, wirklich etwas Heiliges begegnet war.

Damit veränderte sich auch mein gesamter Glaubensbegriff. Von nun an gab es keine Bewertung, keine Einteilung mehr in Richtig und Falsch, Gut oder Böse, kein Drinnen und Draußen, kein: „Du musst das tun, damit ...“ Es gibt nur Liebe und die Erfahrung des Lebens. Leben heißt, achtsam

und umsichtig zu sein. Indem ich lebe und liebe, entsteht in mir ein Bewusstsein für die Dinge, die allen Menschen dienen. Es geht also um eine Ethik, keine Moral, die uns sagt, wie das Leben gemeinsam am besten gestaltet werden kann. Der Antrieb dafür ist die Liebe. Zu sagen, dass Gott Liebe ist, ist dabei fast plakativ. Aber es ist der Satz, den ich schon mein Leben lang kenne. Endlich hatte er Substanz bekommen und war ein Satz geworden, in dem sich alles für mich zusammenfügte.

Ein Jahr nach meiner Visionssuche habe ich selbst die Ausbildung zur Visionsscheleiterin begonnen, um auch anderen Menschen durch Naturrituale diese reiche Erfahrungswelt nahe zu bringen. Damit begann auch ein neuer beruflicher Lebensabschnitt, in dem sich meine Gaben und Fähigkeiten und die losen Enden meines beruflichen Wirkens endlich zusammengefügt haben und Sinn ergaben.

Es begeistert mich, was entsteht, wenn Mensch und Natur sich wirklich begegnen. Es begeistert mich, wenn Vertrauen in die Natur entsteht, in die Erfahrung mit ihr, in den Prozess und in etwas Größeres, das über uns hinausgeht. Die Schöpfung kann ein großer Spiegel für die eigene Seele sein.

Das soll natürlich nicht heißen, dass Naturrituale die einzige Form sind, in der sich Gott oder göttliche Lebensenergie erfahren lässt. Ich bin davon überzeugt, dass in jeder Form der Spiritualität Gottesbegegnung

stattfinden und Heilung geschehen kann. Es gibt viele Menschen, die in ihren jeweiligen spirituellen Bezügen erfüllt leben und von denen ich lernen kann. Aber ich bin auch davon überzeugt, dass sich in der Natur göttliche Lebensenergie in besonderer Form zeigt, weil sie unverstellt ist, weil sie echt und unbestechlich ist, wir Menschen sie nicht in der Hand haben oder beeinflussen können. Die große Stärke von Naturritualen liegt genau darin, dass wir Menschen uns in die Wildnis begeben, in der wir nicht mehr beheimatet sind, und uns ihr einfach anvertrauen müssen, da wir ihre Muster und Abläufe nicht so deuten können wie die in unserer Alltagswelt. In einem Ritual in die Natur zu gehen, um ihr zu begegnen, kann das gesamte Leben auf den Kopf stellen. Naturrituale brauchen darum die Bereitschaft zur Veränderung, Neugier und „Anfängergeist“. Dann wachsen Respekt und Demut vor dem, was größer ist als man selbst, und die Erkenntnis, dass wir mit allem, was lebt, verbunden sind.

Dieses Buch führt keine theologische oder wissenschaftliche Diskussion, sondern sammelt Erfahrungsberichte. Dennoch wünsche ich mir, dass es ein Ausgangspunkt für einen liebevollen und respektvollen Dialog wird, eine gemeinsame Suche nach einer ganzheitlichen, integralen Spiritualität: Für alle, die in den Institutionen der Religionsgemeinschaften keine Heimat finden, soll es eine Anregung sein, etwas auszuprobieren und wieder Verbundenheit zu erleben. Für alle, die in den Institutionen der Kirche beheimatet sind,

ist mein Wunsch, dass sie die geschilderten Erfahrungen in der Natur ernst nehmen und als tiefe spirituelle Quelle sehen. Und denen, die in Naturritualen eine innere Heimat gefunden haben, wünsche ich die Offenheit, zugänglich zu bleiben und an die Möglichkeit der liebevollen Annäherung zwischen verschiedenen Erfahrungen zu glauben. Ich bin davon überzeugt, dass Naturrituale dabei helfen können, Gott, die Lebensenergie, neu zu leben und zu erleben.

Für alle, die sich mit Naturritualen, mit deren Hintergründen oder auch mit theologischen oder weiteren spirituellen Fragen tiefer auseinandersetzen wollen, findet sich im Anhang eine Auswahl an Literaturempfehlungen.

Die hier aufgeschriebenen Geschichten erzählen von Menschen, die gespürt haben, dass ihr Leben an einem Wendepunkt angekommen ist. Sie haben es gewagt, die eigene Lebensrealität infrage zu stellen, ihre Lebensentwürfe neu zu sortieren und sich zu sich selbst aufzumachen. Ihre Geschichten sind eine Einladung, es ihnen gleichzutun. Mein größter Wunsch mit diesem Buch ist, dass Menschen sich auf die Suche nach sich selbst machen und ihrem eigenen Wesenskern, ihrer wirklichen tiefsten Identität näherkommen.







Albert Huchler

SCHAU IN DEINE TIEFSTE WUNDE

Das Allgäu zeigt sich von seiner schönsten Seite. Die Wiesen blühen, die Bienen summen. Wir laufen durch die Wiesen, haben einen schönen Blick über die wolkenverhangenen Alpen. Der Abendhimmel färbt sich rot und lila, als wir uns zu Leberkäse und einem Bier auf die Terrasse setzen und uns zu unterhalten beginnen.



Das Allgäu ist nicht Alberts Heimat. Eine Lebenskrise brachte ihn hierher: die Trennung von Frau und Familie. Hier hoffte er, sich ein neues Leben aufbauen zu können, sich beruflich noch einmal weiterentwickeln zu können, den Schmerz bearbeiten zu können. Und hier fand Albert die erhoffte Ruhe von der ständigen „Rush Hour“ seiner Lebensmitte und neue Ideen. Es sei wie eine göttliche Verheißung, wie ein Versprechen gewesen, dass er hier zur Ruhe kommen könne, erzählt er. Er vertraute sich diesem Gedanken an und erlebte Gott in dieser Situation als einen Helfer, einen Retter.

Der Krise gingen harte Jahre voraus, in denen er voller Perfektionismus seine Ziele verfolgte. Der Preis war hoch. Dennoch sagt er heute, dass das eigene Versagen, das Fallen, ihn barmherzig gemacht und sein Herz geweitet hat. Für sich selbst und auch für andere Menschen. Sie einfach zu lieben, egal, was sie glauben, ob sie glauben, welches Leben sie leben. Deswegen kann er auch wieder in seinem Beruf als Krankenpfleger und als Heilpraktiker arbeiten. Durch die Krise hat sich sein Gottesbild sehr verändert. Er berichtet mir, dass in sein Glaubensleben Gelassenheit und Ruhe eingekehrt seien. Er kann es heute schlicht auf den Satz reduzieren „Gott liebt mich, und ich liebe ihn“. Alles andere spielt nicht mehr so eine große Rolle.

Albert wuchs in einem christlichen Elternhaus auf, kam als Jugendlicher mit der CVJM in Kontakt und erlebte für sich, dass Gott real ist und dass er an den Menschen

interessiert ist. Sein Leben wurde fortan von dieser Realität geprägt und er schloss sich einer freien Gemeinde an.

Bei allem, was er tut, bezieht er Gott ein. Gott ist für ihn Freund, Vertrauter, Sohn Gottes, Vater, Bezugsperson. In allen Lebensphasen und Krisen zweifelt er nicht an Gott oder dessen Gegenwart. Für Albert ist es unumstößlich, dass er Gottes Kind ist, dass er sich geliebt fühlt, dass Gott tatsächlich die Liebe ist.

Wir laufen weiter durch die Wiesen. Die Schönheit der Natur nimmt mich ganz gefangen. Albert erzählt mir, dass die Natur schon seit seiner Kindheit für ihn ein besonderer Ort war. Gern und oft war er draußen, tankte Energie, ließ die Seele baumeln. Die Schönheit der Natur lässt ihn staunen und beten. Er sieht einen Schöpfer in und hinter alledem, der viel Liebe in Details steckt, die ganze Fülle des Lebens. Für Albert ist klar, dass Gott alle Dinge erschaffen hat, dass die Natur Gottes Wohnzimmer ist.

Zur Ritualarbeit kam er durch einen guten Freund, der ihm von einem Buch erzählte, in dem es um Rituale für Männer in der Natur geht. Nach der Lektüre verspürt Albert Lust, so etwas einfach mal auszuprobieren. Er nimmt sich das Rituale-Buch und geht genau nach Anleitung vor: Zuerst soll er sich etwas in der Natur suchen, das verletzt ist, beschädigt ist, eine Wunde hat.



Diese Wunde soll ihm als Symbol für seine eigenen Verwundungen dienen.

Albert zieht mit der festen Vorstellung los, dass sein Symbol ein abgeknickter Laubbaum sein soll. Auf der Suche nach diesem Laubbaum mitten in einem Nadelwald findet er aber nur eine Fichte, die in drei Metern Höhe eine großflächige Wunde hat, aus der Harz läuft. Auch wenn der Baum nicht seinen Vorstellungen entspricht, beschließt Albert, hier sein Ritual durchzuführen. Strikt nach Anleitung in dem Buch beginnt er: Er betet am Anfang,

dass Gott bei ihm sein und zu ihm sprechen möge. Dann schaut er sich die Wunde des Baumes genauer an.

Zunächst passiert ... gar nichts. Heimlich schaut Albert immer wieder auf die Uhr, wartet, dass die Zeit vergeht, und wundert sich ein bisschen darüber, dass er sich überhaupt auf den Weg gemacht hat, dieses Ritual durchzuführen. Doch er vertraut der Aussage in dem Buch, dass er nichts machen muss, sondern dass er erleben wird.





Plötzlich, als er schon aufgeben will, hört er eine Stimme in seinem Inneren, die ihn fragt, ob er weiß, warum er im Nadelwald einen Laubbaum sucht. Albert ist verblüfft und antwortet in die Stille hinein: „Ich weiß es nicht.“

Die Stimme in ihm sagt, er habe das getan, weil er etwas Besonderes sein möchte. Albert ist sich sicher, dass er sich die Stimme nicht einbildet. Was sie sagt, haut ihn förmlich um, er weint, ist tief berührt, ohne dass da viele Worte waren.

Er vernimmt die Stimme ein zweites Mal, und diesmal fragt sie, ob er weiß, warum er etwas Besonderes sein möchte. Auch darauf weiß Albert keine Antwort. Und dann erzählt ihm diese Stimme von dem Kind Albert, das das Gefühl hatte, nicht beachtet zu werden. Was Albert dann erlebt, lässt sich nicht mit dem Verstand erklären. Es übersteigt alle Worte und wirkt in seiner Seele: In ihm beginnt sich etwas zu sortieren. Etwas formt sich neu. Wie eine Operation an der Seele. Das Hören auf diese Stimme heilt eine Wunde; Albert empfindet einen bisher nie gekannten Frieden. Die offene Wunde schließt sich, vernarbt, bekommt eine Form, mit der er leben kann.

Albert macht noch weitere solche Erfahrungen in und mit der Natur, und sie tun ihm so gut, dass er beschließt, selbst Kurse zu geben und Rituale anzuleiten. Er

bezeichnet sie bewusst als christliche Rituale, um sie für seine Zielgruppe verständlich und zugänglich zu machen.

Zuerst sind es Freunde, die daran teilnehmen, dann weitet sich der Kreis.

Albert zeigt seinen vorwiegend christlichen Teilnehmenden, dass ein Ritual in der Natur nichts Unfassbares oder Seltsames ist, sondern einfach eine Möglichkeit, wie man sich für eine Begegnung mit Gott öffnen kann: In der Natur oder mithilfe eines Ablaufs in der Natur;

indem man Zeit mitbringt und sich öffnet, eine konkrete Frage stellt und bewusst in diese Zeit ein- und austritt.

Für Albert ist jedes Rausgehen in die Natur schon ein Ritual. Er braucht keine Materialien, nur sich selbst und seine Frage. Er ist fest davon überzeugt, dass Gott an jedem Menschen wirken kann und will, dass alte Wunden heil werden können.

Wir fahren zu einem Fluss, um Bilder zu machen. Das Wasser sprudelt sommerlich um unsere Füße, ist weich und mild. Der Fluss ist wie ein Zuhause für Albert, erzählt er mir. Oft besucht er ihn am frühen Morgen, badet in ihm. Tankt Energie. Es ist für ihn wie eine kleine Morgenandacht, in den Fluss zu springen. Je reißender dieser ist, desto besser. Je kälter, desto lieber wirft er sich hinein.

Alberts Augen leuchten, als er mir sagt, dass er den Strom liebt, die Naturgewalten liebt, vor allem bei Sturm und Wind. Es fasziniert ihn zu sehen, dass die Natur auch wild ist, ungezähmt. Das gehört zu Alberts



Gottesbild dazu: Er ist nicht nur der liebe Gott, sondern auch der wilde Gott, unfassbar, ungreifbar, auch wenn wir alles gern verstehen möchten. Aber er ist wild. So wie der Fluss, der Albert immer wieder anzieht, denn dort spürt er das Leben.

Albert Huchler lebt im Allgäu und arbeitet als Heilpraktiker. Er berät Menschen in Übergangssituationen. Gern wendet er dabei auch Rituale in der Natur an.

