



# Leise rieselt der Schnee

## Einblicke in die initiatorische Naturarbeit

### BARBARA SEILER

Journalistin bei Radio SRF, ist ausgebildete Visionssucheleiterin und arbeitet nach der Methode der School of Lost Borders

Kontakt: seilerba@gmx.ch

Irgendwo in den Schweizer Bergen – irgendwann im Juli. Eine Frau liegt im Schlafsack und lauscht dem Regen, der ununterbrochen auf die Plane über ihr trommelt. Kleine Schnecken kriechen durch das Gras vor ihren Augen. Sie liegt und hat nichts zu tun. Nichts, ausser da zu sein und wahrzunehmen. Sie liegt und lauscht. Irgendwann wird das Trommeln leiser, geht in ein Flüstern über: Der Regen ist zu Schnee geworden. Schwer drückt er auf ihr Schutzdach.

Nun hat sie etwas zu tun: den Schnee vom Dach abschütteln. Aufstehen muss sie dazu nicht. Es reicht, wenn sie den Arm ausstreckt und leicht von unten an die Plane klopft, um die Last abzuschütteln. Langsam und stetig wachsen die Schneehaufen neben dem Schutzdach, nehmen ihr die Sicht. Sie liegt, lauscht, nimmt wahr, was um sie und in ihr passiert. Ruhe.

Die Frau befindet sich auf einer Visionssuche. Es ist eine besondere Art des Innehaltens und Nachdenkens über sich und seinen Platz in der Welt. Eine Form, die Zeit braucht: Vier Tage Vorbereitung in der Gruppe, zusammen mit anderen, die sich auf dem gleichen Weg befinden. Vier Tage und Nächte irgendwo draussen in der Natur – allein, ohne Essen und mit nur einer Plane als Schutz. Und vier Tage der Integration, in denen die Erfahrungen der Solozeit in der Gruppe geteilt und durch Zeiten in der Natur noch vertieft und verankert werden.

### Allein mit sich selbst

Kernpunkt einer Visionssuche ist die Solozeit. In dieser Zeit treten die Teilnehmenden aus allem Gewohnten heraus und erfahren sich in einer ungewohnten Situation neu: In den vier Tagen und Nächten, die sie ohne Ablenkung, mit sich allein und mit nur minimalem Schutz ausgestattet in der Natur verbringen, zeigen sich ihnen Muster, wie sie mit sich und dem Leben umgehen. Wie von selbst entstehen dabei Rituale, in denen sie etwas aus ihrem Leben verabschieden, etwas bestärken, etwas bedanken. Die Natur ist ihnen in diesem Prozess Spiegel und Lehrerin: Sie erfahren sich

selber als Teil der Natur und finden Bilder und Symbole für das, was sie beschäftigt. Die Vision, die sie finden, ist ein tieferes Verständnis von sich selbst und dem, was sie im Innersten bewegt.

Viele Menschen suchen in der Natur Entspannung und Erholung, aber auch Herausforderungen: Abwechslung vom Alltag. Anders als bei vielen dieser Outdoor-Aktivitäten geht es in der initiatorischen Naturarbeit aber nicht um Action, um Thrill oder Abenteuer. Die «Action» passiert im Inneren der Teilnehmenden. Initiatorische Naturarbeit knüpft an altes Wissen an und ermöglicht eine uralte Erfahrung: die Erfahrung der Verbundenheit mit dem, was unsere Lebensgrundlage ist: mit der Erde, die uns trägt und ernährt, mit der Luft, die wir atmen und die uns Stimme gibt, mit dem Wasser, das uns erfrischt und unseren Durst löscht, mit dem Feuer der Sonne, die uns wärmt und mit Energie versorgt.

### Entwicklung und Geschichte

Bekannt ist diese Art des Zu-sich-Kommens auch unter dem Namen «Initiatorische Naturarbeit». Es gibt sie in verschiedenen Ausprägungen. Ein Zweig entstand in den 1970er Jahren in den USA: Inspiriert von der Kultur der indigenen Völker Nordamerikas, entwickelten Steven Foster und Meredith Little einen Weg, der es Jugendlichen ermöglicht, bewusst den Schritt ins Erwachsenenalter zu vollziehen – als Initiation in einen neuen Lebensabschnitt. Daraus entwickelte sich ein Angebot für Menschen jeden Alters, bewusst mit Phasen der Entwicklung, der Übergänge im Leben umzugehen.



«Anders als bei vielen dieser Outdoor-Aktivitäten geht es in der initiatorischen Naturarbeit aber nicht um Action, um Thrill oder Abenteuer. Die <Action> passiert im Inneren der Teilnehmenden.»

Steven Foster und Meredith Little liessen sich bei der Entwicklung ihres Angebots nicht nur von der Tradition der indigenen Völker Nordamerikas inspirieren. Sie setzten sich auch intensiv mit der ethnologischen Forschung zu den pankulturellen Strukturen von Übergangsritualen (rite de passage) auseinander. Ebenso flossen Erkenntnisse aus der Anthropologie und Psychologie in die Arbeit ein. Vor allem aber entwickelten sie das Ritual in der eigenen Praxis und aus der eigenen Erfahrung weiter.

1981 gründeten Foster und Little die «School of Lost Borders», in der sie ihre Erfahrung an künftige Visionssucheleiterinnen und -leiter weitergaben. Seit Anfang der 90er-Jahre werden Visionssuchen auch im deutschsprachigen Raum angeboten. Viele der Anbieter/innen sind in der School of Lost Borders ausgebildet und einige von ihnen geben inzwischen selber ihr Wissen und ihre Erfahrung in Ausbildungsgängen weiter. Neben der School of Lost Borders gibt es aber auch andere Traditionen. Da die Visionssuche nicht an eine bestimmte Ideologie, Kultur oder Glaubensgemeinschaft gebunden ist, arbeitete jede/r Anbieter/in unabhängig und individuell. Die meisten der Visionssucheleiterinnen und -leiter im deutschsprachigen Raum sind aber in einem Netzwerk zusammengeschlossen. Dort wird im Rahmen von regelmässigen Treffen die eigene Praxis reflektiert. Es wurden ethische Standards für die Arbeit definiert und Ausbildungsstandards für künftige Visionssucheleitende entwickelt. Wichtig zu wissen: Die initiatorische Naturarbeit erhebt keinen therapeutischen Anspruch, auch wenn die Teilnahme an einer Visionssuche heilsam sein kann.

#### Den Rahmen geben und halten

Aufgabe der Visionssucheleiterinnen und -leiter ist es, die Teilnehmenden bestmöglich auf die Solozeit vorzubereiten. Dabei geht es einerseits um ganz handfeste Fragen: Wie finde ich einen sicheren Platz? Wie baue ich mir einen Schutz vor Wind und Wetter? Was für Gefahren können

mir begegnen? Wie orientiere ich mich in der Natur? Wie kann sich das Fasten auf den Körper und die Psyche auswirken? In kurzen Naturbegegnungen werden die Teilnehmenden zudem darauf sensibilisiert, wie die Natur ihnen Spiegel sein kann bei den Fragen, die sie bewegen. Diese Sequenzen dienen dazu, die Absicht zu schärfen, mit der sich die Teilnehmenden der Erfahrung der viertägigen Solozeit aussetzen.

Während der Solozeit sind die Leitenden in der Nähe in einem Basislager. Sie sind ansprechbar,

Anzeige

**Auftanken  
für Körper, Geist  
und Seele**

**plusBILDUNG**  
ökumenische  
bildungslandschaft  
schweiz

[www.plusbildung.ch](http://www.plusbildung.ch)

wenn ein Teilnehmer, eine Teilnehmerin mit einer Situation konfrontiert ist, die er oder sie nicht allein bewältigen kann. Dadurch geben sie ihnen Sicherheit für die Zeit, die sie allein in der Natur verbringen.

«Wichtig zu wissen: Die initiatorische Naturarbeit erhebt keinen therapeutischen Anspruch, auch wenn die Teilnahme an einer Visionssuche heilsam sein kann.»

Nach der Solozeit erzählen die Teilnehmenden im Kreis, was sie in den vier Tagen und Nächten erfahren haben. Diese Geschichten werden von den Leitenden gespiegelt, das heisst: die Leitenden geben wieder, was sie gehört und verstanden haben. Sie bestärken einzelne Aspekte oder Erfahrungen, ohne sie zu deuten oder zu interpretieren. Diese Form des Erzählens und Wiedererzählens vor Zeugen trägt dazu bei, dass sich die Erfahrung bei den Teilnehmenden tiefer verankert. Die Geschichten aus der Solozeit sind der Schatz, den die Teilnehmenden mit nach Hause nehmen – ein Schatz, dessen Reichtum sich oft erst im Laufe der Zeit entfaltet. ■

**Links:**

[www.visionssuche.net](http://www.visionssuche.net)

Netzwerk der Visionssucheleitenden im deutschsprachigen Raum

[www.visionssuche-ausbildung.ch](http://www.visionssuche-ausbildung.ch)

Ausbildung für Visionssucheleitende in der Schweiz

<http://schooloflostborders.org>

School of Lost Borders, USA, gegründet von Steven Foster und Meredith Little

**Literatur:**

Steven Foster, Meredith Little: Visionssuche. Das Raunen des Heiligen Flusses, Sinnsuche und Selbstfindung in der Wildnis, Arun Verlag 2012

Steven Foster, Meredith Little: Die Vier Schilde. Initiationen durch die Jahreszeiten der menschlichen Natur, Arun Verlag 2006

Sylvia Koch-Weser, Geseko von Lüpke: Vision Quest – Visionssuche. Allein in der Wildnis auf dem Weg zu sich selbst, Drachen Verlag 2015

Robert Bögle, Gesa Heiten: Räder des Lebens. Orientierungsmodelle für tiefe Transformation, Drachen Verlag 2014

Franz Peter Redl: Übergangsrituale. Visionssuche, Jahresfeste, Arbeit mit dem Medizinrad, Drachen Verlag 2009

## Initiatorische Naturarbeit im Kontext einer Hochschule

Fünf Tage draussen leben, essen, schlafen, lernen, sein – mit einer Plane als Dach und dem, was es wirklich braucht. Sich in der Natur bewegen und sie mit neuen Augen sehen, die vorhandenen Ressourcen nutzen und sich auf das Lernen in elementaren Situationen einlassen.

Das Angebot «Naturpädagogik» an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit erschliesst den Erfahrungs- und Erlebnisraum Natur und reflektiert diesen über den Weg der Selbsterfahrung. Es besteht aus einer Blockwoche und einem Integrationstag. Die Studierenden erfahren die Wirkweisen von naturpädagogischen Settings (24 h Solozeit) und machen sich vertraut mit den Methoden und Techniken des Arbeitens im Naturraum.

Die Blockwoche ist prozessorientiert angelegt: gearbeitet wird mit dem, was geschieht. Dieses Kernelement naturpädagogischen Handelns lässt die Studierenden in neue Lernsituationen hineinwachsen. Sie erfahren, wie Menschen sich durch den Kontakt in der Natur – zumindest für einige Momente – aus selbst begrenzenden Mustern herauslösen und ihre Selbstkonzepte erweitern können.

**Leitung:** Sabine Rimmele, Dozentin und Projektleiterin Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.  
Kontakt: [sabine.rimmele@hslu.ch](mailto:sabine.rimmele@hslu.ch)