

## Ein Tag im Spiegel der Natur

In diesem Jahr wird es auf Hof Amalion insgesamt 5 Termine geben, in denen du die Möglichkeit bekommst, für einen Tag im Spiegel der Natur etwas über dich selbst zu erfahren.

An jedem dieser Tage kannst du eintauchen in die heilsame Kraft der Naturbegegnung, entschleunigen und dabei bei dir selber ankommen.

Das Instrument, das dich dabei unterstützen wird, ist der Medicinewalk, auch Naturgang oder Schwellengang genannt. Es ist ein altes Ritual, um persönliche Fragen zu klären oder deinen Standort im Leben zu bestimmen.

Die Natur begegnet dir ganz wertfrei und sie erwartet nichts von dir, so kann sie für dich und deine Themen zum Spiegel werden und zur Klärung deiner Anliegen beitragen.

Wir werden im Kreis zusammen kommen und nach einer kurzen Einführung und einem Austausch wirst du Zeit haben, dein Anliegen für den Schwellengang zu klären:

Welches Thema bringst du mit? Was beschäftigt dich? Was ist Jetzt grade präsent?

Danach wirst du über die Schwelle gehen, die du dir selber legst. Diese Schwelle steht symbolisch für das Tor, dass deine Alltagswelt von den Erlebnissen in und mit der Natur trennt. Deine Schwellenzeit wird 2- 3 Stunden dauern, diese Zeit verbringst du alleine in der Natur.

Sobald du deine Schwelle überschritten hast, sind all deine Begegnungen und Erlebnisse mit Tieren, Steinen, Pflanzen, mit dem Wind und den Wolken ein Spiegel für dein persönliches Thema. Indem du fastend und mit immer tieferen Sinnen in diese Naturbegegnung eintauchst, kannst du mehr von diesem wundervollen Lebensnetz der Natur, von der du ein Teil bist, entdecken und auch mehr über dich und deinen Lebensweg erfahren.

Vielleicht wanderst du die gesamte Zeit über, vielleicht lädt dich ein Ort zum verweilen ein, vielleicht machst du dir viele Notizen oder du träumst etwas. Vielleicht bekommst du aus der Natur einen Gegenstand geschenkt, den du aus deiner Schwellenzeit mitbringst, der eine besondere symbolische Bedeutung für dich hat und dich in deiner Alltagswelt erinnern und rückverbinden kann.

Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, wie du deine Schwellenzeit verbringst, deine Intuition und die Natur werden dich leiten.

Nach deiner Rückkehr aus der Schwelle und einem gemeinsamen Essen, wirst du im geschützten Kreis deine Geschichte teilen. Dadurch gibt es einen Zeugenkreis für dein Erlebtes. Über das achtsame Spiegeln deiner Geschichte erhältst du die Möglichkeit, sie aus einer anderen Perspektive zu erfahren und dadurch ein größeres Verständnis für dich und deinen ureigenen Weg zu bekommen.

Die Termine bauen nicht aufeinander auf, so kannst du an einem einzelnen Termin teilnehmen oder an mehreren, ganz, wie es sich für dich stimmig anfühlt.

Begleitung: Patricia Christmann; Gestalt-Basis Ausbildung, Ausbildung in Ritualgestützter Naturprozessbegleitung.

Termine: samstags: 17.05.; 21.06.; 26.07.; 16.08. und 13.09.

Uhrzeit: 10 – 18 Uhr (bei max. 5 Teilnehmenden)

Kosten: nach Selbsteinschätzung 50€ - 70€

Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung (Sonnen/ Regenschutz); Wasserflasche für deine Schwellenzeit; eventuell Notizheft; Uhr/Reisewecker, damit du spätestens zur verabredeten Zeit wieder zurück auf dem Hof bist; etwas vegetarisches zu Essen für unser gemeinsames Mahl nach der Schwellenzeit.

Adresse: Amalienhof 6; 17337 Uckerland

Anmeldung bitte bis donnerstags vor dem jeweiligen Termin per mail an: [hofamalion@web.de](mailto:hofamalion@web.de)

[www.hof-amalion.de](http://www.hof-amalion.de)