

Natur als Quelle der Inspiration und Vision – Der Orakelspaziergang

Personen: 1, 2, 3, 4

Zeitphase: 1½–3 Stunden

Zusatzmaterial: ---

Weitere Materialien: entsprechende Kleidung, geeignetes Schuhwerk

Gehe an einen Ort in der Natur, den du gerne magst, der dir vertraut ist, oder irgendwohin, wo du noch nie warst und wohin es dich gerade zieht. Mache einen Orakelspaziergang und nimm dir dafür ausreichend Zeit. Du gehst mit dem Thema los, welches dich zurzeit in Bezug auf deine Berufung beschäftigt. Formuliere konkret eine Frage dazu, zum Beispiel: „Wie genau kann meine Berufung aussehen, wo genau wird es mich hinführen?“ Dann gehst du schweigend los. Die Umwelt ist dein Spiegel. Was oder wer begegnet dir? Ein Reh, die Sonne, ein Baumstamm, ein Stein? Was bedeutet dieses Zeichen in Bezug auf deine Frage? Versuche die Zeichen, die dir die Umwelt schickt, zu deuten und zu verstehen. Kehre schließlich mit deinen reichen Erfahrungen zurück und schreibe deine Erkenntnisse in dein Berufungstagebuch.

Eine weitere Variante wäre es, dass du dir jemanden suchst – eine oder zwei Personen –, dem/denen du das, was du erlebt hast, im Liegen erzählst: 5 Minuten mit geschlossenen Augen und 5 Minuten mit offenen Augen. Falls dir auf deinem Orakelspaziergang Symbole begegnet sind, kannst du sie gerne mitbringen und sie zeigen.

Die Person(en) deiner Wahl hört/hören dir aufmerksam zu und erahnt/erahnen die Botschaften. Zum Beispiel sagst du: „Mir ist ein Reh begegnet, und ich habe gedacht: Ja, ich bin immer noch zu ängstlich für mein Vorhaben!“ Die Person(en) schreibt/schreiben diese Sätze, während du von dem Spaziergang erzählst, etwas verändert auf, indem sie das Positive herausarbeiten. Um bei dem Beispiel mit dem Reh zu bleiben: „Dein Vorhaben ist noch ganz sanft, aber es ist dir begegnet.“ Als letzten Schritt, weiterhin im Liegen, lässt du sanfte Musik laufen, und dann spricht/sprechen die Person(en) diese positiv kreierte Sätze für weitere 5 Minuten direkt in dein Ohr, immer wieder, bis die Zeit um ist, wie ein Mantra. Wenn es zwei Personen sind, tun sie es simultan.

Danach ruhst du 5 Minuten aus und lässt das Geschehene auf dich wirken. Du kannst dir die Sätze der Person(en) oder eigene Notizen in dein Tagebuch schreiben oder du schließt direkt oder später den nächsten Klärungsschritt an.

Übrigens: Zu Bedeutungen und Botschaften von Tieren und Pflanzen gibt es tolle Bücher, und natürlich bietet auch das Internet einiges ...