

# 40 STUNDEN IM WALD

Sommer 2024 - Auf dem Weg zu DIR selbst!



In Erdleiten im Mühlviertel, am **2.8.2024 ab 11:30 Uhr bis 4.8.2024 früher Nachmittag** (inkl. Vor- und Nachbereitungszeit).

Zwei Nächte und einen Tag – 40 Stunden – alleine im Wald. Den freien Himmel über dir (bei Regen eine Plane ☺), die Kraft des Granits unter dir. Zeit des Innehaltens, Krafttankens, Durchatmens, der NEUorientierung, NEUausrichtung, ErNEUerung, Persönlichkeitsentwicklung pur! Hilfe zur Selbsthilfe!

Einfach, ursprünglich und gerade deswegen so radikal. **Bei jedem Wetter!!!**

***„Wer länger alleine draußen in der Natur verweilt, träumt anders, denkt anders, nimmt anders wahr – und erkennt.“***

In der „Verrücktheit“ unserer Welt geht das Wesen-tliche oft unter. Das was uns eigentlich ausmachen könnte, unsere tiefsten UR-eigenen HerzensWünsche, Träume, Potentiale ..... bleiben häufig stecken, verschüttet, auf der Strecke.

***„Geh in die Wildnis, segne dich selbst und erlebe was erlebt werden will.“***

Seit Anfang der Menschheitsgeschichte haben Menschen tiefgehende Einsichten über sich selbst und ihrer Welt erhalten, in dem sie in die Natur gingen, ganz auf sich allein gestellt. Damals wie heute gibt es Zeiten im Leben jedes Menschen, da ist es nötig alles hinter sich zu lassen, um Kraft zu schöpfen, aufzutanken, (Sinn)Krisen zu meistern, wichtige anstehende Entscheidungen zu treffen, .....

Was auch immer ansteht, hier hast du die Chance, dich im Spiegel der Natur zu erkennen und zu finden. Lehrerin und Therapeutin ist der Wald selbst, und du wirst - wie ein Geschenk - Antworten, Klarheit, eine Vision erhalten, die du mit zurück nimmst, damit das Leben weitergeht, klarer, reifer, tiefer, stärker, .... und du dazu deine Erkenntnis, deine Träume, deinen Vers beitragen kannst.

**Schon VORHER - zu Hause** wirst du dich schon mit Hilfe von E-Mails auf die Zeit im Wald vorbereiten können. Du bekommst Anregungen und Fragen, um deine ganz konkrete Absicht zu finden. Ich sende dir auch schon den Lageplan des Gebietes, und du kannst im Vorhinein das Gelände dort erkunden, kennen lernen, dich damit vertraut machen. Es darf alles sein – es braucht nichts sein!

## **Dieses Gesundheitspflegeprojekt ist ein kraftvolles & mächtiges Werkzeug '.....**

.... für die Erweckung eines unwahrscheinlichen Vertrauens in sich selbst UND das Leben, damit eine tiefe lebensbejahende Ausrichtung auf einen neuen Lebensabschnitt erlebt werden kann.

.... für die Auflösung von Angst vor der Dunkelheit, der Nacht, um den eigenen Mut, die Tapferkeit und Standhaftigkeit in sich zu entdecken - Selbstermächtigung pur!

.... für die Klärung, die Aussöhnung mit dem Vergangenen, dem bisherigen Leben, die Überwindung einer (Lebens)Krise, .... denn die Zukunft sollte die geheilte Vergangenheit sein, damit Wachstum erlebt werden kann.

.... für eine Neuorientierung, für die Suche nach neuen Perspektiven in Beruf, Partnerschaft, Lebensplanung, dem Lebensauftrag, einer Entscheidung - um Sinn und Bedeutung zurück ins Leben zu bringen, mehr Weitblick über das Leben und die Lebensbedeutung zu erhalten.

.... für die Belebung der inneren Schöpfer\*in, damit tiefste Potentiale in das Leben geboren werden können, um mit neuen Augen, unter einem neuen Blickwinkel sehen zu lernen, um zu erkennen, dass viel mehr möglich ist als man sich je zugetraut hat.

.... für deine Gesundheitspflege: Entspannung, Erneuerung, „Renovierung“ pur – Burnout Prophylaxe .... u.v.m.

## **Ist es bei dir jetzt Zeit hinauszugehen, und mit dir, deinem Innersten, deiner Seele, deiner GANZheit all-eins zu sein?**

### **ABLAUF:**

**Zu Hause** wirst du dich schon mit Hilfe von E-Mails auf die Zeit im Wald vorbereiten können. Du bekommst Anregungen und Fragen, um deine ganz konkrete Absicht zu finden. Du bekommst auch schon den Lageplan des Gebietes und kannst im Vorhinein das Gelände dort erkunden, kennen lernen, dich damit vertraut machen. Es darf alles sein – es braucht nichts sein!

Dann, im **Basislager** in Erdleiten, wirst du die Teilnehmer\*innen kennenlernen und dich auf deine AusZeit einen halben Tag lang vorbereiten:

Du bekommst Informationen zum Einrichten deines Schlafplatzes, Ängste werden besprochen, Zeremonien werden dir dienlich sein, es wird noch eine Kleinigkeit gegessen, Altlasten im Feuer verbrannt, ....

Das eigentliche Ritual beginnt mit dem Durchschreiten der Schwelle – dein Schritt in eine andere Welt. **Es geht in deine 40 Stunden** - Zeit der Wandlung - die du im Zwischenreich von Altem und Neuem alleine in der Natur verbringst.

## **Das Überschreiten der Grenze**

Mit dem ersten Schritt in den Wald lässt du alles Alltägliche, alle Masken hinter dir. Was dir ab diesem Punkt begegnet ist Bestandteil deiner inneren Reise. Du bist allein mit dir selbst, begleitet von Tieren, Pflanzen, Steinen, Wind und Wetter. Du spürst, was dir wichtig ist, wer du bist und wer du nicht bist.

Die Natur ist deine Therapeutin, dein Spiegel. Im lauten Schweigen der Natur begegnest du dir selbst, findest Lösungen, empfängst Eingebungen.

Was du während dieser Zeit machst ist dir selber überlassen. Es gibt keine vorgeschriebenen Aktivitäten wie meditieren und dergleichen. Es darf alles sein – es braucht nichts sein!

## **Dein Ritualraum**

Du findest deinen persönlichen Ort in der Natur, errichst dort einen Kraftplatz und bleibst in diesem Kreis, dieser Ur-Zelle, der Gebärmutter – mit minimaler Ausrüstung - 40 Stunden lang - alleine mit dir.

Du widmest dich ausschließlich dir selbst. Du bist bereit zu empfangen und zu klären. In den Nächten bist du eingeladen zu wachen.

Die Leiterinnen/Wächterinnen geben im Basislager den entsprechenden Rückhalt und sind jederzeit, rund um die Uhr, erreichbar. Du wirst – in einem absolut sicheren Feld – DICH wahrlich erfahren können, immer wieder mal begleitet von Trommel, Flöte, Gesang aus der Bodenstation.

## **Die Ernte**

Am Ende deiner inneren Einkehr treffen wir uns wieder. Ein lautes Zeichen am Sonntagvormittag zeigt dir das Ende deiner Innenschau.

Nach dem wir uns selber mit einem guten Frühstück gefeiert haben wird es Zeit die erlebten Einsichten und Erfahrungen im Kreis der anderen Teilnehmer\*innen zu teilen, um sie durch das gesprochene Wort in die Welt zu bringen. Was du erlebt und gesehen hast wird so verankert als neuer Teil von dir.

***B I S T   D U   B E R E I T   ?***



## **„Und ein Ende machen heißt einen Anfang machen.“**

Natur-AusZeit in 4283 Erdleiten bei Tragwein  
am 2.8.2024 ab 11:30 Uhr bis 4.8.2024 früher Nachmittag  
Bei J E D E M Wetter !!! (Du wirst eine entsprechende Ausrüstung mithaben, eine  
Plane wird dich vor Regen schützen, ....) Mehr dazu bei der Anmeldung.

Ritualleiterin: Andrea Fuchs (FUXXI)  
Veranstalter: Verein Arche Mea ZVR-Zahl: 1925 7670 11

Anmeldung und mehr Infos schriftlich bei  
Andrea Fuchs Arche-Mea@gmx.at  
oder Margarete Hohner (Hüterin): m.hohner@gmx.at  
ACHTUNG: Sehr begrenzte Teilnehmerzahl

### **Gesundheitspflegeprojektteilnahmebeitrag:**

inkl. vegetarischem Freitagessen und reichlichem SonntagsFrühstück: € 244,-  
Für Mitglieder des Verein Arche Mea: € 222,-

**Du bekommst bei deiner Anmeldung schon deine AusrüstungsInfoListe und genaue Hintergrundinfos per Mail zugeschickt – für deine Vorbereitung zu Hause.**

### **Anmeldebedingungen und Storno:**

*Die Natur-AusZeit ist kein Therapieersatz und keine Therapieform. Vielmehr ist jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin auf sich selbst gestellt. Die Leitungspersonen sind keine klassischen Therapeutinnen. Sie nehmen den Platz von „Ältesten“ „Wächterinnen“, oder kundigen Begleiterinnen ein, sie sind die Bodenstation, die immer bereit ist, jederzeit da, und begleiten dich mit Trommel, Flöte und Gesang durch die 40 Stunden.*

*Es ist eine Selbsteinweihung - jeder weihet sich selbst.*

*Du bist Dir bewusst, dass Du die Entscheidung zu dieser Erfahrung nur mit dem Herzen treffen kannst! Bei vorzeitigem Abbruch der AusZeit erfolgt keine Rückerstattung. Du bestätigst MIT DEINER ANMELDUNG, dass du vollkommen psychisch und physisch gesund bist. Jede Teilnehmer\*in ist gänzlich selbst verantwortlich, der Veranstalter Arche Mea kann nicht haftbar gemacht werden.*

*Stornobedingungen: Bei Rücktritt ab 10 (zehn) Kalendertagen vor Veranstaltungsbeginn verrechnen wir 50 % des Teilnahmebeitrags. Bei Absage am Vortag oder Nicht-Erscheinen (ev. wegen schlechtem Wetter) wird der gesamte Teilnahmebeitrag verrechnet.*

*Danke für Dein Verständnis.*

