

JR zum Thema „Naturerfahrungsfeld, Natur-Mentoring und was ist Coyote Teaching?“- FRAGEN & ANTWORTEN IN INTERVIEW-FORM



Schönster Abenteuerspielplatz
der Welt? Keine Frage -
der Wald und das
nicht nur für Kinder!

Janette, worum geht es Dir bei Deiner Arbeit speziell im Naturerfahrungsfeld?

Bei mir steht „der Mensch in Verbindung zur Natur im Mittelpunkt.“ Das bedeutet ich möchte die Menschen wieder mehr für den Wald und die Natur begeistern und damit für sich selbst und die tieferen Zusammenhänge des Lebens sensibilisieren, d.h. die eigene Empathie wecken, das Mitgefühl für sich selbst und die Lebendige Natur, von der wir Menschen ein untrennbarer Teil sind. Darüber hinaus bietet das Naturerfahrungsfeld dem Einzelnen eine großartige „Spielwiese“ des Entdeckertums eigener Fähigkeiten und Talente, der Schätze die im Inneren verborgen liegen und hervorgeholt werden wollen, um sie segenbringend mit der Welt zu teilen. Ich glaube jeder Mensch hat ein einzigartiges „Geschenk“ mit in dieses Leben gebracht und ich betrachte es als einen Teil meiner Aufgabe, diese Geschenke in Form besonderer Gaben mit Hilfe der Natur sichtbar zu machen, damit dieser Mensch glücklich sein kann und sein Glück in diese Welt geben kann. Denn wenn wir unser inneres Glück gefunden haben, können wir gar nicht anders, als unsere Talente und Gaben zur Verfügung zu stellen und sie zu teilen!

Wie darf man das mit der Empathie genau verstehen?

Um es in aller Einfachheit zu sagen:

„Der Wald, die Natur können ohne den Mensch existieren, der Mensch jedoch nicht ohne den Wald/die Natur!

Wenn wir als Einzelner die Bedeutung dessen erkennen, können wir unseren ursprünglichen Platz im Leben einnehmen.

Der da Deiner Meinung nach wäre?

Unser Platz ist nicht die Krone der Schöpfung, sondern ein Hüter der Erde zu sein und das zu erhalten, was wertvoll und schützenswert ist, nicht nur für uns selbst, sondern auch für nachfolgende Generationen und das können wir am besten, wenn wir zuerst bei uns selbst in unserem eigenen Leben anfangen. Denn wenn wir Empathie, d.h. Mitgefühl entwickeln, dann wollen wir nur das Beste für andere und uns selbst und tun nach bestem Vermögen nichts mehr, was uns selbst oder anderen Lebewesen schaden könnte!

Klingt einleuchtend! Aber Janette, was ist eigentlich Coyote Teaching genau?

Nun, wer z.B. einmal einen heiligen Hain im Wald oder andernorts betreten hat auf eine besondere Weise, wie es etwa das Coyote Teaching vermittelt, der kann gar nicht anders als von Dankbarkeit, Ehrfurcht und Freude ergriffen zu sein. Was ich selbst z.B. in meiner Kindheit schon erlebt habe, hat das Coyote Teaching eindrucksvoll noch verstärkt – diese Liebe, das Selbstvertrauen, das Mitgefühl und die Empathie, welche die Naturerfahrung in mir hervorgerufen hat.

COYOTE TEACHING sensibilisiert nicht nur für die Natur, sondern eben den Mensch auch für sich selbst und seine Mitmenschen. Es öffnet in uns nicht nur einen klaren Geist, um größere Zusammenhänge besser zu verstehen. Es ist auch ein wertvoller Beitrag im Hinblick auf das eigene Sozialleben und die Fähigkeit mit anderen Menschen und Mitlebewesen **in Beziehung zu treten**.

Das klingt sehr spannend aber ich kann mir immer noch nicht ganz vorstellen, wie Coyote Teaching in der Praxis aussieht?

Also das, was mich bspw. sehr berührt hat, war während meiner Weiterbildung bei Matthias Blaß etwa das Wochenende mit den Bäumen als Mentor. Dabei haben wir viel über die Bäume erfahren, allerdings weniger theoretisches Wissen, als vielmehr Wissen durch Erfahrung, d.h. wir haben z.B. Bäume blind erfühlt, sind mit Augenbinden und barfuß durch den Wald gelaufen, haben uns sozusagen den Weg ertastet. So wurde der Wald zu einer einzigartigen Welt, die ich ganz neu wahrnehmend erfahren durfte, mit meinem ganzen Körper, der in diesem Moment meinen „Sehsinn“ ersetzt hat. Obwohl ich also mit geschlossenen Augen durch den Wald ging, stieß ich gegen keinen einzigen Baum! Das hat mich wirklich sehr berührt, es war ein fantastisches Erlebnis! Des Weiteren haben wir den Wald durch den sogenannten Eulenblick mit ganz neuen Augen gesehen. Durch den Eulenblick kann man seine Wahrnehmung verfeinern und das Blickfeld ausdehnen zu einer gewissen rundum Sicht. Im Großen und Ganzen lässt sich wohl sagen, dass das Coyote Teaching zu einer Erweiterung des Bewusstseins führt. Aber was bedeutet das nun, eine Erweiterung des Bewusstseins? Das klingt vielleicht erst mal abgehoben, ist es jedoch im Grunde gar nicht. Wir Menschen erfassen das Meiste was wir erleben über den Sehsinn, während andere Sinne um ein vielfaches

vernachlässigt werden. Bei der Naturerfahrung dieser Art lernen wir auf spannende Weise, wieder alle Sinne ganz natürlich zu gebrauchen und obendrein öffnet sie unser mitfühlendes Herz!

Coyote Teaching baut dabei ähnlich wie das Flow Learning von Joseph Cornell auf 4 Grundsäulen auf, um Menschen zu erreichen:

1. Begeisterung wecken, Neugierde schüren
2. Gegenwärtig sein, konzentrierte Wahrnehmung, bzw. die Achtsamkeit schulen
3. Raum für Erfahrung/Herausforderung schaffen
4. Erlebtes in der Gemeinschaft teilen.

Das klingt wirklich toll, jedoch frage ich mich, was Menschen im Alltag davon haben, wenn sie bei einem Deiner NATURERFAHRUNGSFELDTage teilnehmen oder ein persönliches Mentoring in Anspruch nehmen?

Was bringt es mir, wenn ich blind durch den Wald laufe oder den Eulenblick erlerne?



Nun, das ist ganz einfach, ein Tag im NaturErfahrungsfeld kann dem Einzelnen z.B. helfen, eine neue und etwas andere Sicht auf Alltägliches oder auch auf evtl. Probleme zu gewinnen. Wer viel Stress ausgesetzt ist, in welcher Form auch immer, lernt z.B. beim „Fox walk“ – das ist eine stark verlangsamte Form des Gehens, bzw. Schleichens - eine sehr angenehme Art der Entschleunigung kennen, um zur Ruhe zu kommen und mehr Balance mit in den Alltag zu nehmen. Die Natur kann als Spiegel für unsere inneren Angelegenheiten dienen und Antworten bieten, die wir so sonst nicht einfach so herausfinden! Ein solcher Tag bzw. Mentoring kann Dir Inspiration und Neuorientierung bieten, gleichermaßen wie Ruhe und Ausgleich als Gegenteil zur Hektik unserer Zeit. Obendrein ist so ein Tag auch mit viel Spiel, Wissen und Spaß vollgepackt, für Kinder, wie auch für Erwachsene.

Ich glaube jetzt bekomme ich doch langsam Lust einmal an einem Tag im NaturErfahrungsfeld teil zu nehmen! Es ist Dir jedenfalls bestens gelungen mich neugierig zu machen. Ich danke Dir sehr für das erfrischende Gespräch!

Herzlich gerne! Ich danke ebenso.



www.jadegruen-und-rubinfeuerrot.de

