

Waldmeditation

Der Wald ein Kraftort im Schattenlicht
wo die Gedanken eigene Wege gehen
und in der Baumrinde Lebensspuren verborgen sind
Den Baum umarmen, die Weisheit verstehen
sich in den kraftspendenden Kreislauf begeben
durchfluten lassen vom Saft des Lebens.
Im tief verankerten Wurzelwerk den Ursprung erfahren.

Die Baumkronen schaukeln hin und her, her und hin
wiegen im lautlosen Wind empor ins Himmelsgewölbe
Ein schriller Vogelruf durchbricht das Schweigen
Waldgeister flüstern, Äste knacken,
Vogelgezwitscher in den Zweigen
Honiggelber Harz der Rinde klebt an meinen Händen
duftet und bleibt

Therese Solèr Mai18

Hinter Baumrinden
versteckt ein Nest

Geborgenheit für kurze Zeit

Baumeister des Glücks
aus hundert kleinsten Halmen
eine Wiege für die Zukunft

Immer im Wissen
dass das junge Vogelglück
ein Luftschloss haben wird.

Die Geschwätzigkeit der
Mönchsgrasmücke
erinnert an
das muntere Geplauder
von glücklichen Schulreisekindern

Sie tragen ihre Neugier in Rucksäcken und singen
von Freiheit, Abenteuer und
grenzenloser Weite.

Waldspaziergang

Das Blätterdach filtert das grelle Licht der Sonne,
einzelne Strahlen fallen schräg bis auf den feuchten Boden
und machen den Wald zu einem überaus plastischen Raum.
Die feuchte Luft ist rein und behagt meiner Nase und der Kehle.

Die Stille wird hie und da unterbrochen durch den Ruf eines Tieres:
Vögel singen ihr Lied, der Specht lässt den Baumstamm beben
oder der Eichelhäher warnt seine Mitbewohner vor Gefahren.

Ich stelle mir vor, wie jedes noch so kleine Lebewesen, sich
- oft im Sichtschutz des Waldes - bewegt und seine Nahrung sucht:

Ein Würmchen oder Ameisen, Tausendfüssler, Räumchen, Käfer,
Blindschleichen, Mäuse, Kröten und Frösche, Eichhörnchen, Vögel
vom kleinen Sperling bis zum grossen Bussard oder Milan, Wildkatzen,
Füchse, Rehe, vielleicht auch Wildschweine, und viele weitere Tiere.

Jetzt, wo es nach der Kälte des Winters wieder warm geworden ist,
muss in der Tierwelt die Erleichterung und Freude gross sein:
die Lust, ein Nest zu bauen und sich fortzupflanzen, ist unbestritten.

Und was tue ich hier?
Im Wald, da suche ich mich selbst!
In der Geschäftigkeit des Alltags habe ich mich verloren.

Der Wunsch, zu mir zurückzufinden, ist es, der mich in den Wald treibt.
Da - in Kontakt mit der Natur und ihrem Sein -
höre ich den biblischen Satz: „Und siehe, es war sehr gut“.

Die Formenvielfalt im Geäst der Bäume fasziniert mich jeden Winter:
Sie zeigt mir, wie verschieden jede Kreatur ist, und jede ist schön!
Diese Vielfalt regt die Kreativität an.

Ja, kleiner Säugling, schau in dieses Geäst hinein - stundenlang,
so wird sich dein Gehirn gut entwickeln,
die Wege vom Groben ins Feine oder umgekehrt gut finden
und wissen, wo die Wurzeln sind und woher dein Lebenssaft kommt.

Ich erinnere mich auch an Erich Fried und sein Gedicht:
„Es ist was es ist, sagt die Liebe“.

Was hat denn die Liebe mit dem Wald zu tun?
Um dieser Frage nachzugehen, werde ich wohl
noch längere Zeiten im Wald verbringen!

Anleitung zum Bau einer Waldhütte

Zuerst muss der Standort sorgfältig ausgewählt werden: Gut getarnt soll die Hütte sein, kräftige Bäume brauchen wir für die Befestigung der Wände, möglichst nahe an einem Gewässer, idealerweise an einem kleinen Bachlauf, wir wollen schliesslich auch kochen, essen und waschen können, ein fester Untergrund soll die Hütte haben, unsere Wachen müssen einen guten Überblick über das Gelände haben, mindestens eine Seite der Hütte muss unangreifbar sein – durch einen Erdhügel oder besser noch durch einen Felsen geschützt.

Dann konnte der Bau der Hütte beginnen. Wir schleppten Bretter, Äste und Blätter durch den Wald, zimmerten unser Versteck zusammen, meist ohne Werkzeug, Fallen wurden ausgehoben und mit Ästen und Blättern getarnt, eine Schufterei war das, doch keiner beklagte sich. Die Arbeit musste getan werden. War das Werk vollendet, kehrten wir zu unseren Müttern zurück und baten um alte Woldecken oder Teppiche, widerstandsfähiges Essgeschirr, Becken und Putzmaterial. Ein alter, ausgefranster Besen fand ebenfalls seinen Weg in den Wald. Wir wollten sicher nicht in einem Saustall leben! Zuletzt wurden die Vorräte angelegt: Besonders beliebt waren Äpfel und Kartoffeln zum Braten im Feuer, auch der Salzstreuer durfte nicht fehlen.

Dann warteten wir auf den Feind. Wir sassen in der Hütte und vertrieben uns die Zeit mit dem Perfektionieren unserer Steinschleudern und dem diskutieren von Kriegstaktiken. Kämpfe gab es viele. Die Rossrütler versuchten immer wieder, unsere Hütte einzunehmen, doch wir trieben sie jeweils unter lautem Geschrei den Hügel hinunter, zurück in ihr Bauerndorf. Die Siege feierten wir ausgiebig: Bei Sirup und heissen Kartoffeln liessen wir unsere glorreichen Manöver Revue passieren. Unsere aufgeschürften Knie, die verkratzten Arme und die Steinschleuderschäden an Kopf und Rumpf pflasterten wir mit einer Mischung aus lehmhaltiger Erde und Wasser zu. Zuhause dann reinigten unsere Mütter die Wunden mit derselben Art von Defaitismus, mit der die Menschheit Naturgewalten begegnet.

All das ereignete sich in den siebziger Jahren am Nieselberg, genau hier in diesem Wald. Wo bauen sich die heutigen Kinder ihre Hütten? Ich will es ihnen sagen.

Sie finden sich einen Raum, indem sie ungestört sind, richten bequeme Sitzgelegenheiten ein, montieren coole Beleuchtungen, setzen eine raumbeschallende Musikanlage in Betrieb und legen sich Vorräte in Form von Chips, Eistee, Maltesers und Kinderschokolade an. Im Zentrum dieser Hütte stehen die zwei Bildschirme, drahtlose Kopfhörer mit integriertem Mikrofon stehen bereit, die Spezialtastatur und die ergonomische Maus ebenfalls. Das Gamen kann beginnen! Wie wir damals in unseren Waldhütten, diskutieren sie Kriegstaktiken, schmieden Pläne, schärfen ihre Waffen, pfeifen zum Angriff, freuen sich über Siege und fluchen über Niederlagen. Ähnlich wie wir damals, in den siebziger Jahren. Nur die Natur fehlt ihnen, ebenso das kostenlose Baumaterial und die äusserlich sichtbaren Verletzungen,

Danielle Baumgartner Knechtli Mai2018

«Der Frühling bringt uns ein Licht», schrieb die amerikanische Dichterin, Emily Dickinson, *«das keine andere Jahreszeit kennt, es steht dort über einsamen Hügeln, und tief in meiner Seele vernehme ich seine Worte die mich rufen, lockend, verlockend.»* Und in der Tat: Licht durchflutet uns, wenn die ersten Sonnentage nach den Schatten des Winters kommen. Hungrig findet es uns vor. Begierig saugen wir es in uns auf. Ein Geschenk des Augenblicks, ein Versprechen von Ewigkeit. Lichte Klarheit, die uns das Gelb von Forsythien bringt, das Leuchten des Rapsfeldes in neugrüner Landschaft, an der sich unser Auge nicht satt sehen kann. Und überall der jubelnde Gesang der Vögel, der Gesandten des Lichts: die Vögel und das Licht sind eins. Mit ihnen erhebt sich unsere Sehnsucht nach dem Licht. So folgerte der Komponist Messiaen: Der Gesang der Vögel müsse etwas Heiliges sein. Erst die Vögel brachten das Licht zurück und jedes Jahr erschufen sie die Natur mit ihren Liedern- Ton für Ton ersangen sie die Wälder, Felder und Wiesen, singen die Dunkelheit fort und machen die Rückkehr des Lichtes überhaupt möglich. Das Licht steht am Anfang alles Lebens. Der Mystiker Jakob Böhme beschrieb es als *«Liebe-Licht»* - das, was die Welt durchflutete als Gott sein *«Herz weit öffnete»*.

Brigitta Bommer Mai2018