

## NATURGANG-IMPULS zur Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche 2026

### Der Erneuerung den Boden bereiten

Der 21.3. markiert im Jahreskreislauf eine Schwelle: Tag und Nacht sind genau gleich lang, und die Energie beginnt, sich nach oben zu richten. Die noch zarte Frühlingskraft nimmt Fahrt auf und strebt ihrer vollen Entfaltung entgegen. Es ist jedes Jahr eine Zeit der Erneuerung.

Doch wie geschieht Erneuerung? Sie lässt sich nicht machen. Wir können nur aufmerksam wahrnehmen, was im Winterhalbjahr geruht und bereits gekeimt hat – und dem, was entstehen will, den Boden bereiten.

Frühlingshafte Erneuerung ist daher eine Einladung, unsere Vorstellungen loszulassen und stattdessen achtsam zu beobachten, was sich in der Natur, im eigenen Leben und in unserer Gemeinschaft von selbst neu und lebensdienlich entfaltet – vielleicht an ganz anderen Orten, als wir es erwartet hätten.

Beim letzten Mal haben wir von der Vision eines re:nature-Zentrums für europäisches indigene Wissen und naturzyklisch-regeneratives Wirtschaften in der Schweiz berichtet.

Diese Vision trägt uns weiterhin. Im Moment geht es vor allem darum, im Hintergrund den Boden dafür zu bereiten. Deshalb berichten wir heute mehr über diese stille „Hintergrundarbeit“ als über das Projekt selbst.

### 60 Menschen im visionären Austausch über re:nature-Schweiz

Nach dem letzten Newsletter haben sich am 19. Februar mehr als 60 Menschen online zum Austausch über den Naturgang zur re:nature-Schweiz-Vision ausgetauscht. Ein starkes Energiefeld! Wir laden heute alle ein, an der Weisheit unseres kollektiven Spiegels teilzunehmen. Du findest unsere gemeinsam erlebte Geschichte angehängt an den Naturgangimpuls weiter unten zum Download. Im Hintergrund arbeiten wir an einem Dossier für das re:nature-Schweiz-Projekt. Wir informieren und laden dann weiter zur Mitwirkung ein.

### Arbeit an Publikationen

Die Basis von re:nature ist die Verlebendigung unseres indigenen europäischen Erbes. Ursula hat das beliebte Märchenbuch «Im Land der Seele» vollständig überarbeitet und erweitert. David arbeitet zur Zeit an einem Buch über unsere re:nature-Arbeit mit Organisationen. Unsere Büroleiterin Felicitas organisiert im Hintergrund alles zur uma Verlagsarbeit.

### Erstellen der online-Akademie

Ursula legt jetzt endlich mit der Erstellung der online-Akademie den Boden, um das Wissen zum re:nature-Kompass und den unterschiedlichen Lebensrädern allgemein zugänglich zu machen. In den nächsten Wochen werden die Videos und Audios dafür entstehen. Moritz arbeitet parallel daran, die technische Plattform für die Akademie zu erstellen.

### Der Ort in Beseland lädt weiter ein

Franzi hat inzwischen in Beseland die Leitung des Seminarbetriebs übernommen und schafft damit für David und Ursula den Raum, die inhaltliche Arbeit im Hintergrund voranzutreiben. Das Treffen von 27 Ausgebildeten (uma werkstatt) vor einer Woche in Beseland ordnete das professionelle Feld am uma institut neu aus für das, was kommen mag.

Wir freuen uns über dieses Zusammengewirk in dieser «Bodenarbeit» für das gesamte re:nature-Projekt – wie immer es am Ende aussehen wird. Fleißiger Frühling.

*Der Naturgang in diesem Newsletter lädt dich ein, den Boden für deine eigene Erneuerung zu bereiten und zu entdecken, was sich bereits bei dir an Neuem zeigt (ohne dass du es vielleicht schon bemerkt hast).*



## Der Naturgang zum 21. März 2026

*Dieser Naturgang lädt dich ein, die Schwelle in die obere Jahreshälfte zu überschreiten. Was im Winterhalbjahr geruht hat und gekeimt ist, kommt nun an die Oberfläche und zeigt sich. Lass dich überraschen!*

*Am Schönsten ist der Naturgang am Morgen, wenn die Tageszeit mit der Qualität der Jahreszeit übereinstimmt. Aber natürlich bist du zu jeder Tageszeit zu diesem Naturgang eingeladen. Baue dir zu Beginn eine **Schwelle** aus Naturmaterialien (einen schönen Ast auf den Boden legen und schmücken, ein Kreis aus dem Laub austreten...). Stelle am besten einen Wecker auf die Uhrzeit deiner Rückkehr, dann brauchst du nicht ständig auf die Uhr zu schauen. Wenn möglich, bleibe 3-4 Stunden bei jedem Wetter draußen. Kehre über diese Schwelle am Ende wieder zurück, halte inne, werde dir des Geschenkes des Naturganges gewahr, bedanke dich bei allen Wesen und zerstreue die Schwelle wieder - so wie du alles auflöst, was du während dem Naturgang an symbolischer Auslegung geformt hast.*

### **Überraschung der Erneuerung und Boden bereiten für das Wachstum**

*Halte an der von dir zu Anfang des Naturgangs gelegten Schwelle inne und lass dich bewusst wissen, was du denkst, was sich jetzt in deinem Leben und in der gesellschaftlichen Gemeinschaft erneuert. Freue dich darüber und streife es dann aber ganz bewusst ab. Mach dich ganz offen, was sich dir darüber hinaus noch zeigen wird an dem, was in deinem oder dem gesellschaftlichen Kollektiv an Lebendigkeit auftaucht, was du bisher noch nicht sehen konntest.*

### **Der Impuls für den Naturgang lautet**

«Geh über die Schwelle und streune. Irgendwann findest du eine gerade sich zeigende Pflanze. Wer ist es, welche Anmutung hat sie? Welche Qualität weckt euer Beisammensein in dir? Welche Kraft der Erneuerung zeigt sie dir für dein Leben? Im zweiten Teil widme dich der Frage, was du dazu beitragen kannst, damit diese Erneuerung in deinem Leben einen guten Boden hat. Lass dazu deinem Körper freien Lauf: will er noch ein bisschen ruhen? Braucht er Bewegung? Welche Art von Bewegung?»

Nach der Rückkehr über deine Schwelle kannst du reflektieren, was dieser Naturgang dir gezeigt hat über die Erneuerung, die gerade in deinem Leben stattfindet (und/oder vielleicht noch unbemerkt in der Gesellschaft). Was kannst/sollst du konkret in deinem Leben tun, damit der Boden bereitet wird, damit sie sich entfaltet?

## Austausch-Abende zu den Naturgangimpulsen des uma newsletters

*Du bist wieder (oder ganz neu) eingeladen, deinen Naturgang unter Gleichgesinnten zu teilen und die kollektive Botschaft aus allen Naturerfahrungen herauszulesen. Im Austausch mit anderen wird dein eigener, kleiner und gleichzeitig großer Beitrag bestärkt. «In bestärkender Runde» heißen diese online-Treffen deshalb. Du kannst einmal teilnehmen, mehrmals oder jedes Mal durchs ganze Jahr!*

Nächster Termin ist der 1. April 2026, um 20 – 21.30 Uhr. Walle Gairing und Ulla Tvenhövel aus unserem [uma team](#) begleiten mit viel Erfahrung diesen Abend. Anmelden kannst du dich (gerne bis spätestens 2 Tage davor) direkt bei [mail@walle-gairing.de](mailto:mail@walle-gairing.de)

Der Unkostenbeitrag beträgt nach Selbsteinschätzung zwischen 15 – 30 Euro pro Abend. Nach der Anmeldung wird ein Zoom-Link versendet. Die Beschreibung und alle weiteren Termine in 2026 findest du unter [www.umainstitut.net/seminare](http://www.umainstitut.net/seminare)

# Kollektiver Spiegel der Naturgänge zum re:nature-Schweiz-Projekt am 19. Februar 2026

19. Februar 2026, 20 Uhr, ca. 60 Teilnehmende mit Naturgang, Team 10 Teilnehmende

---

## Intro

Wenn wir in die Natur ausschwärmen und den mehr-als-menschlichen Mitgeschöpfen mit unserer Frage im Herzen begegnen und dann zurückkommen und die Geschichten teilen, wissen wir nie, was daraus entsteht. Wir tragen die Geschichten zusammen und lesen sie symbolisch. Wir versuchen, die Naturerlebnisse im Hinblick auf unser Anliegen zu deuten — Informationen zu erhalten über unsere Vision: einen re:nature-Campus in der Schweiz.

Wir nennen das **Kollektivspiegel**: einmal hineinzuhorchen und dann ganz spontan zu sprechen. Das entbehrt jeder Vollständigkeit; es ist assoziatives Symbollesen. So bist du eingeladen, in die Bilder einzutauchen. Gemeinsam treten wir in diesen Traumraum ein.

---

## Kollektivspiegel

Ich (Ursula) habe in einer der Geschichten eine Kinderschar gehört. Ich habe die Frage herausgehört: Was können wir gegenwärtigen Erwachsenen zur Krise der Zeit und zur Vision eines re:nature-Campus beitragen?

Und so sind wir es — die Kinder der Zukunft —, die nun diese Geschichte erzählen. Wir sind die von morgen, die noch nicht Geborenen, die noch im geistigen Raum zu Hause sind, auf den Sternen leben und dort denselben Raum teilen wie die Ahnen. Von dort aus schauen wir zurück in die Zeit — in das Jahr 2026, um den 1. Februar. Da sehen wir, wie die Erwachsenen von damals in den Wald ausströmen. Unsere Eltern und Großeltern sind es, die Urgroßeltern. Sie haben eine Spur aufgenommen, indem sie selbst die erste Spur in unbekanntes Schneegelände gelegt haben.

Wir sehen von der Zukunft her, wie sie sich von den Bäumen leiten und begleiten haben lassen und wie sie sich — noch ganz anfanghaft — an diesem Rad orientierten, an diesem Kompass, der sich ihnen in Steinen zeigt und als Lebensnetz offenbarte. Sie nahmen die Spur dieses Lebensnetzes auf und folgen dem gefrorenen Eis. Dort wohnten sie dem Aufbrechen bei. Und während sie umherstreiften, erkannten sie, dass es eigentlich nichts braucht: Es braucht kein Aufdecken. Es ist alles schon da! Damals war alles schon da!

Sie mussten nichts tun, um die Vision zu finden, sondern sich nur hingeben, sich vom Rhythmus erfassen lassen, die Musik hören, die ihnen zugespielt wurde, und mittanzen. Sie mussten sich nur in das weiche Gras legen, in dieses nährstoffreiche Grün, und staunen über die hellgrünen Keimlinge, über das Moos, über das, was sich unter der Schicht, noch zugedeckt, zeigte.

Und dann haben wir Kinder der Zukunft gesehen, wie unsere Vorfahren hineingefallen sind — in Brunnen, in Höhlen, in die Erde — und wie sie dort erfahren haben, dass unten alles verwurzelt ist. Und dass es genau und ausschließlich darum geht: um

Verbundenheit, um Beziehung. Dass dieses Gewirk nicht nur als Wurzeln Bäume verbindet, sondern alles.

Wurzeln verbinden Alt und Neu, verbinden die Ahnen und uns in der Zukunft. Leben ist nichts anderes als Verbundenheit. So hat sich ihnen die Erde entgegengewölbt, damals am 1. Februar 2026.

Und wir sehen, wie sie viele Umwege gegangen sind, um nirgendwo anders anzukommen als bei sich selbst. Und wie sie ihr Zuhause als Kraftort erkannt haben — dass eigentlich alles schon da ist, genau dort, wo sie bereits waren. Sie mussten nirgendwo anders hingehen, um am Neuen mitzuwirken, an der Lebensgrundlage von uns, die wir nach ihnen gekommen sind.

Dann haben sie sich niedergelassen, sich verlangsamt, in einer hohlen Weide die Stille gefunden und erkannt, dass die Kraft der Ahnen alles schon beherbergt — dass alles aus sich selbst heraus entsteht: Die Selbstheilungskräfte, die Kraft, das Eis zu schmelzen, die Kraft, darüber hinauszugehen, was bisher als verboten erschien. Sie erkannten, dass sie an der Zerstörung — die lange Zeit dauerte, sichtbar in rostigen Eisenschienen, abgeholzten Hecken und Steinbrüchen — nicht weitermachen müssen. Sie dürfen Zäune übersteigen, hinaustreten über die bisherige Art ihrer Naturverbindung, die die Natur nur schützt. Sie dürfen mit kindlichem Gewundern darüber hinausgehen, in Freiheit aufbrechen. Und sie erkannten: Zu dieser Freiheit und zu dieser neuen Kraft gehören gleichermaßen Verletzlichkeit und Fragilität.

So begannen sie nach und nach, das glasklare Juwel zu sehen — diesen Kristall, diesen Schneekristall, diesen funkelnden, der nur augenblickhaft erscheint und sich wieder verbirgt. Sie begannen, seinem Licht zu folgen und sich selbst — immer funkelnder, wie der Zauberwald — in die klare Botschaft hineinzustellen: Es ist alles schon da. Ihr Menschen seid auch da. Ihr braucht euch nur einzufügen.

Und so schufen sie Orte, genau dort, wo sie waren, um von dort aus in die Tiefe zu graben — Schicht um Schicht — zurück an die Anfänge. Sie gruben tiefer und tiefer bis zu diesem Urort, zu diesem tiefen Raum, zu dieser intelligenten Art, wie Wurzeln sich um Ecken winden — auch um geschichtliche Ecken — und Räume verbinden. Und sie begannen, diese Kraft zu ehren, die inmitten durch den Dreck geht.

Von dort aus zogen sie dann — wie der Kleiber — eine Verbindung von der tiefsten Tiefe in die höchste Höhe und lebten in der Mitte immer mehr in Freude. Das Leben braucht nichts. Es brauchte nur, dass sie ab und zu die Dinge von der anderen Seite betrachteten, um mehr zu erkennen, als wir bisher gesehen hatten.

Und so ist die alte Schildkröte aus den Tiefen der Zeit hervorgekommen, um langsam in die Zukunft zu schlendern. Damals fragten unsere Eltern, Großeltern und Urgroßeltern, was sie beitragen könnten für eine bessere Zukunft.

Und wir haben ihnen zugerufen:

Ihr müsst nicht beitragen auf die Weise, wie ihr immer getragen habt.

Seid einfach ein wenig mehr bei. Kommt bei.

Das Leben wartet — und funkelt.

---