



## Visionssuche / Waldzeit in Ligurien - im Hinterland von Albenga vom 06. bis 17. Mai 2024

Bei der Visionssuche handelt es sich um einen Übergangsritus, der an die Lebensumstände und Bewusstseinsveränderungen des modernen Menschen angepasst wurde. Diese Riten unterstützen seit jeher das persönliche und spirituelle Wachstum der Menschen und ihrer Gemeinschaft.

In der Natur wird der stetige Wandel von Werden, Wachsen, Reifen und Vergehen überall sichtbar. Dieser wiederkehrende Wechsel vollzieht sich auch in den Phasen unseres menschlichen Lebens, in Projekten, in Beziehungen.

Natur lehrt uns - vor dem Frühling, des Neugeborenen Werdens, kommt der Herbst und der Winter, das Sterben und die Zwischenzeit. Das alte Kleid ist zu klein geworden, doch bevor wir ein neues Kleid anlegen, gilt es das alte abzulegen, **sich zu häuten, wie die Schlange**.

Die vier **Tage und Nächte allein in der wilden Natur** geben Dir die Möglichkeit, Deinen Lebensraum zu erforschen und Deine Lebensausrichtung zu überprüfen. Im direkten und intensiven Kontakt mit den Kräften der Natur, entdeckst Du wieder deine einzigartigen Begabungen, damit Du ein Leben kreieren kannst, das Dir selbst und der Welt dient.

- Möchtest Du Dich mit etwas Vergangenen aussöhnen?
- Brauchst Du Zeit etwas zu betrauern, zu verabschieden und loszulassen?
- Suchst Du mehr Klarheit über Dein Leben und seinen Sinn?
- Möchtest Du Dein Leben leidenschaftlicher und voller leben?
- Hat Dich das Leben in eine Krise geworfen und Du suchst nach Heilung und Inspiration, die die Natur Dir geben kann ?
- Möchtest Du dich mit deiner ursprünglichen Kraft und Weisheit wieder verbinden?
- Befindest du Dich auf einer spirituellen Suche?

Manuela Treppens, Via ai Prei, CH 6661 Loco, 0041 (0)77 446 25 16  
[www.monte-anima.com](http://www.monte-anima.com), [info@monte-anima.com](mailto:info@monte-anima.com)

Diego Miglioretto, Obere Rebbergstr. 33, CH 8425 Oberembrach, 0041 (0)79 710 99 31  
[www.ur-sachen.com](http://www.ur-sachen.com), [diego.miglioretto@ur-sachen.com](mailto:diego.miglioretto@ur-sachen.com)

## **Visionssucheablauf**

Der Übergangsritus besteht aus den drei klassischen Stadien, die jede Transformationsreise prägt. Die Trennungsphase, die Schwellenzeit und die Wiedereingliederung. Die Trennungsphase beginnt dann, wenn Du Dich für die Visionssuche entscheidest und Deinem innerem Ruf folgst.

Die Ablösung dauert bis zu Deiner Alleinzeit draussen in der Wildnis. Es ist die Phase, in der Du Dich darauf vorbereitest, das Alte hinter Dir zu lassen.

Du setzt Dich mit dem symbolischen Sterben auseinander.

Für die Zeit vor Beginn des Seminars, werden Anregungen und Aufgaben zur Einstimmung gegeben. Der lebendige Prozess der Wandlung beginnt.

Das Übergangsritual der Visionssuche selbst dauert 11Tage.

### **Vorbereitung / Ablösung - 4 Tage im Basislager**

Du nimmst Abstand vom Gewohnten, Deiner Alltagsrealität. Die Zeit der Innenschau beginnt. Tägliche Schwellengänge von einigen Stunden stärken Deine Rückverbindung zur Natur. Du gehst mit ihr in Kommunikation und lernst, die bildhafte Sprache von Symbolen zu entschlüsseln.

Dein Verständnis Deiner jetzigen Lebenssituation erlangt Vertiefung. Welche Begrenzungen Deiner selbst lässt Du zurück? Was nährt und ruft Dich?

- Übungen, um mit der Natur Kontakt aufzunehmen und Dich sicher in ihr zu bewegen
- Gestalten eigener Rituale und Zeremonien
- Klären der Absicht
- Umgang mit Ängsten, Sicherheitssystem, Fasten
- Finden Deines Platzes für die Schwellenzeit

### **Visionssuche / Schwellenzeit - 4 Tage in der Natur**

In diesem Zwischenreich findet die Wandlung statt. Es ist die Phase des Kokons, des Rückzugs und der Beschränkung auf das Nötigste für Dein persönliches Wohlbefinden und Deine Sicherheit. Mit einem zeremoniellen Abschied vor Sonnenaufgang überschreitest Du die Schwelle und trittst in den Raum der Leere, des reinen Seins, der Verschmelzung von profan und heilig.

Du verbringst vier Tage und Nächte alleine fastend in der Natur, eingebettet in die Unendlichkeit, getragen von der Erde.

- Begegnung mit Dir Selbst, mit Deinem innersten Wesen
- Wandeln in der Seele der Landschaft die Deine Seelenlandschaft spiegelt
- Die Natur ist Dein Spiegel. Resonanz ist wirksam. Die Begegnungen und Erfahrungen, die für Dich bedeutsam sind, erreichen Deine Wahrnehmung
- Das Leitungsteam wacht im Basislager

### **Nachbereitung / Wiedereingliederung - 3 Tage im Basislager**

Während dieser drei Tage kannst Du in einem geschützten Rahmen Deine Erlebnisse integrieren und Dich behutsam dem Alltäglichen annähern.

Durch das Teilen deiner Geschichte im Kreis der Gruppe gewinnen Ereignisse an Tiefe und verweben sich zu Deinem Mythos. Der Sinn hinter der Geschichte kann durch das Spiegeln leichter erkannt werden.

- Rückkehr ins Basislager
- Zeremonielle Reinigung, Fastenbrechen
- Erzählen des Erlebten und Spiegeln der Geschichte
- Erfahrungen, Einsichten und Visionen würdigen und verankern
- Erste Schritte auf dem Weg in den Alltag

Der Integrationsprozess setzt sich zu Hause im gewohnten Umfeld fort. Das Leitungsteam steht ein Jahr lang als Begleiter/in zur Verfügung.

Manuela Treppens, Via ai Prei, CH 6661 Loco, 0041 (0)77 446 25 16  
www.monte-anima.com, info@monte-anima.com

Diego Miglioretto, Obere Rebbergstr. 33, CH 8425 Oberembrach, 0041 (0)79 710 99 31  
www.ur-sachen.com, diego.miglioretto@ur-sachen.com

## Der Ort:

Nur 20 km von der ligurischen Küste entfernt liegt im Hinterland von Albenga das kleine Dorf Marmoreo auf 400 m ü.M. In den weiten Hügeln und flachen Bergketten werden noch alte Olivenhaine gepflegt. Ein grosser Teil der Kulturlandschaft verwildert, ausserhalb der dünn besiedelten Dörfer durchzieht mediterraner Mischwald das Gelände. Die Artenvielfalt reicht von seltenen Orchideen bis zu Steppenpflanzen.



## Infrastruktur

Wir wohnen in der Casa Ghiglione, einer alten Ölmühle, die liebevoll restauriert wurde.

- Schlafen im Doppelzimmer
- Gemeinsames Bad, Küche und Aufenthaltsraum
- Grosse Terrasse
- Ritualplatz und Feuerstelle vor dem Haus
- Gemeinsame vegetarische Verpflegung
- Lebensmittel werden vom Team vor dem Seminar besorgt

## Anreise

Individuelle Anreise bis Albenga mit der Bahn, von dort aus Abholservice. Bei rechtzeitiger Buchung gibt es günstige Bahnfahrkarten, sowohl von der Schweiz als auch von Deutschland.

Fahrzeit Basel – Albenga 7.5 Stunden

Oder im eigenen Fahrzeug direkt zum Platz

## Organisatorisches

**Datum:** Anreisetag: **Montag, 06.05.2024**  
**Treffen um 18 Uhr in Albenga am Bahnhof (Abholservice)**  
**Ankunft Direktzug Mailand-Ventimiglia um 17.55 Uhr in Albenga**  
**Oder direkt in Marmoreo, falls du mit dem Auto kommst**

Rückreisetag: **Freitag, 17.05.2023**  
**ab 13 Uhr**

**Leitung:** Manuela Treppens und Diego Miglioretto

**Kooperation:** Visionssuche in Zusammenarbeit mit dem Uma-Institut nach dem Ansatz der „WaldZeit-Visionssuche in europäischer Tradition“, [www.umainstitut.net](http://www.umainstitut.net)

**Anreise:** Bis Albenga mit der Bahn oder im Auto nach Marmoreo. Reisekosten sind nicht im Preis inbegriffen

**Kurskosten:** CHF 900 – 1700  
Nach Selbsteinschätzung.  
Geld sollte kein Hinderungsgrund sein, an einer Visionssuche teilzunehmen, es kann eine Ratenzahlung mit uns vereinbart werden.

**Weitere Kosten:** 480 Euro für:  
- Übernachtung im Einzel / Doppel oder Mehrbettzimmer und gemeinsame vegetarische Verpflegung

Manuela Treppens, Via ai Prei, CH 6661 Loco, 0041 (0)77 446 25 16  
[www.monte-anima.com](http://www.monte-anima.com), [info@monte-anima.com](mailto:info@monte-anima.com)

Diego Miglioretto, Obere Rebbergstr. 33, CH 8425 Oberembrach, 0041 (0)79 710 99 31  
[www.ur-sachen.com](http://www.ur-sachen.com), [diego.miglioretto@ur-sachen.com](mailto:diego.miglioretto@ur-sachen.com)

## Die Standortbestimmung

Wenn Du Dich entscheidest, an der Visionssuche teilzunehmen, bitten wir Dich eine kurze, schriftliche Standortbestimmung zu schreiben. Sie dient der Klärung, worum es Dir in diesem Prozess geht.

Vielleicht helfen Dir dabei folgende Fragen:

- Wo stehe ich gerade in meinem Leben?
- Was gibt es zu beenden?
- Was ruft mich?
- Was will ich draussen bestätigen?
- Wofür gehe ich 4 Tage und 4 Nächte alleine und fastend in die Wildnis?

Denke daran, die Absicht ist ein lebendiger Prozess, sie wird sich verändern und vertiefen. Beschreibe Deine Absicht so, wie sie zur Zeit für Dich stimmig ist.



Falls Du weitere Fragen hast, kannst Du Dich gerne an uns wenden.

Nach dem Einsenden der Anmeldung, Deiner Absichtserklärung und dem Überweisen der Einschreibegebühr, wirst Du verschiedene Unterlagen erhalten, die Dich in Deinem Vorbereitungsprozess unterstützen. Ebenso senden wir Dir eine detaillierte Ausrüstungsliste zu.

Zugleich besteht die Möglichkeit zu einem persönlichen Gespräch.

Wir freuen uns, Dich in Deinem Prozess zu begleiten.

Herzliche Grüsse  
Manuela und Diego



Manuela Treppens, Via ai Prei, CH 6661 Loco, 0041 (0)77 446 25 16  
[www.monte-anima.com](http://www.monte-anima.com), [info@monte-anima.com](mailto:info@monte-anima.com)

Diego Miglioretto, Obere Rebbergstr. 33, CH 8425 Oberembrach, 0041 (0)79 710 99 31  
[www.ur-sachen.com](http://www.ur-sachen.com), [diego.miglioretto@ur-sachen.com](mailto:diego.miglioretto@ur-sachen.com)