



# Visionssuche für Frauen

## 25. Juni bis 05. Juli 2020

### Alpe Caseravera im Valle Antrona, Norditalien

Die Visionssuche – Soul Quest - ist ein Übergangsritus, der an die Lebensumstände und Bewusstseins Erfahrungen des modernen Menschen angepasst wurde. Diese Riten unterstützen seit je her 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 drei Tage und Nächte in der wilden Natur geben dir die Möglichkeit, deinen Lebenstraum 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 dienen kann.

- Möchtest du dich mit etwas Vergangenem 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?
- Möchtest du dich mit deiner ursprünglichen Kraft und Weisheit wieder verbinden?
- Befindest du dich auf einer spirituellen Suche?

## **Visionssucheablauf**

Der Übergangsritus besteht aus den drei klassischen Stadien, die jede Heldinnenreise prägt. Die Trennungsphase, die Schwellenzeit und die Wiedereingliederung. Die Trennungsphase beginnt dann, wenn du dich für die Visionssuche entscheidest und deinem Ruf folgen möchtest.

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 erhältst du Anregungen und Aufgaben zur Einstimmung. Der lebendige Prozess der Wandlung beginnt.

Das Übergangsritual der Visionssuche selbst dauert 12 Tage.

## **Vorbereitung / Trennung 4 Tage**

Der Alltag und das Bekannte wird hinter uns gelassen. In diesen Tagen wirst du intensiv auf deine Solozeit vorbereitet.

- Klären der Absicht
- Übungen, um mit der Natur Kontakt aufzunehmen und sich sicher in ihr zu bewegen
- Gestalten eigener Rituale
- Umgang mit Ängsten, Sicherheitssystem, Fasten
- Finden des eigenen Platzes für die Schwellenzeit
- Zeremonieller Abschied

## **Visionssuche / Schwellenzeit 3 Tage**

Du trittst über die Schwelle in die "heilige Welt" der Wildnis ein, gehst allein in die Stille, verlässt die Gemeinschaft, ohne Nahrung und nur mit dem Nötigsten ausgestattet.

- Drei Tage und Nächte alleine fastend in der Wildnis,
- Die alte Haut wird abgestreift
- Im Spiegel der Natur, im unmittelbaren Kontakt mit den Elementen, den Tieren, den Pflanzen, spürst du, wohin es deine Seele zieht.
- Das Leitungsteam wacht im Basislager und sorgt für die Sicherheit und Unterstützung der Gruppe.



## **Nachbereitung / Wiedereingliederung 3 Tage**

Du kehrst ins Basiscamp zurück zu den Menschen, die auf dich warten. Rituell wird das Fasten gebrochen. Durch das Teilen deiner Geschichte im Kreis der Gruppe gewinnen banale 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 der Erlebnisse im Kreis und Spiegeln der Geschichte
- Entdecken der Möglichkeiten, wie die Erfahrungen, Einsichten und Visionen in den Alltag gebracht werden können

**Der Ort:****Die heiligen Berge der Alpe Caseravera verbinden natürliche Geborgenheit mit kraftvoller Wildnis.**

Im ursprünglichen Valle Antrona schmiegt sich die Alpe Caseravera auf 1450 m Höhe, an den Südhang des Testa dei Rossi. Im Norden die schützenden Berge, von Osten nach Westen schweift der Blick in die Ferne.

Bis in die 60er Jahre war die Bewirtschaftung der Alpen bis auf 2000 m Höhe existentiell für die Talbevölkerung. Dann verhiess die Arbeit in den Fabriken ein leichteres Leben und die abgelegenen Dörfer und Alpen wurden verlassen.

Auf den ehemaligen Weideflächen breitet sich mittlerweile ein lichter Birkenwald aus. Bergwiesen mit Granitfelsen und das Kreisen der Steinadler, verleihen dem Ort einen besonderen Zauber.

**In Caseravera stehst du mit beiden Füßen auf der Erde und bist zugleich den Sternen ein Stück näher...****Organisatorisches:**

**Datum:** Anreise: Donnerstag, 25.06.2020, Treffen um 12.00 Uhr  
Rückreise: Sonntag, 05.07.2020, Abfahrt ab 14.00 Uhr

**Anreise/Abreiseort:** Bahnhof Domodossola, von dort aus Weiterfahrt zur Alpe.

**Kurskosten:** € 800 – 1300 / CHF 900 – 1500 nach Selbsteinschätzung.  
Für in der Schweiz Verdienende gilt der Tarif in CHF.

**Weitere Kosten:** 310 Euro / 360 CHF für vegetarische Vollpension und Gelände.  
Jede Frau wohnt in ihrem eigenen mitgebrachten Zelt auf den sanften Wiesen von Caseravera.

**Der Weg zur Alpe:** Der Platz ist nur zu Fuß erreichbar, Anfahrt mit den Autos bis auf 900m Höhe, ab dort Gepäcktransport auf 1250m. Insgesamt 1h Wanderung ohne Gepäck und 1h Wanderung mit Gepäck bis zur Alpe auf 1450 m.  
Nach Absprache Mitfahrgelegenheit mit dem Gepäcktransport möglich.

**Leitung:** **Manuela Treppens**, Via ai Prei, 6661 Loco  
Telefon: 0041 (0)91 780 60 27, Email: [info@monte-anima.com](mailto:info@monte-anima.com)  
[www.monte-anima.com](http://www.monte-anima.com)

**Christine Weibel**, Lindenstr. 9, 9100 Herisau  
Telefon: 0041 (0)71 370 04 93, Email: [info@christine-weibel.ch](mailto:info@christine-weibel.ch)  
[www.christine-weibel.ch](http://www.christine-weibel.ch)

**Kooperation:** Die Visionssuche findet in Zusammenarbeit mit „Women and Earth“,  
Susann Belz, Erlenmattstr. 12, CH 4058 Basel statt.  
[www.womenandearth.ch](http://www.womenandearth.ch)