

Draußen im Glück



4 |

>> Es gab die Bohnen-Spitzeln-Zeit, die Peperoncini-Einlege-Zeit, die Erbsen-Schäl-Zeit. Alles wurde als Familie gemeinsam gemacht, das waren schöne Rituale. Papa hat dann nach getaner Arbeit immer seinen kalabresischen Dudelsack ausgepackt und es gab was Feines zu essen.

Er lässt den Wald zur Schule werden und ist überzeugt: Am meisten lernen wir dann, wenn wir es gar nicht bemerken. Natur- und Wildnistrainer Nicola Gulli führt Kinder und Erwachsene in die Wildnis, schürt ihre Neugierde und lässt sie Fähigkeiten entwickeln, die sie in eine tiefe Verbindung zur Natur bringen. Und somit unweigerlich näher zu sich selbst.

Text: Simone Fürnschuß-Hofer
Fotos: privat

Es ist Anfang April, ein Mittwochvormittag, ich bin auf dem Weg zu Natur- und Wildnistrainer Nicola Gulli, 38. Gemeinsam mit Partnerin Magdalena Hopp (38) und den Töchtern Madita (10) und Yuna (3) ist er in Rötthis zu Hause. Die Sonne scheint, die Natur zeigt sich in frühlingshafter Aufbruchstimmung, das Thermometer schafft es allerdings noch nicht über acht Grad. Nachdem ich das Auto vor dem Haus abgestellt habe, kommen mir schon Nicola und Yuna von ihrem ersten morgendlichen Spaziergang entgegen. Beide barfuß und in T-Shirts. Wir entscheiden uns, das Gespräch im Garten zu führen und suchen uns einen Platz an der Sonne. Ich lege tapfer meine Winterjacke ab, Magdalena versorgt mich mit einer Kanne wunderbar heißen Tees und während Yuna auf Entdeckungsreise geht, sinnieren wir über Naturverbundenheit, über Prägungen, über die Sehnsucht nach Frei- und Draußensein.



Dass Nicola Natur- und Wildnistrainer geworden ist, hat ganz gewiss seine Ursprünge in einer Kindheit, die sich entlang der Rhythmen von Natur und Erntezeiten abspielte. Und ganz im Zauber der einfachen Dinge aufging. Aufgewachsen ist er in Liechtenstein als jüngstes von vier Kindern. „Mein Vater ist von Italien raufgekommen, als er 16 war. Er war Schafhüter, da war nix mit Schule“, erzählt Nicola. Seine große Lehrmeisterin war die Natur. Der Riesengarten, den er später mit seiner Frau in der neuen Heimat anlegte, um die sechsköpfige Familie zu ernähren, zeugt davon. Bis heute wird der gesamte Gullinachwuchs mit einem Jahresvorrat an Kartoffeln versorgt. Es sind schöne Erinnerungen, die Nicola konserviert hat: „Es gab die Bohnen-Spitzeln-Zeit, die Peperoncini-Einlege-Zeit, die Erbsen-Schäl-Zeit. Alles wurde als Familie gemeinsam gemacht, das waren schöne Rituale. Papa hat dann nach getaner Arbeit immer seinen kalabresischen Dudelsack ausgepackt und es gab was Feines zu essen.“

Geheimort Quittenbaum

Nicola braucht das Draußen-Sein wie die Luft zum Atmen. Immer schon. „Ich sei als Kind unerträglich gewesen in geschlossenen Räumen, sagt die Mama.“ Viele Stunden habe er deshalb in seinem geliebten Quittenbaum verbracht: „Wenn mir langweilig war, wenn die Mama geschimpft hat oder wenn ich etwas machen wollte, von dem niemand wissen durfte, dann habe ich mich in den Quittenbaum gehockt.“ Bis heute zieht es ihn täglich nach draußen, am liebsten in den Wald, in die freie Natur. Wobei er diese durchaus auch zu „pflegen“ weiß, anders könnte er sein zweites berufliches Standbein als Gärtner nicht ausüben. Doch auch hier: Einen gesunden Baum fälle er nicht, radikales Zurechtstutzen ist generell nicht seins. Bei jeder Handlung zählt für ihn die Unterscheidung zwischen bewusstem und unbewusstem Eingriff, zwischen Sich-Verbinden und reiner Konsumhaltung. Das hört sich

>> Wenn mir langweilig war, wenn die Mama geschimpft hat oder wenn ich etwas machen wollte, von dem niemand wissen durfte, dann habe ich mich in den Quittenbaum gehockt.

dann bei Nicola so an: „Entweder ich laufe über die Erde oder ich laufe und streichle dabei ihren Rücken.“

Aber Nicola ist kein Eigenbrötler, er mag die Menschen und das Miteinander. „Deshalb mache ich das mit der Wildnisschule“, sagt er. Im Raum Vorarlberg und Liechtenstein hat er eine Vielzahl an Angeboten für Kinder und Erwachsene konzipiert. Waldläufer-Gruppen, Jugendcamps, Tages-Workshops, Handwerkskurse. Ganze Ausbildungszyklen. Sein Credo: Die Verbindung zur Natur stärken, aber auch zur Gemeinschaft. „Um ins Spüren zu kommen, wie es der Erde geht, denn wie sonst sollen wir ihr helfen?“ So frage er sich bei jedem und jeder Teilnehmenden: „Was ist das Geschenk dieser Seele, wofür ist es da?“ Um sie in Folge zu dieser Bestimmung zu führen.

Sitzplatz-Auszeiten

Erwachsene brauchen länger, um sich einzulassen. Vor allem, so Nicola, wenn sie voreilige Schlüsse ziehen und das Ganze in die Esoterikschublade stecken. Sobald dieser Punkt überwunden sei, können essenzielle Themen ans Licht kommen, die oft in längeren Prozessen gebunden sind. „Wenn Themen aufgerissen werden, lasse ich die Menschen nicht allein. Dem habe ich mich verschrieben. Speziell in den Jahreskursen begleite ich die Teilnehmenden langfristig.“ Bei Kindern hingegen sei – insbesondere bei den Wochencamps – die größte Herausforderung, sie über die ersten zwei Tage Zuckerentzug und Heimweh zu bringen. „Das Ziel ist das harmonische Miteinander. Natürlich ist die Begleitung mental sehr intensiv für mich und bedeutet auch Arbeit an meinem eigenen Weg.“ Sogenannte Sitzplatz-Zeiten dienen als Energie-Tankstellen: „Jeder hat einen eigenen Sitzplatz, an dem man ganz für sich sein und sich sortieren kann.“ Was ihm früher sein Quittenbaum war, ist heute ein Fichtenbaum. An ihm kann er sich anlehnen, umringt von Föhren, Birken, Kirschbäumen und Pappeln. Dorthin schickt ihn auch seine Partnerin, wenn er erschöpft von einem Camp nach Hause kommt. „Damit er sich erst mal wieder sammeln kann“, wirft Magdalena lachend ein. Auch sie ist ein Draußen-Mensch, liebt es, das Leben möglichst ungetaktet zu leben. Und erkennt gleichzeitig, dass manche Sehnsucht auch in einem Kompromiss gefangen ist: „Ich würde beispielsweise gerne viel öfters draußen am offenen Feuer kochen, aber meist fehlt dafür die Zeit. Klar wären solche Rituale einfacher, wenn wir in >>

| 5





einer Hütte im Wald leben würden. Und klar sind wir hier bis zu einem gewissen Teil auch der Anziehungskraft von konsumatorischen Dingen ausgeliefert. So ein Haus hat durchaus seine Annehmlichkeiten.“ Dennoch verlegen Magdalena und Nicola ganz viel nach Draußen in die Natur. Drei bis vier Stunden gibt es täglich Frische-Luft-Programm, egal bei welchem Wetter. Zudem werden die Kinder in möglichst viele ihrer alltäglichen Abläufe eingebunden – vom Fell gerben bis zum Pflanzen gießen. Nicola zeigt auf ein blaues Fass im Garten: „Da drin konservieren wir gerade die Fellteile eines Rehs, die wir demnächst gerben. Die müssen noch von Fleischresten und Fett gereinigt werden. Ich versuche, die Kinder auch mit diesen ganz natürlichen Prozessen vertraut zu machen.“

Zuhause in der Wildnis

Immer mittwochs leitet Nicola abwechselnd die Gruppe der Waldläufer:innen in Röthis an der Ganta und im liechtensteinischen Ruggell. Er sagt: „Es ist erstaunlich, mit wie viel Neugier, aber auch Aufmerksamkeit und Wissbegierde sich die Kinder im Wald bewegen. Sie brauchen das regelrecht, scheint mir. Die Zeit vergeht wie im Flug, man muss sie fast heimzwingen.“ Für die Ohren digital überreizter Eltern klingt es wie ein Echo aus dem letzten Paradies: Hier werden Löffel geschnitzt, Feuer ohne Streichholz entfacht, essbare Pflanzen aufgespiert und Vögel bei der Jagd beobachtet. Man teilt die Sorgen, es wird gemeinsam gegessen, gespielt und musiziert. Das Wichtigste, was Nicola den Kindern mitgeben möchte? Gemeinschaftsgefühl und Empathiekompetenz – und die Erfahrung, dass es sich lohnt, durch Tiefen zu tauchen und Widerstände zu überwinden. Und den Erwachsenen? „Im Grunde nichts anderes. Da bewirken Geschichten ganz viel. Das ist etwas vom Schönsten: am Ende eines langen Tages am Lagerfeuer zu sitzen und einander Geschichten zu erzählen. Und dabei einfach geschehen lassen, was sich ergibt. Sei es, dass einer anfängt zu trommeln oder jemand zur Musikmeditation einlädt.“

Fragen statt Antworten

Nicola Gullis Arbeitsweise beruht auf dem Prinzip von „Coyote Teaching“. Vereinfacht gesagt geht es nicht um Wissenstransfer, sondern darum, Fragen zu stellen. Jemand auf seinem Lernweg zu begleiten, ohne dass dieser es bemerkt. Im Vordergrund steht der Beziehungsaufbau, das aktive Zuhören. Der Forschergeist soll geweckt werden. Fragt ein begeistertes Kind: „Hast du den Vogel gesehen?“, wird Nicola nicht sagen: „Ja, das ist eine Amsel.“ Denn: „Mit so einer Antwort zerstöre ich das Interesse. Wenn ich stattdessen noch mehr Fragen stelle, wie zum Beispiel, ‚Wohin ist er geflogen?‘, ‚Wie hat er gerufen?‘, dann bleibt das Kind in der Neugierde und lernt automatisch ganz viel.“ Wenig später, wie zum Beweis, berichtet Töchterchen Yuna von Ameisen, die sie gerade entdeckt hat. An Nicolas Gegenfragen wird sichtbar, was er damit meint, das innere Forschungsfeuer zu schüren. Und ich denk mir, vielleicht hält diese innere Flamme ja auch die Barfüßchen warm.

Wenn Nicola Fertigkeiten wie das Bogenbauen, das Schnitzen oder das Gerben in Kursen weitergibt, geht es ihm immer um viel mehr als die Handwerkskunst an sich: „Es sind wunderbare Instrumente, Herzen zu öffnen. Weil man durch Prozesse und Widerstände hindurch muss, weil dieses Tun die Sinne aktiviert, weil es unser Selbstwertgefühl stärkt. Egal ob bei Kindern oder Erwachsenen. Ich würde mir wünschen, dass sich noch viele Menschen trauen, dass sie den Mut finden, mehr über sich zu erfahren und darüber, wie es der Erde geht. Mit ihr in Verbindung zu gehen und immer neugieriger und abenteuerlustiger zu werden. Einfach auch, weil es Freude macht. Und weil wir nie, nie, nie vergessen dürfen – gerade auch nicht angesichts des digitalen Geräuschpegels – dem Vogelgezwitscher zu lauschen.“

Aktuelle Kurse der wildnessen Natur- und Wildnisschule von Nicola Gulli

Für Erwachsene:

Grundkurs „Das Wissen der Wildnis“, 7 Tage, 24.-30.08., Giswil

Jahresausbildung zum Natur- und Wildnistrainer, 40 Kurstage ab 24.08., Giswil

Ruf rund ums Feuer, 2 Tage, 24./25.05., Ruggell

Art of Mentoring & Coyote Teaching, 5 Tage, 06.-11.05., Ruggell

Philosophie der Erde, 5 Tage, 18.-22.06., Ruggell

Begleitung von Taufen, Hochzeiten oder Trauerfeiern und weitere Kursformate auf Anfrage

Für Kinder:

Kinder- und Jugendcamp, 9-13 Jahre, 7 Tage, 06.-12.07., Ruggell

Waldläuferbanden, ab 8 Jahre, immer mittwochs 14-17 Uhr, Röthis und Ruggell

Wilde Tage, 8-11 Jahre, 4 Tage und eine Übernachtung, 16.-19.07., Ruggell

Schnitztage, Geburtstage etc. auf Anfrage

Weitere Angebote und Infos: wildnessen.ch

