



Rat suchen, Rat bekommen in der und von der Natur

Dies ist das Porträt eines Biologen, der von der Naturkunde zur Lebenskunde gelangt ist, ohne seine erste Liebe zu verleugnen: Christof Bieri aus Langnau im Emmental führt Rat Suchende im Wanderschnitt durch die Landschaft seiner hügeligen Heimat, damit sie unter freiem Himmel lockerer von ihren Problemen berichten können.

Wer sich in unserer Welt noch ein Stück Naturverbundenheit bewahrt hat, wird seine Sorgen gern nach draussen tragen: Beim Herumwandern an der frischen Luft klärt sich der schwere Kopf, Sonnenschein und Wind verschrecken die trüben Gedanken, die Grösse der Landschaft weitet auch den eigenen, oft allzu engen Horizont. Und wer die Offenheit mitbringt, spürt Geist und Körper mit neuer Energie aufgeladen, stamme sie nun aus der Erde, von der Pflanzenwelt oder aus dem Weltall.

Als sich der Biologe Christof Bieri neben seiner Tätigkeit in einem Ökobüro daran machte, eine Beratungsstelle für Lebensfragen aufzubauen, bezog er die Natur ganz selbstverständlich in sein Konzept mit ein. So sitzt er denn mit Männern und Frauen, die seinen Rat suchen, nicht bei Kunstlicht in einem Büro, durch dessen geschlossene Fenster das Rauschen des Strassenverkehrs dringt, sondern zieht mit ihnen im gemächlichen Wanderschnitt durch seine emmentalische Heimat rund um Langnau. «In der Natur sind wir unseren Empfindungen und unserer Wahrnehmung am nächsten», hat er erfahren. «Die Natur ist wie ein Spiegel – ihr können wir nichts vormachen. Deshalb fällt es uns draussen auch leichter, schwierige oder sogar peinliche Themen anzuschneiden.»

Neben der natürlichen Kulisse ist für Bieri die Bewegung wichtig: «In der Bewegung kann leichter etwas in Bewegung geraten, als wenn man bloss dasitzt.» Dieses Aufbrechen verkrusteter Strukturen, das Ausbrechen aus immer gleichen Gedankenkreisläufen gehört denn auch zu den Zielen eines solchen Gesprächs, wobei für den Lebensberater das Zuhören einen mindestens so grossen Stellenwert einnimmt wie das Erarbeiten von Lösungsvorschlägen. Als Biologe bringt der jugendlich wirkende Vierzigjährige drei wichtige Voraussetzungen für seinen Zweitberuf mit: Er kann beobachten, aus diesen Beobachtungen seine Schlüsse ziehen ... und er hat Geduld.

Die Landschaft entspricht dem Leben

Diese Fähigkeiten kamen Christof Bieri zustatten, als er für seine Diplomarbeit am Botanischen Institut der Universität Bern drei Jahre lang erforschte, in welchen Wäldern welche Pilze wachsen. Heute wendet er solche feldbiologischen Methoden bei seiner Teilzeit-Anstellung in einem Berner Ökobüro an: Er untersucht die Verbreitung sensibler Pflanzen wie Flechten, so genannter Bioindikatoren, und schliesst daraus auf den Einfluss

von Luftschadstoffen. Neben dieser Arbeit für den Umweltschutz betreibt Bieri seit zwei Jahren das Ein-Mann-Beratungsbüro «Perspektiven» mit Sitz in Langnau i.E. «Eine ideale Landschaft für Gespräche», schwärmt der Kleinunternehmer, der selber in einer solchen Umgebung aufgewachsen und vom luzernischen Entlebuch ins benachbarte Bernerland gezogen ist. «Diese emmentalische Landschaft entspricht ja unserem Leben: Mal geht es hinauf, dann wieder hinunter; der Weg kennt nur selten gerade Strecken, sondern windet sich oft unerwartet; es gibt sonnenhelle Abschnitte mit weitem Ausblick, gefolgt von Teilstücken in dichtem, dunklem Tannenwald ...

Unterwegs geben sinnliche Eindrücke – der Blütenduft einer Frühlingswiese, die Rast am Waldrand mit Blick auf die Alpenkette unter tiefblauem Herbsthimmel – dem Dialog Tiefe und lassen ihn besser im Gedächtnis, in Körper und Seele haften, als wenn er in einem Sitzungszimmer geführt worden wäre.» Regentage übrigens kennen durchaus auch ihr Gutes. Das vom Himmel fliessende Wasser kann bei psychischen Verhärtungen lösend wirken und unter Umständen befreiende Tränen strömen lassen.

Philosophen, Mönche, Wanderprediger

Dass die Sinne in freier Natur geschärft werden, bestätigt auch die Wissenschaft: Körperliche Bewegung beim Wandern setzt Glückshormone frei, Endorphine, die wiederum für grössere geistige Aufnahmefähigkeit sorgen. «Beim

Workshops in der Natur

Von der Biologie zur Lebensberatung fand Christof Bieri durch die Naturarbeit mit Kindern aus schwierigen Verhältnissen. Soziales Lernen dank Naturerfahrung vermitteln konnte er ausserdem als Leiter der CH-Waldwochen (inzwischen heisst der Verein *Silviva*). In diesem Jahr bietet er zwei Workshops in der Natur für Erwachsene an. «Eigentlich steckt viel mehr in mir» heisst das Thema: 11. September für Männer, 18. September für Frauen, Männer und Paare. Anmeldung: Christof Bieri, Dorfstrasse 5, 3550 Langnau, Tel./Fax 034 402 52 63.

Unterwegssein sind die Rat Suchenden authentischer, näher bei sich selber ... und ich bin es auch», hat Christof Bieri erfahren. So fällt es leichter, in natürlicher Umgebung Klarheit über die Welt und den Platz darin zu gewinnen. Zum leichteren Gesprächsfluss trägt bestimmt die Tatsache bei, dass man hier draussen – anders als bei einer Beratung in der psychologischen Praxis – einander nicht Auge in Auge gegenüber sitzt, sondern Schulter an Schulter gemeinsam einen Weg beschreitet. Solche Bodenhaftung ist für Bieri wichtig. Diskussionen über Lebensfragen während des Herumwanderns haben in der Menschheitsgeschichte übrigens Tradition: Griechische Philosophen wie asiatische Mönche entwickelten auf diese Weise ihre Weltanschauungen, und Jesus, ein von Jüngern begleiteter Wanderprediger, entnahm der durchschrittenen Natur manches Gleichnis für seine Lehre.

Und von wem wird Christof Bieri aufgesucht? Das Spektrum des Alters erstreckt sich von 20 bis 60, zu etwa gleichen Teilen Männer wie Frauen. Bieri, der sich in Anlehnung an seine Freiluft-Tätigkeit gerne auch Aussenberater nennt, spürt bei manchen Rat Suchenden, wie sehr das moderne, naturferne Leben mit seiner Dauerhektik unserer Veranlagung widerspricht: «Schon mit 40 ist man ausgebrannt ... und muss dann noch bis 80 weiter leben!» Das Zurückführen in naturnahe Landschaft soll hier ein Gegengewicht schaffen. Die Natur kennt ihren Rhythmus, eine Zeit des Wachstums, eine Zeit der Reife und – ganz wichtig für gehetzte Menschen – eine Zeit der Ruhe.



Christoph Bieri, Berater für Lebensfragen, im Dialog mit dem Vieh auf einer Bündner Alp (links) und in seinem heimatlichen Emmental.

Bilder: Primula Press

Brigitte Fleurey