

Zusammen ein Stück gehen, damit es weitergeht

Langnau: Das Beratungsunternehmen «Perspektiven» von Christof Bieri feiert Jubiläum. Seit 20 Jahren berät er die unterschiedlichsten Personen draussen in der Natur.

«Es geht.» Das kann heissen, unsere Beine gehen wie von selbst vorwärts. In der Umgangssprache bedeutet es aber, dass unser Befinden mittelmässig ist, nicht gut und nicht schlecht. Es geht.

Dass es weitergeht – das ist das Ziel der Beratungsgespräche von Christof Bieri, dem gehenden Biologen, Coach und systemischen Berater. Bei fast jedem Wetter ist er mit Menschen draussen im Wald und am Waldrand unterwegs, vertieft in ein intensives Gespräch. Meistens geht er im Gewand des Unwissenden, wie er sagt. Sein Klient, als Kenner der eigenen Person und Situation, berichtet ihm, was ihn umtreibt. Christof Bieri stellt Fragen, meldet Eindrücke zurück, formuliert Hinweise. Er hilft, weiter zu überlegen und über das Kreisen um das momentane Problem hinauszuschauen, auch mit dem Denken vorwärts zu gehen – nicht nur mit den Beinen. Mit Waldmaterial lässt sich auch mal eine komplexe Situation bildlich auf den Waldboden legen. Neue Ideen keimen dabei.

In Bewegung bleiben

Bewegung lockert und löst Glückshormone aus, weiss Christof Bieri. Das Grün der Natur beruhigt. Der Blick in die Weiten hilft dem Hirn, sein Denken auszuweiten, hat er erfahren. Die Sinne sind draussen wacher, ist er überzeugt. Respektvoll mit Menschen umzugehen, ist ihm wichtig. Er ist sich bewusst, dass die Sprache bedeutungsvoll ist und daher feinfühlig angewendet werden muss. Ein Satz wie: «Pro-



Gemeinsam ein Stück Weg zurücklegen und dabei über die Fragen des Lebensweges nachdenken. Das macht Christof Bieri mit seinen Klienten.

zvg.

bieren Sie auf diesem Weg zu bleiben», trägt eine negative Färbung in sich. Zu hören: «Dieser Weg tönt interessant und vielversprechend» klingt deutlich motivierender. Die Sprache ist Christof Bieris Arbeitsinstrument. Er hat sich intensiv mit deren Bildhaftigkeit und mit Metaphern auseinandergesetzt. Er will in den Gesprächen «die Kleinwelt des Denkens durchlöchern und neue Perspektiven einlassen um Denkkonstrukte auszuweiten», erläutert er.

Weiterdenken

Eine riesige Themenpalette ist Christof Bieri begegnet in den 20 Jahren, in denen er diese Art Beratungsgesprä-

che führt. Sein Wissen hat er stets mit Erkenntnissen aus der Neurobiologie ergänzt. Er gibt seinen Klienten immer eine Art Hausaufgabe mit; ein Thema zum Weiterdenken oder einen konkreten Handlungsansatz. Am Spannendsten seien die Gesprächsschlüsse, hat Christof Bieri festgestellt, da die Leute oft noch etwas offenbaren, was sie vorher nicht zu sagen trauten. Er fühle sich beschenkt von den Menschen, mit denen er über Fragen des Lebens nachdenke. Die Strecke, die Christof Bieri in all der Zeit zurückgelegt hat, umfasst die Weglänge vom Bodensee zum Genfersee und zurück. «Wenn das nicht Gesundheitsförderung ist», sagt er schmunzelnd. *Sylvia Ammann*