

Newsletter zum 23. September 2025

## NATURGANG-IMPULS zur Herbst-Tag-und-Nachtgleiche 2025

### Alles klar! Alles klar?

*Die Jahreszeit des Herbstes zaubert sowohl klare Tage wie auch neblige Landschaften. Sie lädt jedes Jahr dazu ein, uns Gedanken über das zu machen, was uns als klar erscheint und welche Klarheiten im Nebel verschwinden.*

### Welche Klarheiten müssen wir loslassen?

In der heutigen Zeit geraten viele bisherige Klarheiten ins Wanken. Das macht Angst. Anstatt sich aber von der Angst (ver-)leiten zu lassen, lädt uns die jahreszeitliche Natur ein, uns dem Schwinden von Klarheit zu stellen. Welche Klarheit kommt uns persönlich, aber auch als Gesellschaft gerade abhanden? Was liegt jenseits bisheriger Gewissheiten? Welche Kraft kann uns helfen, in und hinter dem Nebel einen Raum des Vertrauens und neuer Klarheiten zu finden?

### re:nature geht mit dir den Weg durch den Nebel

"Renaturierung" bedeutet automatisch Transformation. Denn die bisherigen Gewissheiten tragen nicht mehr. Sie bauen auf einem Weltbild auf, das vermeintlich Kontrolle (über sich, über andere Menschen, über Tiere, über Kinder, über die Natur, die Flüsse, die Landschaften - ja das Leben an sich) verspricht. Diese Kontrolle gerät ins Wanken. Folgen wir dem Wanken freiwillig, stellt sich die Frage: Was trägt uns wirklich? Das ist eine sehr spirituelle Frage...

Ursulas «Herbst-Nebel-Lieder» findest du hier <https://umainstitut.net/uma-verlag/lieder-bu>



Dein Naturgang zum 23. September 2025

**Die Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche ist nach altem Kalender die Mitte des Herbstes. Hier entfaltet sich im re:nature-Kompass das Wasserelement in einer bezaubernden Form, dem Nebel. Er steht über den Flüssen, den Seen und über den morgendlich feuchten Feldern.**

*Der Naturgang lädt dich ein, deine gewohnte Klarheit zu verlassen und dich dem Ungewissen anzuvertrauen.*

### ***Dein Naturgang***

*Baue dir zu Beginn eine **Schwelle** aus Naturmaterialien (einen Blütenkreis legen, einen Strich aus Steinen bilden, aus einem biegsamen Ast einen Torbogen formen...). Stelle am besten einen Wecker auf die Uhrzeit deiner Rückkehr, dann brauchst du nicht ständig auf die Uhr zu schauen. Wenn möglich, bleibe 3-4 Stunden bei jedem Wetter draußen. Kehre über diese Schwelle am Ende wieder zurück, halte inne, werde dir des Geschenkes des Naturganges gewahr, bedanke dich bei allen Wesen und zerstreue die Schwelle wieder, so wie du alles auflöst, was du während dem Naturgang an symbolischer Auslegung geformt formst. Wenn du den Naturgang an einem Nebeltag durchführen kannst, ist er natürlich besonders schön...*

### **Der Impuls für den Naturgang lautet**

«Während du in der Schwelle stehst, halte bewusst inne und werde gewahr, was dir in diesem Moment 'sonnenklar' ist (über deinen Weg in diesem Naturgang, über dein Leben, die Welt, deine Meinungen, Beziehungen... was taucht auf)? Streife diese Klarheit bewusst ab, tritt aus der Schwelle und lasse dich auf eine dir neue, ungewohnte und nicht kontrollierbare Weise durch deinen Naturgang führen.»

## Austausch-Abende zu den Naturgangimpulsen des uma newsletters

*Du bist wieder (oder ganz neu) eingeladen, deinen Naturgang unter Gleichgesinnten zu teilen und die kollektive Botschaft aus allen Naturerfahrungen herauszulesen. Im Austausch mit anderen wird dein eigener, kleiner und gleichzeitig großer Beitrag bestärkt. «In bestärkender Runde» heißen diese online-Treffen deshalb. Du kannst einmal teilnehmen, mehrmals oder jedes Mal durchs ganze Jahr!*

Nächster Termin ist der 30. September 2025, um 20 – 21.30 Uhr. Walle Gairing und Ulla Tvenhövel aus unserem **uma team** begleiten den Abend. **Anmelden** kannst du dich gerne bis spätestens 2 Tage davor unter [www.umainstitut.net/anmeldeformular](http://www.umainstitut.net/anmeldeformular). Der Unkostenbeitrag beträgt nach Selbsteinschätzung zwischen 15 – 30 Euro pro Abend. Nach der Anmeldung wird ein Zoom-Link versendet. Die Beschreibung und alle weiteren Termine in 2025 findest du unter [www.umainstitut.net/seminare](http://www.umainstitut.net/seminare)

**Herzliche Herbstgrüße aus Beseland**

**Ursula und David**