

NATURSCHÄTZE & SAGENWELTEN 2016

MAGISCHE NATURERLEBNISSE  
IM SPIEGEL UNSERER MÄRCHEN & SAGEN



[WWW.ANIMAEHELVETIA.CH](http://WWW.ANIMAEHELVETIA.CH)

# DIE SAGE

Es war ein dunkler Nebeltag.  
Versonnen folgte ich im Hag  
des welken Laubes Rieseln.  
Am Weg fand ich ein altes Weib,  
das spielte wie zum Zeitvertreib  
im Schoss mit runden Kieseln.  
Was machst du hier, Graumütterlein,  
und spielst ein wertlos Feldgestein?  
Mein Sohn, Welch eitle Frage!  
In jedem Spiel gibt's einen Sinn,  
steckt oft ein gold'nes Kernlein drin.  
Mein Sohn, ich bin die Sage;  
da nimm und kost', es schmeckt dir gut!  
Sie warf mir Kiesel in den Hut  
und ging im Nebel unter.  
Auflachend zog ich meinen Weg,  
doch als der Mond schien durchs Geheg,  
geschah ein seltsam Wunder:  
Ich warf die Kiesel in den Fluss,  
da wandelt' jeder sich zur Nuss,  
und eine konnt ich fangen.  
Ich brach sie auf. Drin lag ein Kern,  
so golden wie der Abendstern,  
der eben aufgegangen!  
Und als er mir versüsst den Mund,  
sah ich auf alter Zeiten Grund,  
in ferner Tage Walten.  
Da lobte ich Graumütterlein,  
die Sage, die in Spiel und Schein  
so tiefen Sinn behalten.

*Meinrad Lienert*

# MÄRCHEN & SAGEN UNSERES LANDES

Alte Weisheit neu erzählt



*„Uns ist in alten Maeren Wunders vil geseit.“ (Aus dem Nibelungenlied)*

*„Das Märchen verzaubert alle Dinge und Vorgänge dieser Welt. Es spricht nicht nur vom Zauber, es zaubert selber.“ (Max Lüthi)*

*„Waren es nicht die Märchengestalten, die uns den Goldschatz in unserer Seele entdecken liessen?“ (Rudolf Meyer)*

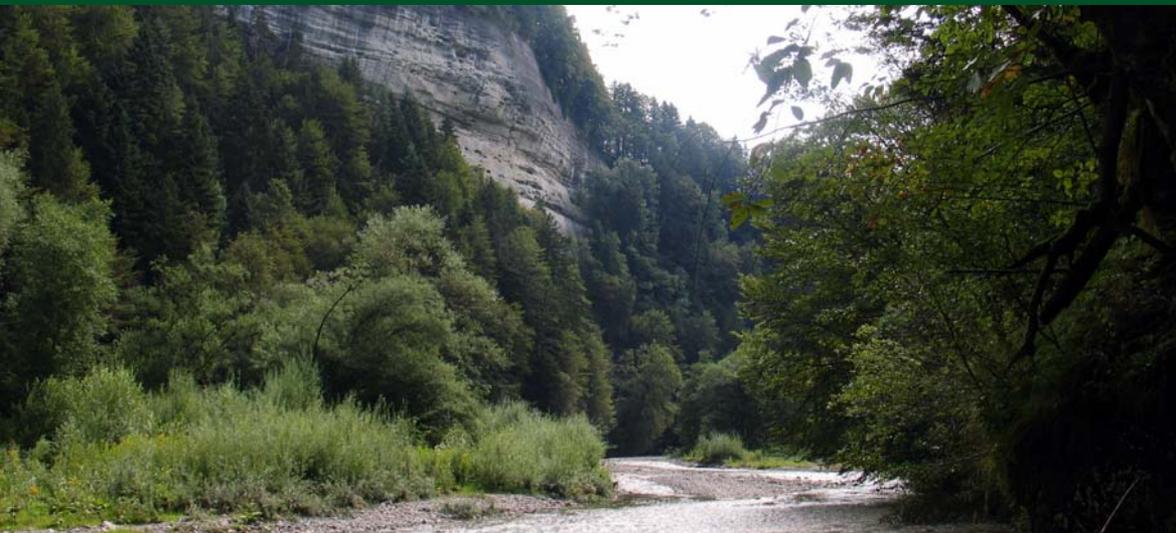
Als lokaler Geschichtenerzähler hebe ich Schätze aus dem tiefen Brunnen der heimischen Märchen, Mythen und Sagen: aus alter Zeit überlieferte Geschichten, welche die Seele nähren und das Publikum ganz in den Moment eintauchen lassen. Geschichten, deren zeitlose Weisheit alle Aspekte der menschlichen Existenz durchdringt und die Verbindung zu den eigenen Wurzeln festigt.

Ich erzähle in berndeutscher Mundart oder auf Hochdeutsch. In der Jurte, im Schloss, im Heidenhaus, am Lagerfeuer und in der wilden Natur. Eine Übersicht aller aktuellen Erzählveranstaltungen findet sich auf [www.animahelvetia.ch](http://www.animahelvetia.ch) oder kann bei mir erfragt werden.

Möchten Sie Ihren Anlass mit einem Geschichtenerzähler verzaubern? Mit livemusikalischer Begleitung? Kontaktieren Sie mich für ein unverbindliches Gespräch.

# SAGALAND GANTRISCH

## Halb- und ganztägige Wanderungen



### Die magische Dimension der heimischen Landschaft neu entdeckt



Erzähl-Wanderungen der Achtsamkeit zu Kraftorten und sagenumwobenen Plätzen im geheimnisvollen Herzen des alten Üechtlandes.

Fr, 25. März 2016	Auf der Spur des Weissen Hirsches Ruine Grasburg	Halbtag CHF 50.00
Sa, 21. Mai 2016	Sagenschätze am Simeliberg Guggershorn & Schwendelberg	Halbtag CHF 50.00
Sa, 10. Sept. 2016	Alte Hirtensagen vom Berg Nüenenberg	Ganztag CHF 70.00
Sa, 12. Nov. 2016	Ahnenwege und Geisterreiter Schwarzwasser	Ganztag CHF 70.00
Sa, 17. Dez. 2016	Sagen in der Winterhöhle Pfaffenloch	Halbtag CHF 50.00
Sa, 04. März 2017	Auf der Spur des weissen Hirsches Ruine Grasburg	Halbtag CHF 50.00
Sa, 15. Apr. 2017	Lebenswasser und Wunderbrunnen Gambachfälle	Ganztag CHF 70.00
Sa, 11. Juni 2016 / Fr, 22. Juli 2016 / Sa, 27. Aug 2016	Vom chlyne Vouch am Gantrisch Sagenspaziergänge für Familien (Kinder ab 5 Jahren), Gurnigel	2 Std. CHF 25.00/ CHF 10.00

# IN DER DRACHENHÖHLE

Abendwanderungen  
unter den Berg



**ST. BEATUS-HÖHLEN**  
swiss caves 



## Mit Kerzenlicht durch die unbeleuchteten St.Beatus-Höhlen

Ausserhalb der regulären Besuchszeiten zeigt sich die geheimnisvolle Grottenwelt im Innern des Berges in einem anderen Licht. Heimische Märchen und Sagen zu wechselnden Themen verzaubern die Reise in die Unterwelt.

Fr, 1. Januar	Der Weistraum des Königssohnes - die Beatussage neu erzählt
Fr, 5. Februar	Sagenumwobene Schätze
Fr, 11. März	Feen und Schlüsseljungfrauen
Fr, 29. April	Sagen & Märchen vom Lebenswasser
Fr, 20. Mai	Grüner Mann und wilde Weiber
Fr, 17. Juni	Frau Vrene im Venusberg - Liebesagen aus der Schweiz
Sa, 23. Juli	Drachensagen aus aller Welt (Wandernacht ab Beatenberg, 15.00 bis 23.00 Uhr)
Fr, 19. August	Tiermärchen (mit Vollmondwanderung auf dem Pilgerweg, bis 23.00 Uhr)
Fr, 09. Sept.	Die Gaben des Kleinen Volkes - Zwergensagen
Fr, 21. Okt.	Europäische Märchen & Sagen über die Weisheit der Unterwelt
Fr, 04. Nov.	Der sprechende Totenkopf - Geistersagen
Fr, 23. Dez.	Ahnengeflüster und Seelenlichter - Mittwintersagen
Fr, 13. Jan. 2017	Der Weistraum des Königssohnes - die Beatussage neu erzählt (Vollmond)
Fr, 10. Feb. 2017	Märchen & Sagen über die Hoffnung (Vollmond)
Fr, 17. Mar 2017	Sagenumwobene Schätze im Berg

St.Beatus-Höhlen am Thunersee, jeweils 18.30 bis ca. 22.00 Uhr, CHF 40.00 (Erw.),  
CHF 20.00 (Kinder ab 7 Jahren), CHF 100.00 (Familien), für kleinere Kinder nicht geeignet

# LEBENS RAD

## NATUR & SEELE IM WANDEL DES JAHRES

Naturtage



### Kraft und Weisheit der Jahreszeiten

*Und so lange Du das nicht hast, dieses Stirb und Werde, bist Du nichts als ein trüber Gast auf dieser dunklen Erde.“ (Goethe)*

Die Gesetzmässigkeiten der Natur entfalten sich im Rhythmus von Werden und Vergehen. Der Jahreslauf zeichnet diesen Zyklus als ewig sich wiederholendes Drama nach. Die Menschenseele selbst ist tief verwoben mit der kreisenden Natur des Landes. Unsere Vorfahren festigten ihre Verbundenheit mit der grösseren Lebensbewegung an acht heiligen Zeiträumen im Jahresrad. Innehalten und Rückverbinden, der rituelle Dialog mit Natur und Seele an diesen überlieferten Tagen, ermöglichen uns auch heute immer wieder Einbettung und Ausrichtung am lebendigen Energiefluss der Natur.

So, 31. Januar	Lichterwachen	Sa, 24. Sept.	Herbstschwelle
So, 20. März	Frühlingsschwelle	So, 30. Okt.	Ahnengedenken
So, 01. Mai	Rausch und wilde Kraft	So, 18. Dez.	Tiefe Zeit, Mysterium
So, 19. Juni	Hohe Zeit	Sa, 04. Feb 2017	Lichterwachen (Neuer Zyklus)
So, 31. Juli	Ernteschnitt	So, 19. Mrz 2017	Frühlingsschwelle (Neuer Zyklus)

Jeweils 09.00 bis 19.00 Uhr, Raum Thunersee, Kleingruppen (3 bis 6 Personen)  
CHF 120.00 (inkl. Mittagessen vom Lagerfeuer), halber Zyklus CHF 400.00,  
ganzer Zyklus CHF 800.00

# HEIMISCHE MÄRCHEN & SAGEN IM JAHRESKREIS

## Tageswanderungen



Bild: Irma von Allmen

### Die Qualitäten der Jahreszeiten in unseren Mythenbildern

Was unsere Vorfahren über die geheimnisvollen Zusammenhänge von innerer und äusserer Natur ahnten und fühlten, gaben sie in bildhafter Form von Generation zu Generation weiter. Die alt überlieferten Geschichten öffnen uns auch heute noch für die Kräfte und Gaben der verschiedenen Stationen im Jahreskreis und lassen ihre mythologischen Botschaften tief in uns hineinsinken. Auf stillen achtsamen Wanderungen durch kraftvolle Landschaften weben sich die erlauchten Märchen & Sagen Schritt für Schritt in Natur und Seele ein.

So, 24. Januar	Zaubersamen aus dem Winterschoss
Sa, 19. März	Der Schlüssel zum Lebenswasser
Sa, 30. April	Grüne Kraft und Hexentanz
Sa, 18. Juni	Der magische Rosengarten
Sa, 06. August	Wundersame Gaben aus dem Zauberland
So, 25. September	Wege in die Unterwelt
Sa, 05. November	Die Wilde Jagd und der Seelenzug der Ahnen
Mo, 26. Dezember	Verborgener Wandel in der Stille
Sa, 28. Januar 2017	Zaubersamen aus dem Winterschoss (Neuer Zyklus)
Sa, 25. März 2017	Der Schlüssel zum Lebenswasser (Neuer Zyklus)

Jeweils 09.00 bis ca. 17.00 Uhr, Naturpark Gantrisch, CHF 85.00, halber Zyklus  
CHF 300.00, ganzer Zyklus CHF 600.00

# DIE MYTHOLOGIE DES WALDES

Zweitägiger Kurs



## Unsere Märchen & Sagen als Schlüssel zu tiefer Naturerfahrung

Viele Märchen und Sagen aus der mitteleuropäischen Überlieferung führen in den tiefen Wald. In seinen geheimnisvollen Gründen schlummern kostbare Schätze, magische Helfer und wichtige Lebensweisheiten. Für unsere Vorfahren war der Wald nicht nur unschätzbare Spender von Nahrung und lebenswichtigen Ressourcen, sondern auch ein Hort wilder mythologischer Kräfte, wo der Mensch seinen Dialog mit einer übergeordneten Wirklichkeit pflegte.

Diese zweitägige Weiterbildung richtet sich an LehrerInnen, NaturpädagogInnen, Wander- und RitualleiterInnen sowie an alle Interessierten, die das Instrument des Geschichtenerzählens und die Weisheitsschätze der heimischen Überlieferung als Schlüssel zu besonderen Walderlebnissen kennenlernen möchten. Erzählungen, praktische Impulse und Raum für persönliche Naturerfahrung wechseln sich ab. Ein zusätzlicher Kurs im Oktober thematisiert in ähnlicher Form die „Mythologie des Berges“.

Sa / So, 4. / 5. Juni und Sa / So, 1. / 2. Oktober 2016  
Sa / So, 15. / 16. Oktober 2016

Die Mythologie des Waldes  
Die Mythologie des Berges

Naturpark Gantrisch, CHF 350.00 (inkl. Unterkunft und Halbpension)

# LEBENSGEWEBE

## EINE SPIRITUELLE REISE IN DIE MAGISCHE NATUR

### Dreitägiges Seminar



#### **Dem eigenen Lebensfaden auf der Spur Im Spiegel von tiefer Naturerfahrung und heimischer Mythologie**

Wenn die Natur ihre magische Dimension entfaltet, beginnen die Bäume vielsagend zu wispern und die Steine bedeutungsvoll zu raunen. Der Zauber einer zeitlosen Weisheit steigt aus der Tiefe des Landes auf. Die Sage berichtet vom verborgenen Helisee tief unter den Wurzeln der vertrauten Welt. Dort unten hütet die Feenkönigin Helva seit undenklichen Zeiten das wundermächtige Lebensgewebe des Landes.

Diese rituelle Reise führt auf der Spur des eigenen Lebensfadens tief in das Zauberland der Feenkönigin Helva vom Helisee. Mitten hinein in das umfassende Lebensgewebe, das sich in Naturverbinding und der Weisheit der heimischen Mythologie ausdrückt. In einer kleinen Gruppe (3 bis 6 TN) und alleine erkunden wir mythische Landschaften und Seelenbilder, welche unseren Platz im grossen Lebensnetz widerspiegeln und neue Perspektiven eröffnen.

Fr bis So, 2. bis 4. September 2016 /

Fr bis So, 5. bis 7. Mai 2017

Felsenhaus und Senseschlucht, Naturpark Gantrisch  
CHF 490.- (inkl. Kost und Logis)

# REISEN ZU SAGENUMWOBENEN ORTEN

## Angebote für Gruppen



Sind Sie auf der Suche nach einem ungewöhnlichen Programm für Ihren persönlichen Anlass? Vereine, Firmen, Schulklassen, private Gesellschaften usw. entführe ich gerne in die heimische Anderswelt.

Zum Beispiel mit folgenden Angeboten:

**Naturpark Gantrisch:** kürzere oder längere Sagenwanderungen zu sagenumwobenen Winkeln und Kraftorten (Grasburg, Schwarzwasser, Guggershorn, Schwarzsee, Gantrischsee, Pfyffe, Pfaffenloch, Breccaschlund...)

**St.Beatus-Höhlen:** exklusive Begehung der legendären Drachenhöhle ausserhalb der regulären Öffnungszeiten mit Kerzenlicht und Sagenerzählungen

**Zwergengold und Teufelssteine:** Sagenbummel in der Abenddämmerung zwischen Kiesental, Emmental und Berner Oberland

**Helva und das Zaubernetz:** mytho-ökologische Impulse im Herzen des Naturparks Gantrisch (Sturmholzsteg, Pfyffe, Zwergenhöhle Cheeserenloch)

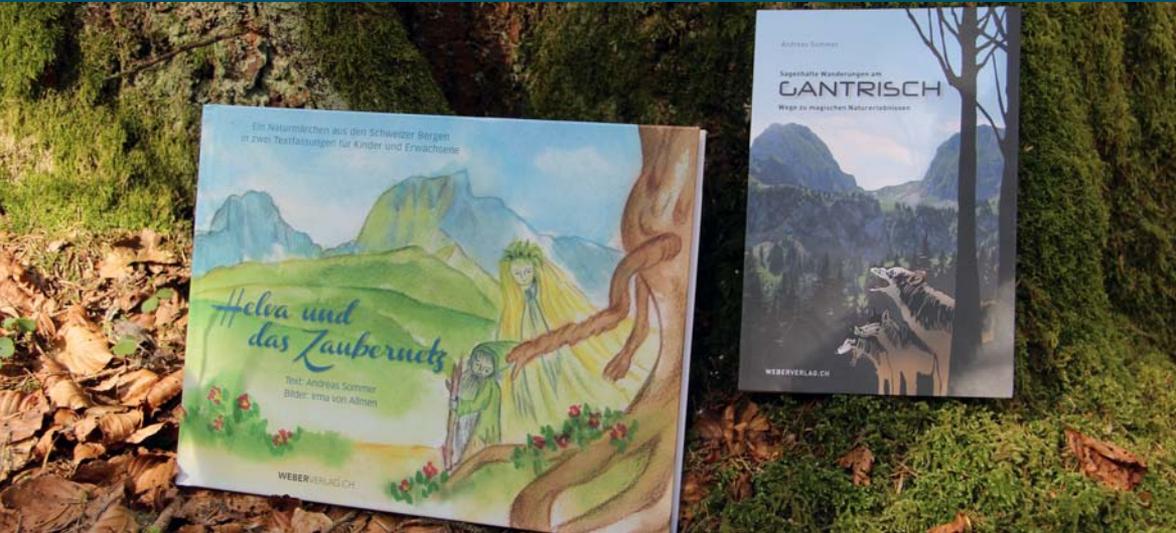
**La casa delle favole:** Sagenwanderung in den Schluchten von Sense und Schwarzwasser. Besuch und Essen im märchenhaften Felsenhaus an der Klippe

**Abendbrot & Mühlenmär:** Märchen & Sagen in einer gemütlichen Mühlenstube im Thuner Westamt, kombiniert mit einem bodenständigen Essen.

Individuelle Gestaltung nach Absprache. Auf Wunsch besuche ich Sie als Geschichtenerzähler am Standort Ihrer Veranstaltung.

# SAGE UND SCHREIBE

## Der Zauber der Sprache



### **Texte in märchenweiser und sagenreicher Sprache**

Nicht nur als Erzähler, sondern auch als Schreiberling spiele ich mit der Tiefenwirkung der deutschen Sprache. Ich verfasse Texte, welche Märchenstimmung und Wortmagie verströmen. Sie möchten auf der Basis der lokalen Sagenwelt auf ein Produkt, eine Dienstleistung, ein touristisches Angebot aufmerksam machen? Ein persönliches Märchen für sich oder eine bekannte Person erstellen lassen? Sprachzauber schreibt sich durch meine Feder. Ich berate Sie gerne.

### **Sagenhafte Wanderungen am Gantrisch Wege zu magischen Naturerlebnissen**

Von Andreas Sommer. Erschienen 2013 im Werd & Weber Verlag, Thun.  
20 Sagenporträts aus dem Naturpark Gantrisch mit zahlreichen Anregungen zur Gestaltung von eigenen Sagenwanderungen. 280 Seiten, mit vielen Fotos und Farbillustrationen. Im handlichen Rucksackformat. CHF 39.00

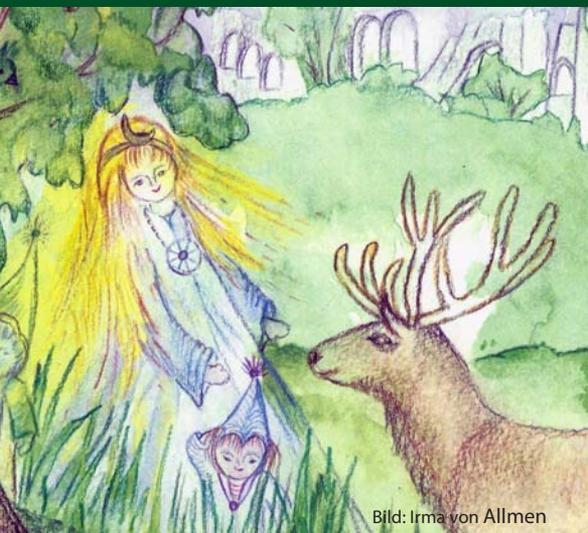
### **Helva und das Zaubernetz Ein Naturmärchen aus den Schweizer Bergen**

Von Andreas Sommer (Text) und Irma von Allmen (Bilder). Erschienen 2015 im Werd & Weber Verlag, Thun. Eine zauberhafte Geschichte über den Bund von Mensch und Natur. Bilderbuch mit zwei Textfassungen für Kinder und Erwachsene. 48 Seiten. CHF 29.00

Beide Bücher können direkt bei mir bezogen werden.

# ÜBER MICH

Andreas Sommer



*„Durch Begleitung zu tiefer Naturerfahrung und in die Bilder der heimischen Mythologie möchte ich Menschen dazu verführen, sich wieder ganz in das Lebensnetz des Landes einzuweben. Wildnis ist der Urzustand der Seele.“*

- Geboren 1976 in Bern
- Aufgewachsen am Rand des Gantrischgebietes
- Sagenwanderer, Mythenforscher, Geschichtenerzähler und Publizist
- Langjährige Tätigkeit als Trekkingleiter in der Sahara
- Studiengang Environmental Education an der ZHAW Wädenswil
- Ausbildung zum *transformation in natura*® - Begleiter am uma institut bei U. Seghezzi und H. Nitschke
- Lebe mit meiner Familie im Berner Oberland

ANIMA HELVETIA  
Naturschätze & Sagenwelten  
Andreas Sommer  
Alpenstrasse 11  
CH - 3653 Oberhofen am Thunersee  
+41 (0)79 241 68 70  
info@animahelvetia.ch, www.animahelvetia.ch

