

Unterwegs zu sich selbst

Sagenwanderer Andreas Sommer bietet in der Region Gantrisch «Sagatreks» an

REGION – An Kraftorten in der wilden Region Gantrisch zu sich selber finden: das beabsichtigt «Sagatrek» mit seinem Angebot.

Gemessenen Schrittes schreitet Sagenwanderer Andreas Sommer auf dem schmalen Pfad voran. Stufe um Stufe führt der laubübersäte Waldpfad den Fels hinauf zum Ziel: die Grasburg. Er spricht nur wenig, seine Aufmerksamkeit gilt ganz der Natur und dem nahen Kraftort. Nur schnell bückt er sich zwischen zwei Schritten, greift ins Laub und pflückt ein Stück Plastik heraus, ein störendes Überbleibsel eines Besuchers aus der Zivilisation.

Die Grasburg ist einer der Etappenorte des «Sagatrek», ein neues Tourismusangebot in der Region Gantrisch, an dem Andreas Sommer mitwirkt. Gemeinsam mit Gesundheitsberaterin und Körpertherapeutin Monika Maibach sowie mit Unternehmer und Promoter Michel G. Ducret hat er dieses Angebot entwickelt und hilft bei der Durchführung mit. «Sagatrek» ist eine mehrtägige geführte Reise durch den Naturpark Gantrisch. «Es ist eine Reise in die magische Natur und zu sich selbst», fasst Andreas Sommer vor den erhabenen Überresten der einst stolzen Grasburg zusammen. «Der «Sagatrek» richtet sich insbesondere an erwachsene Menschen, die im Alltag stark gefordert sind und das Bedürfnis nach Entschleunigung, Auftanken in der Natur und Einkehr in sich selbst verspüren», erläutert der Sagenwanderer, der in dieser Zeitung seit zwei Jahren die fantastischen Sagen der Region Gantrisch nacherzählt. Das Programm klingt verlockend. So sind die einzelnen Trektage den verschiedenen Elementen gewidmet: Erde, Wasser, Feuer und Luft. Und das Schlafen im Stroh oder exklusive Nachtlager im Fel-



Andreas Sommer in der Ruine der Grasburg, eines der Etappenorte des Sagatrek.

Foto: Martin Hasler

senhaus über der tosenden Sense oder im Keltenhaus sind ebenfalls im Programm enthalten. Der Sagatrek beginnt in Oberbalm und führt über Riggisberg zur Flussmündung der Schwarzwas-

gesausflüge, der Trek rückte in den Hintergrund. Dann habe ihn Michel G. Ducret kontaktiert, erzählt Andreas Sommer. «Er wollte eine Wanderung quer durch die Region organisieren, auf der



Andreas Sommer:

«Der Sagatrek ist eine Einladung, durch eine tiefe Begegnung mit der Natur sich selbst wieder näher zu kommen.»

ser in die Sense, dann weiter zur Grasburg und zum Keltenhaus bis zum Ottenleuenbad. Von dort geht es über den Gantrischgipfel zum Schwefelbergbad.

Die Idee für einen solchen Trek hatte Andreas Sommer bereits 2009. «Ich bot damals eine mehrtägige Reise quer durch die Region Gantrisch an.» Nach der erstmaligen Durchführung konzentrierte er sich aber auf Ta-

all die Bijoux der Region wie auf einer Perlenschnur aufgefädelt besucht werden», erzählt der Sagenwanderer in gewohnt bildhafter Sprache. Ursprünglich sei das Angebot ausschliesslich für Kaderfrauen gedacht gewesen. Sie sollten sich so die wohlverdiente Auszeit vom hektischen Alltag nehmen können. «Ab diesem Jahr gilt das Angebot für Frauen und Männer. Alleinstehende sind ebenso willkommen

wie Paare», so Andreas Sommer. An den Kraftorten in der Region erzählt der mitreisende Sagenwanderer Geschichten aus der Region, die zum Denken anregen sollen, und die begleitende Körpertherapeutin gibt Tipps und Übungsanleitungen zu einem entschleunigten Lebensrhythmus. «Der Aufenthalt an Naturplätzen mit besonderer Ausstrahlung sowie die Auseinandersetzung mit dem tiefgründigen Sagengut der Gegend ermöglichen eine tiefere Beziehung zu der mystischen Dimension der Natur und zum eigenen Seelenleben», beschreibt Andreas Sommer und ergänzt: «Es ist ein Abtauchen in die Einfachheit, mit nichts als sich selbst im Gepäck!» Handy, Laptop und andere technische Errungenschaften bleiben deshalb besser zu Hause. Wer aber besondere Momente bildlich einfangen will, und deren dürfte es etliche geben, der darf selbstverständlich eine Fotokamera mitnehmen.

Was bringt aber der «Sagatrek» neben Erlebnis und Erholung? «Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen danach in ihrem Alltag immer wieder die Möglichkeit haben, das Gelernte anzuwenden und während kurzen Auszeiten die nötige innere Ruhe und Verbundenheit mit dem Grundpuls des Lebens finden», erklärt Andreas Sommer den Sinn des Sagatrek.

Martin Hasler

INFO:

www.sagatrek.ch

Sagatrek – Promotions-Reise

MH. Der erste Sagatrek findet vom 11. bis 16. Juni 2012 statt. Im Promotionspreis von 990 Schweizer Franken sind sämtliche Unterkünfte, vollumfängliche Verpflegung, Gepäcktransport von Hütte zu Hütte sowie eine umfassende Betreuung für Körper, Geist und Seele inbegriffen. Weitere Durchführungen sind für Juli und September 2012 geplant.