

WAS UNS DIE STEINE AM FLUSS ERZÄHLEN

Mit Barbara Riesch den Steinen am Taminser Rhein auf der Spur
Von Chiara Schmed (Text/Bilder)

Steine. Ganz viele Steine. Im Wasser, unter Wasser und neben dem Wasser. Graue Steine, schwarze Steine, weisse Steine und gemischt gefärbte Steine. Kleine Steine, grosse Steine. Saubere Steine und weniger saubere Steine. Steine aller Art sind vorhanden. Sie liegen hier. Vor uns. Ruhig. Direkt dort, wo die Natur sie platziert hat. Barfuss läuft Barbara Riesch über diese Steine. Am heutigen Sommernachmittag ist es nicht zu warm, aber auch nicht zu kalt. Wir machen einen Halt. Die Kinesiologin und Craniosacral-Therapeutin holt zwei Sitzunterlagen aus ihrem Rucksack. Wir machen es uns bequem. Natürlich auf den Steinen. Direkt neben dem ruhig fliessenden Hinterrhein. Für das Gewässer ist es die Ruhe vor dem Sturm. Nur wenige Meter weiter hinten, in Reichenau, fliesst nämlich der Hinter- mit dem Vorderrhein zusammen.

Heute sind wir hier, um zu erfahren, was uns die vielen Steine am Fluss erzählen. «Ich bin keine Geologin», beginnt Barbara Riesch, «aber mir geht es auch um etwas ganz anderes, nämlich darum, einzelne Steine oder Steingruppen wahrzunehmen und mit ihnen in Kontakt zu treten», führt sie weiter aus. Barbara Riesch nimmt einen Stein in die Hand. Eine A-Form ist darauf zu erkennen. «Man könnte damit zum Beispiel ein Stein-ABC machen», meint die Taminserin. Es gibt so viele Steine mit Buchstabenmuster, aber das sieht man natürlich nur, wenn man achtsam ist und danach sucht. Und genau darum geht es. Achtsam in der Natur unterwegs zu sein. Abschalten, Sachen wahrnehmen.



So, wie die vielen verschiedenen Steine am Rhein.

Die 56-Jährige nimmt einen herzförmigen Stein in die Hand und lächelt zufrieden. «Es ist eindrücklich und berührend, was die Natur alles erschafft», meint sie begeistert. Schliesslich wurde der Herzstein durch das Rheinwasser geformt und geschliffen.

Ein weiterer Stein findet in Barbara Rieschs Händen Platz. Er hat viele Schichten. «Dieser Stein erzählt uns die Geschichte seiner Entstehung. Er erzählt vom enormen Druck, der die Erdkruste zu Bergen gefaltet hat. Die verschiedenen Schichten lassen uns eine Ahnung davon bekommen», erklärt sie fasziniert von den Erzählungen der Natur. Und doch bleibt Vieles ein Geheimnis, lässt sich nur erahnen. Wie sind die Steine genau hierher gekommen? Sind sie mit einer Lawine oder einer Rufe ins Tal gelangt oder wurden sie von einem Gletscher transportiert? Wie weit hat der Rhein sie mitgenommen? Jeder Stein trägt eine uralte Geschichte mit sich mit. Die Natur habe ihn mit Farbe und Form gestaltet. Und jetzt liegen sie einfach hier, mit uns, am Rhein.

«Die Steine am Fluss gefallen mir besonders gut, weil sie «freundlich» sind. Das Wasser hat sie weich gemacht», erklärt Barbara Riesch. Ausserdem sehe man hier einen Kontrast. Hart und weich. Männlich und weiblich. Vater und Mutter. Das Wasser sei feminin und die Steine maskulin. Für Barbara Riesch war die Natur immer schon Erholung und Heilung zugleich. Deshalb bietet sie, nebst Behandlungen in ihrer Praxis in Tamins, auch therapeutische Ausflüge, Rituale und Meditationen in der Natur an. Und daneben im Sommer

monatliche Spaziergänge für Gruppen, jedes Mal zu einem anderen Thema. Dieses Programm heisst «Unterwegs - sin viadi». Einer dieser Ausflüge fokussiert sich auf die Steine am Rhein. Was wird dort aber gemacht? «Es geht immer um eine kurze Auszeit vom lauten Alltag, um das Eintauchen in eine andere Welt. Am Rhein gehen die Teilnehmenden zum Beispiel auf die Suche nach Steinen, die sie gerade in diesem Moment ansprechen. Vielleicht in Bezug auf ein aktuelles persönliches Thema. Vielleicht aber auch einfach, weil sie so schön sind. Es kann jede und jeder für sich sein oder es kann ein Austausch untereinander stattfinden, möglicherweise entsteht ein gemeinsames Stein-Mandala. Das ergibt sich jeweils spontan», erklärt Barbara Riesch. Wenn man beispielsweise grosse Wut in sich trägt, kann man einen Stein nehmen und diesen in den Fluss werfen. Dazu laut zu schreien ist natürlich auch erlaubt. «Oder wenn jemand nervös ist, könnte man versuchen, mit spitzigen Steinen ein Steinmännli zu bauen», zählt sie weitere Beispiele auf. Automatisch werde so der Puls gesenkt, da man sich konzentrieren und ruhig agieren müsse. Menschen zu helfen und Menschen glücklich zu sehen – das macht Barbara Riesch selbst glücklich. Sowie auch die Natur. Unter anderem auch die vielen Steine am Fluss und die Geschichten, die uns diese Steine erzählen. Zum Beispiel, auf welche Art und Weise die Natur sie geformt und geprägt hat. Jeder und jede kann dies beobachten. Steine gibt es schliesslich überall. Wir müssen uns nur darauf einlassen.

Weitere Informationen und Anmeldung zu den Ausflügen unter www.fontisana.ch/fontisana-tamins



Ein Stein in der berühmten Herzform.



Hätten Sie den Buchstaben «A» erkannt?



Ein gewöhnliches Steinmännli.



Ein etwas schwierigeres Steinmännli, da die Steine spitziger sind. Ein solches zu bauen wirkt beruhigend.



Barbara Riesch ist in der Natur am glücklichsten.



Durch seine verschiedenen Schichten erzählt dieser Stein die Geschichte seiner Entstehung.