

## **RAPORTTI SKEY:LLE ERASMUS+ KEKOVERKKO-HANKKEEN LIIKKUVUUDESTA**

2.-9.4.2016

*Wild Camp -retriitti, Ecodharma, Katalonia/Espanja*

*Joel Rosenberg*

Lähdin hakemaan Wild Campiltä inspiraatiota elämään sekä rauhoittumaan stressaavassa elämäntilanteessa. Olen viime vuosina työskennellyt erä- ja luonto-oppaana ja näin retriitissä mahdollisuuden oppia myös käytännön taitoja ulkona elämisestä.

Wild Camp -retriitti alkoi yöpymisellä Ecodharma -keskuksessa Pyreneiden vuoristossa. Sieltä siirryimme kävellen parin kilometrin päähän varsinaiselle leiripaikalle, jossa elimme viisi yötä mäntymetsikössä ilman kännyköitä, kameroita ja kirjoja. Nukuimme kukin oman kangaslaavun alla. Päivisin teimme meditaatioharjoituksia, jaoimme tuntemuksiamme piirissä nuotion ympärillä, teimme kävelyretkiä, yhteisönmuodostusharjoituksia sekä opimme luonto- ja erätaitoja.

Leirin keskeinen teema, luontoyhteyden vahvistaminen toteutui pitkälti vain altistumalla ympäristölle ja elämällä vuorovaikutuksessa sen kanssa. Käytännössä siis kantamalla vettä joesta leiriin (juomiseen, ruoanlaittoon, peseytymiseenkin) ja etsimällä kuivaa polttopuuta nuotioon, jolla kokki valmisti aamiaisen ja päivällisen. Yöpyminen kylmässä ilman telttaa altisti tuulelle, lämpötilojen vaihtelulle, päivänvalon kierrolle sekä luonnonäänille upealla tavalla.

Teimme päivittäin istumameditaatioharjoituksen ja joinain päivinä kävelymeditaatiota. Tutustuimme näin ulkoisen luonnon lisäksi myös sisäiseen luontoomme. Yhdistelmä tuntui tasapainoiselta samoin yksin vietetyn ajan ja leiriyhteisön kanssa jaetun ajan suhde.

Yhteisönmuodostusta harjoiteltiin iltojen nuotiopiireissä, joille annettiin jokin aihe josta keskustelimme "Council" -menetelmän käytäntöjen mukaan. Jokainen sai vuorollaan puhua sydämensä totuuden ja muut kuunnella.

Leirin osallistujat oli jaettu pienempiin klaaneihin, jotka hoitivat vuoropäivinä leirin käytännön vastuita kuten siivousta, tulta ja vesihuoltoa. Leikimme myös erilaisia luonnonhavainnointiin ja ryhmäytymiseen herkeittäviä leikkejä lähes päivittäin. Erilaiset seremoniat loivat myös luottamusta ja jakamisen ilmapiiriä osallistujien keskuuteen.

Omaa sisäistä luontoa tutkittiin leirin puolivälin "Solo Day" -päivän aikana, jolloin olimme puhumatta aamunkoitosta auringonlaskuun ja jokainen lähti leiristä päiväksi omille teilleen.

Leirin vetäjinä toimi buddhalaisuudelle omistautunut vanhempi nainen, erätaitoihin syvästi perehtynyt nuorempi mies sekä "Council" piirejä ja tarinankerrontaa retriitille tuonut buddhalainen mies.

Suomalaisilla mökkeilytaidoilla pärjäsi leirin käytännön asioissa erinomaisesti. Monelle osallistujalle puukon, sahan ja kirveen käsittely tai ulkona nukkuminen oli aivan uusi kokemus. Käytännön työt tuntuivat olevan monelle osallistujalle hyvin tervehdyttäviä samoin tuntemusten jakaminen piireissä. Retriitti tuntuikin välillä uupuneiden kansalaisaktivistien lepoleiriltä ja sai

miettimään kestäväää elämäntapaa edistävien aktivistien oman elämäntavan henkistä kuormittavuutta ja kestävyyttä.

Leirin ympäristö oli varsin kotoisa ja suomalaiselle tutun oloinen. Monet samat lajit kuten talitiainen, peippo ja sinivuokko olivat havaittavissa koti-Suomesta lähtiessäni. Toisaalta paikallinen lajisto; mäntykankaalla kasvavat laventelit ja ainavihannat piikkiset pensaat sekä vuorien korppikotkat toivat jännittävyttä ympäristöön.

Retriitti vahvisti ymmärrystäni ulkona elämisen myönteisistä vaikutuksista, kännykän käytön hillitsemisen tarpeellisuudesta. Vedin kesäkuussa 2016 “24h Offline Retreat” -leirin Helsingin Vartiosaassa Wild Campin inspiroimana. Tulen jatkossa suuntautumaan enemmän juuri mobiililaitteista vapaiden, luontoyhteyttä ja hiljentymistä painottavien leirien ja kurssien toteuttamiseen.