

Seminar im „KulturLandDumte“

„Vom Ausbrennen zum Aufblühen“

BORGHORST. Was kann von Pflanzen, Tieren und Landschaften über den Umgang mit Krisen und Veränderungen gelernt werden? Dieser Frage wird in einem dreitägigen Seminar vom 14. bis 16. August (Freitag bis Sonntag) im „KulturLandDumte“ nachgegangen. Unter dem Titel „Vom Ausbrennen zum Aufblühen“ werden Zusammenhänge zwischen Natur, Gesellschaft und persönlichem Erleben vermittelt.

„Die Pumpe geht nicht mehr richtig“ oder „Ich fühle mich ausgebrannt“: Häufig wird über Körper und Psyche gesprochen, als seien sie Teile einer Maschine. In dem Seminar wird diese Sichtweise hinterfragt. Es versteht sich als Expedition in die vernetzte Welt zwischen Natur, Gesellschaft und Innenleben. Erkundet wird, wie Psyche und Umwelt einander prägen. Pflanzen, Tiere und Landschaften sind dafür Inspiration. Über Perspektivwechsel, Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie, kreatives Gestalten mit Naturmaterialien und Achtsamkeitsübungen wird eine innere Krisenfestigkeit und

Anpassungsfähigkeit erarbeitet, die der eigenen Natur entspricht, statt einer Maschine zu gleichen, heißt es in der Ankündigung.

Begleitet werden sechs bis maximal zwölf Teilnehmende. Neben kurzen Vorträgen werden die Teilnehmenden durch Übungen selbst aktiv. Für Samstagabend ist ein geselliges Beisammensein am Lagerfeuer geplant. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Die Teilnahme ist ab 16 Jahren möglich.

Julia Binder und Chiara Pohl, Mitarbeiterinnen der Uni Münster und in ökologischen Projekten tätig, leiten das Seminar. Übernachtet wird auf Feldbetten in einem Gemeinschaftszelt, alternativ unter freiem Sternenhimmel; Schlafsack und Isomatte sollten mitgebracht werden. Verpflegt wird vegan und biologisch. Die Barrierefreiheit des Geländes ist eingeschränkt.

Dank Förderung durch das Projekt „Zukunft schmackhaft machen“ beträgt die Teilnahmegebühr nur 30 Euro (ermäßigt 25 Euro). Anmeldungen sind bis zum 4. August möglich.

| www.kulturlanddumte.de