

In Zusammenarbeit mit **Akademie Vepik**



Wildnisseminar – Naturerfahrung

4. – 7 August 2017



Auszeit!

Inmitten der Natur, weit weg von Alltagsanforderungen und dem Lärm unserer Zeit finden wir Ruhe.

Das Erleben der Rhythmen der Natur, der Vielfalt im Tier- und Pflanzenreich, das Ineinandergreifen der vielen verschiedenen Ebenen der Natur macht uns aufmerksamer und aufnahmefähiger für unsere eigene innere Stimme und hilft uns, mit einem erweiterten Blick unser eigenes Leben und die gesamte Welt zu betrachten.

Mit erholten Sinnen, schöpfen wir Kraft und spüren die Schönheit der lebendigen Kräfte der Natur.

Mit gestärkten Ressourcen finden wir Klarheit und Kraft, uns mit Leichtigkeit und Freude auf Zukünftiges auszurichten.

Eine Zeit der Entschleunigung.

Unterschiedliche Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen werden Wege zeigen, die Verbundenheit mit der Natur zu stärken und sich in der Natur zu Hause zu fühlen.

Die Vermittlung von Wissen über Tiere, Pflanzen, Himmelsrichtungen, die Kreisläufe der Natur, Wetter und Sterne werden helfen, die Komplexität der Natur in einem umfassenden Sein zu erfahren.

Mit kreativen Mitteln - schreiben, malen, zeichnen, einarbeiten kleiner Relikte aus Wald und Wiese - verfasst jede/r ein Tagebuch während des Seminars, um die gemachten Erfahrungen tiefer zu verankern.

Wir sind natürliche Organismen, die ganz und gar in die Natur eingebettet sind. Außerhalb der Natur können wir nicht existieren.

Termin: 4. – 7. August 2017, Anreise: 4.8., 15 Uhr, Seminarende: 7.8., 15 Uhr
Ort: Rabensteiner Hütte, Ifeld, OT Netzkater
Leitung: Claudia-Gustave Ohler; Schamanin, Künstlerin;
www.claudia-gustave-ohler.de
Anna Heidrun Schmitt, Kommunikationstrainerin, Coach, Vepik e.V.,
www.vepik.de