

erLEBE

DEINE KREATIVE NATUR

erforsche und entfalte deine Intuition & schöpferische Lebenskraft in einem 4-tägigen
LandArt Workshop

4. - 7. April 2025

Naturpark Costa Vicentina – im Südwesten Portugals

Created to create

Das Universum ist unendlich kreativ und magisch.

Leben ist ein kreativer magischer Prozess.

Du bist das lebendige kreative magische Universum.

- Schenke dir 4 wundervolle Tage mit mir, um tief in deine kreative Lebenskraft und die Magie des Universums einzutauchen.
- Lass dich von der wilden Schönheit der portugiesischen Costa Vicentina inspirieren, entfessele deine eigene Wildheit und die Freude am Kreieren mit der Natur.
- Komm durch die Berührung mit den natürlichen Elementen in eine tiefe Verbundenheit mit Mutter Erde und dir selbst.
- Erfahre deine Intuition und Kreativität als magische Lebenskräfte.

In einer kleinen Gruppe nehme ich dich mit in meine ganz persönliche Welt. Durch das intuitive Gestalten von Naturkunst (LandArt) aus Steinen, Sand und anderen Materialien, lade ich dich ein, dich dem Fluss des kreativen Prozesses im Hier und Jetzt vertrauensvoll hinzugeben und dabei die Magie und Weisheit zu erleben, die dich und alles in diesem Universum durchströmen.

Naturkunst – EarthArt – LandArt

LandArt oder EarthArt sind vergängliche Kunstwerke, welche wir in der Natur aus natürlichen gefundenen Materialien erschaffen. Das Kreieren in und mit unserer Seelenheimat Natur öffnet uns ein Portal zur universellen Schöpfungskraft und unserer eigenen kreativen Essenz. Während wir Naturkunst gestalten, sind wir voll und ganz präsent im Augenblick und erleben uns als Teil des großen heiligen Ganzen. Im Hier und Jetzt finden wir zu innerer Ruhe und Achtsamkeit. Wir betreten so eine Dimension der Heilung und Weisheit, voller Antworten auf unsere Fragen und unendlichen Möglichkeiten. Während des Kreierens erfahren wir spielerisch und gehalten von Mutter Erde, dass wir Teil des ewigen kosmischen Kreislaufs von Werden und Vergehen sind. Wir verstehen das Zusammenspiel der beiden Kräfte „Erschaffen“ und „Erschaffen werden“. Wenn wir mit der Natur kreieren, wird spürbar, dass wir nicht allein am kreativen Prozess beteiligt sind. Mit uns wirken alle Elemente, die Materialien, der Ort und eine magische Urkraft.

So erfahren wir, dass wir in Harmonie mit dem Rhythmus des Universums unsere Lebendigkeit selbst aktiv gestalten können und dürfen und dass wir gleichzeitig durch die vertrauensvolle Hingabe an den Fluss des Lebens gestaltet werden und wachsen dürfen. Wir werden so auf eine Art und Weise beschenkt, die uns immer wieder überwältigt und mit tiefer Dankbarkeit erfüllt.

Orte

Ich nehme euch mit an ganz besondere für mich heilige Orte, die mich seit vielen Jahren tief berühren.

An jedem der 4 Tage zeige ich euch einen anderen Platz. Wir besuchen unter anderem einen kleinen wilden Steinstrand, eine große Dünenlandschaft mit Strand und Felsenportal, einen verbrannten Wald und andere sehr kraftvolle Naturorte.

Ich suche die Orte so aus, dass sie uns ganz unterschiedliche Materialien und Möglichkeiten bieten.

Tagesinhalte

- Jeden Tag kreieren wir mit unterschiedlichen Materialien.
- Zumeist gestaltet jede*r für sich, aber hier und da erschaffen wir auch etwas gemeinsam.
- Wir teilen und reflektieren täglich unsere Werke und Prozesse miteinander und bezeugen und stärken uns dadurch gegenseitig.
- Der kreative Prozess in der Natur und auch der Naturkunst ist zyklisch. Wir werden erforschen, was das bedeutet und wie es mit den großen Zyklen des Kosmos und des Lebens in Verbindung steht.
- Kreieren ist ein Weg mit vielen Schritten (für mich sind es ungefähr 10), von der Intention, über das Losgehen, das Gestalten, das Nachsinnen, bis hin zum Loslassen, um nur einige zu nennen. Jeder Schritt auf diesem Weg öffnet uns neue Dimensionen der Erkenntnis und Verbundenheit und steht in Beziehung zu etwas in uns oder unserem Leben. In diesem Workshop begleite ich euch Schritt für Schritt durch diesen Prozess und ihr erfahrt, welche Geschenke für unser Leben wir auf dieser kreativen Reise finden können.
- Ihr lernt verschiedene kreative Techniken, welche wir dann einzeln und gemeinsam erkunden.
- Jeder Tag hat seine eigenen Themen. Sie ergeben sich aus den Plätzen, an denen wir sein werden, aber auch aus der Gruppe, unseren persönlichen und gemeinsamen Erfahrungen.
- Achtsame schöne Rituale und Übungen, Baden im Meer und bewusster Tanz begleiten unsere gemeinsame Zeit.

Wir öffnen unsere Herzen, nehmen wahr, lassen uns berühren, erfahren Stille, spielen, verbinden uns, dürfen alles fühlen und teilen unsere Liebe, Wildheit, Magie und Weisheit miteinander.

Die magisch schöne Landschaft hält uns sicher in ihren Armen und zeigt uns unsere eigene einzigartige wilde Schönheit.

Für wen ist dieser Workshop geeignet?

Für alle, die sich dafür öffnen möchten. Es geht in diesem Workshop nicht darum, unsere künstlerischen Fähigkeiten zu „verbessern“ oder gar Künstlerin oder Künstler zu werden (das kann allerdings passieren 😊).

Es geht vielmehr darum, sich unserer intuitiven kreativen Lebenskraft zu öffnen und ihr zu vertrauen. Sie ist so stark wie die Schöpfungskraft des Universums, der sie entspringt, und begleitet uns bei jeder unserer Entscheidungen, beim Denken, Sprechen, Träumen und Planen. Unsere entfaltete kreative Kraft ermöglicht uns, unsere Lebendigkeit so zu gestalten, dass wir erfüllt, dankbar und in innerem Frieden leben können.

Das möchte ich in diesen 4 Tagen spürbar machen.

Egal also, ob du noch niemals künstlerisch kreativ warst, oder nur ein bisschen oder dich bereits als Künstler*in fühlst, dieser Workshop ist für dich geeignet.

Wo findet der Workshop statt?

An der Costa Vicentina im Südwesten Portugals, zwischen den Orten Rogil, Aljezur und Carrapateira. Wir werden an 4 Tagen verschiedene Orte (hauptsächlich Strände) an diesem Küstenabschnitt besuchen. Der nächste Flughafen ist Faro.

Gelände - Körperliche Voraussetzungen

Es geht oft lange Treppen mit vielen Stufen hinunter und wieder hinauf. Wir gehen maximal 2-4 Kilometer am Tag, allerdings im Sand, oft barfuß, und ab und zu auch über steinige Strandabschnitte.

Unterkunft, Verpflegung, Transport und Mobilität

Jede*r Teilnehmer*in organisiert sich selbst die Anreise, die Unterkunft, Verpflegung und Mobilität vor Ort. Öffentliche Verkehrsmittel gibt es nicht viele, es wäre gut, wenn du ein Auto/Mietwagen zur Verfügung hast. Unterkünfte gibt es über Airbnb, Booking und andere Portale reichlich. Sinnvoll ist eine Unterkunft im Bereich um Aljezur/Vale da Telha/Arrifana. Sorge bitte auch für deine eigene Verpflegung.

Wie sehen die einzelnen Tage aus?

Wir treffen uns jeden Tag für 5-7 Stunden an einem anderen Ort. Wir richten uns nach den Gezeiten, denn wir möchten die Ebbe am Strand erleben.

1. Tag 11.00 - 17.00 Uhr
2. Tag 12.15 - 18.15 Uhr
3. Tag 13.30 - 19.30 Uhr
4. Tag 14.30 - 20.30 Uhr

Ihr bekommt von mir rechtzeitig detaillierte Informationen zu den Treffpunkten. Natürlich können wir Fahrgemeinschaften organisieren.

Was brauche ich für die Workshops?

- Essen und Trinken für die gemeinsame Zeit
- Sitzkissen, vielleicht auch eine Decke
- Handtuch und Badeanzug, wenn du nicht nackt baden möchtest
- Robuster Sammelbeutel
- Robuste Küchenschere

- Wenn es sonnig ist: Sonnenschutz: Hut, Schirm, evtl. Sonnencreme oder Kleidung, die den Körper vollständig bedeckt
- Wenn es frisch und windig ist: Mütze, gute warme Jacke und Schuhe
- Wenn es ein bisschen regnet: gute Regenkleidung
- MP3 Player oder Telefon plus Kopfhörer, auf dem Telefon deine Musik, zu der du gerne Tanzen möchtest. Die Songs sollten auf das Telefon oder den Player heruntergeladen sein. Viele Strände haben kein Datennetz.
- Wenn unsere Gruppe groß genug wird, organisiere ich für einen Abend einen „Conscious Dance“ (Movement Medicine/5 Rhythm) in einer schönen Jurte oder einem ähnlichen Ort. Jemand wird diesen Abend und die Musik eigens für uns gestalten. Bringe daher bitte Kleidung mit, die zum Tanzen geeignet ist.

Sprachen

Ich spreche deutsch und englisch und der Workshop kann somit 2sprachig sein. Wir einigen uns auf die Sprache, welche die meisten von uns sprechen. Für die anderen übersetze ich. Wahrscheinlich wird es ein bunter deutsch-englischer Mischmasch, wir nehmen uns Zeit, alles zu übersetzen, so dass alle von uns alles verstehen können.

Wetter

Da der gesamte Workshop draußen stattfindet, sind wir vom Wetter abhängig. Sollte es zu wild und nass sein, müssen wir möglicherweise Teile des Workshops ausfallen lassen.

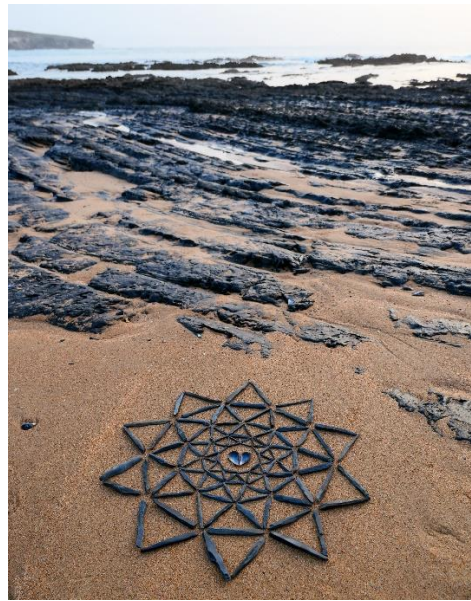
Höhere Gewalt

Falls ich kurzfristig aus irgendeinem plötzlich auftretenden Grund wie Krankheit oder Verletzung diesen Workshop nicht geben kann, erstattet ich dir deinen Workshop Beitrag. Allerdings kann ich dir deine Kosten für Reise, Unterkunft und Verpflegung nicht erstatten.

Beitrag

340,- Euro für die 4 Tage. Die 4 Tage bilden ein Ganzes und können nicht einzeln gebucht werden.





ANMELDUNG

Datum Workshop (bitte ankreuzen): 04.-07. April 2025 Portugal
 13.-16. Juni 2025 Tschechische Republik

Name:

Adresse:

Telefonnummer mit Länder Vorwahl:

WhatsApp, Signal oder Telegram, bitte alle Möglichkeiten angeben:

E-Mail:

Geburtsdatum:

Sprache/n:

Gibt es etwas, das ich von dir wissen sollte:

Deinen Beitrag von 340,- Euro überweise bitte an mich, sobald ich deine Anmeldung per E-Mail bestätigt habe:

Lucia Pec
Hamburger Sparkasse
IBAN DE89200505501397450949
BIC HASPDEHHXXX

