



Projekt „Natur sein“

Wie können wir das Bewusstsein, Teil der Natur zu sein, stärken und so eine fördernde Beziehung mit unserem Körper, Mutter Erde, Miteinander und mit uns Selbst eingehen?

1. Projektart

Im Fokus stehen Erforschung der Natur des menschlichen Körpers und Bewusstseins, sowie seine Beziehung zur Umwelt. Erforscht werden die Auswirkungen eines naturbelassenen Umfelds, frischer biologischer Lebensmittel und ganzheitlicher Praktiken auf das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele.

Das Leben von und mit der Natur wird erforscht, gelehrt und gefördert.

2. Dauer des Projekts

Das Projekt startet mit Vereinsbeschluss für mindestens 3 Jahre mit der Option zur Verlängerung, um alle Themen rund um die naturnahe Lebensweise ausgiebig zu erforschen.

3. Mitwirkende

Engagierte, überwiegend ehrenamtliche und/oder unterstützende Mitglieder die sich der Forschung, Wissensbildung und vielseitigen Anwendung der naturnahen Lebensweise widmen.

Die Teilnahme an diesem Projekt ist für alle Interessenten zugänglich, unabhängig von Herkunft und Sprache, Glauben oder Geschlecht. Besonders Förderer und Gönner sind aufgerufen teilzunehmen.

4. Durchführungsort

Das Projekt wird vorwiegend in den Marken, im Zentrum Fonte dei Fiori, sowie in geeigneten Räumen für Einzelbehandlungen und Gruppen stattfinden. Passende Räume und Orte werden von Unterstützern und/oder Förderern zur Verfügung gestellt.

5. Beschreibung des Projektes

Die Mitglieder sollen eine gute Beziehung zu sich Selbst und ihren Körpern aufbauen und sich als Teil der Natur erleben. Durch die Schnelllebigkeit und Reizüberflutung der Leistungsgesellschaft fällt es vielen Menschen schwer sich selbst und ihren Körper zu spüren und sich als Teil des Ganzen/ der Natur wahrzunehmen. Die negativen Auswirkungen können Überforderung, Stress, bis hin zu Burnout, sowie dem Gefühl der Sinnlosigkeit, Einsamkeit bis hin zur Depression sein. Um ihnen entgegenzuwirken und vorzubeugen erforschen wir, wie sich die Rückverbindung zum eigenen Körper sowie zur Natur auf das Wohlbefinden der Menschen auswirkt. Genauso wie Stille, Ruhe und die Schönheit der Natur auf das Gesamtbefinden wirken soll herausgefunden werden.

Kann der Aufenthalt in der Natur das Gefühl der Zugehörigkeit und der Einheit leichter erfahrbar machen? Des weiteren soll erforscht werden ob sich das direkt vor Ort angebaute Obst und Gemüse, positiv auf Körper, Geist und Seele auswirkt.



Einige Forschungsfragen:

- Was macht ein ganzheitlich erfülltes Leben aus?
- Was hält die Menschen gesund und glücklich auf körperlicher, emotionaler, psychischer und seelischer Ebene?
- Wie wirkt sich das Sein an naturbelassenen Orten fernab von Ablenkung und Reizüberflutung auf uns Menschen aus?
- Unterstützt eine drastische Reduzierung der Reize die Regeneration, das Gefühl der inneren Ruhe und des bei Sich Ankommens?
- Wie könnte ein der Natur des Menschen entsprechendes, artgerechtes Leben aussehen?
- Fördert die vermehrte Körper- und Selbstwahrnehmung das Bewusstsein, Teil von einem großen Ganzen zu sein?
- Fördern unbehandelte frische Lebensmittel, direkt aus dem eigenen Garten Gesundheit und Freude am Sein?

6. Ziel

Das Projekt zielt darauf ab, eine Verbindung zwischen den Menschen und der Natur herzustellen, um Achtsamkeit, Entschleunigung, Regeneration und ein Gefühl der Zugehörigkeit zum großen Ganzen zu fördern. Es soll untersucht werden wie wir hemmende Prägungen transformieren und ganzheitliches Wohlbefinden fördern können.

Wie der Aufenthalt an einem Ort inmitten Natur das Bewusstsein Teil davon zu sein fördert und zu Wertschätzung, Förderung und dem aktiven Schutz der Natur mit all ihren Lebewesen beiträgt.

Die Projektleitung übernimmt Katharina Vögele.