



## Landart – Kunst in und mit der Natur

### Was ist das?

Landart ist Kunst, Spiel, Methode, Ausdruck der eigenen Fantasie und Kreativität.....und einfach „mehr“.

### Ziel

Landart trägt dazu bei, Menschen für die Natur zu begeistern und sie für einen sanften Umgang mit der Natur zu sensibilisieren. Es ist eine kreative Methode der Umweltbildung und ein ganzheitlicher Ansatz für die Persönlichkeitsentwicklung in allen Altersstufen. Landart spornt die Kreativität an, erweitert die künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten und fördert beim gemeinsamen Gestalten von Kunstwerken die Teamfähigkeit sowie andere soziale Kompetenzen.

### Material

„Unsere Hände sind das Werkzeug unserer Seele...“ Indianisches Sprichwort  
Und so ist es auch bei Landart. Landartkünstler gestalten ihre Werke ohne künstliche Hilfsmittel, einfach mit den bloßen Händen aus Materialien, die sie in der Natur und an dem selbstausgewählten Platz vorfinden, sowie mit den eigenen inneren Gefühlen und Gedanken, die zum Ausdruck gebracht werden wollen.

### Landart ist für alle da.....

Landart ist eine Kunst, bei der die Seele mitwachsen oder einfach baumeln kann. Freude am eigenen Tun und an der Natur, „alle Zeit der Welt haben“, selbstvergessen spielen, Spaß am Umgang mit anderen Menschen und die Bereitschaft sich auf Neues einzulassen, oder sich mit sich allein beschäftigen, sind wichtiger, als die künstlerische und handwerkliche Perfektion und die besten Voraussetzungen für gelungene Landarterfahrungen. Bei Landart gibt es kein richtig oder falsch, keine Noten oder andere Bewertungen.

Kinder bauen von sich aus oft Kunstwerke aus Naturmaterialien und geben so gegenständlich ihrer Fantasie Ausdruck (Schneemänner, Baumhütten, Kastanientiere,...). Jugendlichen und Erwachsenen hingegen fällt es zunächst oft schwerer, sich auf die Natur einzulassen. Ist jedoch die Hemmschwelle erst mal überwunden, können sie wie Kinder in ihr Tun versinken und Zeit und Alltag völlig vergessen. Über die meist symbolisch besetzt gestalteten Kunstwerke sind sie oft selber überrascht, fasziniert und stolz. Kritiker suchen nach der „Grenze“ dessen, was als Landart bezeichnet wird und was nicht. Dies ist allerdings wirklich schwierig zu definieren und wozu braucht es diese Definition überhaupt? Denn Landart ist nicht mit Worten zu beschreiben, es ist mehr als die Summe, der in diesem Text beschriebenen Teile. Und dieses „mehr“ gilt es selbst zu erleben!

*Carina Gerstgrasser*



## Jahreszeiten der Seele

*Zum Glück müssen wir nicht alle unsere Ziele bewusst entwerfen. Oft entwickelt unser unbewusster Geist neue Ziele für uns, die im Fluss des Lebens gleichsam von selbst auftauchen...*

### **Anleitung:**

Von der Natur können wir viel lernen. Sie zeigt uns die tröstliche Stabilität des Wandels. Tiere und Pflanzen gehen durch den Zyklus der Jahreszeiten. Der Winter bringt alles zur Ruhe und lässt einiges absterben. Im Frühjahr erwacht das Leben erneut oder wird intensiver. Der Sommer entfaltet das Leben voll und lässt die Früchte reifen. Im Herbst kann geerntet werden, und die Natur geht weiter durch ihren Zyklus von Werden und Vergehen und Werden. Wenn wir ernten möchten, dann wird uns die Zuverlässigkeit im Wechsel der Jahreszeiten beruhigen. Wenn wir unser Herz jedoch nur an Blümenträume hängen, muss uns der Kreislauf der Jahreszeiten schmerzen. Und in unserem persönlichen Leben können wir nur reifen und ernten, wenn wir akzeptieren, dass manches vergeht und sich wandelt und damit die Voraussetzung schafft für das Neue.

Ich möchte euch einladen, dies zum Ausgangspunkt einer kleinen Betrachtung zu machen. Ihr könnt gleich eine Liste anlegen und etwa fünf Dinge notieren, Dinge, die in eurem Leben absterben, schwächer, weniger wichtig werden, zurücktreten, abgetrennt werden. Vielleicht geht eine Freundschaft zu Ende, eine Arbeit, eine Ehe. Vielleicht ändert sich eine innere Einstellung oder ein Gefühl, vielleicht ändert sich ein Teil eurer Lebensphilosophie oder etwas in euren politischen Anschauungen. Am besten konzentriert ihr euch auf Dinge, die in einem solchen Wandel sind, ohne schon völlig vorbei zu sein.

Und wenn ihr das gemacht habt, legt eine zweite Liste an mit etwa fünf Dingen, die am Anfang sind, im Werden, die noch nicht vollständiger Bestandteil eures Lebens geworden sind, Dinge, die auftauchen, zurückkehren, wichtiger werden und wünschenswerter. Vielleicht ein neuer Freund, ein aufkeimendes Interesse am Kochen, vielleicht ein stärker werdendes Bedürfnis zu Reisen. Versucht, so spezifisch wie möglich vorzugehen. Lasst euch für beide Listen 15 Minuten Zeit...

Und nun nehmt euch einen Punkt aus der zweiten Liste vor, der euch besonders interessiert. Schreibt dazu eine kurze Betrachtung. Wie sieht die Vorgeschichte dessen aus, was dort im Werden ist? Was hilft oder hindert bei der Geburt des Neuen? Könnte daraus ein Ziel für euch werden? Wie könnt ihr euch darauf einstellen? Wie wird euer Leben aussehen, wenn das Neue einmal stärker ausgeprägt ist? Lasst euch noch einmal 15 Minuten Zeit für diese Reflexion...



## Landkarte der Zukunft

*Die Metaphorik von Straßen, Wegen und Orten mobilisiert die Phantasie der Teilnehmer, ein anschauliches Bild der eigenen Zukunft zu entwickeln. Dieses Bild bietet im Anschluss die Möglichkeit seinen Zukunftsentwurf zu überdenken, sich klarer werden wie alle Ziele zusammenpassen, welche Hindernisse es geben wird und auch welche Möglichkeiten sie zeigen...*

### **Anleitung**

Ich möchte euch vorschlagen, eine Landkarte eurer Zukunft zu zeichnen. Malt die Plätze, die ihr erreichen wollt, große und kleine Wegziele. Schreibt dazu, wie ihr die Ziele nennen wollt, die ihr für eure private und berufliche Existenz anstrebt. Malt die Wege und Straßen, die ihr gehen werdet. Wie werdet ihr zu den Zielen gelangen? Auf kürzestem Weg? Auf gewundenen Wegen? Welche Hindernisse gibt es zu überwinden? Welche natürlichen Hilfen könnt ihr einplanen? Durch welche Gegenden führt euch der Weg? Durch fruchtbare Landschaften? Durch Wüsten? Durch einsame Gebiete? Werdet ihr die Straßen und Wege alleine ziehen oder in Gesellschaft anderer? Lasst euch 30 Minuten Zeit...

Nun schreibt eure Gedanken zu eurer Landkarte der Zukunft auf.

Wo sind die wichtigsten Ziele? Wie passen sie zueinander? Wo liegen Gefahren? Wie werdet ihr genug Kraft finden, eure Ziele zu erreichen? Was empfindet ihr angesichts dieses Panoramas? Lasst euch 15 Minuten Zeit dafür...

## Perspektivenwechsel

*Wenn man sich im Laufe eines persönlichkeitsbildenden Seminars mit sich selbst beschäftigt ist man in dieser Zeit mehr Entwicklungsanstößen ausgesetzt wie das Umfeld in das man nach solchen Tagen zurück kehrt. Es gilt, die unterschiedlichen Entwicklungsgeschwindigkeiten irgendwie zu synchronisieren. Das wird umso eher gelingen, wenn der Rückkehrende nicht allein seine Erfahrungen berichtet, sondern auch sensitiv ist für die Hoffnungen und Befürchtungen seines zu Hause gebliebenen Umfeldes...*

### **Anleitung**

Die erste Bewährungsprobe für eure Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit müsst ihr bestehen, wenn ihr jetzt, nach einer Zeit mit und für euch, wieder nach Hause kommt. Dafür möchte ich euch Hilfestellung geben.

Stellt euch jemanden vor, der für euch im Moment wichtig ist und der ein Interesse hat an dem was euch betrifft. Das kann ein Freund oder Freundin sein, ein Elternteil, Schwester oder Bruder oder vielleicht auch jemand aus der Firma, Vorgesetzter, Chef, ...

Dieser jemand sitzt jetzt genau zu diesem Zeitpunkt zu Hause allein im Zimmer oder Büro. Er sitzt und denkt an euch. Welche Gedanken bewegen ihn? Was empfindet er, wenn er an euch denkt? Wie steht er zu eurer Teilnahme an diesem Seminar? Und was erwartet er bei eurer Rückkehr?

Versetzt euch in der Phantasie in seine Lage und identifiziert euch so weit wie möglich mit ihm. Dabei können euch bisher nie ausgesprochene Gedanken und Gefühle des anderen bewusst werden. Schreibt alles auf, was im Innern des von euch gewählten Menschen vor sich geht.

Ihr habt dafür 20 Minuten Zeit...

Jetzt habt ihr die Möglichkeit, eure Notizen mit einem anderen Gruppenmitglied zu besprechen. Wenn ihr wollt, könnt ihr auch eure Notizen dazu verwenden, einen kleinen Brief an genau diesen Menschen zu schreiben. Ihr habt wieder 20 Minuten Zeit...

Nun kommt zu einer kurzen Auswertung zusammen...

### Auswertung

- Was war bei diesem Experiment für mich am wichtigsten?
- Wie fühle ich mich jetzt?
- Will ich meine Notizen mit dem gewählten Menschen besprechen?
- Wie kann ich dieser Person konstruktiv vermitteln, was es für mich zu besprechen gibt?