

Oplev naturen - styrk livet

Danmarks Naturfredningsforening Kalundborg afdeling inviterer til gratis foredrag om naturens indvirkning på os mennesker.

I løbet af de sidste ti år er interessen for naturterapi eksploderet. Er det her, vi kan søge et svar? For nogle mennesker er naturen en redning under en opstået livskrise. For andre er naturen en daglig kilde til sundhed og vitalitet. Og for andre igen sætter naturen livet i relief og udpeger nye retninger i livet.

For et år siden sendte TV-lægen Peter Qvortrup Geisling som et forsøg tre personer i naturterapi hos Thomas Lasse Edlev på Røsnæs. Gennem to programmer af Lægens bord kunne seerne følge de tre deltageres oplevelser og udvikling i naturen, alt imens deres hverdagsliv på flere felter ændrede sig. Som en af deltagerne ufortrødent sagde under et afsluttende interview: "Naturterapien har givet mig et bedre liv!".

Men hvad er naturterapi og hvordan kan den berige vores liv og forhold til naturen? Ud fra forskning, konkrete eksempler og egne erfaringer vil Thomas Lasse Edlev give et oplæg, der i ord og billeder tager os "med ud i naturen – og ind i os selv".

Thomas Lasse Edlev er uddannet lærer, naturvejleder og dybdeterapeut. Hele sit voksne liv har han arbejdet med naturvejledning, naturpædagogik og naturterapi. Han har været med til at starte den første danske naturterapeut uddannelse og skrevet bogen "Oplev Naturen – styrk livet", der er udkommet på Gyldendal. Naturen på Røsnæs danner ramme om det meste af hans arbejde. Thomas Lasse Edlevs bog "Naturterapi" vil for interesserede være tilgængelig til foredraget.

Filosoffen Jean-Jacques Rousseau mente, at mennesket har det bedst i naturtilstand. Han sagde dog ikke, det er hverken muligt eller ønskeligt at vende "tilbage til naturen". Derimod skal vi være opmærksomme på de faldgruber, der lurer i den moderne civilisation og unddrager os naturen. Disse tanker, som Rousseau fremsatte tilbage i 1700-tallet, er mere aktuelle i dag end nogen sinde før. Vi kan blot kaste et blik på statistikkerne for stress, depression, udbrændthed, angsten for klimaændringer og naturkatastrofer. Menneskets sundhed og klodens tilstand kalder på, at vi styrker og fornyr vores forhold til naturen – både naturen i os selv og naturen omkring os!

Foredraget afholdes i festsalen på Skolen på Herredsåsen tirsdag d. 26. oktober. DN Kalundborg er vært med kaffe og brød.