



Klosterheilkunde 1

Frühjahrsputz für Körper, Geist und Seele: Reinigen, Loslassen und Verjüngen mit der Kraft der Frühlingskräuter

Der Frühling zeigt überall sein Wachstum: in den Knospen, den jungen Blättern und den ersten Blüten. In der Natur ist Lebendigkeit angesagt. Und gerade wir Menschen sind es, die sich in dieser Zeit oft müde und kraftlos fühlen. Dabei hat die Natur genau richtig vorgesorgt: Jetzt gibt es Wildkräuter und Bäume, die ihre entgiftende und entschlackende Wirkung entfalten, um uns wieder zu stärken und zu vitalisieren. Wir wollen die Woche nutzen, um uns zu reinigen und mit Hilfe der Frühlingskräuter wieder Schwung in unser Leben zu bringen und uns von alten Lasten zu verabschieden.

„Wenn die Menschen mehr Brennessel und Löwenzahn nehmen würden, liefen nicht so viele Bleichgesichter herum.“

(Sebastian Kneipp)

Termin: KW 14
31.03.2019 – 05.04.2019
Anmeldeschluss: 18.02.2019

Kursgebühr: € 300,-
Vollpension: € 280,-

Leitung:
Verena Reisinger und Kristina Proleta,
Pater Johannes Pausch

- Täglich Impulse und Vertiefung im Gruppengespräch
- Täglich am Morgen zur Sensibilisierung 45 Minuten Körperübungen
- Wahrnehmungsübungen und Erfahrungen in der Natur
- Herstellen einfacher Anwendungen aus Garten und Wald für Küche und Gesundheit