

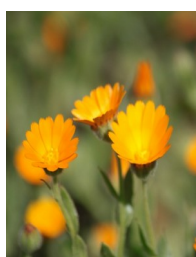
Wilde Pflanzen – Wilde Seele

3 teiliger Kurs für seelische und körperliche Gesundheit

*Wir wandeln und suchen, dabei ist alles schon da. Genau hier, genau jetzt.
In uns und um uns herum ist alles zu finden, was wir brauchen.
Machen wir uns auf den Weg, tief ins innere des Augenblicks, wo Ruhe und
Frieden weilt, wo alles lebt und möglich wird.*

Heimische Wildpflanzen, Gemeinschaft und der Blick nach innen geben uns die Möglichkeit, selbstwirksam unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden in die Hand zu nehmen. Mit der ganzheitlichen Pflanzenheilkunde sowie mit Elementen aus der Gestalt- und Naturtherapie begeben wir uns auf eine gemeinsame Erlebnisreise. Wir erforschen unsere innere und äussere Natur, entdecken den Geschmack von wilden Kräutern und erfahren, wie wir unsere seelische und körperliche Gesundheit stärken und unterstützen können.

Unser Kurs findet in einer festen Gruppe an drei Tagen statt.
Das Mittag wird als gemeinsames Buffet stattfinden und mit Wildkräutern bereichert.



AUGUST

Kontakt und Atmung

Unsere Atmung verbindet unsere innere mit der äußeren Welt.
Was lassen wir herein und was bringen wir heraus?
Unsere Atmung ist der innigste Kontakt zwischen den Pflanzen und uns. Wir atmen sie ein und sie atmen für uns aus. Welche Wildpflanzen in unserer Nähe stärken unsere Atemwege?
Wir wandern nach innen und teilen uns nach außen mit.
Wir stecken unsere Nasen in die wilden Pflanzen und stellen eine Räuchermischung her.

Freitag, 13.08. 2021, 10-17 Uhr

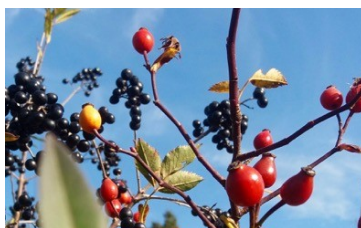


SEPTEMBER

Loslassen und Entgiftung

Loslassen heißt nicht alles wegzuschmeissen, bedeutet nicht Verlust. Etwas los zu lassen bedeutet leichter werden, reicher an dem, was man wirklich braucht.
Die Natur bereitet sich langsam darauf vor: In ihren prallen Früchten steckt das Ende einer Periode und der Same, indem das ganze Leben, ein neuer Anfang steckt. Welche Früchte tragen wir in uns und was könnten wir abschütteln? Das körperliche Entgiften hilft uns bei diesem inneren und äußeren Prozess. Wir stellen eine entschlackende Teemischung her und lernen entgiftende Pflanzen kennen.

Freitag, 17.09.2021, 10-17 Uhr



OKTOBER

Einkehr und Abwehrkräfte

In der Stille sammeln wir Kraft. In der Einkehr liegt Frieden.
In den Wurzeln steckt unsere Verbindung zur Erde. Spüren wir unsere Verbindung, auch wenn es stürmt? Wie fest stehen wir auf dem Boden? In der Natur beginnt der Umwandlungsprozess. Etwas stirbt und verwandelt sich in fruchtbare Erde, in den Nährboden für neues Leben. Der ewige Kreislauf. Unser dritter Tag schließt den Kreis. Wir sammeln Kräfte für die dunkle Zeit. Lernen abwehrstärkende Pflanzen kennen und verwandeln sie in eine Tinktur, die unser Immunsystem stärkt.

Donnerstag, 07.10.2021, 10-17 Uhr

Leitung: Maria Moch – Heilpraktikerin, Natur- und Kräuterpädagogin
Claudia Obst – Heilpraktikerin, Gestalttherapeutin

mariamoch@posteo.de, www.kraeuterfuhrung.de
www.heilpraktikerin-claudiaobst.de

Ort: Klosterfelde/ Barnim

Kosten: 210.- EUR

Teilnehmerzahl 6-8

Anmeldung bis 09. Juli 2021 unter obst.c@gmx.de oder 0162.6426346