Anne Baumgart Heilpraktikerin und TCM-Expertin

Chiyo Kamiya Systemischer Coach und Feng Shui Beraterin



DIE ÖSTLICHE ACHTSAMKEIT Vortragszyklus

Terminkalender

(Beginn, 18:00 Uhr - Dauer, 90 Min.)

27.4.2018 - FRÜHLING Zeit für Reinigung von Körper, Geist und Wohnung Wandlungsphase HOLZ

Programmablauf

Beginn, 18:00 Uhr Kurze Einführung in diesen Vortragzyklus Vortrag: Space Clearing: Frühjahrsputz auf östliche Art Kurze Pause Vortrag: Detox-Kur für die Leber Vorführung: Bauchnabel-Moxa Nachwort

Juli 2018 – **SOMMER** Zeit der Freude und Harmonie Das Feuer nähren, Kreativität fördern Wandlungsphase Feuer - Sommerleiden vorbeugen und lindern (Insektenstiche, Reiseübelkeit, Sonnenallergie,...)

Oktober 2018 - HERBST Die Zeit um inne zu halten und sich klären Wandlungsphase Metall

Januar 2019 - WINTER Zeit für einen neuen Anfang Wandlungsphase Wasser



Achtung: Die Plätze sind begrenzt!

Anmeldung bitte unter

info@naturheilpraxis-baumgart.com

Den Unkostenbeitrag von €10,- pro Abend entrichten Sie bitte vor Ort.

Östliche Achtsamkeit – was ist das?

Unser Leben im Lauf der vier Jahreszeiten – Genauso, wie die vier Jahreszeiten ineinander übergehen, befindet sich unser Leben im ständigen Wandel. Der jahreszeitliche Wechsel hat einen großen Einfluss auf den Wandel der Energien. Obwohl wir in unserem alltäglichen Leben nicht mehr so unmittelbar den Naturgewalten ausgesetzt sind, werden wir doch immer noch stark von unserer Umgebung und den Jahreszeiten beeinflusst. Zu jeder Jahreszeit gibt es die passenden Lebensmittel, Gedanken und Handlungen.

Möchten auch Sie Ihr Leben im Einklang mit der Natur führen?

Anne Baumgart, Heilpraktikerin und TCM-Expertin, und Chiyo Kamiya, systemischer Coach und Feng Shui Beraterin, laden Sie vier Mal im Jahr zu einem gemeinsamen saisonalen Vortragszyklus ein, der Ihnen vielseitige Inspirationen und die richtigen Impulse für Ihr Leben gibt. Dabei werden Aspekte wie Lebensenergie, Faszination, Freiheit, Klarheit, Leidenschaft und Harmonie behandelt.

Unser Anliegen ist es, fernöstliche Lebensphilosophie und Medizin mit all ihren vorbeugenden und therapeutischen Möglichkeiten hierzulande als eine erschwingliche und - da sich immer im Wandel befindende - absolut zeitgemäße und moderne Lebensform zu etablieren. Man muss kein Japanisch oder Chinesisch beherrschen, um zu verstehen, worum es geht: Die fernöstliche Medizin sieht den Menschen als integralen Teil seiner natürlichen Umgebung. So beeinflussen alle in der Natur vorkommenden Prozesse und rhythmischen Zyklen auch unseren Organismus.

Die Kunst der Lebensführung bzw. Behandlung ist es, mit Achtsamkeit gegenüber seinen Mitmenschen und sich selbst das aktuelle Geschehen genau zu erfassen und darauf zum rechten Zeitpunkt, mit der richtigen Intensität und den geeigneten Mitteln stärkend, beruhigend, ausgleichend oder bewegend einzuwirken.



Chiyo Kamiya Systemischer Coach, Feng Shui Beraterin Eggmühler Straße 4 80993 München



Anne Baumgart Heilpraktikerin für Traditionelle Chinesische Medizin Herzogspitalstraße 4 80331 München

Ort: Naturheilpraxis Helgerth & Baumgart