

Die neue Begegnung von Körper und Seele für ein ganzheitliches Wohlbefinden

Die Zusammenhänge von Körper, Lebensweise und Gesundheit

In diesem Kurs vereinen sich die Grundlagen der Traditionellen Tibetischer Medizin und neue moderne wissenschaftliche Erkenntnisse von Psychotherapie, Lebensweise und Ernährung.

Zusammenhänge werden erklärt und Fragen beantwortet, die sie sofort in ihrem Alltag ausprobieren und anwenden können. Sie können dadurch wieder zu mehr Kraft, Stabilität und Gesundheit in ihrem Leben finden.

Viele Situationen im Alltag empfinden wir als belastend und wir suchen nach Erklärungen oder Lösungen. Wir bekommen z.B. Krankheiten oder haben so starke Gefühle, die uns aus der Bahn werfen. Wie können wir damit umgehen? Woher kommen sie? Gibt es eine Lösung? Warum kommen wir immer wieder in ähnliche Situationen?

In diesem Kurs können sie die Antworten darauf finden.