

Ayurveda - Wochen im Kloster



Ayurveda-Wochen am spirituellen Kraftort der Abbaye de Fontaine-André, oberhalb Neuenburg. Ein einzigartiger Ort, um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen, Erholung zu finden und Kraft in der wunderbaren Natur zu tanken.

Die Abbaye Fontaine-André liegt im Grünen am Fuss des Chaumont mit Blick über den Neuenburgersee bis zu den Alpen. Ihr Name verweist auf die Quelle, die seit Menschengedenken an diesem Kraftort fließt, und auf die heutige Kernaufgabe: Menschen zu helfen, ihre innere Quelle zu entdecken.

Wo, wenn nicht hier, können Sie das alte Wissen der Weisen finden, die echtes Glück und Geistesfrieden kannten. Wo, wenn nicht hier, finden Sie die Energie und Kraft, das Leben Ihrer Träume zu verwirklichen. Wo, wenn nicht hier, entdecken Sie den Klang der Stille.



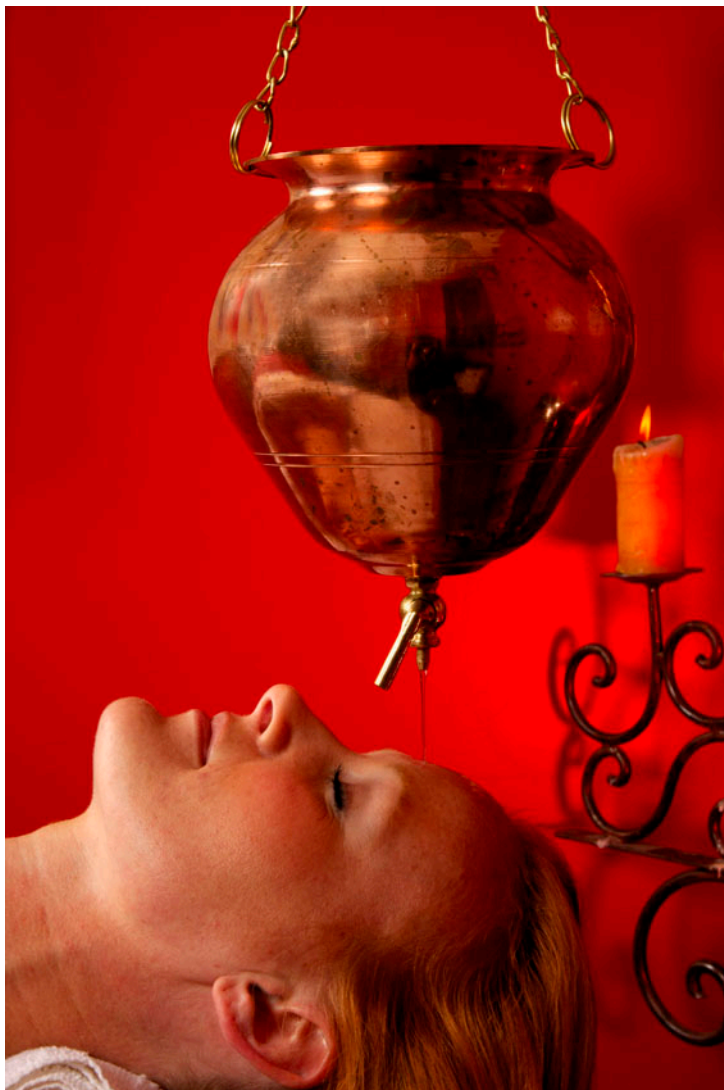
Diese Ayurveda-Woche im offenen Kloster „Fontaine-André“ ist etwas ganz Besonderes: www.fontaine-andre.ch. Beschreibung der Ayurveda-Woche auf der Folgeseite.

Ayurveda – ein Rendez-vous mit sich selbst

Ayurveda birgt in sich das uralte Wissen um Gesundheit, Schönheit und ein langes Leben. Es handelt sich dabei um ein Jahrtausend altes Heilwissen aus Indien. In unsere Sprache übersetzt, bedeutet Ayurveda «das Wissen vom Leben».

Die ayurvedischen Behandlungen entschlacken den Körper von Toxinen, die sich oft während Jahren angehäuft haben, egal durch welche Ursachen. Sie ermöglichen eine Zellregeneration, verbessern die Durchblutung und den Fluss der Energien. Durch die Stärkung des Terrains schafft Ayurveda mehr Ordnung im Organismus und ermöglicht ein sich steigerndes Wohlbefinden. Die Ayurveda-Woche ist ein Rendez-vous mit sich selbst, um den Kontakt mit seinem tiefsten Inneren neu zu knüpfen, um Kraft, Freude und Ausgeglichenheit wieder zu finden. Denn das Erhalten der Gesundheit ist die beste Medizin. Jedes Jahr eine Ayurveda-Woche und Sie tun wirklich etwas Gutes zur Erhaltung Ihrer Gesundheit: «Ayurveda als Prävention».

Ich biete Ayurveda-Wochen in kleinen Gruppen an. Das gibt mir die Möglichkeit, bei den ayurvedischen Behandlungen ganz speziell auf Ihre Bedürfnisse einzugehen und für Sie Ihre ganz persönliche Ayurveda-Woche zusammenzustellen. Beim angewendeten Öl achte ich darauf, dass es Ihrem Dosha, ihrer Konstitution, entspricht. Sie erhalten jeden Tag eine auf Sie abgestimmte ayurvedische Behandlung. So bleibt genügend Zeit für Sie persönlich. Zeit für Begegnungen; Zeit für Stille; Zeit für Spaziergänge; Zeit für Erkenntnisse; Zeit, den erhaltenen Behandlungen und Massagen Raum zu geben.



Daten: Siehe «agenda» auf der Webseite von www.tejas.ch

Anreise: Sonntag zwischen 16 und 17 Uhr; Abreise Freitag nach dem Mittagessen.

Pauschalpreis: CHF 825.-- für die ayurvedische Behandlungen und Massagen (u.a. Abhyanga, Kansu, Pichauli, Shirodhara und auf Sie persönlich abgestimmte Anwendungen).
CHF 775.-- für Ihr Einzelzimmer mit Dusche und Vollpension. Diesen Betrag bezahlen Sie bei Ankunft direkt an die Abbaye Fontaine André, Neuchâtel.

Anmeldung: tejas ayurveda, Doris Nydegger-von Arx, 2576 Lüscherz,
Tel. 079 421 47 51, www.tejas.ch.

Ich arbeite seit Jahren als ayurvedische Therapeutin und habe meinen eigenen Behandlungsraum in Ligerz, direkt am Bielersee. In Frankreich, im Centre Tapovan von Kiran Vyas, leite ich einige Wochen im Jahr Ayurveda-Kuren und arbeite dort auch als Ayurveda-Therapeutin.

Bezahlung: Für die ayurvedischen Massagen und Behandlungen erhalten Sie nach ihrer Anmeldung eine Rechnung mit Einzahlungsschein. Die Kosten für das Zimmer inkl. Vollpension bezahlen Sie bitte bei Ankunft direkt an die Abbaye Fontaine André.