

# Ayurveda-Wochen am Blausee



Der Blausee – ein kleines Stück Himmel auf Erden. Ein Märchen, das der Phantasie jeden Platz lässt. Verwunschene Wege. Moos. Felsen wie Gnome, die in der Nacht im Schweinwerferlicht wie Schauspieler aus einer Sage wirken. Natur pur und doch so anders. Oder wie es in einem Reiseführer aus dem Jahr 1885 heisst: «Ein landschaftliches Kleinod von zauberhafter Waldeinsamkeit». Der Blausee liegt Nahe Mitholz auf dem Gebiet der Gemeinde Kandergrund – in einem 20 ha grossen Naturpark und ist mit Spazierwegen gut erschlossen. Der Blausee ist trotz seiner geringen Grösse von 0,64 ha einer der bekanntesten Bergseen der Schweiz. Er entstand vor über 15'000 Jahren durch einen Felssturz.

Inmitten dieser imposanten, mystischen Naturlandschaft, direkt am See, liegt das Hotel Blausee. Hier finden die Ayurveda- Wochen statt. Im Hotel selbst, das über 18 Zimmer verfügt, gibt es eine Sauna und einen kleinen Spa-Bereich zur freien Benutzung.



# 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». Gemeint ist das Wissen über sich selbst. Es geht um den Menschen als Ganzes und seine Fähigkeit, sich selbst zu heilen, sowie ein Gefühl dafür zu entwickeln, was für ihn gesund und gut ist.

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 unter «agenda» auf der Webseite [www.tejas.ch](http://www.tejas.ch)
- Anreise: Sonntag zwischen 16 und 17 Uhr; Abreise Freitag nach dem Mittagessen.  
Nähere Angaben über Anreise und Zimmer finden Sie unter [www.blausee.ch](http://www.blausee.ch)
- Preise: Seeblick-Zimmer: Fr. 1'890.-- (als Doppelzimmer), Fr. 2'165.-- (als Einzelzimmer).  
Bergblick-Zimmer: Fr. 1'700.-- (als Doppelzimmer), Fr. 1'975.-- (als Einzelzimmer).  
In diesem Preis sind alle Übernachtungen, alle für Sie liebevoll zubereiteten Mahlzeiten (Vollpension) und die ayurvedischen Behandlungen und Massagen inbegriffen.
- Anmeldung: tejas ayurveda, Doris Nydegger-von Arx, 3800 Sundlauenen, Tel. 079 421 47 51,  
[www@tejas.ch](mailto:www@tejas.ch), [info@tejas.ch](mailto:info@tejas.ch)
- Bezahlung: Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung/Bestätigung, die Sie bei Ihrer Abreise direkt im Hotel Blausee bezahlen.