

Sinn Erfülltes Fasten

Fasten ist ein ganzheitlicher Prozess von Körper, Geist und Seele. Von der äußeren Nahrung zur inneren Nahrung wandern, eingebettet in der Stille und getragen in der Natur im Kloster Pernegg. Ganz besonders kann es beim Fasten gelingen, zu hören was die Seele erzählen mag. In die Fragen eintauchen, wie wohl mein Leben mit Sinn erfüllt ist? Was beflügelt meinen Geist? Bin ich im richtigen Lebensfilm? Durch das Reinigen und Entgiften beim Fasten schärft sich der innere Blick auf das was in Deinem Leben bedeutsam ist.

Ich freue mich, als Fastenbegleiterin Dich auf dieser Reise zu Dir selbst - Sinnerfüllte Momente zu finden, zu feiern und sie in der jeweilige Lebensspur wieder sichtbar zu machen.

Sinn Stiftendes Fasten

Durch das Fasten im Kloster Pernegg kommt es zu einem Leichter werden an Leib und Seele, es schafft Raum für Klarheit und ein Gefühl des Neugeborenenwerdens. Fasten ist für mich eine wunderbare körperlich-seelisch-geistige Reinigung und Entgiftung, die eine befreiende Erfahrung sein kann, und Sinnstiftend nachhaltig in den Alltag hineinwirkt - wie eine lebenserquickende Reise mit sich selbst.

Ich freue mich, Dich als Fastenleiterin auf dieser Reise zu begleiten, und Sinnerfüllte Momente zu finden, zu feiern und sie in der jeweilige Lebensspur wieder sichtbar zu machen.

Viktor Frankl sagte: "Hinter jeder Ecke hat sich ein Sinn versteckt"

Terminmöglichkeiten:

- 🌿 20. – 27. Juli 2019
- 🌿 5. – 12. Oktober 2019