

DIE GESUNDHEITSPAXIS AM VENUSBERG PRAXISINFO

Winter 2023/2024

Termine, Notizen und Neuigkeiten

Impuls

Mit dem Novembervollmond betreten wir die Schwelle in die heilige Dunkelheit, aus der heraus das Neue geboren wird. So war es immer schon. Ich habe da einen Wunsch, ich möchte den Zauber des Lebens spüren, die Natur und ihren immerwährenden Wandel hautnah erleben, meine kostbare (Lebens-)Zeit bewusst wahrnehmen, weil ich weiß, dass allein ich selbst, für die Umsetzung verantwortlich bin.

Ich entscheide, auf was ich mich einlasse oder was ich bleiben lasse, ich wähle, was ich will und was ich nicht will. Das klingt pathetisch und doch ist es mir damit vollkommen ernst, empfinde ich diese Worte zutiefst als wahr. Ich entscheide mich für den Weg der Liebe und für den Weg des Friedens. Ich setze mich für das ein, was in meiner Macht liegt, öffne die Tore oder schließe sie bewusst. **So könnte es gelingen!**

Warum schreibe ich solch´ einen Text? Weil ich als Trauerrednerin natürlich Reden schreibe, weil ich für die Trauernden und sowohl über, als auch für die Toten rede, weil ich letztendlich über das Leben rede, weil Trauerreden nichts anderes als Lebensreden sind und weil jedes Ende im Leben, auch ein neuer Anfang ist. Für die Toten und für die Lebenden. Neues will geboren werden, durch den schmerzhaften Geburtskanal hindurch, durchs Dunkel ins Licht. Dieser Prozess gehört, so oder so, immer dazu. Menschen suchen das Licht am Ende des Tunnels, suchen nach dem Sinn im Leben, möchten lachen, suchen Nähe, lieben den Austausch, brauchen Wärme und wer wünscht sich nicht auch, einfach nur glücklich und zufrieden zu sein?

Dankbarkeit

Worte können wie Balsam für die Seele wirken. Ich bin sehr dankbar für die mehrfach gleiche Rückmeldung aus den unterschiedlichsten Abschieds- oder Trauerfeiern in diesem Jahr, dass ich sie gerade so auch wiedergeben möchte: „ich habe noch nie so eine persönliche mitfühlende wunderbare Trauerfeier erlebt!“ Ja, auch das ist ein Wunsch und ein Ziel von mir: Die Person, das Individuum, der Mensch, als Teil der Natur und Schöpfung, soll wieder im Mittelpunkt stehen, seine Würde möge geachtet und respektiert werden. **So könnte Leben gelingen!**

www.heidi-mornhinweg.de
info@heidi-mornhinweg.de
07034 / 998 997 9

Heidi Mornhinweg
Kirchweg 12
71134 Aidlingen – Lehenweiler

DIE GESUNDHEITSPAXIS AM VENUSBERG PRAXISINFO

Winter 2023/2024

Termine, Notizen und Neuigkeiten

Gedanken zur Gesundheitsprävention

Haben Sie auch schon einmal über Folgendes nachgedacht? Eigenverantwortlichkeit ist mehr denn je gefragt. Gesundheitswissen kann und wird Tag und Nacht lieber kostenlos per Internet abgerufen. Gesundheitsprodukte können aus aller Welt immer schneller und billiger bestellt werden. Doch - wo bleibt das Bewusstsein für Qualität, die Wertschätzung für den zwischenmenschlichen Umgang, die Wertschätzung für die individuelle Beratung oder jegliche menschliche Leistung? Die Wertschätzung für Erfahrung und Kompetenz? Was geht uns, leise aber sicher, durch Oberflächlichkeit, Schnelligkeit und Schnelllebigkeit verloren? Woher sollen Menschen, die noch in voller Erwerbstätigkeit stehen oder im Familienleben täglich gefordert sind, sich die Zeit für das nehmen, was Institutionen, Politik, Banken, Versicherungen, Finanzamt, Ärzte ... mehr und mehr in unsere Verantwortung legen? Wer schenkt uns das, was wir alle mehr denn je bräuchten: Zeit, Aufmerksamkeit, Geduld, Zuwendung, Liebe?

2

Die Stille, der Stille geht unter, der Lärm wird lauter, die leisen Töne werden kaum mehr gehört. Zeit für Pausen, um sich dem „Gar-nichts-tun“ zu widmen werden rar, weil es da immer irgendetwas gibt, was noch zu erledigen ist. Funktionalität und Rationalität weichen oft Schönheit und Muse.

Stop! Mensch, halt endlich an, wo läufst Du hin? Warum rennst Du, wie blind und getrieben, durchs Leben? Bist Du Dir bewusst, dass jeder Augenblick Dein letzter in diesem Leben sein könnte? Frage Dich, wenn Du nur noch ein halbes Jahr zu leben hättest, was würdest Du dann tun? Sei radikal ehrlich zu Dir selbst. Nimm Dir endlich mehr Raum und Zeit für Dich selbst! Tu es, auch wenn anderes dafür auf der Strecke bleibt! Nur wenn Du selbst in Deiner Kraft bist, kannst Du auch für die Anderen um Dich herum mit Deiner vollen Kraft da sein.

Und ganz wichtig: sprich Deine Wahrheit aus, finde Worte oder einen Ausdruck dafür, um zu zeigen, wie es Dir wirklich geht, kehre nichts mehr unter den Teppich, sondern schaue es an und führe in die Ordnung, was schon lange darauf wartet. Trage Dein Herz auf der Zunge. Sei mutig, stelle die Vernunft auch mal zur Seite, lebe und vor allem: liebe!

www.heidi-mornhinweg.de
info@heidi-mornhinweg.de
07034 / 998 997 9

Heidi Mornhinweg
Kirchweg 12
71134 Aidlingen – Lehenweiler

DIE GESUNDHEITSPAXIS AM VENUSBERG PRAXISINFO

Winter 2023/2024

Termine, Notizen und Neuigkeiten

Termine Dezember 23 bis Februar 2024

Mi, 20. Dezember

Strömgruppe. Seit bald 20 Jahren sind wir gemeinsam unterwegs und üben uns, in der Selbst- oder Fremdbehandlung. Strömen ist ähnlich der bekannten Akkupunktur, nur dass statt Nadeln die Hände genutzt werden, um die Körperenergien wieder in Einklang zu bringen. Wir freuen uns über „Nachwuchs“!

9 – 11.30 Uhr, 25 Euro

Do, 21. Dezember

Wintersonnwende – Wir beginnen mit einer warmen Suppe am knisternden Kaminfeuer, bereiten uns mit einem Impuls auf die kommenden Rauh Nächte vor und gehen anschließend in der Dunkelheit hinauf auf den Venusberg und feiern ein Sonnwendritual.

18.30 Uhr bis 21.30 Uhr, 30 Euro. Anmeldung unbedingt erforderlich.

Fr, 19. Januar

Strömgruppe, siehe oben

Mi, 24. Januar

Waldbaden im Winter. Das Draußen Sein und die winterliche Stimmung genießen. Bitte ein heißes Getränk für unterwegs mitbringen und der Witterung entsprechende warme Kleidung.

9 – 11.30 Uhr, 25 Euro. Anmeldung unbedingt erforderlich.

Einzelbehandlungen, Beratungen, Ström- oder Trauerbegleitungen, Mentoring, Lebenscoaching, telefonische Beratungen oder Online-Termine sind individuell zu vereinbaren und jederzeit gerne möglich.

www.heidi-mornhinweg.de
info@heidi-mornhinweg.de
07034 / 998 997 9

Heidi Mornhinweg
Kirchweg 12
71134 Aidlingen – Lehenweiler

DIE GESUNDHEITSPAXIS AM VENUSBERG PRAXISINFO

Winter 2023/2024

Termine, Notizen und Neuigkeiten

Das Beste zum Schluss

So, 4.2.24

Die Praxis feiert ihren

20. Geburtstag,

11-14 Uhr „Matinée“

4



Vortrag mit
anschließendem Apéro,
um Genuss und
Geselligkeit zu verbinden.

Bitte um Anmeldung,
max. 20 Gäste.

Um eine Spende wird gebeten.

www.heidi-mornhinweg.de
info@heidi-mornhinweg.de
07034 / 998 997 9

Heidi Mornhinweg
Kirchweg 12
71134 Aidlingen – Lehenweiler