

Gesundheits-Retreat

auf einem bekannten Permakultur-Projekt mitten im Atlantik (Benahoare – La Palma)

AUTarcaMatricultura (matricultura.org) bietet ganzheitliche Gesundheits-Retreats zum Entspannen, Auftanken, Genießen, „Wieder Gesund Werden“.
Für Einzelpersonen, Paare, Familien oder auch Gruppen bis zu maximal 8 Personen.

Verschiedene Therapiemethoden und Heilungsangebote sind:

NATUR:

- klare Himmel ohne Spuren von Trails
- sauerstoffgeladene Atemluft
- üppige Vegetation im Wald-Wildnis-Garten
- befreiende Weite des Ozean-Horizontes
- immense Tiefe des geschützten Sternenhimmels
- naturrichtige, wohltuende Stille
- Freiheit von Strahlung im Innen- wie im Außenbereich (nur Festnetz, kein WiFi)

ESSEN, TRINKEN und HEILEN:

- erfrischendes vitalisiertes Wasser direkt aus dem Berg gemäß Viktor Schauberg
- Solar-Slowfood, vegan/vegetarische Hofküche, auf Wunsch auch reine Rohkost
- begleitetes Fasten mit frischen Säften, Smoothies, Kräutertees und/oder mit Suppen
- mehrjährige Wildpflanzen als Nahrungsquelle und Superfood, Spirulina aus eigener Produktion
- Kräuter-, Baum- und Frauenwissen, Matriarchale Alchemie, Homöopathie, Bachblüten, Propolis
- Baby- und Kleinkind Ernährung / Windelfreiheit / Stärkung der Eigenkraft

LEBENSENERGIE:

- Orgontherapie nach Wilhelm Reich mit original Orgonakkumulator
- Körperpsychotherapie (CORE-Energetik, Bioenergetik)
- Atemmeditation (Quantum Light Breath, Rebirthing)
- Die 5 matriarchalen Grundwerte als Grundlage zur Entscheidungsfindung, Gemeinschaftsbildung, kreativer Konfliktbefreiung und friedvoller Kommunikation.

RITUALE und ERKENNTNISSE zur LANDSCHAFTS- und UMWELTHEILUNG:

- Klärung und Motivationshilfe: Tiefenökologie nach Joanna Macy
- Aufmerksamkeitstraining: die Landschaft lesen und ihre Bedürfnisse erkennen
- Vertrauensarbeit: Die „Muster“ der Natur erkennen, um ihr wieder voll zu vertrauen
 - Baumpflege (Pflanzen, Nähren, Pflegen, Veredeln)
- Energieautarkie, Humusaufbau, TerraPreta, Wasser-Reinigung, gesundes Bauen
 - gesunde Bienen durch naturrichtige Pflege
 - leben und agieren im Rhythmus der Gestirne
- Feuer- und Wasserrituale: Agnihotra, Pyrolyse, Biologisch-dynamische Präparate
 - original Wetterarbeit (Himmelsakupunktur) nach Wilhelm Reich

EXKURSIONEN mit dem Sonnenauto und auch zu Fuß

Der 3 ha große Wald-Wildnis-Garten, die Dachterrasse (Yoga, Thai Chi, Sonnen- und Sternebaden), der Ping Pong Tisch, der Tischfußball-Kicker, die umfassende Bibliothek, die reichhaltige Filmothek mit aufbauenden Dokumentar- und inspirierenden Spielfilmen, sowie eine Gitarre und ein E-Piano, die Sonnenkocher und der Pyrolyse-Ofen stehen jederzeit zur freien Verfügung.

Wir offerieren Ihnen ein Zimmer mit Verpflegung nach Ihrer Wahl und durchschnittlich jeden Tag drei Stunden „Betreuung“ sei es in Form von Therapieangeboten, Ritualen oder Wissensvermittlung.

Sie stellen ihr Programm selbst zusammen.

Kosten pro Tag und erwachsene Person: 175 Euro