

Heilfasten heilt in Bad Tölz

Die eigene „Speisekammer“ leeren.

Heilfasten reinigt Körper und Seele und ist bei uns nur unter ärztlicher Aufsicht möglich.

Überkonsum macht krank. Dieses älteste Naturheilverfahren der Menschheit wird als Kur bei uns in Bad Tölz seit 15 Jahren erfolgreich angeboten.

„Nichts ist schwerer zu ertragen als eine Reihe von guten Tagen“. Dieses Sprichwort aus Zeiten in denen noch körperlich schwer gearbeitet wurde, spiegelt eine elementare Menschenerfahrung wieder. D. h. in „guten“ Zeiten kann er sich eine eigene Speisekammer um die Lenden herum anlegen, von der er in Mangelzeiten profitiert. Den anhaltenden Überfluss an Nahrung aber richtig zu verwalten, fällt dem Menschen schwer. Ununterbrochener Überkonsum aber macht krank.

Es ist gar nicht schwer, den heilsamen Mangel neu zu entdecken.

Wenn dieser nicht als Hunger von außen aufgezwungen wird, sondern freudig gesucht wird, nennt man es fasten.

Fasten ist freiwilliger Verzicht auf Nahrung für eine begrenzte Zeit. Sobald der Entschluss gefasst ist und der Darm leer ist, schwindet das Hungergefühl.

Spätestens am 3. Tag. Das Trinken ist für das Entgiften, Entsäuern, Entschlacken und Wohlbefinden im Fasten von zentraler Bedeutung. Dabei wird wieder ein natürliches Trinkverhalten zurückgewonnen, das unerwünschte Gewichtszunahme nach dem Fasten zu vermeiden hilft.

Im Buchinger- Heilfasten wird Tee, unser besonderes Wasser (Granderwasser), Mineralwasser, Gemüsebrühe und abends ein frisch gepresster Obstsaft oder Brühe gereicht.

Dazu mittags einen Leberwickel, der die Entgiftungsarbeit der Leber fördert.

Im Fasten befreit man sich von fett- und wasserlöslichen Schadstoffen. Alles normalisiert sich. Erhöhte Blutwerte normalisieren sich und die Gewichtsabnahme folgt automatisch. Viele, auch chronische Leiden lassen sich bessern. Die natürlichen Heilkräfte werden aktiviert. Fasten stärkt das Immunsystem des Menschen und stabilisiert die Seelenkräfte.

Eine richtige Kur dauert eine Mondphase oder länger. 21 Tage werden heute als „Normalkur“ bezeichnet. Kurzbehandlungen sind möglich, erreichen aber nie den Erfolg einer richtigen Kur.

Was unsere Gäste erwarten vom Heilfasten: Entschlackung, Entgiftung, Entsäuerung, Schmerzfreiheit, Wohlfühlen. Z. B. bei Rheuma. Je nach Kurziel und Kurdauer eine Steigerung der Leistungsfähigkeit und des körperlichen Wohlbefindens. Steigerung der körperlichen Fitness, um beweglich zu bleiben, um nie pflegebedürftig zu werden. Gewichtsreduktion, wo nötig, als aktive Gesundheitsvorsorge in Eigenverantwortung.

Der Erfolg der Kur beginnt mit dem Entschluss zur Kur. Und mit unserem erfahrenem Fastenarzt und der Fastenleiterin an Ihrer Seite, die über alle Unebenheiten des Heilfastens gekonnt hinweghelfen nach dem Motto:

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.