



Wurzeln entdecken, Ruhe finden, Wachstum erleben – Zum Buch „Kraftort Natur“ von Jennie Appel und Dirk Grosser

Berlin, Deutschland (Kulturrexpresso). In seiner Buchreihe „bewusst und gesund leben“ bringt der Verlag Gräfe und Unzer diesen Monat ein neues Werk heraus.

Natur und Achtsamkeit gehen hier eine wunderbare, die Sinne öffnende und kraftspendende Verbindung ein. Indem man lernt, sich (wieder) mit der äußeren Natur zu verbinden, findet man Geborgenheit und wird sich seines Selbst bewusst. Man knüpft an ungeahnte Ressourcen an, schöpft neue Kraft, kann Gelassenheit entwickeln und findet einen tieferen Zugang zu seiner Intuition, dem inneren Ratgeber für den eigenen Lebensweg. Erfahrungsberichte schulen die Sinne, um der äußeren wie der inneren Natur wieder wach zu begegnen. Meditative Elemente verbinden sich auf organische Weise mit dem Geist der Natur und lassen eins werden mit allem, was ist. Dies schenkt Geborgenheit und macht stark. Zugleich wird man klarer in seinem Wesen, stressresistenter und authentischer. Das ermöglicht es, Wünsche und Bedürfnisse besser zum Ausdruck bringen und zugleich sein mitfühlendes natürliches Wesen weiterzuentwickeln. Ganz nebenbei vertieft man mit den Übungen seine Liebe zur Natur, – und nur was man liebt, kann man auch schützen, inkl. CD mit drei geführten Meditationen.

Jennie Appel arbeitet mit schamanischen Techniken und als Energieseherin und psychologische Beraterin. Ihre Lehrjahre und Ausbildungen führten sie einmal um die Welt. Sie hat bereits mehr als zehn Bücher zu spirituellen Themen geschrieben und hat eine eigene Praxis. Dirk Grosser ist Autor, Musiker und Seminarleiter, u.a. für Klosterseminare zum Thema Meditation, sowie Redakteur für Achtsamkeitsmagazine. Er ist, wie seine Frau Jennie Appel, als psychologischer und energetischer Berater tätig. Gemeinsam leben Jennie Appel und Dirk Grosser im Lipper Bergland, geben Seminare in einer Jurte in der Stille der Natur und leiten Seminarreisen nach Irland.

Bibliographische Angaben

Jennie Appel und Dirk Grosser, Kraftort Natur, 224 Seiten, mit CD für drei inspirierenden Meditationen, Pappband, Verlag: Gräfe und Unzer, 1. Auflage, München, September 2018, ISBN: 978-3-8338-6544-2, Preise: 29,99 EUR (D), 30,90 EUR (A), 39,90 SFr