



Alexianer

Die Dachgesellschaft der
Alexianer-Einrichtungen

NATUR

Der Mensch im Ganzen

„Orte, die uns prägen und zu denen wir Beziehungen entwickeln, sind gleichwertig zu nahen Menschen“, erklärt der Umweltmediziner Prof. Thomas Kistemann. Er sagt, dass Räume - speziell in der Natur - die Identität und die Gesundheit des Menschen genauso beeinflussen können wie Bindungen zu Freunden oder zur Familie. Wo wir von der Weite des Meeres, der Ruhe des Waldes oder der Einzigartigkeit der Berge fasziniert sind, fühlen wir uns als Teil eines großen Ganzen. Nicht umsonst wird der Natur eine therapeutische Wirkung nachgesagt. Sie hilft beim Stressabbau und bei der Regeneration von Hirnarealen, die für die Konzentration zuständig sind. Forscher vermuten, dass das u. a. mit den immer wiederkehrenden Formen und Strukturen der Natur zu tun haben könnte. Unser Gehirn ist in der Lage, diese besonders gut zu verarbeiten. Dabei entspannen wir und tanken neue Energiereserven.

Horizonte



Buket
Isgören;
O.T.

Julia Rickert | Christliche Ethik / Leitbild / Spiritualität

ALEXIANER GMBH | Alexianerweg 9 | 48163 Münster

T (02501) 966-55151 | F (02501) 966-55109 | julia.rickert@alexianer.de

www.stiftung-alexianerbrueder.de | www.alexianerkloster.de | www.alexianer.de