



Erlebnispunkt Stress abbauen

Infopunkt



Stress abbauen

STRESS LÄSST DAS HERZ HÖHER SCHLAGEN

UNSER SPRACHGEBRAUCH SPIEGELT WIDER, DASS DAS HERZ DIREKT AUF GEFÜHLE REAGIERT. BEI TRAURIGKEIT „BRICHT EINEM ETWAS DAS HERZ“, BEI VERLIEBTHEIT „MACHT ES FREUDENSPRÜNGE“ UND BEI STRESS „SCHLÄGT ES BIS ZUM HALS“.

GEFÜHLE WIE ÄRGER, STRESS UND ÄNGST WIRKEN SICH NEGATIV AUF DAS HERZ AUS. DIESE EMPFINDUNGEN LASSEN SICH NICHT ABSCHALTEN. WICHTIG IST ABER, SICH ZEIT FÜR SEINE BEDÜRFNISSE ZU NEHMEN UND ZU LERNEN, DIE GEFÜHLE ZU KONTROLLIEREN, STATT SICH VON IHNEN KONTROLLIEREN ZU LASSEN.

DIESE STRECKE DER VITALWANDERWELT ZEIGT, WIE DURCH SPORTLICHE BETÄTIGUNG IN DER NATUR STRESS ABGEBAUT UND DADURCH POSITIV AUF DAS HERZ-KREISLAUF-SYSTEM EINGEWIRKT WERDEN KANN!

EIN HERZ UND EINE SEELE

Friedrich Hölderlin verlebte 1796 in Bad Driburg die wohl glücklichsten Wochen seines Lebens. Er begleitete damals Suseette Gonard und ihre Kinder als Hauslehrer auf der Flucht vor Napoleons Truppen. In sechs Wochen wurde aus zarter Zuneigung Liebe.

Den friedlichen Ort, die schöne Natur, die Nähe der geliebten Frau und die Erfahrung von Kunst genoss Hölderlin: „... wir wohnten unter herrlichen Bergen und Wäldern und machten unter uns selbst den besten Cirkel aus. Ich brauchte das Bad ein wenig und trank das köstliche, stärkende und reinigende Mineralwasser und befand und befand mich ungewöhnlich gut davon“. Beide waren sich nie wieder so nah, denn die gemeinsame Zeit endete

www.vitalwanderwelt.de

Impressum:
© 2022 destination.one | © 2022 OSM & Contributors (www.openstreetmap.org)

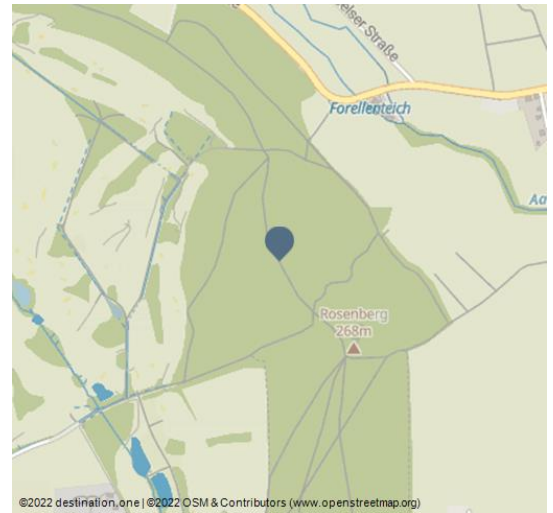
VitalWanderWelt Wanderweg nördlicher Sachsenring - Stress abbauen - © Projektbüro
VitalWanderWelt / Teutoburger Wald Tourismus / OstWestfalenLippe GmbH



ÜBER BAD DRIBURG

"Nur einen Sommer glänzt, ihr Gewaltigen!
Und einen Herbst zu reifem Gesange nur,
Dass williger mein Herz, vom süßen
Spiel gesättigt, dann mir sterbe."

Friedrich Hölderlin (1770-1843)



Stress abbauen

Unser Sprachgebrauch spiegelt wider, dass das Herz direkt auf Gefühle reagiert. Bei Traurigkeit "bricht einem etwas das Herz", bei Verliebtheit "macht es Freudensprünge" und bei Stress "schlägt es bis zum Hals".

Adresse:

33014 Bad Driburg

☎ 0521 9673325

☎ 0521 9673319

🏠 www.vitalwanderwelt.de/

✉ info@vitalwanderwelt.de

Autor:

Bad Driburger Touristik GmbH

info@bad-driburg.com

Organisation:

Teutoburger Wald Tourismus

<http://www.teutoburgerwald.de/>



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/Rk0Bd>

Quelle: destination.one

ID: p_100039936

Zuletzt geändert am 02.01.2024, 12:20