

Glückshormone aktivieren

Geschrieben von: Inka Nitsch
Dienstag, den 08. Mai 2012 um 21:49 Uhr

Veränderungen bewegen ständig unser Leben.

Der Stress des Alltags holt uns immer wieder ein!!! Ängste, Sorgen, Stress wirken auf unseren Körper und Geist negativ. Freude, Entspannung stärken unser Immunsystem und wir sind weniger anfällig für Krankheiten, .

Vergessen Sie ihren Alltag für Momente des Lebens

Schöpfen Sie Kraft und Energie aus dem Augenblick

Glückshormone aktivieren

Geschrieben von: Inka Nitsch

Dienstag, den 08. Mai 2012 um 21:49 Uhr

Wenn Sie die Sonnenenergie Massage regelmäßig anwenden, haben die warmen Öle eine verjüngende Wirkung auf Ihre Haut..

Neben der Ausschüttung von Oxytocin regt die Schamanische Licht Massage auch die Produktion von Endorphinen an. Diese Glückshormone wirken nicht nur schmerzlindernd, sie haben auch einen starken Einfluss auf unsere Stimmung. Folglich ist es nicht verwunderlich, dass wir uns nach der Massage so entspannt und zufrieden fühlen. Abgesehen von den physiologischen und psychologischen Wirkungen wird in der Massage aber auch Wert auf die energetischen Wirkungen gelegt: Über die Reize, die die Haut während der Massage erfährt, kann auch die Aura, die Energiehülle des Körpers, positiv beeinflusst werden.

Eine entspannte, ruhige Atmosphäre zu schaffen ist der erste - und vielleicht wichtigste - Schritt bei der Schamanische Licht Massage. Gerade in unserer Zeit, in der Stress, Hektik und Termindruck zum Alltag gehören, ist es oft nicht leicht, richtig abzuschalten. Entspannung ist überlebenswichtig, denn Anspannungen und Stress wirken sich immer negativ aus: auf die Gesundheit, die Lebensfreude

und die Sexualität.

Stress raubt unsere Lebensenergie, während die Gleichförmigkeit des Alltags dazu führt, dass unsere Lebendigkeit und Lebensfreude immer mehr auf der Strecke bleiben. Die Energetische Sonnenlichtmassage ist das ideale Gegenmittel - sowohl gegen den Stress als auch gegen die Routine: Mit jeder noch so kurzen Massage führen Sie ein kleines Ritual der Achtsamkeit durch und schaffen eine Insel der Ruhe und Sanftheit. Auf diesen Inseln entwickeln Sie Ihre Sensibilität und Wachheit. So bietet jede Massage letztlich die Chance, zu sich zu kommen und sich selbst und seine innersten Bedürfnisse wieder zu spüren.

30 Minuten 35 Euro

Glückshormone aktivieren

Geschrieben von: Inka Nitsch
Dienstag, den 08. Mai 2012 um 21:49 Uhr

60 Minuten 60 Euro

90 Minuten □ 85 Euro

Phone: 06244-5890469 - 06244.2977481

Handy: □ 0176/75957349

andere Themen

Rückführung

Mehr Selbstbewusstsein durch lernen

Mentalem Bewusstseinstaining

und dadurch Ziele zu erreichen

Glückshormone aktivieren

Geschrieben von: Inka Nitsch

Dienstag, den 08. Mai 2012 um 21:49 Uhr

Wichtig ist, Wandlungsbereitschaft mitbringen, denn deine Hilfe ist dabei von höchster Priorität, „offen zu sein, altes Loszulassen, die Sichtweise zu verändern.“ Du gehst entspannt und stressfrei nach Hause!