

Geschmacksache Körpertherapie

Gesundheitsvorsorge beim 6. Festival der Sinne Graz

Alternativ-(medizinische)Therapien arbeiten langsamer als die Schulmedizin, da sie die Selbstheilungskräfte des Körpers anregen. Wir als Klienten sind auch aufgerufen, mitzuarbeiten. Je nachdem, wie wir persönlich empfinden, bzw. was wir brauchen, sollten wir uns „unsere“ Körpertherapie auswählen. Beim 6. Festival der Sinne Graz am 8. und 9. Oktober 2011 im Hotel Novapark, Fischeraustr. 22, 8051 Graz können Sie zahlreiche Körpertherapien ausprobieren. Der Eintritt zum Festival ist frei.

Kleine Übung für Ihren Körper

Beginnen wir diesen Artikel gleich einmal mit einer kleinen Übung: Bedanken Sie sich bei Ihrem Körper für all die Arbeit, die er für Sie Tag für Tag, Jahr für Jahr macht. Fühlen Sie große Dankbarkeit für ihn, entschuldigen Sie sich, dass es nicht immer so klappt, wie er es will, dass er manchmal mit Schmerzen oder anderen Anzeichen auf etwas hinweist, und wir es dennoch nicht verstehen. Sagen Sie ihm, dass Sie aber gewillt sind, zu lernen und gewillt sind Veränderungen zuzulassen, gewillt sind, Wege zu finden, damit ihm die Arbeit erleichtert wird.

Sehnsucht nach bedingungsloser Liebe?

Das WunderBarPrinzip von Elke Blümel besagt, dass alles aus Liebe in unserem Leben geschieht. Jetzt stellt sich die Frage, was in unserem Unterbewusstsein einprogrammiert ist, was wir unter Liebe verstehen, nach welchem Muster wir im Alltag agieren. Mit dem WunderBarPrinzip lernen wir unser Leben zu verstehen, unsere Blockaden können sich mit Leichtigkeit lösen. Was ist Liebe für Sie? Die WunderBarPrinzip unterstützt Sie, die Lösung zu erkennen. Elke Blümel finden Sie auf Platz F beim 6. Festival der Sinne Graz, mehr über Ihre Methode erfahren Sie auch beim Miniworkshop, Sa, 08. Okt. 2011, 17 Uhr.

Jin Shin Jyutsu - die Harmonisierungskunst für Körper, Geist und Seele

Jin Shin Jyutsu ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Unsere Hände an bestimmten Stellen unseres Körpers, den „Sicherheitsenergieschlössern“ anzulegen – uns zu strömen - bringt Ausgeglichenheit in unser Energiesystem und fördert dadurch unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden und bewirkt tiefe Entspannung. Schnuppereinheiten beim Jin Shin Jyutsu Verein Österreich auf Platz 01.

„Zeigt her eure Füße“ – Fußanalyse nach der Grinberg-Methode®

Marianne Köberl-Wrentschur widmet sich auf Stand 49 sich intensiv Ihren Füßen. Mithilfe der Grinberg-Methode® lässt sich ein Zusammenhang zwischen körperlichen Befindlichkeiten und gewohntem Verhalten herstellen. Wiederholtes Verhalten als Reaktion auf ähnliche Situationen kann im Laufe der Jahre Spannungs- und Schmerzzustände auf körperlicher bzw. Nervosität, Motivationsmangel und ähnliches auf nicht körperlicher Ebene erzeugen. Unsere Füße zeigen uns – ähnlich wie andere Reflexzonen – in welchem Bereich des Körpers Ungleichgewicht besteht. Bei den Füßen, wo u.a. Linien, Hautbeschaffenheit, Temperatur der Füße beachtet werden, zeigt sich, wo sich welche Verhaltensmuster manifestieren. So kann durch gezielte Gespräche mit der/m KlientenIn ein bewusstes „Hineinspüren“ in Situationen erreichen, erkannt, und schädliche Verhaltensmuster korrigiert werden. Mehr über die Grinberg-Methode® können interessierte BesucherInnen bei Marianne Köberl-Wrentschur auf Stand 47 und bei Kurzvorträgen erfahren.

Rücksprache bei: ARGE Festival der Sinne, Pressesprecherin Eva Laspas, Tel: +43 1 2807627, eva@laspas.at, www.festivaldersinne.info

Wunderschönes, ansprechendes Bildmaterial in druckfertiger Auflösung von Fotografin Ingrid Schmidberger-Terzer zum Download unter: <http://www.festivaldersinne.info/index.php/pressebereich>