Marlene Weinmann
Schmerzfrei durch Fingerdruck

Reading excerpt

Schmerzfrei durch Fingerdruck
of Marlene Weinmann
Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart

http://www.narayana-verlag.com/b13813

In the Narayana webshop you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
http://www.narayana-verlag.com

Einleitung

»Das Allerweichste auf Erden überwältigt das Allerhärteste.« Gut möglich, dass Laotse, der große chinesische Philosoph und Begründer des Taoismus, auch an die Heilmassagen der Traditionellen Chinesischen Medizin dachte, als er diese Zeilen um 500 v. Chr. schrieb.
Akupressur wie auch Shiatsu, die beide auf den gleichen Grundsätzen beruhen, sind solche »weichen« Heilkünste, die Verstocktes ms Fließen und Verschobenes wieder ins Gleichgewicht bringen wollen — nach Ansicht der alten Medizin aus dem Reich der Mitte die unabdingbare Voraussetzung von Gesundheit und Wohlbefinden. Die Ursachen aller Krankheiten sind demzufolge im Ungleichgewicht der Lebenskräfte in uns zu suchen.

Harmonisierung der Lebensenergien

Diesem Ziel — die Balance der Lebenskräfte in uns zu erhalten und immer wiederherzustellen — haben sich die chinesische Druckpunktmassage Akupressur und die japanische Heilmassage Shiatsu verschrieben. Beide sind ganzheitliche Heilmethoden, da sie eine Trennung von Körper und Seele nicht kennen und jede Erscheinung nicht in einzelne Faktoren zerlegen, sondern nur in ihrer Beziehung zum Ganzen betrachten. Bei Akupressur und Shiatsu wird durch das Stimulieren bestimmter Punkte auf den Meridianen, den Energieleitbahnen, der Energiefluss angeregt und so ein harmonisches Gleichgewicht hergestellt. Beide Methoden ermöglichen es uns also, mit körpereigenen Kräften selbst für Wohlbefinden und Gesund-

Leseprobe von Marlene Weinmann,
„Schmerzfrei durch Fingerdruck“
Herausgeber: Knaur Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

heit Sorge zu tragen, indem fehlgeleitete Energien wieder richtig gesteuert und blockierte freigesetzt werden.

Heilen von eigener Hand

Überall dort, wo eine Störung des körperlichen, geistigen und seelischen Befindens von einem Ungleichgewicht der Lebenskräfte herrührt, können mit Hilfe von Akupressur und Shiatsu ein heilsamer Ausgleich dieser Energien und damit eine wirksame Linderung erzielt werden. Mit diesen altbewährten Heilmassagen haben Sie es im wahrsten Sinn des Wortes selbst in der Hand, zur Erhaltung Ihrer Gesundheit beizutragen: Alles, was Sie benötigen, sind Ihre Hände sowie die Bereitschaft, sich der Gedankenwelt des Fernen Ostens zu öffnen und sich auf die Begegnung mit Ihrem Körper einzulassen.
Alles Weitere, nämlich wie genau Sie Ihre Hände zum »Heilen durch Berührung« einsetzen können, möchte Ihnen dieses Buch vermitteln. Zunächst entführt es Sie in die faszinierend andere Welt der traditionellen Medizin Chinas, ihrer Grundlagen und ihrer Sicht von Gesundheit und Krankheit. Darauf aufbauend lernen Sie Wesen, Wirkung und praktische Durchführung von Akupressur und Shiatsu kennen, um jederzeit in den Genuss der zahlreichen wohltuenden Wirkungen dieser Heilweisen zu kommen und einfache Störungen Ihrer Gesundheit auch selbst behandeln zu können. Vielleicht gehören dann auch Sie bald mit zum Kreis jener, die auf Akupressur und Shiatsu als einfache und natürliche Hilfe zur Selbsthilfe nicht mehr verzichten und sich ihrer zur tagtäglichen Pflege Ihrer Gesundheit bedienen möchten.

Marlene Weinmann

Leseprobe von Marlene Weinmann,
„Schmerzfrei durch Fingerdruck“
Herausgeber: Knaur Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Marlene Weinmann

Schmerzfrei durch Fingerdruck

Die 200 wichtigsten Akupressurpunkte

224 pages, pb
publication 2013

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com