

Atemtherapie

Das richtige Atmen versorgt das gesamte System mit Lebensenergie.
Wenn der Mensch in Angst kommt, stockt der Atem.
Wenn der Mensch vor Ärger kocht, flattert der Atem.
Wenn der Mensch vor Traurigkeit ist, ist der Atem nur noch ganz flach.
Wenn der Mensch voller Schmerz ist, ist der Atem ein Zurückhalten und
Herauspressen zugleich.

Wenn der Mensch voller Freude ist, ist der Atem Lebensenergie für das gesamte
System.

Aufgrund von emotionalen Störfaktoren & Traumata verändern der Mensch seinen
Atem.

Oftmals verschwinden die Störfaktoren und zurückbleiben die Traumata und die
Atemstörungen.

Dann muss der Mensch das Atmen wieder neu erlernen, ebenso wie die Freude im
Leben.

Hier sind regelmäßige Termine in kürzeren Abständen sinnvoll, z.B. zweimal die
Woche für 6-8 Wochen.

Ablauf:

Wir atmen gemeinsam – Du atmest und ich führe Dich

Namaste

Jasmin Faelens

Zentrum für Selbstreflexion & Meditation - Tannenweg 6, 91469 Hagenbüchach
Tel.09101-902348 Email:JasminFaelens@Licht-der-Liebe.de
www.JasminFaelens.de