

Wellnesstipp. Gentle Moving, bewegen nach Feldenkrais, von Luipers & Rudolf Nagiller, Pflanzler Verlag, 2003. 176 Seiten, 9,90 Euro

Wellnesstipp. Aura Soma auf der Basis der indischen Lehre der Chakren: Lassen Sie Farben in Ihr Leben, denn die spiegeln Ihr Selbst. www.lichtinfo.net

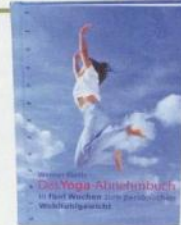
Wellness



Heilen durch Energie: Pranic Healing

Nur die Ruhe!

Verwundert ein wenig, ist aber Tatsache: Mit Yoga lässt sich sehr gut Gewicht reduzieren. Auf eine extrem gesunde Weise, bei der man sich nicht überfordert oder mit zu viel falschem Ehrgeiz das Gegenteil erreicht. Denn: Geht es der Seele gut, erholt sich auch der Körper und spricht auf die innere Veränderung positiv an.



Das Yoga-Abnehmbuch. In fünf Wochen zum persönlichen Wohlfühlgewicht. Werner Rieth, Nymphenburger, 2003

Heilende Energie

Heilung muss nicht immer bedeuten, dass in direktem Kontakt auf den Körper eingewirkt wird. „Pranic Healing“, eine Technik, die seit Jahrtausenden ein wesentlicher Faktor der fernöstlichen Heilmethoden ist, wird seit rund 12 Jahren auch in Österreich angewendet („Prana“ = Lebensenergie). Sie beinhaltet eine Form der energetischen, berührungslosen Anhebung der Selbstheilungskraft. Dabei geht es um die Behebung von Energieblockaden und Disharmonien in der menschlichen Aura. Mag. Claudia Dieckmann ist lizenzierte Pranic-Healing-Lehrerin in Österreich und betreibt das Institut für Energiearbeit in Wien. Sie gibt sowohl Unterricht in Pranic Healing als auch Seminare, Workshops und Informationsabende. Umfassende Information, Termine und Preise: Institut für Energiearbeit, Schopenhauerstr. 52, 1180 Wien, Tel. 01/408 54 55, www.energie-institut.com, E-Mail: office@energie-institut.com