



Heilraum für Geist, Leib & Seele

Die Sitzung beginnt mit einem 15minütigen Gespräch. Anschließend darfst Du Dir es auf der Liege (Bauchlage oder Rückenlage) bequem machen. Für diese Sitzung bleibst Du angezogen.

Ich beginne mit Pulsen von der Hüfte abwärts zu den Füßen und wechsle wieder bei der Hüfte angekommen in die energetische und geistige Chakrenreinigung. Dabei verteile ich intuitiv 7 Edelsteine auf Deine 7 Hauptchakren.

Diese Reinigung energetisiert und bringt Dich wieder in Deine Mitte. Du fühlst Dich entLASTet, befreit und gleichzeitig entspannt. Blockaden können gelöst werden. Du kannst neu durchstarten!

Zum Abschluss folgt für 15 Minuten ein gegenseitiges Feedback.

Es ist ratsam, dass Du Dir nach einer Sitzung Zeit für Dich selbst nimmst (und nicht zur Arbeit oder zum nächsten Termin hetzt), damit Du Dir genug Aufmerksamkeit schenken kannst, um das harmonische Gefühl zu verinnerlichen, damit es zu Jederzeit wieder abrufbar ist.