

Mit den Händen heilen

(Mynewsdesk) Birgit Frohns Ratgeber zur Reflexzonenmassage stellt Grundlagen und Grifftechniken für die Selbstbehandlung vor. Wegen ihrer hohen Wirksamkeit und der vielfältigen Anwendungsbereiche hat sich die sanfte Heilmethode inzwischen unter Mediziniern und Therapeuten etabliert. Im neuen Ratgeber "Reflexzonenmassage" von Birgit Frohn lernen die Leser die bekanntesten und am häufigsten behandelten Reflexzonen des menschlichen Körpers kennen und erfahren, wie mit einem Grundprogramm oder gezielten Massagen die Selbstheilungskräfte gefördert und spezielle Beschwerden gelindert werden können. Selbst "Hand anlegen" für die Gesundheit. Das Heilen durch heilsame Berührungen ist in allen medizinischen Traditionen bekannt und wird als therapeutisches Mittel benutzt. Was in Gestalt von Massagen oder Handauflegen seit Jahrtausenden zum Einsatz kam, wurde im Laufe der Zeit verfeinert und in Form von unterschiedlichen Behandlungsverfahren vervollkommen. Eines dieser Verfahren ist die Massage der Reflexzonen. Diese sehr wirksame Therapiemethode kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Das fundierte Konzept, das ihr heute zugrunde liegt, entstand allerdings erst im letzten Jahrhundert, als der US-amerikanische Hals-Nasen-Ohren-Arzt Dr. William Fitzgerald oder auch der britische Neurologe Sir Henry Head die reflektorischen Zusammenhänge wissenschaftlich erforschten und entsprechende Therapien entwickelten. Die Diplom-Biologin und Medizinjournalistin Birgit Frohn stellt in ihrem neuen Ratgeber Wissenswerte zu Geschichte, Grundlagen und Konzepten der Reflexzonenmassage vor und zeigt, wie einfach es ist, selbst "Hand anzulegen". Vorbeugen ohne Vorkenntnisse. Das Schöne an der Massage der Reflexzonen unseres Körpers ist, dass sie die Gesundheit sanft und umfassend pflegt und dabei einfach anzuwenden ist: Ohne große Vorkenntnisse und Hilfsmittel kann sie von jedem und jederzeit ausgeführt werden. Ein weiterer Pluspunkt ist, dass der Fokus der Reflexzonenmassage auf der Gesundheitsvorsorge liegt. Weil sie den Energiefluss im Körper sowie die Funktionen von Organen, Drüsen und Hormonen ausgleicht und schädliche Spannungen sowie Stressreaktionen abbaut, trägt sie nachhaltig zur Anregung der Selbstheilungskräfte bei. Auf diese Weise kann die Massage der Reflexzonen vielen Störungen des Befindens wirksam vorbeugen. Neben der Vorsorge hat die Reflexzonenmassage aber auch die Heilung im Visier und bewährt sich bei der unterstützenden Behandlung von leichteren Beschwerden. In den letzten Jahrzehnten erfreut sich die Reflexzonenmassage zunehmender Beliebtheit als sanfte und überaus bewährte Methode zur Behandlung zahlloser Gesundheitsstörungen und zur Schmerztherapie. Ganzheitliche Behandlung von Kopf bis Fuß. Die Massage der Reflexzonen wirkt sich auf den Menschen in seiner Gesamtheit von Körper, Geist und Seele überaus positiv aus. Denn die Reflexzonen repräsentieren stets den gesamten Körper, und so profitiert das allgemeine Befinden von der Massage? auch wenn nur eine spezielle Beschwerde therapiert werden soll. Obwohl immer nur einzelne kleine Teilbereiche an Füßen, Händen, Ohren oder im Gesicht behandelt werden, ist die Reflexzonentherapie also ganzheitlicher Natur, weil sie über die reflektorischen Zusammenhänge den gesamten Organismus erreicht. Während sich die Behandlung der Fußreflexzonen besonders bei körperlichen Beschwerden empfiehlt, ist die Ohrreflexzonenmassage vor allem zur seelisch-geistigen Harmonisierung angezeigt, denn über die reflektorischen Zonen an den Ohren kann auf unser Gefühlsleben und unsere emotionale Befindlichkeit Einfluss genommen werden. Und dies wirkt sich natürlich im Gegenzug wieder positiv auf der körperlichen Ebene aus, schließlich stehen Körper, Geist und Seele in einer engen wechselseitigen Beziehung zueinander. Birgit Frohns Ratgeber stellt Techniken und Programme vor, um ausgewählte Beschwerden gezielt zu behandeln und Abwehrsystem, Energiehaushalt und Wohlbefinden wieder in Schwung zu bringen. Buch-Tipp: Birgit Frohn: Reflexzonenmassage. Sanfte Selbstheilung von Kopf bis Fuß. 1. Auflage Mai 2014, Taschenbuch, 12 x 19 cm, 252 S., 9,95 Euro (D) / 10,30 Euro (A), ISBN 978-3-86374-147-1. Link-Empfehlungen: Mehr zum Taschenbuch-Ratgeber "Reflexzonenmassage" Zur Leseprobe im PDF-Format Mehr zu Birgit Frohn Zum Internetforum mit Birgit Frohn Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im Mankau Verlag GmbH .

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/6fu0c5>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/gesundheit/mit-den-haenden-heilen-75206>

Pressekontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

kontakt@mankau-verlag.de

Firmenkontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

shortpr.com/6fu0c5
kontakt@mankau-verlag.de

Unter dem Motto "Bücher, die den Horizont erweitern" veröffentlicht der im Jahr 2004 gegründete Mankau Verlag rund 20 Neuerscheinungen pro Jahr. Schwerpunkte des Verlagsprogramms sind Ratgeber aus den Bereichen Gesundheit, Heilung und Lebenshilfe.