

Wohlbefinden auf allen Ebenen fördern

(Mynewsdesk) Barbara Arzmüllers ? Energie- und Schutzschilde ? wehren Belastungen ab, stärken die Chakren und regen positive Kräfte an. Chakren sind die spirituellen Energiezentren des Menschen, die Emotionen, Charakter und Wohlbefinden beeinflussen. Gerät das System aus dem Gleichgewicht, werden wir anfällig für körperliche Krankheiten und psychische Leiden. Mit speziell dafür entworfenen Schilden können die Chakren aktiviert und mit frischer Energie angereichert werden. Leben in der Balance
Viele Menschen neigen dazu, sich bis auf den Grund zu erschöpfen. Sie fühlen sich für alles verantwortlich und leisten viel, doch bleibt immer weniger Freiraum, um die Ressourcen aufzufüllen. Andere schaffen es nicht, aus der Lethargie herauszukommen. Irgendwann haben sie aufgegeben und sind in einen Zustand versunken, wo sie zwar funktionieren, wo sich ihr Leben aber nicht mehr weiterentwickelt. ?Wer glaubt, er könne ständig Höchstleistungen bringen, irrt sich genauso wie der, der glaubt, in der Erstarrung ließe sich das Glück finden. Unser System braucht Zeiten der Tatkraft und Zeiten der Erholung. Es muss eine Balance zwischen Spannung und Entspannung geben?, rät Barbara Arzmüller.
Die Feng-Shui-Expertin und spirituelle Autorin macht mit ihrem neuen Buch Lust, sich um die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlergehen zu kümmern ? und zwar mit Bildern, Formen und Farben, die unmittelbar und kraftvoll auf die Chakren und damit auf das gesamte Lebensgefühl wirken. Und mit dem Aufbau der Chakren wird ganz nebenbei auch der Hormonhaushalt ins Gleichgewicht gebracht.

Wellness für Körper, Geist und Seele

Die Aktivierung der Chakren ist wie eine Wellnessanwendung für Körper, Geist und Seele. Blockaden lassen sich lösen, Defizite auffüllen und Talente besser nutzen. Gesunde Chakren lassen träumen und machen unternehmungslustig, sie öffnen für die Liebe und ziehen den Erfolg an, sie machen glücklich, gelassen und mutig.

Chakren sind wichtige Energiezentren, über die unser gesamtes System mit der Außenwelt in Kontakt treten kann. Es ist ein Wort aus dem Sanskrit und bedeutet ?Kreis? oder ?Rad?; man könnte es auch als Energiewirbel übersetzen. Die sieben Hauptchakren liegen aneinandergereiht wie auf einer Schnur, jeweils etwa eine Handspanne voneinander entfernt am Körper zwischen Beckenboden und Scheitelpunkt. Weitere Chakren befinden sich an den Händen, den Füßen sowie an diversen anderen Körperstellen, auch gibt es Chakren über dem Kopf und unter den Füßen.

Die Aktivierung der sieben Hauptchakren ist die Grundlage heilsamer Energiearbeit. ?Je nachdem, wie kraftvoll die einzelnen Chakren leuchten, beeinflussen sie unser Wohlbefinden, unseren Erfolg und unsere Beziehungen. Wenn wir die Chakren regelmäßig reinigen und stärken, stabilisieren wir damit unsere körperliche Gesundheit und harmonisieren unser seelisches Befinden. Wir haben stabile Wurzeln, stimmige Kontakte mit anderen Menschen und einen guten Zugang zur geistigen Welt?, weiß Barbara Arzmüller.

Wirkung auf das Hormonsystem

Aufgrund der persönlichen Verhältnisse lässt sich gut erkennen, bei welchen Chakren ein Mangel vorliegt und wo Handlungsbedarf besteht. Ein langfristiges Energiedefizit eines Chakras kann sich nicht nur als hartnäckiges Lebensproblem, sondern auch als körperliche Erkrankung manifestieren. Daher sei es kein Zufall, dass die sieben Hauptchakren genau dort sitzen, wo die wichtigsten Körperdrüsen zu finden sind. Das sind zentrale Stellen im persönlichen Gesundheitssystem, denn hier werden Hormone produziert und verteilt. Und es ist kein Geheimnis, dass Gesundheit und Wohlbefinden mit einem ausgeglichenen Hormonhaushalt zusammenhängen.

Über unsere Vorstellungskraft, also über den Geist, können wir die Chakren aufbauen und die Hormonproduktion regenerieren. Damit können zahlreiche Störungen behoben werden. Denn die Wirkung von Drüsen und Chakren auf die Hormone und damit auf die physische und psychische Gesundheit ist beinahe gleichzusetzen. Barbara Arzmüller beschreibt ausführlich die Zusammenhänge zwischen den Energiezentren, den Hormonen und der körperlichen Wirkung wie auch dem seelisch-geistigen Zustand. Außerdem greift sie auf die alte Methode zurück, Bilder und Symbole auf das Unterbewusstsein wirken zu lassen: ?Mit Informationen regen wir unseren Geist an, doch über Meditationen lässt sich der Zugang zu unserem Inneren, zu unserer Seele finden. Insbesondere Bildmeditationen wirken tiefgreifend und wunderbar heilend.?

Buch-Tipp:

Barbara Arzmüller: Energie- und Schutzschilde. Belastungen abwehren, Chakren stärken und positive Kräfte anregen. Mit 14 beiliegenden Schild-Karten. Mankau Verlag, 1. Aufl. Juli 2017, Klappenbroschur, 16 x 22 cm, farbig, mit 14 Farbkarten (13 x 19 cm), 21,30 Euro (D) / 21,90 Euro (A), ISBN 978-3-86374-406-9.

Link-Empfehlungen:

Mehr Informationen zum Buch "Energie- und Schutzschilde"
Mehr über Barbara Arzmüller
Zum Internetforum mit Barbara Arzmüller

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im Mankau Verlag GmbH

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/c4hwiv>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/wirtschaft/wohlbefinden-auf-allen-ebenen-foerdern-74678>

Pressekontakt

Mankau Verlag GmbH

Frau Christina Bruckner
Reschstraße 2
82418 Murnau

kontakt@mankau-verlag.de

Firmenkontakt

Mankau Verlag GmbH

Frau Christina Bruckner
Reschstraße 2
82418 Murnau

shortpr.com/c4hwiv
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.

Barbara Arzmüller



Energie- und Schutzschilde

Belastungen abwehren, Chakren stärken
und positive Kräfte anregen

MIT 14 FARBKARTEN

man
kau: