

Breema®, SELBST-BREEMA®

Autor/in: Roswitha Schnaitt

Breema-Practitioner und Self-Breema-Instructor



Was ist BREEMA®? BREEMA® ist eine ganzheitliche Körperarbeit und wird als Einzelbehandlung praktiziert in (möglichst) bequemer Kleidung auf einer weichen Unterlage am Boden. Von zentraler Bedeutung hierbei ist die außergewöhnliche geistige Präsenz und Aufmerksamkeit des Practitioners.

Die Übungen bestehen aus einer Abfolge von einfachen, natürlichen und doch tiefgehenden Bewegungen und Berührungen. Die sanfte und einfühlsame Vorgehensweise des Practitioners bleibt immer im schmerzfreien Bereich.

Der Klient bleibt hierbei völlig passiv. Im Energiefeld, welches zwischen ihm und dem Practitioner entsteht, entwickelt sich eine fortwährende, nonverbale Kommunikation und eine Atmosphäre der völligen Akzeptanz. Breema® geht allerdings über eine reine Körperbehandlung weit hinaus, erreicht sowohl die mentale als auch die emotionale Ebene und führt gleichermaßen zu Entspannung und Vitalisierung.

Was ist Selbst-BREEMA®? Selbst-Breema®-Übungen sind keine Körperübungen im Sinne von „Gymnastik“. Sie gehen weit über die Mobilisierung von Muskeln, Knochen oder Gelenken hinaus und bewirken gleichermaßen Entspannung und Vitalisierung. Jede Übung wird unterstützt durch einen entsprechenden positiven Gedanken.

Auswirkungen von BREEMA® und SELBST-BREEMA® Gefühl von Gesundheit und Wohlbefinden
Verbesserte Körperwahrnehmung und Beweglichkeit Lösung von physischen und psychischen
Verspannungen Steigerung der Vitalität Beruhigung des Nervensystems Abbau von Stress und Anspannung
Gefühl tiefer Gelassenheit und Entspannung psychisches und emotionales Gleichgewicht Körper, Verstand
und Gefühle finden in Harmonie zueinander BREEMA® und SELBST- BREEMA® sind eine eingetragene
Servicemark des Breema-Zentrums in Oakland / California.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten