

Burnout oder Regenerationsfähigkeit?! Von Petra Stolle

Das Leben ist zunehmend schneller geworden. Die Anforderungen aus Beruf, Familie und Privatleben sind gestiegen. Jeder möchte gesund und vital alt werden und ein erfülltes Leben führen.

Burnout, das „Ausgebrannt sein der Seele“, eine Situation die heute viele kennen und sie einfach wegdrängen. Burnout, ein neuer Name für die unterschiedlichen Stadien der Depression.

Die Schulmedizin hat dafür eine passende Lösung: Psychopharmaka.

In der Naturheilkunde schauen wir uns den Menschen ganzheitlich an. Die chinesische Medizin sieht den Menschen als ein Abbild der Natur.

Wir durchlaufen die gleichen Zyklen wie die Natur. Hier finden wir immer wieder Phasen zur Regeneration. Davon können wir lernen. Schon kleine Elemente der Regeneration, wirkungsvoll in den Lebensalltag integriert halten uns stabil. Kurzregenerationen harmonisieren die Atmung, fördern die Durchblutung im Körper und zentrieren den Geist.

Erfahren sie neben der Theorie die Praxis und spüren sie die Wirkung der Qi Gong Kurzregeneration, eine Kraftquelle nicht nur für sie als Therapeut sondern auch für ihre Patienten.