

Mittwoch, 22. Juni 2005

Verspannung

BREEMA® – Verspannung

Ein Freund war von einer langen Reise zurückgekehrt. „Wie geht es ?, fragte ich.
„Schlecht“, sagte er. „Mein Haus fällt auseinander. Das Dach ist undicht, die Grundmauern haben Risse, sogar Termitenschäden habe ich entdeckt.“
„Wie lange warst du weg ?“, fragte ich.
„Fast ein Jahr.“
„Fast ein Jahr und dein Haus ist in einem derart schlechten Zustand ? Wie alt bist du ?“, fragte ich. „Dreißig.“
„Dreißig Jahre hast du nicht in deinem Körper gewohnt, was glaubst du was da wohl los ist ?“

Es gibt fünf Arten der Verspannung:

1. Verspannung, die entsteht, wenn wir kein Interesse daran haben, uns an dem zu beteiligen, was wir gerade tun und wo wir gerade stehen.
2. Verspannung, die durch unsere Kritik an uns selbst oder an anderen entsteht, un durch Kritik andere an uns.
3. Verspannung, die dadurch entsteht, dass wir nicht erfüllen, was wir zu tun haben.
4. Verspannung, die durch Sorgen und Angst entsteht.
5. Verspannung, die durch falschen Umgang mit Energie entsteht.

www.breema.com

Geschrieben von Mag. Norbert Krennmair in Basisinformationen um 10:17