

Seva Stress Release – eine kurze, tief wirksame Akupressur Behandlung



Stress abbauen
Ruhe finden
Auftanken
Ins Gleichgewicht bringen

Akupressur ist eine Behandlungsmethode bei welcher, mit Finger oder Hand, Druck auf bestimmte energetische und leitende Punkte am Körper ausgeübt wird. Die Akupressur basiert auf den gleichen uralten Prinzipien wie die Akupunktur und entstammt der chinesischen Medizin.

Akupressur bringt die körpereigene Energie ins Fließen, löst Blockaden und wirkt ausgleichend und beruhigend auf den ganzen Menschen.

Anwendung

Diese Form der Akupressur Behandlung ist unaufdringlich, erfordert keine besonderen Hilfsmittel, ist einfach durchzuführen, dauert nur wenige Minuten und kann von daher überall und von/an jedermann durchgeführt werden. Der Seva Stress Release ist ein nützliches und leicht zugängliches Hilfsmittel, das eine grosse Bandbreite von Bedürfnissen anspricht. Im Besonderen hilfreich bei jeder Form von Stress und traumatischen Erlebnissen, bringt die Behandlung vor allem eine grosse Entspannung auf allen Ebenen (Körper sowie Geist).

Ablauf einer Behandlung

Diese Form der Akupressur kann als Behandlung an einer anderen Person oder an sich selbst durchgeführt werden. Der Empfänger bleibt völlig angekleidet in einer für ihn bequemen Lage (liegend oder sitzend). 15 verschiedene Punkte am Körper werden im Laufe der Behandlung mit leichtem, aber bestimmtem Fingerdruck stimuliert. Die Behandlung beginnt und endet mit einer Ausrichtung des Körpers und dauert ca. 20 Minuten.

Die Behandlung Seva Stress Release entstand nach dem 11. September 2001 in den USA. Als Erstes wurde der Seva Stress Release von Akupressur Therapeuten in New York angewandt, wo die Menschen zu dieser Zeit enormem Stress und Schock ausgesetzt waren.

Die praktischen Erfahrungen nach 2001 zeigten, dass diese kurze Behandlung ausgesprochen effektiv sowie tief wirksam ist. Sie ist bewusst kurz und einfach gehalten und somit auch ohne Vorkenntnisse einfach lernbar. Um diese tief wirksame Behandlung einem breiteren Publikum zugänglich zu machen, wird der Seva Stress Release in kurzen, eintägigen Workshops in den USA sowie Europa unterrichtet. Die Behandlung eignet sich für professionelle Therapeuten und Pflegepersonal ebenso wie für Freiwillige und Laien.



Ein paar Beispiele wie der Seva Stress Release eingesetzt wird:

Rettungspersonal auf/nach Katastropheneinsätzen
Altersheiminsassen und deren Angehörige und Pflegende
Soldaten, Veteranen und Ihre Angehörigen
Patienten die zu Hause ans Bett gebunden sind und Ihre pflegenden Angehörigen
Chemotherapie Patienten
In öffentlichen Familientreffs und Gemeinschaftszentren
Ärzte und Pflegepersonal
Kinder mit ADHD (Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit Hyperaktivität)
HIV/Aids Patienten
Tägliche Selbstbehandlung

Das Wort **Seva** entstammt dem Sanskrit und bedeutet selbstloser Dienst. Die vorliegende Behandlung erlaubt den Menschen einen tieferen Zugang zu sich selbst und bringt nachhaltige Erholung und Entspannung auf allen Ebenen. Menschen die diese tiefe und effektive Methode der Behandlung erfahren, finden nicht nur leichter in Ihr eigenes Gleichgewicht, sondern wirken ausgleichend und harmonisierend auf Ihr direktes Umfeld, Ihre Familie und somit die Welt.