



## TUINA-News Nr. 3

Frühjahr 2006

„Long tai tou - der Drache hebt den Kopf“ bedeutet in China, dass die Natur erwacht und CHUN – der Frühling die Zeit des Neuanfanges – gekommen ist. Es wird Zeit, die im Winter angesammelten Schlacken und Giftstoffe wieder loszuwerden und damit auch etwas gegen die Frühjahrsmüdigkeit und Erkältungen zu tun.

Lesen Sie mehr darüber auf Seite 2.

Mit dem speziellen

### Frühjahrs-Angebot

erhalten Sie die nötige Unterstützung.

**Die Tuina-CHUN-Behandlung mit entschlackenden ätherischen Ölen, abgestimmten Massagegriffen und Akupressur verleiht Ihnen neue Energie. Ergänzt wird sie von persönlich auf Sie abgestimmten Tipps zur Entschlackung.**

Dauer der Massage 1 Std. zum Preis von Fr. 90.-- (das WellnessAbo gilt auch hier, bitte erkundigen Sie sich).

### Der Übergang von Yin zu Yang

Aus dem starren, kalten Winter (Wasser-Element) starten wir nun in einen lebendigen, dynamischen Frühling (Holz-Element). Das noch junge Yang will sich ausbreiten und strebt empor. Das Qi in unserem Körper kann sich nicht so ausbreiten wie es nötig wäre, weil da noch all das im Winter Angesammelte liegt. Die Frühjahrsmüdigkeit ist eine Reaktion des Körpers darauf. Dieser kann sich nur langsam an die jahreszeitlichen Veränderungen der Natur anpassen. Eine andere Reaktion sind die Erkältungen.

Zum **Holz-Element** gehören das Yin-Organ Leber und das Yang-Organ Gallenblase. Sie sind zuständig für das harmonische Fließen des Qi (Lebensenergie). Die Leber plant das Leben und die Gallenblase setzt es im Aussen durch. Die Geschmacksrichtung ist sauer. Bei einem unausgeglichene Holz-Element entsteht schnell Hektik, häufig auch Aggressivität oder Frustration. Oft hört man Äusserungen wie „dem ist eine Laus über die Leber gekrochen“ oder „warum bist du in letzter Zeit immer so sauer“, aber auch „mir läuft gleich die Galle über“. Dies alles sind Anzeichen, dass das freie Fließen des Qi gestört ist.

Die **Tuina-CHUN-Behandlung** unterstützt die Entschlackung auf verschiedenen Ebenen. Die unterschiedlichen Massagetechniken, die zur Anwendung gelangen, regen die Entschlackung der Haut, des Gewebes und der Muskeln an. Die Wirkung einer Massage geht aber viel weiter. So werden Blockaden in den Energiebahnen gelöst und der gesamte Organismus aktiviert. Nicht zu unterschätzen ist die Wirkung auf der seelischen Ebene. Berührt werden, sich berühren lassen, berührt sein – dies alles drückt aus, dass uns etwas ans Herz geht. Wer berührt wird spürt sich selber besser.

Am meisten Erfolg erreichen Sie natürlich bei mehreren Behandlungssequenzen. Ich empfehle Ihnen hierfür das WellnessAbo, das sehr interessante Konditionen bietet. Mehr darüber erfahren Sie auf der Homepage [www.praxis-tuina.ch](http://www.praxis-tuina.ch) oder rufen Sie mich einfach an.

Dieses Frühjahrs-Angebot ist auch als Geschenkgutschein erhältlich.

Silvia Nörz

Leimenstrasse 72, Basel

061 / 461 85 74

079 / 285 06 64

[www.praxis-tuina.ch](http://www.praxis-tuina.ch)