

“Einfach – Sein”

Nach Atmung, Nahrung und Sonnenlicht ist vielleicht **Berührung** eine der wichtigsten Faktoren für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung. Die Einbeziehung von sanfter Berührung in einem geschützten Rahmen kann der Arbeit an eigenen Prozessen eine ungeahnte Tiefe verleihen.

Deshalb arbeitet **Paula Harand** mit viel Liebe und Hingabe in behutsamer und intuitiver Weise an der **Verbindung von Körper & Geist** und verknüpft dazu kreativ & fließend Elemente aus folgenden Methoden:

- Cranio-Sacrale Arbeit und Kinesiologie (Cranial Fluid Dynamics = CFD)
- Klangschalenarbeit
- Strömungseinreibungen
- Sensitive Potentialberatung

Auf die Frage was den die heilsame Wirkung von Paula's Arbeit ausmache, antwortet eine Klientin spontan:

„Paula gibt Raum. Sie ist total authentisch und „einfach“. Deshalb habe ich das Gefühl ich kann bei ihr auch einfach „Sein“.



Durch den Raum der von Paula gegeben wird, dürfen auch Teile die wir vielleicht oft verdrängen oder ablehnen an die Oberfläche kommen und integriert werden. **Alles darf Sein**. So finden wir wieder zu uns selbst, werden uns unserer Gefühle und Bedürfnisse besser gewahr und lernen diese kreativ auszudrücken.

Durch die sanften Formen sich berühren zu lassen, werden die körperlichen **Lebenskräfte angeregt** und emotional / geistige Prozesse können vertieft, verankert und mit dem Körper verbunden werden. Die Arbeit wird manchmal intuitiv mit **Klangschalen** unterstützt. Aber auch die achtsame Berührung an sich ist schon heilsam.

“Durch das Zusammensein mit meinen Kindern, habe ich in den letzten Jahren vermehrt auch meine kreative Seite entdeckt und versuche seitdem diese zu schulen und zu entwickeln. Die Arbeit mit Filz macht mir großen Spaß und meine Feen und Figuren aus Filz zieren mittlerweile auch schon einige Kinderzimmer, Wohnzimmer oder Praxisräume.”



Mehr Infos: www.heil-kunst.at

Paula Harand
Ganzheitliche Naturpraxis 1140 Wien
Leegasse 12/1
paula@heil-kunst.at
0699-11521801