

瞬間脱力・ストレス解消

瞬間脱力・ストレス解消・ヒーリング・自律神経調整・ホルモン・リラックス・うつ
延髄に心地よい刺激・不眠症・頭痛・便秘・腰痛・肩こり・体の痛み・摂食障害・更年期障害

過度なストレスが病気のもとであることは、中国医学の理論にもあります。

ストレスが自律神経とホルモン系統に影響すると考えられます。

プラーナ・ヒーリングタッチではストレスと取り除き、リラックスさせることにより、ホルモンを調整、ホルモンにより自律神経に作用します。



意識はありますが、極度にリラックスした状態になります。全身がゆるみますので、筋肉、内臓などが自動的に調整されます。あなたにとっても気持ちよくて暖かいものにつつまれているようなヒーリング感覚です。

経絡が気の通り道、経穴は気の出入り口と言われています。経絡の気の流れが悪くなると、こりや痛みを生じ流れがよくなるとリラックスして、こりや痛みが軽減します。

内臓の機能、血行不良や冷えなどを改善します。いろいろな症状に有効です。身体が休まるので、自然治癒力が活発になっていろいろな症状が軽くなってきます。体内にかたまっていた感情のようなものもゆるまって楽になります。涙があふれる方や笑いがこみあげる方など。

気持ちが楽になりふわふわした雲の上にいるような感覚になります。

一時的に眠くなりますが、意識がかえってさえて、瞑想をしているような感じで、自律神経に働きかけます。自律神経は内臓をはじめ、体の各部をコントロールしていますが、実はストレスに弱く、自律神経の失調はやっかいな症状を起こします。自律神経を調整しているのはホルモンでホルモンは脳下垂体、視床下部がおもとです。プラーナ・ヒーリングタッチはこのホルモン中枢に対して、作用するので、即効性があるのです。