

Feel Well Magazin Ausgabe 1/2005

Das wiedergefundene Lächeln

Wie Face-Rebirthing® Seele und Körper verjüngt

Stirnrunzeln, Zähne zusammenbeißen, Kopf einziehen und durchrauschen durch die harten Zeiten. So fühlen sich viele. Aber gerade jetzt wäre die richtige Zeit für ein Kontrastprogramm.

Kennen Sie das auch? Es gibt Tage, da scheint man keinem freundlichen Menschen zu begegnen. Als wäre Lächeln über Nacht verboten worden. Wenn ich mich selbst beobachte, stelle ich fest, dass ich mich wohl genauso muffig durch die Stadt schiebe. Abends schaut mir dann ein altes, abgezehrtes und faltiges Gesicht aus dem Spiegel entgegen. Ein Spiegelbild meines momentanen Wohlbefindens (bzw. eher Nicht-Wohlbefindens).

Ein Gegenpol dazu bietet Bettina Lauth mit dem Face-Rebirthing® nach der Methode von Astrid Wanke an. Was sich beim ersten Kontakt recht esoterisch anhört, fühlt sich während der Behandlung genial entspannend an. Zu leiser Meditationsmusik werden die Gesichtsmuskeln massiert, Energiebahnen aktiviert. Der gesamte Körper wird in sanfte Schwingungen versetzt. Wie „neu geboren“, voller Energie, dabei sehr entspannt und gelöst vergehen die eineinhalb Stunden der Behandlung viel zu schnell. Das Gesicht im Spiegel sieht so aus, wie man sich fühlt: straffer, lebendiger – und jünger.

Und, wirkt es? Es wirkt! Mit dieser neuen, positiven Ausstrahlung kommt man scheinbar nur noch mit netten Leuten in Kontakt. So, als hätte man das Lächeln wiedergefunden.