

Informacja prasowa

Warszawa, 23.06.2020 r.

**Dźwięk, światło i wibracje w Biowitalnym SPA**

Od wieków wiadomo, że światło jest potrzebne do życia, a dźwięk i muzyka mają ogromny wpływ na człowieka. Również wibracje mają duże znaczenie dla osiągnięcia równowagi w ludzkim organizmie, ta zaś odpowiada za dobre zdrowie i samopoczucie.

Zabiegi oparte o dźwięk, muzykę, światło i wibracje zajmują ważne miejsce w Menu SPA najlepszego holistycznego SPA w Polsce w hotelu Manor House SPA. Gabinety Biodowny specjalizują się w energetycznych terapiach, dźwięk i muzyka to naturalne metody, na które się tu stawia, a foto- i koloroterapia wzmacniają efekty zabiegów i co ważne - są całkowicie bezpieczne.

Światłoterapia, w tym helioterapia (leczenie słońcem), jest stosowana w medycynie od czasów starożytnych. Dobrze wpływa na układ nerwowy, poprawia nastrój, dodaje energii, wykorzystuje się ją też w przypadku wybranych chorób dermatologicznych i alergicznych. Współcześnie światłoterapia wykorzystuje barwne filtry do leczenia wielu chorób, między innymi: nadciśnienia, depresji, cukrzycy, dolegliwości żołądka i wątroby, a do naświetlań stosuje się głównie sztuczne źródła światła – fototerapia. Światłoterapia wpływa na prawidłowe funkcjonowanie całego organizmu, pobudza naturalne procesy regeneracyjne, stymuluje przemianę materii, wzmacnia układ immunologiczny, poprawia krążenie krwi. Gdy fala promieni systematycznie dociera poprzez oczy do kory mózgowej, uruchamia mechanizmy obronne organizmu, pobudza wydzielanie hormonów lub enzymów. Można w ten sposób przyspieszyć przepływ krwi w naczyniach wieńcowych, regulować sen, układ nerwowy, poziom cukru oraz wspomóc zrzucenie nadwagi.

Koloroterapia (chromoterapia) jest wykorzystywana zarówno w medycynie tradycyjnej, jak i niekonwencjonalnej. Kolory ciepłe wywołują stany większego pobudzenia, przyspieszają tętno i dodają energii, z kolei kolory zimne - uspokajają, koją, wyciszają, wpływają pozytywnie na koncentrację i łagodzą napięcia emocjonalne. Każda barwa emituje inną częstotliwość drgań, podobnie jak komórki ludzkiego ciała. Dlatego pewne kolory wpływają na określone części ciała. Jeśli jesteśmy zdrowi, ta częstotliwość jest stała. Gdy chorujemy, ulega zakłóceniom i dopiero odpowiednie kolory pomagają nam wrócić do normalnego stanu.



Połączone działanie światło- i koloroterapii jest wykorzystywane w jedynej w swoim rodzaju **Terapii Harmonizacji Czakr na Kryształowym Łóżku**, która jest dostępna w Manor House SPA. Jest to naturalny, nieinwazyjny proces, który wzmacnia przepływ energii i dobroczynnie wpływa na zdrowie, sprzyja osiągnięciu równowagi pomiędzy ciałem a duszą i powrotowi do naszego wewnętrznego ja. Energetyzujący seans oddziałuje na centra i kanały energetyczne rozpraszające energię po całym



organizmie. Wiązki światła o konkretnej długości fali i kolorze przechodzące przez kryształy Vogla działają jak lasery, są kierowane na odpowiednie czakry wzmacniając ich energetyczne pola. użycie odpowiedniego koloru umożliwia swobodny przepływ energii przez daną czakrę i zrównoważenie dysharmonii oraz braku energii. Podczas seansu można skoncentrować się na jednym kolorze, wybrać przemienną sekwencję siedmiu kolorów o różnej częstotliwości lub poddać się równoczesnemu działaniu wszystkich światel na czakry.

Muzykoterapia, która była już znana 5 tysięcy lat temu w wedyjskiej sztuce uzdrawiania, bazuje na leczniczym wpływie dźwięku i muzyki na człowieka. Jest to samodzielna metoda terapeutyczna, która wykorzystuje wpływ ułożonych w sekwencje dźwięków na psychiczną i somatyczną sferę organizmu ludzkiego. Istnieją naukowe dowody na to, że dźwięki korzystnie oddziałują na wegetatywny układ nerwowy, układ krążenia i oddechowy. Muzykoterapia wywiera także pozytywny wpływ na psychikę, zmniejsza depresję, lęk, poprawia samoocenę, pomaga osobom cierpiącym na bezsenność. Leczenie muzyką dobrze uzupełnia fizjoterapię i rekreację.

Koncerty na gongi tybetańskie, śpiewające misy, dzwonki shanti i tingsha wykorzystują pozytywne działanie muzykoterapii. Uczestnicy tybetańskiego koncertu są poddawani „masażowi” dźwiękiem, każdy fragment ich ciała jest dotknięty przez wibracje i drgania rezonujących instrumentów. Wibracje docierają do poziomu komórkowego każdego narządu, w tym do DNA, oddziałują też korzystnie na kanały energetyczne i odblokowują je. W Gabinetach Bioodnowy można oddać się także **masażowi dźwiękiem mis tybetańskich**. Działaniu drgań i wibracji dźwięków wydobywanych z mis poddawane są ciało i umysł. Dźwięki korzystnie działają na kanały energetyczne, oczyszczają aurę, odblokowują przepływ energii w ciele wyrównują potencjał energetyczny. Warto oddać się takiemu masażowi, bo równowaga energetyczna sprzyja dobrostanowi i zdrowiu. Masaż relaksuje, odpręża, wycisza. U zdrowego człowieka, masaż dźwiękiem wzmacnia siły i energię potrzebną do realizowania zadań w codziennym życiu, stymuluje też kreatywność i siły twórcze.

W Biowitalnym SPA korzysta się również z **muzyki solfeżowej** o specjalnie dobranych częstotliwościach, które aktywują czakry od podstawy (396 Hz) do korony (963 Hz) i przynoszą wewnętrzną harmonię. Uczestnicy **Terapii Biowitalnej** poddawani są działaniu muzyki solfeżowej, która doskonale harmonizuje z ludzką naturą, głęboko rozluźnia, poprawia samopoczucie i zwiększa wewnętrzną energię. Muzyka wpływa kojąco, ale też stymuluje, dzięki czemu organizm szybciej się regeneruje. Słuchanie częstotliwości solfeżowych dobroczynnie oddziałuje na organizm: poprawia się stan zdrowia, pamięć i koncentracja, wzrasta poziom inteligencji, kreatywność, skuteczność pracy, samoocena i pewność siebie, następuje regeneracja sił i wyciszenie. Ponadto wpływa na uwalnianie od podświadomych lęków i traum oraz pomaga osiągnąć wewnętrzną harmonię. Odpowiednie częstotliwości dźwięków umożliwiają m.in. regenerację i transformację DNA (528 Hz) czy pobudzanie energii serca (136,1 Hz – dźwięk kamertonów terapeutycznych). Również podczas opisanej powyżej Terapii na Kryształowym Łóżku stosuje się muzykę solfeżową o prozdrowotnych



częstotliwościach (432 Hz). Więcej na temat muzyki solfeżowej: www.manorhouse.pl/spa/alchemia-zdrowia/muzyka-solfezowa

Wibroterapia - niefarmakologiczny i bezpieczny sposób na wspomaganie procesów leczenia, rehabilitacji i poprawy wyników w sporcie. Leczenie wykorzystuje naturalne, wszechobecne w środowisku wibracje w postaci wyselekcjonowanych drgań mechanicznych. Wibracja oddziałuje na skórę i dociera w głąb ciała, wpływając na układ nerwowy i układ krwionośny. Terapia może obejmować fragment ciała (wibracje lokalne) lub całe ciało (WBV).



W ostatnim czasie obserwujemy **wzrost wibracji Ziemi**, dlatego dla dobrego zdrowia i samopoczucia warto się do nich dostroić poprzez formę terapii hybrydowej, która łączy wibracje lokalne i całego ciała. Jednym ze sposobów jest seans na **platformie wibracyjnej, która wykorzystuje działanie częstotliwości rezonansowych Schumanna**. Dobroczynne dla zdrowia wibracje mają pozytywny wpływ na wszystkie żywe organizmy, regulują ich rytm życia, harmonizują ciało i uspakajają umysł wyższe częstotliwości. Mają realny wpływ na działanie

umysłu, co zwiększa wykorzystanie możliwości mózgu, który pracuje szybciej, precyzyjniej i wydajniej, wzrasta więc kreatywność i poprawia się samopoczucie. Dynamiczne ruchy wprawiają całe ciało w przyjemne wibracje, a jednoczesny dopływ wiązki ciepła na powierzchni pleców dodatkowo wpływa na rozluźnienie tych partii mięśni. Terapia jest polecana wszystkim osobom dbającym o zdrowie, zwłaszcza uskarżającym się na uporczywe, przewlekłe zmęczenie wynikające z przepracowania, stresu czy niedoboru snu. Inną metodą wykorzystującą wibracje, która jest dostępna w najlepszym holistycznym SPA w kraju w hotelu Manor House jest **Biomechaniczna Stymulacja Mięśni (BMS)**. Pracujące na niskich częstotliwościach urządzenie BMS stymuluje naturalną wibrację mięśni, co prowadzi do wzmocnienia lub rozluźnienia napięcia mięśni, przyrostu masy i siły mięśni, redukcji tkanki tłuszczowej, działa przeciwbólowo, dostarcza do ośrodkowego układu nerwowego informację kinetyczną – pewien rodzaj pamięci mięśniowej, która może być wbudowana w system neuromięśniowy przywracając mięśniom ich fizjologiczną postać. BMS stosuje się do poprawy ogólnej sprawności fizycznej oraz w kosmetyce jako rewitalizację twarzy.

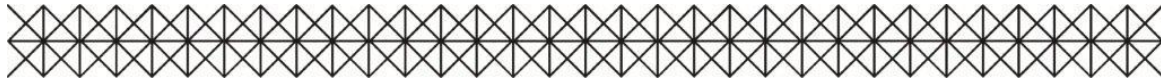
Zabiegi oparte o dźwięk, światło i wibracje doskonale wpisują się w holistyczną filozofię, zgodnie z którą działa Manor House SPA**** Pałac Odrowążów*****. Skierowane są do osób, które pragną odzyskać wewnętrzną harmonię i osiągnąć dobrostan. W Biowitalnym SPA można skorzystać z wielu energetycznych terapii. Ze względu na wysoką energetykę mazowiecki kompleks jest nazwany **Polskim Centrum Biowitalności**. Jest to prawdziwa enklawa dla dorosłych (hotel bez dzieci), przyjazna weganom i alergikom, przepelniona pozytywnymi energiami natury. Otacza ją piękny, zabytkowy park, który cieszy ciszą i spokojem miejsca położonego z dala od miasta i w bliskości kojącej zmysły przyrody.



Więcej na: www.manorhouse.pl



Manor House



- Koniec -

Manor House SPA – tu historia łączy się z luksusem i dobrą energią

Mazowiecki kompleks pałacowo-parkowy Manor House SPA z pięciogwiazdkowym Pałacem Odrowążów i czterogwiazdkowym hotelem w zabytkowej Stajni Platera oraz Termach Zamkowych jest enklawą spokoju i dobrej energii. To jedna najstarszych rezydencji ziemiańskich w Polsce. Św. Jacek Odrowąż, właściciel Chlewisk w XII w. jako jedyny Polak został wyróżniony posągiem na placu przed Katedrą św. Piotra w Rzymie. Manor House SPA to hotel dla dorosłych, przyjazny weganom i alergikom. Najlepsze od lat holistyczne SPA w Polsce wyróżnia: program odmładzający Akademii Holistycznej Alchemia Zdrowia®, energetyczne zabiegi w Gabinetach Bioodnowy, Łaźnie Rzymskie, bezchlorowy basen z wodą ożywioną metodami Grandera i dr. Keshego, kąpiele ofuro, w tym romantyczne dzięki autorskim wannom Duo Ofuro by Manor House oraz koncerty na misy i gongi tybetańskie. Wspaniałym dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej i węgierskiej oraz wg „Diety Życia”. Urokliwie położony kompleks w Chlewiskach wyróżnia naturalne środowisko wolne od smogu, położenie w centralnej Polsce z dogodnym dojazdem własne lądowisko dla śmigłowców, a także 10-hektarowy, zabytkowy park z pomnikami przyrody, energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską® SPA oraz własny ośrodek jeździecki z hotelem i SPA dla koni. To Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.