



Liebe...

*Mir ist so weh ums Herz,
Mir ist, als ob ich weinen möchte - vor Schmerz!*

So beginnt ein Gedicht von Karl August Candidus über die Schwermut.

Was ist Schwermut?

Im Wörterbuch steht: **Schwermut**, die
Was schon einmal **Mut macht**, es gibt **keinen Plural**! Sagt der Duden.

Unter Synonym für schwermütig finden sich: bedrückt, **bekümmert**, betrübt, deprimiert, **freudlos**, **mutlos**, niedergeschlagen, **traurig** und sehr vieles mehr, über vier Zeilen.

Wenn die **Schwermut** sehr **lange** anhält: **verzweifelt**

Im Neudeutsch sagt man „**down**“

Man muss **nicht immer aktiv** sein. Einfach einmal **gar nichts tun** wollen, das **muss kein** Zeichen für **Schwermut** sein. Wenn Sie sich **entspannt** und **fröhlich** oder zufrieden dabei fühlen, trägt das zur Gesundheit bei.



Wien und seine Bewohner **neigen** zur **Schwermut**.

„*Einer hat immer das Bummer!*“ war das erfolgreichste Lied des Wieners Horst Chmela und wer weiß, es wird „*ein Wein sein und mir werden nimmer sein*“ ...

Für „Dr. Google“ gilt als **Synonym** für Schwermut auch **Depression**.

Eine „nicht-repräsentative“ **Umfrage** (ein Dutzend Leute, die ich kenne) ergab allerdings, dass für nahezu alle **Schwermut** und **Depression nicht das gleiche** ist. **Depression verlangt**, so die Meinung vieler, nach dem **Arzt**.

Und die **Schwermut**?

Ja – die verlangt nach dem Blu Room®!

Wie hilft der Blu Room® bei Schwermut?

- Er lässt Sie tief **entspannen**.
- Schon nach ein paar Sitzungen **schlafen** Sie **besser**.
- Er lässt Ihren Körper das „**Glücksvitamin D**“ **bilden** und das wiederum steuert die **Bildung** der **Glückshormon Serotonin**.

Der **Blu Room**® bringt Sie auf jeden Fall **gesünder** durch den **Winter** und die nass-kalte Dunkelheit.

Deshalb gibt es **bis zum Frühlingsbeginn** (19. März 2019) folgendes Angebot:

Bei Kauf eines **5er Blocks** zu **€ 340,--** gibt es **eine Sitzung gratis dazu!**

(wenn die Sitzungen ab Ausstellungsdatum innerhalb von 9 Wochen genommen werden; ansonsten gilt der Block für 5 Sitzungen.)

