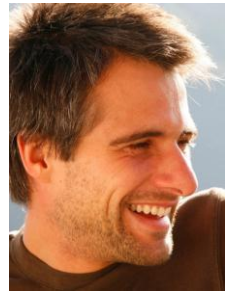


### Stefan Braito

*Alpiner Life Coach in den Dolomiten,  
Gründer der Bergglöwenschule für Lebensschutz, Natur & Wildnis*



#### **Aus der Sicht des Natur- und Wildnistrainers:**

*„Die Erfahrung der Silberquarzit Ursteinmassage ist etwas Besonderes für mich. Ein Ritual um Anzukommen. Ankommen bei mir Selbst. Ich konnte Unwichtiges, Alltägliches loslassen und frei werden für Wesentliches und Neues.*

*Zu etwas Besonderem macht das Silberquarzit-Ritual die Achtsamkeit die sich in mir Selbst entfaltet. Achtsamkeit für den Augenblick: den eigenen Körper...die warmen Steine...dominierende Gedanken werden ruhig und geben feineren, ruhigeren Gedanken den Platz. Es ist eine Reise zum Ur-Rhythmus von mir Selbst. Im Einklang mit mir. Ich habe ein Gefühl, dass mir Zeit geschenkt wurde.*

*Die Düfte der alpinen Kräuter, die Wärme der Steine, die Essenzen der Öle gibt diesem Ritual eine elementare Kraft, die mich mit der Natur eins werden lässt. Mit meiner Natur. Diese „wilde Kraft“ schmeichelt meinem inneren natürlichen Wesen, das wild und frei sein will. Das Ritual ist wahrhaft URIG: echt, authentisch und wesentlich. „*

---

#### **Aus der Sicht des Life-Coachs:**

*„Die Silberquarzit Ursteinmassage ist das ideale Ankomm-Ritual für einen Urlaubsaufenthalt. Vergangenes, Unwichtiges, Alltägliches kann einfach abgestreift werden, um Platz für das Wesentliche und für neue Inspiration zu machen. Das Ritual fördert die Achtsamkeit zu sich Selbst und beschenkt uns mit Zeit und Raum für Langsamkeit, Besinnlichkeit, Tiefe.*

*Ein Ritual das es dem Gast „schnell“ ermöglicht wieder zu seinem eignen Ur-Rhythmus zu finden, um die verbleibende Urlaubszeit bestmöglich und aufs Intensivste auszunutzen.*

*Eine Neugeburt ins eigene Leben wird möglich. Man schaltet um: von „Funktionieren“ auf „Lebendig sein.“*

*Stefan Braito*