

Terapia Bowen/Bowtech

Tehnica Bowen (Bowtech) este un sistem terapeutic dinamic, cu aplicare pe muschi si tesut conjunctiv. Aceast tehnica este denumita uneori „tehnica manuala homeopata”.

Aceasta tehnica foloseste transmiterea de mici impulsuri, bine controlate, ce stimuleaza organismul sa se autovindece, adesea la nivele foarte profunde.

Prin aplicarea acetei tehnici se obtine ameliorarea multor afectiuni specifice si altor probleme de sanatate, fie acute sau cronice. Actioneaza holistic, prin activarea mecanismelor de autovindecare proprii organismului. Terapeutul transmite semnale sistemului nervos pe diferite locatii specifice (se lucreaza pe muschi, tendoane, ligamente sau nervi), iar corpul clientului face restul, raspunzand in propriul sau ritm si in conformitate cu posibilitatile sale.

Tratamentul cu Terapia Bowen este benefic pentru toate varstele si in orice stadii ale starii de sanatate.

In loc sa se concentreze asupra unei singure afectiuni, Tehnica Bowen se adreseaza intregului corp se reinstaleaza echilibrul, prin intermediul sistemului nervos vegetativ (SNV). Snv controleaza peste 80% din functiile corpului si este foarte susceptibil la factorii de stres externi. Majoritatea oamenilor traiesc azi intr-o constanta stare de stres accentuat si hiperstimulare simpatica a SNV. Vindecarea se poate produce doar cand SNV trece de la dominanta simpatica la cea parasimpatica (in regimul odihna, relaxare, reparare). Tehnica Bowen este catalizatorul acestei schimbari. In timpul sedintelor de tratament, majoritatea clientilor intra in relaxare profunda sau adorm. Aceste manifestari indica o profunda detasare de stres si trecerea la dominanta parasimpatica. Aceasta schimbare explica modul in care sedintele Bowen reactiveaza procesul de vindecare in situatii in care recuperarea in urma traumatismelor, maladiilor sau interventiilor chirurgicale era stationara, sau atinsese un stadiu de platou.

Sedintele de tratament Bowen dureaza, in general, intre 30- 60 min. Miscarile sunt delicate dar creeaza efecte si se pot aplica si peste imbracaminte usoara, din bumbac, daca clientul prefera astfel. Clientul este culcat, de obicei pe o masa de masaj, sau poate fi asezat pe un scaun daca confortul acestuia o cere.

O sedinta Bowen cuprinde una sau mai multe proceduri, fiecare dintre acestea fiind compusa din mai multe secvente de miscari. Intre secventele de miscari terapeutul face pauza de cateva minute (cel mai frecvent 3-5 min), acestea fiind necesare corpului clientului pentru integrarea mesajului transmis si pentru deplasarea raspunsului la tratament.

Spre deosebire de alte terapii manuale in care terapeutul impune corectii corpului clientului prin tratamentul aplicat, tehnica Bowen permite copului sa se vindece pe sine cu minima interventie externa, in timpul sau optim. Aceasta metoda prezinta stabilitate si reactie prelungita a organismului la tratament.

Tehnica Bowen se aplica in sedinte repetate, la intervale de minim 7 zile.

Tehnica Bowen este benefic intr-o mare varietate de situatii. Ajuta in recuperarea multor afectiuni, de la traumatisme la boli cronice, in functie de capacitatea de autovindecare a fiecarui individ in parte.

Unele dintre afectiunile care raspund favorabil la bowen sunt:

- Afectiuni ale ochilor: glaucom, degenerescenta maculara, cataracta

- Afectiuni cardiace
- Afectiuni ale tractului respirator si rinite alergice
- Afectiuni cervicale si probleme ale umerilor, inclusive umar intepenit
- Afectiuni ale dintilor si gingiilor
- Alergii
- Ameteli
- Amigdalita
- Angina
- Artrite
- Boli de piele
- Colici la bebelusi
- Crampe musculare (carcei)
- Degete ciocan, monturi, osteofite la calcai (pinteni)
- Dureri de spate si sciatica, dureri de spate in sarcina
- Dureri de urechi si probleme ale articulatie temporo-mandibulare
- Dereglari menstruale si hormonale
- Dureri in zona centurii pelviene, pelvis inclinat si diferenta de lungime intre membrele inferioare
- Enurezis
- Febra
- Flatulenta
- Fibromialgie si sindromul oboselii cornice
- Fasciite plantare
- Greata
- Gripa
- Hemoroizi
- Hernie hiatala si reflux gastro-esofagian
- Hernie inghinala
- Hiper si hipo tensiune arteriala
- Impuritati in sange
- Incontinenta urinara
- Incordare a gatului
- Infertilitate femei si barbati
- Lumbago
- Migrene si alte tipuri de dureri de cap, sinusuri
- Noduli la sani
- Osteoporoza
- Probleme digestive si intestinale
- Probleme la nivelul soldurilor, genunchilor, gleznelor si picioarelor
- Pietre la vezica biliara
- Probleme ale ficatului
- Probleme ale ochilor
- Probleme ale prostate
- Probleme ale rinichilor si vezicii urinare
- Psoriasis

- Retentie de fluide
- Sindromul tunelului carpian si sindromul jucatorului de tenis
- Stress
- Surditate
- Tiroida
- Traumatisme in urma practicarii sporturilor sau accidente de toate felurile
- Tuse
- Ulcer duodenal
- Ulcer la stomac
- Varice

Procesul de detoxifiere este adesea initiat ca urmare a tratamentului Bowen, imbunatatindu-se capacitatea organismului de a functiona optim la nivel celular. De asemenea, activeaza drenarea limfatica stimuland sistemul imunitar.

Majoritatea miscarilor efectuate in terapia Bowen se suprapun punctelor de acupunctura, unele trecand peste doua sau trei meridiane.

Supraunerea acestor doua sisteme explica componenta vibrationala extrem de puternica a tehnicii Bowen si efectele sale asupra organelor interne.

Reiki – terapia cu Lumina

Reiki este o energie uimitoare, care vine de la cea mai mare sursă spirituală. Ea are propria sa inteligență și știe exact unde să meargă și ce să facă. Este multidimensională și va vindeca cauza unei probleme la orice nivel - corp, minte sau spirit.

În Reiki terapeutul nu folosește propria sa energie, ci fluxul energiei universale a vieții, care va fi canalizat spre client prin intermediul mâinilor, ochilor, suflului sau intenției.

REI – înțelepciunea divină, minune, universal, luminozitatea divină, omniprezent, omnipotent, strălucitor, universal, clar etc.

KI – energia vitală, forța universală, forța generatoare a cerului și pământului. (În chineză se numește chi, în sanscrită – prana, în creștinism – Lumină etc.)

Deoarece aceasta este o vindecare canalizată, energia practicantului nu va fi niciodată epuizată. În fapt, când oferă un tratament, chiar practicantul se vindecă simțind o creștere a forței sale vitale.

O ședință Reiki standard include plasarea palmelor deasupra sau pe cap, umeri, stomac și picioare. Adicional se pot folosi și alte poziții în funcție de problemele clienților. Fiecare poziție trebuie să dureze între 2 și 5 minute iar întregul tratament între 45 și 90 de minute.

O ședință de tratament crează o radiație minunată și relaxează la maximum, atât clientul cât și practicantul. La sfârșitul fiecărei ședințe, vă veți simți atât de relaxați încât vă va veni chiar să dormiți. O sesiune de Reiki întotdeauna pare să-i impresioneze pe cei care spun că este greu să se relaxeze.

Beneficiile Reiki

- Ajută corpul să se autovindece
- Elimină durerea
- Reduce stresul, anxietatea, frustrarea
- Echilibrează organele și glandele
- Oferă echilibru emoțional și mental
- Echilibrează sistemul nervos
- Echilibrează energiile organismului
- Accelerează procesele de vindecare prin stimularea sistemului imun
- Detoxifică și curăță corpul, purifică totodată și chakrele
- Curăță și elimină blocajele energetice
- Diminuază efectele secundare ale medicamentelor
- Reducerea consumului de medicamente
- Crește conștiința spirituală
- Dezvoltă compasiunea și respectul pentru viață
- Aduce o mare bucurie, pace interioară și echilibru
- Crește intuiția, creativitatea, gândirea logică, clară
- Aduce exact ceea ce este necesar în viața în acel moment
- Nu are efecte nocive sau dăunătoare
- Nu crează dependență

Arta punerii mâinilor spre vindecare este la fel de veche ca și munții, deoarece oamenii au practicat punerea mâinilor încă de la începutul timpurilor. Este un instinct natural să pui mâna pe cel rănit sau bolnav.

Vindecătorul REIKI are acces la această energie într-un mod mult mai eficient datorită INIȚIERII pe care o primește, care elimină blocajele din canalele de energie ale corpului său.

REIKI ajută la echilibrarea trupurilor fizice, energetice și emoționale, atât ale noastre cât și ale pacienților. Veți observa că pozițiile mâinilor pentru REIKI corespund pozițiilor organelor, glandelor și a Chakrelor corespunzătoare acestora.

Meditatia ghidata personalizata

Aceasta meditatie are la baza tehnici ale hipnoterapiei eriksoniene. Prin folosirea sugestiilor personalizate, aceasta meditatie ajuta ca in timp scurt (in medie 30 zile) sa poti schimba un obicei nociv, poti renunta la fumat sau poti sa scapi de insomnie sau poti atrage abundenta in viata ta, poti controla greutatea corpului tau, iti poti imbunatatii starea de sanatate sau poti schimba ceva ce te nemultumeste in viata ta.

Programarea la o discutie pentru a descoperi impreuna ce programe distructive ruleaza la nivelul mintii tale subconstiente constituie primul pas catre crearea acestei meditatii ghidate foarte utila.

Mintea subconstienta ne creaza realitatea, dar ce programe nocive contine mintea ta subconstienta? Asta aflam impreuna in discutia initiala pentru ca programele mentale sunt, de obicei, ascunse bine si inradacinate puternic. Un pas important este identificarea corecta a programelor mentale care ruleaza in subconstient si iti conduc viata aproape automat.

Primesti in scurt timp o meditatie personalizata (sugestii hipnotice personalizate), creata pe un fond muzical care ajuta creierul tau sa se relaxeze profund, ajung rapid in stare theta si sa dezactiveze barierele mintii constiente, lasand astfel mintea subconstienta deschisa pentru a rescrie programul tau de viata in problema pe care alegi sa o rezolvi.

O meditatie ghidata ajuta creierul tau sa ajunga in starea theta inca din primele minute ale acesteia. Da, in starea theta sugestiile special create pentru tine vor rescrie programele mentale care te saboteaza si gata, incepi viata pe care ti-o doresti.

De cele mai multe ori oamenii fug de hipnoterapie, doar pentru ca nu au informatii corecte despre aceasta terapie minunata, cu rezultate rapide.

Adesea asociem hipnoza cu acele show-uri in care oamenii sunt hipnotizati si nu stiu ce se intampla cu ei, cotcodacesc, cad pe jos, fac tot felul de giumbuslucuri fara a fi constienti de actiunile lor.

Ei bine, hipnoterapia nu are nimic de a face cu toate acestea. Transa hipnotica este acea stare in care te gasesti adesea cand vii oboist de la munca si te asez pe canapea sa te odihnesti, sau aceea in care ajungi atunci cand privesti cu atentie un film sau emisiunea TV preferata, sau aceea in care ajungi atunci cand citesti o carte, iar realitatea cartii devine mai palpabila, mai perceptibila decat camera in care te afli. Daca din aceasta stare poti iesi oricand, la orice stimul mai puternic, exact asta se intampla si in transa hipnotica.

Tu esti cel care detine controlul in orice moment, este constient de tot ce se intampla cu tine si in jurul tau, doar ca starea de relaxare profunda care iti este indusa de catre hipnoterapeut permite schimbarea la nivel profund a programelor mentale daunatoare si construirea unei noi realitati, aceea pe care tu ti-o doresti.

Meditatia ghidata personalizata poate fi folosita cu succes pentru mai multe tipuri de probleme, dintre care amintesc:

- managementul greutateii (obezitate).
- renuntarea la fumat
- managementul stresului.
- managementul durerii.
- managementul furiei și mâniei.
- creșterea abilității sistemului imunitar în lupta împotriva bolilor.
- depășirea insomniei, a coșmarurilor și îmbunătățirea calității somnului.
- depășire gândirii negative, inclusiv celei asociate cu tristetea și negarea.

- depășirea anxietății și a atacurilor de panică.
- reducerea intensității sau depășirea durerilor de cap și a migrenelor.
- îmbunătățirea capacității de concentrare și de atenție.
- prepararea pentru operații chirurgicale.
- suportul recuperării post chirurgicale pentru o vindecare mai rapidă.
- depășirea simptomelor asociate sindromului de colon iritabil.
- depășirea dependenței de jocuri de noroc, etc.
- depășirea fricilor și a fobiilor (frica de zbor, de insecte, de a vorbi în public)
- depășirea procrastinării.
- îmbunătățirea obiceiurilor de studiu.
- îmbunătățirea performanței de muncă.
- îmbunătățirea relațiilor personale și profesionale.
- îmbunătățirea performanțelor sportive.
- îmbunătățirea performanțelor artistice.
- pentru a atrage și a întreține o relație amoroasă cu persoana potrivită.
- pentru atingerea țelurilor.
- pentru iubirea de sine, reconectarea cu sinele propriu, îmbunătățirea încrederii în sine, dobândirea stimei de sine, dobândirea respectului de sine și a recunoștinței față de sine.
- descoperirea de sine.
- descoperirea fațetelor multidimensionale ale eului superior propriu.
- alinierea cu nivelurile superioare de conștiință.
- reconectarea cu Sursa/Divinitatea (pentru vindecarea emoțională)

Consiliere dezvoltare personala

Calatoria catre Sine este de cele mai multe ori anevoioasa, iar mintea subconstienta, purtatoare a programelor distructive, incearca sa ne puna piedici in dezvoltarea noastra. Intoarcerea catre Sine inseamna trezirea la viata, descoperirea misiunii personale si abandonarea lumii vechi, a adaptarii la regulile altora. Daca iti doresti sa te descoperi si sa incepi o viata care sa-ti apartina in totalitate, daca doresti sa descoperi bucuria de a trai si capacitatea de a vedea frumosul, te astept in cabinet unde dezvoltam impreuna o calatorie catre Sinele tau.

Sedintele dureaza minim o ora si sunt individuale.