

Artikel veröffentlicht in der ASCA-Zeitschrift "Alternance" - Dezember 2019

Ortho-Bionomy®

Das Gleichgewicht für Körper und Seele behutsam wiederfinden

Unser Körper verfügt über ausgezeichnete Selbstheilungskräfte; es müssen jedoch gewisse Bedingungen erfüllt sein, damit sie aktiviert werden. Auf dieser Erkenntnis beruht die Ortho-Bionomy®; ihr Name wurzelt im Griechischen und bedeutet «Die Regeln des Lebens befolgen».

Als ganzheitliches Behandlungs- und Vorsorgekonzept wirkt sie ebenso auf den physischen Körper wie auf den Energiefluss und die emotionalen Gegebenheiten und führt dabei zu einer verbesserten Selbstwahrnehmung.

Der Kanadier Arthur Lincoln Pauls, D.O., hat die Methode in den 70er Jahren des 20. Jahrhunderts entwickelt. Er war ausgebildeter Osteopath und erkannte, dass die Selbstheilungskräfte des Körpers unter gewissen Bedingungen ohne jegliche Kraftanwendung aktiviert werden können. Von dieser überaus respektvollen Vorgehensweise überzeugt, vertiefte er seine Forschungen stetig, um die Ortho-Bionomy® weiter zu entwickeln, die er ab 1976 auch zu unterrichten begann.

Den Ursprung der Schmerzen finden

Schlechte Körperhaltungen, Stressbelastungen, unangepasster Lebensrhythmus, traumatische Erlebnisse für Körper und Seele.... all diese Faktoren können Ursprung eines tief liegenden Ungleichgewichts sein. Wenn wir solche Alarmsignale missachten und unserem Körper nicht genügend Raum lassen, um sich zu regenerieren, treten Unwohlsein und Schwierigkeiten beim alltäglichen Funktionieren auf: häufige Schmerzen, chronische Müdigkeit, das Gefühl nicht am richtigen Platz zu sein, depressive Zustände.

Achtsamkeit und offene Haltung

Während der Behandlung steht die Therapeutin oder der Therapeut mit der behandelten Person in wachem Kontakt und nimmt mit viel Offenheit die Botschaften des Körpers wahr, welche in der Folge jede einzelne Geste anleiten. Durch sanften, den Eigenbewegungen des Körpers folgenden Schubkontakt wird verkrampften Regionen Entspannung angeboten, ohne jemals eine direkte Einwirkung aufzudrängen.

Durch das Entstehenlassen eines tiefen, energetischen Dialogs wird der sichernde Freiraum geschaffen, der dem Körper ermöglicht, seine Selbstheilungskräfte zu entfalten, auf dass er schrittweise sein ursprüngliches Gleichgewicht wiederfinden kann.

Auch wenn die Praxis der Ortho-Bionomy® auf einer Reihe von Basis-Prinzipien beruht, gleicht keine Behandlung einer anderen, denn jede Begegnung wird dem Zustand der behandelten Person und ihren momentanen Bedürfnissen angepasst. Darin liegen eine grosse Kreativität und ein breites Anwendungsspektrum: Das Zuhören, der Respekt und der Ausschluss jeglicher Manipulation erlauben es, die Ortho-Bionomy® sogar bei Babys und bei hoch betagten Menschen anzuwenden – und selbst an Tieren, insbesondere bei Pferden.

Anwendungsspektrum

Die Ortho-Bionomy® wirkt in der Tiefe auf die Skelett- und die Muskelstruktur wie auch auf die inneren Organe und kranial: Sie schafft eine tiefe Entspannung, lindert Schmerzen, verbessert die Beweglichkeit und bearbeitet auch die Körperhaltung. Sie befreit mit Behutsamkeit von traumatischen Fixierungen, lädt zu einem verbesserten Selbstverständnis ein und öffnet neue Möglichkeiten, damit der Mensch sich immer mehr seinem inneren Gleichgewicht, seiner Balance, annähern kann, um so an Energie, Vitalität und Seelenfrieden reicher zu werden.

Therapeut/in werden?

Um diplomierte/r Ortho-Bionomy®-Therapeut/in zu werden, ist eine zweijährige Ausbildung nötig; 350 Stunden theoretischer Unterricht und ungefähr 530 Stunden persönliche Arbeit. Um mehr über die Ausbildung zu erfahren und um einen Therapeuten oder eine Therapeutin in Ihrer Nähe zu finden, sind Sie eingeladen, die Internet-Seite des Schweizerischen Verbandes der Ortho-Bionomy® zu konsultieren.

www.asob.ch

Zitat

«Die Praxis der Ortho-Bionomy® ist eine Arbeit mit dem Herzen, wo wir eher im Zustand des SEINS als im MACHEN sind. Es handelt sich darum, die natürlichen Lebensbewegungen des Körpers zu begleiten ohne Korrekturabsicht und Kraftanwendung.» Mireille, Ortho-Bionomy®-Therapeutin.

*ortho – richtig, korrekt. Bio : Leben, Natur. Nomy : Gesetz, Prinzip.

Nathalie Getz
Ortho-Bionomy®-Therapeutin