



HOLISTIC PULSING

Sanftes Schwingen löst Blockaden und Traumata

HOLISTIC PULSING ist eine körperorientierte, ganzheitliche Behandlungsmethode. Sanfte, rhythmische und wiegende Bewegungen laden jede einzelne Zelle des Körpers zum Tanzen ein.

Die Methode fand ihren Ursprung in den 70iger Jahren in Amerika. Der amerikanische Zirkusarzt Dr. Trager entdeckte, daß durch sanftes Wiegen und Schütteln die verspannte Muskulatur seiner Artisten wieder locker und geschmeidig wurde. Die Osteopathin Tovi Browning verfeinerte seine Methode, der holländische Psychotherapeut Jan Vonk verband sie mit Elementen aus der Organ- und Chakrenlehre.

Der Mensch besteht zu 70-80% aus Flüssigkeit. Durch die pulsierende Bewegung von HOLISTIC PULSING wird die Flüssigkeit im Körper in Schwingung versetzt. Dies wirkt zum einen wohltuend und entspannend, zum anderen kann es dabei unterstützen, Verspannungen und Blockaden, sowohl physische als auch psychische, zu lösen.

In Situationen, in denen wir mit ungelösten Konflikten konfrontiert sind, reagieren wir zunächst mit Anspannung und Stress. Hält dies an, entwickeln sich als Schutzfunktion Blockaden, die, auch wenn die negative Situation nicht mehr vorhanden ist, weiter bestehen bleiben. Eine wichtige Rolle spielt hierbei vermutlich das Zellgedächtnis.

Durch die pulsierende, rhythmische Bewegung von HOLISTIC PULSING können sich diese alten Spannungen, Muster und Blockaden auf sanfte Art lösen. Das kann einerseits auf körperlicher Ebene geschehen, in dem sich hartnäckige Muskelverspannungen allmählich lösen. Ebenso ist es möglich, daß festgefahrene Muster auf emotionaler Ebene in Bewegung kommen. Selbstverständlich ist auch eine Bewusstwerdung und eine liebevolle Selbstakzeptanz dessen, was war, hilfreich und notwendig.¹

Bei schwerwiegenden traumatischen Erlebnissen sollte deshalb eine HOLISTIC PULSING Behandlung vorab mit einem/einer Psychiater*in oder Therapeut*in abgesprochen werden. Während der Behandlung liegt der/die Patient*in bekleidet auf der Massagebank, in Rücken-, Seiten- oder Bauchlage.

Die Behandlungsdauer ist in der Regel 1 bis 1,5 Stunden, inklusive eines ausführlichen Vor- und Nachgesprächs.

¹Aus: Holistic Pulsing, Körper-Pulsing von Annemarie Oldach