

Polarity nach Dr.Randoph Stone

Polaritytherapie ist vom Arzt und Osteopathen Dr. Randolph Stone in über 40 Jahren als ganzheitliches Gesundheitskonzept in Amerika, als bewährte Behandlungsform, erarbeitet worden. Lange war Polarity ein gutgehütetes Geheimnis erfolgreicher Therapeuten. Wenn sie gefragt wurden, was Polarity sei, gaben sie oft die Antwort, dass es eigentlich nicht eine Therapie sei, sondern eine Integration von mehreren Therapien. Polarity erlaubt ihnen, mehrere Methoden und Ansätze mit einzubeziehen. Heute ist Polarity kein Geheimnis mehr.

Polarity fokussiert sich auf das Ganze. Es ist ein Satz von Prinzipien, die auf der Bewegung von Energie durch das universelle Energiefeld basiert und zur gleichen Zeit ein Konzept, das verschiedene Therapien impliziert.

Polarity baut auf fünf Säulen auf:

- innere achtsame Haltung (Achtsamkeit, Empathie, Akzeptanz, basierend auf Liebe. Dadurch wird ein Raum des Vertrauens geschaffen, um so die Selbstheilung zu aktivieren)
- begleitendes Gespräch (Das Gespräch unterstützt und begleitet den Bewusstseinsprozess und die Selbstwahrnehmung)
- Körperarbeit mit gezielten Berührungen (Körperarbeit wird gezielt mittels sanften Berührungen, Schaukelbewegungen und speziellen Dehn- und tiefen Drucktechniken durchgeführt)
- einfache Körperübungen (umfassen vitalisierende Körperhaltungen, leichte Streckungen und einfache Bewegungsabläufe. Dadurch wird ebenso eine wirksame Selbsthilfe vermittelt).
- Ernährung (umfasst als wichtigen Faktor die bewusste tägliche Wahl von Nahrungsmitteln, die die Gesundheit aufbauen, sowie eine regelmäßige Reinigung der Körpers)

Polarity basiert nicht nur auf der klassischen, westlichen Medizin und Osteopathie, sondern auch auf östlichen Therapien wie TCM und dem Ayurveda.

Dank der grundlegenden Prinzipien und der Verbindung von Altem und Neuem, als zeitloses, sich immer bewährtes Lebensmodell entwickelte sich die Polaritytherapie im Laufe von fast 40 Jahren.

Polaritymassage

Sie ist eine ganzheitliche Massageform, basierend auf Elementen klassischer, heute allgemein bekannter Therapien. Ihr Ansatz folgt grundsätzlich dem Denken klassischer Medizin. Polarity betrachtet den Menschen ganzheitlich nach dem Körper- Seele- Geist –Prinzip. Ziel ist es Materie, Seele, Geist in Harmonie und Einklang zu bringen.

Eine Polaritymassage dauert ca. 90 Minuten incl. Vorgespräch, Behandlung, Nachruhe.