



## Sanfte Griffe für die Gesundheit

Für viele noch ein Geheimitipp, aber stark im Kommen: **„Bowtech“** ist ein sanfter Weg, um die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen



Dass Körper, Geist und Seele in Einklang sein sollten, ist schon bekannt. Aber der „ganz normale“ hektische Alltag bringt uns oft gehörig durcheinander. Ein gestresster Organismus reagiert rasch: Verspannungen, Rücken-, Nacken- oder Kopfschmerzen sowie Menstruations- und Verdauungsbeschwerden können hier ihren Ursprung haben. Eine Behandlung mit der Bowen-Technik soll den

Körper wieder in Balance bringen – und das geht erstaunlich schnell. Begründer der Methode war der Australier Tom Bowen. Der Österreicher Manfred Zainzinger, der lange in Australien lebte, hat sie im deutschen Sprachraum bekannt gemacht. Die sanfte, ganzheitliche Körperarbeit hat sich in kurzer Zeit durchgesetzt. Heute gibt es Bowtech-Praktiker in ganz Österreich – von Laa/Thaya bis Bludenz. Viele Heilmassseure interessieren sich für diese Energiearbeit, wo mit wenigen Griffen der Körper entspannt werden kann, die Klienten Ruhe finden und Kraft schöpfen.

**Bowtech-Anwender** arbeiten ausschließlich mit den Händen. In wellenförmigen Bewegungen und mit leichtem Druck rollen und schieben sie behutsam die Haut und Muskeloberfläche. Es folgt eine kurze Pause, damit der Körper „das Erlernte abspeichern kann“, dann geht es weiter. Manchmal verlässt der Praktiker dabei sogar kurz den Raum, um diesen Vorgang nicht zu stören. Gezielte Griffe an speziellen Körperpunkten regen den Energiefluss an. Die Bowen-Technik spricht von „heilsamen Schwingungen“, die im Körper die Erinnerung wach rufen sollen, dass er durchaus selbst in der Lage ist, sich zu regenerieren. „Der Biocomputer bekommt sein Update“ heißt es bei Manfred Zainzinger in seinem Ratgeber über die Heilmethode.

Eine Behandlung dauert 30 bis 45 Minuten, nach etwa acht Tagen soll man sie wiederholen. Bereits nach dem zweiten Mal sind oft viele Beschwerden spürbar leichter geworden, Schmerzen weniger schlimm. Ziel der Methode ist es, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu fördern.



**INFO:** • Die Behandlung mit der Bowen-Technik fördert die Selbstheilungskräfte des Körpers, stärkt das Immunsystem, aber auch den mentalen Bereich. Beschwerden im Bereich Nacken/Rücken/Schulter, Nervosität und Müdigkeit, Allergien, Migräne und frauenspezifische Probleme lassen sich gut mit ihrer Hilfe lindern. Die ganzheitliche Methode ist aber keine Massage, keine Energiearbeit oder Akupressur. Geeignet ist sie für Menschen jeden Alters, auch Kleinkinder. • Infos, viele Tipps und Anregungen finden Sie im Buch **„Die Original Bowtech-Methode“** von Manfred Zainzinger und Sabine Knoll (ca. 112 Seiten, 13,10 Euro, Südwest Verlag) • Eine Liste aller Bowen-Praktiker Österreichs gibt es unter [www.bowtech.at](http://www.bowtech.at): BowTech Akademie, 4101 Feldkirchen, Sechterberg 79/2, Tel. 07233/805 49, E-Mail: [Bowenverein@bowtech.at](mailto:Bowenverein@bowtech.at)