

# BIODYNAMISCHE KÖRPERTHERAPIE

Diese Massage- und Behandlungstechnik wurde von der Physiotherapeutin Gerda Boysen in Zusammenarbeit mit Wilhelm Reich entwickelt.

## **Biodynamische Massage**

Ihre Besonderheit besteht in der Verknüpfung von Intuition mit profundem Wissen über Körperwahrnehmung und emotionalen Gegebenheiten (Widerstand, „Panzerung“, Auflösung von körperlich-vegetativen und emotionalen Spannungen)

G. Boysen entwickelte eine Vielfalt von Massage- und Berührungstechniken (Entspannen—Vitalisieren und Provozieren—Harmonisieren) zum Ausgleich von Spannungen.

Mit Hilfe eines Stethoskops auf dem Bauch des Patienten erhält die Therapeutin ein Biofeedback von Darmgeräuschen (Peristaltik), das die Entladung von Muskelspannung durch das vegetative Nervensystem anzeigt.

Durch das Erspüren von Spannung, Druck, Leere, Schmerz, Stau, Fluss, Über- und Unterladung kann der Patient durch die Massage zu einem besseren Wohlbefinden, einem besseren Energiefluss und mehr Selbstwahrnehmung geführt werden.

## **Vegetotherapie**

Der Fokus der Arbeit liegt bei der konkreten Erfahrung von Muskelspannungen im Körper. Diese können zu Blockaden einzelner Segmente führen und den Energiefluss behindern. (Stau, Schmerz, Leere...)

Die Segmente wurden von Wilhelm Reich in 7 Abschnitte des Körpers eingeteilt.

Augensegment: Einsicht—Aussicht

Mundsegment : hinein—heraus

Halssegment : Nacken, Kehle Engstelle nach oben und unten

Brustsegment : Schultern, Arme, Herz, Rücken

Zwerchfell : das Tor zum Unbewussten

Bauchsegment : die Mitte, Zentrum, Dasein

Beckensegment : Geschlecht, Ausscheidung und Beine, lustvoll, Fallangst

Unser ganzes Leben nützen wir unseren Körper nicht nur mechanisch, sondern auch zum Ausdruck unserer Persönlichkeit, Charakter, Stimmungen und Befindlichkeiten. Spannungen in der Muskulatur haben unter anderem auch mit Schock, Trauma oder Emotionen zu tun. Wir kennen sie unter Ausdrücken wie, die Augen verschließen, die Zähne zusammenbeißen, Kränkungen hinunterschlucken, einen Knödel im Magen, die Angst im Nacken, die Wut im Bauch, der Schock in den Gliedern und unendlich viel mehr. Der Therapeut lädt verbal und über Berührung zu einer vertieften Atmung und verstärkten Wahrnehmung der Spannungsmuster ein. Durch spontane Bewegungen und angeleitete Übungen können die Blockaden erfahren, ausgedrückt und gelöst werden. Das Ziel ist eine lebendige, schmerzfreie, energiegelbe oder entspannte Körper- und Selbstwahrnehmung.