

BOWTECH®

The Original Bowen Technique



Jau nepilnu gadu Latvijā tiek praktizēta Bowen tehnika, tomēr daudziem šis vārds vēl ir svešs – ja pasaulē Bowen tehnikas apmācību kopš 1986. gada apguvuši ap 40 000 speciālistu 40 pasaules valstīs, tad mēs tikai pavisam nesen sakām iepazīt šīs unikālās tehnikas iespējas.

Kas ir Bowen tehnika un kā tā radusies?

Tehnika nosaukta tā pamatlicēja Toma Bouena (Thomas Ambrose Bowen) vārdā, kurš pagājušā gadsimta 50. gados Austrālijā uzsāka darbu ar mērķi atvieglot cilvēku sāpes. Viņš ievēroja, ka pēc noteiktām kustībām uz ķermeņa notiek dažādas pašsajūtas maiņas. Vidēji viņš sniedza palīdzību 13 000 cilvēku gadā, piedevām ar 80% metodes efektivitāti dažāda spektra veselības traucējumos.

Šīs metodes pamats balstās uz principu, ka ķermenis spēj pats sevi dziedināt un tam piemīt milzīgas pašatjaunošanās spējas. Taču dažkārt ķermenim ir jāpalīdz, tas nedaudz jāpamudina, lai šīs spējas aktivizētu. Tieši to arī Bowen tehnika dara – lūdz ķermenim aktivizēt pašatjaunošanās spējas un atgriezties pie sava dabiskā, veselā stāvokļa.

Kā tas notiek?

Vispirms tā ir speciālista (savulaik Toma Bouena) māka atrast sasprindzinājumu cilvēka ķermenī – muskuļos un audos. Tam seko īpašās vietās precīzi veiktie, unikālie Bowen tehnikas paņēmieni, kuru mērķis ir atbrīvot atrasto spriedzi un noņemt sasprindzinājumu.

Bowen kustība ir maiga, lēna un nesāpīga, jo tieši šādi – maigi – stimuli aktivizē ķermeņa resursus un uzsāk atveseļošanās procesu. Savukārt, iedarbojoties uz ķermeni spēcīgi, var tikt panākta ķermeņa pretestība. Pateicoties tehnikā izmantoto paņēmieni vieglumam, tā var tikt pielietota ikvienam cilvēkam, sākot no dzimšanas brīža līdz pat sirmam vecumam, pie visdažādākajām veselības kaitēm, jo tai nav blakusparādību. Paņēmieni ir patikami un relaksējoši.

Kad griezties pie Bowen speciālista?

Bowen speciālists nestrādā ar diagnozi, bet gan ar cilvēku. Tehnika ir vērsta uz ķermeņa pašatveseļošanās spēju aktivizēšanu, neatkarīgi no problēmām. Noņemot sasprindzinājumu, atjaunojot enerģijas rezerves un līdzsvaru organismā, kā arī nomierinot nervu sistēmu, uzlabojumi tiek panākti pie plaša spektra problēmām.

Ļoti bieži pie Bowen speciālista vēršas cilvēki ar dažāda rakstura sāpēm, piemēram:

- ♦ muskuļu sāpēm,
- ♦ muguras sāpēm,
- ♦ locītavu sāpēm – plaukstas, elkoņa, ceļu, potītes, iegurņa sāpēm,
- ♦ kakla un plecu problēmām, stīvumu,
- ♦ astes kaula, krusta kaula sāpēm,
- ♦ sāpēm cirkšņa apvidū,
- ♦ galvas sāpēm u. c.

Daudzi cilvēki pasaulē Bowen tehniku uzskata par visveiksmīgāko cīņā ar stresu un apmeklē Bowen seansus relaksācijas nolūkā, tā mazinot miega traucējumus, stresa un sasprindzinājuma radītu diskomfortu un nogurumu.

Bowen tehniku iecienījušas arī topošās māmiņas lai atbrīvotos no diskomforta, piemēram: muguras sāpēm, kāju krampjiem vai elpošanas problēmām bērnīša gaidīšanas laikā. Savukārt pēc bērnīša piedzimšanas māmiņas ir laimīgas, ka Bowen tehnika nemanipulatīvi un maigi palīdz atvieglot mazuļu kolikas.

Savu vietu Bowen tehnika ir iekarojusi arī sporta pasaulē: sportisti šo metodi izmanto gan relaksācijas nolūkā pēc intensīvām slodzēm, gan pēc traumām, lai veicinātu ātrāku atlabšanu un funkciju atjaunošanos.

Kādēļ Bowen tehnika, kopš laika, kad pirms 60 gadiem Toms Bouens Austrālijā meklēja veidus, kā atvieglot līdzcīvēkiem sāpes, tagad ir pazīstama plašajā pasaulē un zināma tik daudziem?

Noteikti tehnikas vienkāršības un pārsteidzoši labo rezultātu dēļ. Visbiežāk rezultāts tiek sasniegts

Abonējiet TAKU! Pastā: indekss: 2331. Internetā: www.abone.lv, www.abone.pasts.lv

salīdzinoši ātri un ir ar ilgstošu noturību. Tas ir dabīgi un droši, tādēļ ļaudis visā pasaulē izvēlas Bowen tehniku.

Kādas ir atsauksmes par Bowen tehnikas iedarbību?

Nākamajā rakstā pastāstīsim, kā Toms no Rīgas guva veselības uzlabojumus 8 Bowen tehnikas seansos – situācijā, kad ārsti un medikamenti gadiem ilgi bija bezspēcīgi. Bowen pasniedzējs Andris Ielītis stāsta, ka novērojis būtiskus uzlabojumus, Gdaņskā strādājot ar bērniem, kuriem ir iedzimta skābekļa nepietiekamība – klinikas ārsti ir pārsteigti par šīs tehnikas efektu. Bowen tehnika iedarbojas holistiski gan uz cilvēkiem, gan dzīvniekiem.



Bowen sesljam varat pieteikties ple sertifikātiem meistarlem:

Ieva Putniņa, tālr. +371 26342634,
<http://bowentechnika.lv>, Rīga,

Laura Rudoviča-Sprukte, tālr. +371 28327274,
<http://bowentechnika.lv>, Rīga.

Tāpat ple mācekļlem:

Jānis Stūrmanis,

tālr. +371 28646108, Rīga, Jelgava,

Mārcis Vīns,

tālr. +371 28378272, Rīga,

Sanita Kārklīņa,

tālr. +371 29843722, Cēsis, Rauna, Valmiera,

Mira Doroškēvica,

tālr. +371 26430876, Tukums, Rīga, Sigulda,

Inīta Vēvere,

tālr. +371 22076331, Rīga,

Gunta Peniķe,

tālr. +371 26677160, Ādaži, Tukums,

Iveta Strapcāne,

tālr. +371 26363760, Rīga.

Bowen tehnikas apmācība

Nākamā **Bowen tehnikas**

(plašāk zināma kā *Bowenwork* un *Bowtech*) apmācība

Latvijā notiks **Rīgā, Avotu ielā 60 – 1a**,

Balance center telpās

no 29. aprīļa līdz 2. maijam (4 dienas).

Kopā apmācības ilgst gadu,
kura laikā ir četras apmācību tikšanās reizes.

Apmācības vada Vācijā dzimis, audzis
un dzīvojošs latvietis, mikrobiologs,
dabas ārsts (naturopāts),

ilggadējs Bowen tehnikas terapeits
un *Bowen Akademie Europa* instruktors Andris Ielītis,
kurš praktizē Berlinē
un apmācībās vada Vācijā, Polijā un Latvijā.

Eksāmenu pieņems Eiropas Bowen akadēmijas
(*European Bowen Akademie Europa*) direktors
Manfrēds Zanzingers (Manfred Zanzinger).

Pēc apmācību beigšanas tiek izsniegts
Austrālijas Bowen akadēmijas
(*The Bowen Therapy Academy of Australia*) sertifikāts,
kas ir starptautiski atdzīts
Austrālijā, ASV un Eiropas Savienībā.

Pieteikties:

+371 28646108, info@ehocentrs.lv.

Vairāk informācijas zvanot vai

<https://www.facebook.com/BowtechLatvija>.

