

## **Geschichte:**

Die Bowen-Technik kommt aus Geelong in Victoria (Australien) und wurde von Tom Bowen entwickelt und nach ihm benannt. Nachdem er im Zweiten Weltkrieg Dienst geleistet hatte, arbeitete er in Geelong in der Chemieindustrie. Er war jedoch mehr daran interessiert, Menschen mit körperlichen Beschwerden zu helfen und war vor allem begabt und bekannt, Sportverletzungen erfolgreich zu behandeln.

Nach und nach baute er als manipulativer Therapeut eine auf Vollzeitbasis betriebene Praxis auf, in der er seine einzigartigen Techniken ausführte (die später als „Die Bowen-Technik“ bekannt wurden).

Seiner Arbeit lag seine Philosophie zugrunde, bestimmte Muskelgruppen neu einzurichten, wobei zwischen den bestimmten Bewegungen Pausen eingelegt werden müssen, um dem Körper dabei zu helfen, sich selbst zu heilen. Er erzielte erstaunliche Ergebnisse und behandelte circa 13'000 Patienten pro Jahr! Im Jahre 1974 wurde von der Regierung eine Umfrage bei praktizierenden Ärzten durchgeführt und festgestellt, dass er die grösste Anzahl Patienten im Lande behandelte. Seiner Arbeit war so wirkungsvoll, dass in circa 80% seiner Fälle jeweils nur eine oder zwei Behandlungen nötig waren. Bevor Tom Bowen verstarb, lehrte er Ossie und Elaine Rentsch seine Techniken. Die Rentschs haben seither die enorme Aufgabe übernommen, diese Technik in aller Welt zu lehren.

Seit 1987 bringen Ossie und Elaine die Technik Leuten aus den verschiedensten Bereichen, wie Ärzten, Chiropraktiken, Physiotherapeuten, Osteopathen, Krankenschwestern und selbst Zahnärzten bei, welche davon so begeistert sind, dass viele die Bowen-Technik in Ihre Arbeit eingebaut haben.

## **Wie funktioniert es?**

Der Körper hat die angeborene Fähigkeit, sich selbst zu heilen, wenn dies durch die Bedingungen begünstigt wird. Dieser Fähigkeit wird bei der Bowen-Technik Rechnung getragen, auch hilft sie dabei, zur Erleichterung des Prozesses die Energiestrukturen im Körper neu zu organisieren. Indem man an bestimmten Muskelgruppen arbeitet, wobei zwischen den Bewegungen Pausen eingelegt werden müssen, können die heilenden Energien auf die Problembereiche des Körpers konzentriert werden.

Mit der Bowen-Technik wird der gesamte Körper angesprochen und die strukturelle Integrität zwischen dem äusseren Rahmen und den inneren Organen wiederhergestellt. In vielen Fällen wird man feststellen, dass innerliche Probleme bestehen, die in direkter Beziehung zu den äusserlichen körperlichen Beschwerden stehen und umgekehrt.

## **Bei welchen Erkrankungen kann Bowen helfen?**

Nach Aussage von Tom Bowen gibt es keine Körperteile und keine Erkrankungen, die nicht mit „Bowen“ behandelt werden können. Möglicherweise ist dies nicht die einzige erforderliche Therapie zur vollständigen Ausschaltung eines Problems; lediglich aufgrund der Tatsache, dass die Fähigkeit des Körpers zur Selbstheilung angeregt wird, ist sie jedoch als Technik von grossem Wert. Von besonders grossem Nutzen ist sie bei der Erleichterung von Muskelschmerzen und bei der Korrektur von Haltungsfehlern. Durch eine verbesserte Körperstruktur wird eine wesentliche Besserung der Funktionen der inneren Organe erreicht. Die Technik eignet sich ausgezeichnet bei Sportverletzungen; der Heilungszeitraum verkürzt sich, und der Patient kann rasch wieder sportlich aktiv werden. Wo auch immer es zu einer Schwellung oder Stauung des Gewebes kommt, wird durch die Bowen-Technik das Lymphsystem aktiviert und somit die Drainage und Funktion desselben verbessert. Nebenhöhlenentzündungen Schnupfen und Gelenkschwellungen können mit der Technik angegangen werden.

Durch die Bowen-Technik normalisieren sich die Körperenergien. Wo es zu einer Über- oder Unteraktivität der Funktion bestimmter Organe kommt, führt die Technik zu einer harmonisierenden und ausgleichenden Wirkung.

Die Bowen-Technik ist bei Menschen aller Altersgruppen effektiv, vom Neugeborenen bis hin zum älteren Menschen. Sie führt bei jedermann zu einer verbesserten Lebensqualität.

## **Ist die Technik wirklich so wirksam?**

Krankengeschichten und Vergleichsstatistiken zeigen, dass die meisten Leute entweder sofort oder innerhalb einer Woche nach der ersten Behandlung auf die Technik ansprechen. Eine zweite Behandlung ist wichtig, um sicherzustellen, dass die Korrekturen auch halten. Die verbleibende Klientengruppe hat gewöhnlich vielschichtige Probleme, die sich mit wiederholten Behandlungen bessern werden. Ein Bereich, der bereits behandelt wurde, muss in der Regel nicht erneut behandelt werden, ausser dieser Körperteil wird erneut verletzt.