

TERAPIA BOWEN

Dr. Vitan Eugenia

PRINCIPIUL DE ACTIUNE

Principiul dupa care functioneaza este activarea capacitatii de readucere a organelor corpului si psihicului in echilibru si armonie in timp ce organismul se afla in stare de relaxare totala.

Aceasta tehnica foloseste transmiterea de mici impulsuri nervoase ce stimuleaza organismul sa se auto-vindece, adesea la nivele profunde.

Este o metoda de vindecare neinvaziva si foarte delicata.

Este o formula unica de re-echilibrare neuro-musculara. Lucreaza, in principal, prin sistemul nervos, asupra tesutului conjunctiv din sistemul osos si muscular.

In plan international este considerata, atat de medicina alopata cat si de cea alternativa, ca fiind cea mai puternica metoda de insanatosire.

MOD DE DESFASURARE A UNEI SEDINTE BOWEN

O sedinta de terapie Bowen consta intr-un numar de miscari delicate, practicate cu degetele, asupra muschilor si tesuturilor articulatiilor, miscari separate de pauze (timp de asteptare). Astfel se transmit mesaje in interiorul corpului, de reactivare a memoriei celulare, a unei stari de relaxare si echilibru.

CUI SE ADRESEAZA ACEST GEN DE TERAPIE MEDICALA COMPLEMENTARA

Terapia Bowen se poate aplica pacientilor de orice varsta, incepand de la bebelusi nou-nascuti.

Patologia este foarte variata. Mai jos sunt inserate cateva diagnostice in care aceasta terapie holistica a avut rezultate.

CATEVA CONSIDERATII STIINTIFICE

Corpul nostru este nevoit, in fiecare moment, sa se adapteze la microclimatul in care traieste prin comenzile transmise in principal de sistemul nervos vegetativ. Cand posibilitatea sa de a se adapta, intr-un ritm tot mai accelerat la factorii de mediu (alimentari, poluanti, emotionali, mecanici, variatii de temperatura si umiditate, etc), este depasita, apar "blocaje energetice" (imbolnaviri), corpul ramanand "blocat" pe frecventa activitatii sistemului nervos simpatic (in regim de „lupta sau dispari“).

Terapia Bowen, asa cum s-a constatat stiintific, are rolul de a echilibra componenta simpatica a sistemului nostru nervos vegetativ (sistemul vegetativ controleaza peste 80% din functiile corpului) activand sistemul nervos parasimpatic.

Vindecarea poate avea loc doar cand sistemul nervos vegetativ trece de la dominanta simpatica la cea parasimpatica (in regim „odihna, relaxare, reparare“).

Miscarile practicate in terapia Bowen asupra unei structuri anatomice (muschi, tendon, ligament) genereaza curenti piezoelectricsi la nivelul colagenului din structura respectiva, curenti care se raspandesc in acea zona ca o unda care dizloca incarcatura electrica datorata distorsionarii unor legaturi de hidrogen incrucisate din structura moleculara. Aceasta unda desparte intre ele fibrele de colagen permitand o mai mare libertate de miscare, de transmitere.

Pe de alta parte terapia Bowen prin anumite tipuri de miscari creeaza **unde soliton** in corp care au proprietati magnetice, " pot transporta cantitati imense de energie pe distante mari, fara sa sufere pierderi " si " doua unde soliton se pot ciocni, dar pot iesi din coliziune pastrand aceeasi forma si viteza " (Oschman, J., 2003).

Acesta este un alt motiv pentru care **timpii de asteptare sunt atat de importanti**. Acestia lasa timp undelor sa se disperseze inainte de efectuarea unor noi miscari. Cand un tsunami se afla in largul marii, este foarte greu de detectat deoarece el nu devine foarte mare pana nu atinge linia tarmului. Similar, o unda soliton, din organism, probabil nu poate fi vizibila cu ochiul liber, dar are capacitatea de a transmite la distanta, in corp, mesajul energetic.

Autorul este de parere ca undele soliton eliberate in organism creeaza o oscilatie care limpezeste rezonanta lasata in urma de toxine, boli, vatamari si emotii de diferite tipuri. Aceasta permite trupului sa isi restabileasca propria rezonanta naturala.

Circulatia undelor soliton prin organism este facila, intrucat cea mai mare componenta a acestuia o constituie apa; pana si oasele contin apa. De aceea este necesara **hidratarea corespunzatoare a corpului.**

In timpul unei sedinte de terapie Bowen, cand corpul este relaxat, are loc o schimbare permanenta a informatiilor receptate de diferitii proprioceptori din muschiul implicat in respectiva miscare, motiv pentru care proprioceptorii asteapta punerea in miscare a corpului pentru a se putea reseta ulterior. Cand pacientul incepe din nou sa se miste (dupa sedinta de terapie), proprioceptorii sesizeaza modificarile si se reseteaza pe un alt nivel.

Din aceasta cauza este atat de important pentru pacient **sa mearga pe jos dupa sedinta**: aceasta permite proprioceptorilor sa se reseteze la nivelele optime de tensiune.

CONCLUZIE

Desi sunt simple, miscarile Bowen au efecte complexe.

Pe langa faptul ca au efect asupra corpului fizic, miscarile Bowen au si un alt tip de efecte asupra persoanei ce se trateaza.

Pacientii declara deseori ca simt o stare de profunda relaxare, un sentiment de pace launtrica, creste puterea de concentrare, au o stare mentala mult mai armonioasa, fara stres si iau decizii mai inspirate. Se poate deduce ca terapia Bowen afecteaza trupul intr-un mod integral, aducand armonie in diferitele sisteme ale organismului.

Afectiuni ale pacientilor in care terapia Bowen si-a facut efectul cu rezultate remarcabile:

1. Stres, oboseala acuta si cronica, nervozitate
2. Lombo-sciatica, osteoporoza
3. Discopatie
4. Umar intepenit
5. Ulcer, esofagita de reflux
6. Insomnie
7. Amigdalita acut si cronica
8. Dureri de spate
9. Calculi renali si biliari
10. Migrene
11. Entorsa de maleola
12. Protruzii discale
13. Dureri de cap
14. Tulburari vegetative (tahicardie, emotivitate, transpiratii, roseata fetei)
15. Atac de panica, anxietate
16. Hernie de disc
17. Spondilita anchilopoetica
18. Cifo-scolioza
19. Scolioza
20. Glomerulo-nefrita cronica, Infectii de tract urinar
21. Spondiloza cervicala
22. Coxartroza bilaterala
23. Contuzie de bazin, de genunchi
24. Spondilita cervicala
25. Colon iritabil
26. Tetrapareză spastica
27. Sechele după Accident Vascular Cerebral
28. Chist ovarian
29. Rinita alergica

30. Afectiuni tiroidiene
31. Constipatie,diaree
32. Spondiloza cervico-toraco-lombara
33. Vertij (ameteala)
34. Criza hemoroidala
35. Astm bronsic alergic
36. Intindere de ligament
37. Raceli, gripa
38. Afectiuni ORL (faringite, sinuzite, otite)
39. Colita
40. Varice
41. Hipertensiune arteriala
42. Pancreatite, hepatite, colecistite,dischinezie biliara
43. Dureri de genunchi
44. Degete in ciocan, Monturi
45. Tensiuni musculare
46. Hipoacuzie bilaterala, surditate cauzata de medicatia citostatica
47. Gat intepenit (torticolis)
48. Artroze (gonartroza, coxartroza, artroza scapulo-humerala, etc.)
49. Epuizare fizica si psihica
50. Reumatism degenerativ
51. Circulatie periferica deficitara (picioare reci)
52. Dismenoree (dureri menstruale)
53. Depresie, Fobii, Atac de panica
54. Diabet zaharat tip II
55. Edem al gambelor
56. Tromboflebita
57. Imunitate scazuta
58. Hidartroza
59. Crampe musculare gambiere (carcei)
60. Bronsita cronica,Emfizem pulmonar
61. Vitiligo
62. Cicluri menstruale neregulate
63. Mandibula deplasata
64. Enurezis nocturn
65. Incontinenta urinara
66. Fibrom uterin
67. Poliartrita reumatoida
68. Gastrite
69. Boala Parkinson
70. Pierderi de memorie
71. Leziuni datorate activitatii sportive (cotul tenismanului, cotul jucatorului de golf, restrictie de mobilitate a umarului)