

Was ist Polarity?

Polarity nach Dr. Randolph Stone ist eine natürliche und ganzheitliche Methode basierend auf der Grundlage traditioneller Heilweisen aus verschiedenen Kulturen. Sie ist in der Anwendung eine körperbezogenen Energiearbeit und basiert auf der Annahme, dass ENERGIE die Grundlage von allem ist.

Körperbezogene Energiearbeit: Durch achtsame Berührung und Polarisierung der elektromagnetischen Felder machen wir Blockaden im Gewebe und der Körperstruktur bewusst und unterstützen ihre Auflösung.

Polarity Yoga Übungen: Wir vermitteln einfache, leicht zu erlernende Übungen, die Gewebe und Organe mit mehr Energie versorgen, seelisch ausgleichend wirken, Beweglichkeit und Atmung fördern, Stress abbauen helfen und den „inneren Raum“ bewusst machen.

Polarity Reinigungskur: Wir geben Ernährungstipps und empfehlen für eine gewisse Dauer eine einfache Ernährungsumstellung die reinigend wirkt. Diese unterstützt die Leber, die natürlichen Entschlackungsfunktionen des Körpers, die Beruhigung des Geistes und die Klärung der Gefühle.

Gespräch/Coaching und Achtsamkeit: Durch aktives Zuhören und Empathie begleiten wir respektvoll den Prozess des Klienten und ermöglichen Erfahrungen, die das tägliche Leben bejahen und bereichern.

Liebe: In der Polarity Methode erkennen wir eine Kraft an, die über den physischen Körper, unsere Gefühle und unsere Gedanken hinausgeht. Sie gelangt zur Wirkung, wenn wir Menschen auf vielen Ebenen berühren. Sie fördert die Entstehung von Gesundheit, da sie die natürliche Selbstregulation des Körpers unterstützt.

Die Liebe steht im Einklang mit dem höchsten Wohl des Klienten.

Dr. Randolph Stone (1890-1981), der Begründer der Polarity Methode, beschäftigte sich intensiv mit den traditionellen Heilweisen aus Indien, der chinesischen Medizin und der ägyptischen Hermetik. Als Arzt, Osteopath und Naturheilkundler gelang es ihm, medizinische, philosophische und spirituelle Aspekte der östlichen und westlichen Medizin zu vereinen.

Er entwickelte mit der „energetischen Anatomie“ einen Weg, der auf einem ganzheitlichen Menschenbild basiert, welches auf einmalige Weise Körper, Seele und Geist mit dem Wesenskern verbindet.

Polarity eignet sich für alle Altersgruppen und wird als präventive Gesundheitsmaßnahme sehr geschätzt.

Polarity unterstützt Sie darin

- mehr Beweglichkeit zu erlangen
- die Verdauung zu stabilisieren
- das Hormonsystem auszubalancieren
- seelische Ausgeglichenheit zu erlangen
- körperliche Entspannung zu erreichen
- sich in belastenden Situationen zu stabilisieren
- besser zu schlafen
- neue Orientierung und neue Ausrichtung zu finden
- energetisch aufzutanken

Hinweis: Die Polarity Methode ist keine medizinische Methode und ersetzt daher nicht die Untersuchung oder Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker. Sie wird von diesen, wie auch von freien Gesundheitspraktikern eingesetzt.