

"



Wenn du wirklich *zuhörst*,
dann geschieht dabei ein Wunder.
Das Wunder besteht darin,
dass du ganz bei *dem* bist,
was gesagt wird,
und gleichzeitig deinen eigenen
Reaktionen lauschst."
(Krishnamurti)

Workshop:

Ayurvedische Tiefengewebs- und Vitalpunktmassage / Marmamassage 2012

Zu den anspruchsvollsten Formen der ayurvedischen Massage gehört die Arbeit mit den Marmapunkten. Diese Vitalpunkte befinden sich an der Schnittstelle von Muskeln, Sehnen, Bändern, Knochen und Gefäßen. Darüber hinaus stellen die Marmas Verbindungspunkte des Körpers mit dem Bewusstsein dar. Die Marmapunkte sind durch subtile Energiemeridiane, die Nadis, miteinander verbunden. Wenn der Energiefluss in den Marmas blockiert ist, können die verschiedenen Körperfunktionen gestört sein. Neben den 107 wichtigsten Marmapunkten können bei jedem Menschen individuelle Marma- oder Energiepunkte gefunden werden. Diese Vitalpunkte regulieren unter anderem die Spannung der umgebenden Muskulatur und gleichen die Funktionen der Organe, Gewebe und Hormondrüsen aus. Daneben wirken Marmas intensiv auf unsere Gedanken und Gefühle ein.

Die Arbeit mit den Marmapunkten stellt daher gleichermaßen eine hoch effektive physiotherapeutische Massage, wie auch eine psychotherapeutische Körper- und Energiearbeit dar.

Inhalt:

- * Auffrischung: Ayurvedische Anatomie (Srotas, Nadis, Chakras, Dhatus)
- * Ursprung und Geschichte der Marmatherapie
- * Die 107 Marmapunkte: Lage, Bedeutung und Heilwirkung
- * Teilkörpermassagen unter Einbezug der Marmapunkte
- * Basis- und Kräuteröle (tailas) sowie Aromaöle und ihre Wirkung auf die Marmas
- * Ayurvedische Tiefengewebsmassage (Vishesh) und individuelle Vitalpunkte
- * Lösung von Verspannungen und Wirbelblockaden über die Arbeit mit den individuellen Vitalpunkten
- * Marma-Therapie als Körperarbeit: Die Ausgleich von Geist und Seele und das

Auflösen von Traumata durch die ayurvedische Marmatherapie

* Marmas und spirituelle/ energetische Therapien (Yoga, Mantra, Farben, Kristalle)

* Förderung von Intuition und Sensibilität des Therapeuten: Selbstreflektion, Positives Denken, Verändern von negativen Gedankenstrukturen

Dieser Workshop richtet sich an Ayurveda-Therapeutinnen, die den Themenkomplex "Marma- und Vitalpunkte" in ihrer Ausbildung nicht oder nur unzureichend behandelt haben; aber auch an Masseurinnen, Physiotherapeutinnen, Heilpraktikerinnen oder Frauen, die sich seit längerem mit Ayurveda befassen, können an dem Workshop teilnehmen.

Wir arbeiten mit den beiden Büchern "Die heilende Kraft der ayurvedischen Massage" sowie "Ayurvedische Massagen".

Kosten: 600,- Euro

Ratenzahlung ist nach individueller Absprache möglich!

Maximale Teilnehmerzahl: 6- 12

Termin 1: 27.02.-02.03. 2012

Termin 2: 24.09.-28.09. 2012