

Νέο-Κρανιοϊερη Θεραπεία

Δες τον εαυτό σου σαν Όλον, με αποδοχή και εμπιστοσύνη «Τα καλά παιδιά πονάνε και υποφέρουν...»

■ Από τους **Natascha Lotze** και **Άρι Χατζηνάσιο**
(www.neocranio.com, neocraniosacral@gmail.com)

Όλοι οι άνθρωποι προσπαθούν να βρουν μια εξήγηση για τα προβλήματα που εμφανίζονται στην ζωή τους και σχεδόν πάντα προσπαθούν να βρουν εξηγήσεις για την ατυχία ή τα δεινά τους κάπου έξω απ' αυτούς. Άλλες φορές πάλι υπάρχει μια καταστροφική εσωστρέφεια και αυτοκριτική, η οποία δεν αφήνει περιθώρια να εκφραστεί κάτι που είναι πραγματικά δικό μας επειδή μέχρι τώρα δεν το εμπιστευτήκαμε.

Έτσι προχωρούμε στην ζωή γεμάτοι πικρία, δυστυχία, χωρίς χαρά και γεμάτοι απογοήτευση, στοιχεία που είναι το καθένα τους αρκετά να δημιουργήσουν πόνους και θέματα υγείας και προσωπικής δυστυχίας, ποσώς δε αν συνυπάρχουν όλα μαζί. Φταίνε τα πάντα και οι πάντες γιατί δεν είμαστε ευτυχημένοι, γιατί δεν αισθανόμαστε ζωντανοί, γιατί δεν μπορούμε να πάρουμε τις σωστές αποφάσεις σε καυτά θέματα στις σχέσεις μας και στην επαγγελματική μας ζωή. Αποτέλεσμα είναι αργά ή γρήγορα να αισθανόμαστε άρρωστοι και χωρίς ενέργεια.

Τι και ποιος φταίει για το ότι δεν «ζούμε»;

Στην Νέο-Κρανιοϊερή Θεραπεία έρχονται πολλοί άνθρωποι για να βρουν μια λύση σε θέματα υγείας που τους ταλαιπωρούν και επειδή δεν βρίσκουν λύτρωση με οποιονδήποτε τρόπο και να έψαξαν. Υπάρχουν σίγουρα περίοδοι όπου ο πόνος ή η πάθηση υποχωρούν για λίγο αλλά πολλές φορές εμφανίζονται ξανά με μεγαλύτερη ένταση. Στην προσέγγισή μας της Νέο-Κρανιοϊερής Θεραπείας δεν βλέπουμε τον άνθρωπο ξεχωριστά από αυτό που υποφέρει αλλά σαν μια συνύπαρξη π.χ. του πόνου ή της ασθένειας με τον ίδιο τον άνθρωπο, ανεξάρτητα απ' αυτό που θα μας διηγηθεί αυτός είτε στο τηλέφωνο είτε όταν έρθει για συνεδρία.

Μπορεί λόγω χάριν να υπάρχει μια χρόνια ημικρανία την οποία να **αντιμετώπισε** με φάρμακα στην αρχή, με βελονισμό αργότερα, με ομοιοπαθητική ακόμη πιο αργότερα, να είχε προσωρινά μια ανακούφιση και μετά από λίγο καιρό να εμφανιζόταν ξανά ακόμη πιο πιεστική και έντονη.

Σε μια τέτοια περίπτωση δύο τινά συμβαίνουν! Η να αποδεχτεί το άτομο τον πόνο σαν κάτι που δεν μπορεί να αλλάξει ή να δει μήπως η ημικρανία είναι ένας τρόπος που το δικό του σώμα επέλεξε για να του δείξει ότι αυτό που ζει εδώ και χρόνια **δεν είναι «δικό του»**. Ζει δηλαδή την ζωή κάποιου άλλου και όχι την δική του Αλήθεια. **Και όταν στην Καθημερινότητα δεν είμαστε αυθεντικοί τότε είμαστε θύτες και όχι θύματα για οτιδήποτε μας προκύψει στην ζωή μας.** Το σώμα μας δείχνει πάντα και άμεσα τι από αυτό που κάνουμε ή ζούμε είναι αλήθεια μας και τι όχι! Όταν το

νιώθουμε σφιγμένο γεμάτο εντάσεις και πόνο, τότε είναι σίγουρο ότι αυτά δεν έχουν να κάνουν με λάθος στάση στην δουλειά ή την λάθος διατροφή κάνουμε ή ότι κοιμηθήκαμε στραβά την νύχτα ή φάγαμε λάθος φαγητό σε λάθος ώρα, ή... , αλλά πιο πολύ έχει να κάνει με τις στραβές πεποιθήσεις μας και το πώς πρέπει να είμαστε στους γύρω μας για να μας αγαπάνε. Εφόσον λοιπόν εγώ επιλέγω μια συγκεκριμένη στάση και παρουσία στις σχέσεις μου με το άλλο φύλλο, στη δουλειά μου, στην οικογένειά μου και στους φίλους μου, τότε είμαι άμεσα συνυφασμένος με το πώς αντιδρά το σώμα μου. Δεν φταίει το σώμα που μου δείχνει ότι βασικά πονάω εγώ ο ίδιος!



Αφού λοιπόν δοκίμασα πολλά για να μου φύγουν οι πόνοι και οι δυσλειτουργίες που μου βγάζει το σώμα μου και αυτό δεν υπακούει, ίσως έφτασε ο καιρός να δω τι συμβαίνει με εμένα τον ίδιο και τι θέλει να μου δείξει το σώμα μου.

Στο σημείο αυτό θέλουμε να δώσουμε μια ζωντανή ιστορία μιας συνεδρίας, στην οποία συνυπάρχουν τα στοιχεία εκείνα που ξεχωρίζουν την Νέο-Κρανιοϊερή Θεραπεία. Δηλαδή την **Αποδοχή στην Αλήθεια του άλλου** και την **Εμπιστοσύνη** ότι το κάθε σώμα «γνωρίζει».

Άκου το σώμα και αυτό θα σου δείξει...

Η Αλεξάνδρα επικοινωνήσε μαζί μας γιατί υπέφερε από χρόνιες ημικρανίες για τουλάχιστον 15 χρόνια και δεν έβρισκε λύτρωση παρ' όλες τις προσπάθειες που έκανε κατά καιρούς, με ειδική διατροφή, με το να μην ξενυχτά, να μην εκτίθεται στον ήλιο και το έντονο φως, να τρώει σε συγκεκριμένες ώρες τα γεύματά της, να μην πίνει καφέ, να μην θυμώνει να μην... ζει

Νέο-Κρανιοϊερή Θεραπεία
Σεμινάριο Αρχαρίων
στην Αθήνα

20-22 Ιαν.

Πληροφορίες:
Τηλ.: 2310 950159
Κιν.: 6945 703890
www.neocranio.com
www.neocraniosacraltherapy.com



ΚΡΕΒΑΤΙΑ
Μασάζ ξύλινα

Χειροποίητα
Τα πιο αξιόπιστα της αγοράς

Γερμανικής Κατασκευής
Πτυσσόμενα
Μεταβλητού Ύψους
Βάρους 12 kg
3 Χρόνια Εγγύηση

Από 300,-€

ΚΑΡΕΚΛΕΣ
On Site Από 290,-€

Διάφορα Μοντέλα
Πτυσσόμενες
Πλήρως Ρυθμιζόμενες

www.neocranio.com
Τηλ Παραγγελιών: 2310-950159 & κιν.: 6945 703890



Όλη η αλήθεια για τα
ΕΜΒΟΛΙΑ

Dr. Κωνσταντίνος Μουρούτης

Η 2η ανανεωμένη έκδοση του βιβλίου
"Όλη η αλήθεια για τα Εμβόλια"
κυκλοφορεί συμπληρωμένη
με νέες πληροφορίες



Etra
PUBLISHING
Τηλ.: 2109811753
www.etra.gr

με λίγα λόγια, δεν κατάφερε να «νικήσει», όπως μου είπε, την Ημικρανία της. Την ημέρα που ήρθε είχε από την προηγούμενη ήδη την ημικρανία της και ήταν εξουθενωμένη. Στην συνεδρία με το πρώτο άγγιγμα άρχισε να κλαίει με πολύ παράπονο και θυμό ταυτόχρονα γιατί ο πόνος της ημικρανίας της εμφανίστηκε πάρα πολύ έντονος, καλύπτοντας όλη την αριστερή πλευρά του κρανίου και το αριστερό μάτι.

Τα χέρια διαμηνύουν με το άγγιγμα Αποδοχής στο σώμα ότι «**Εσύ σώμα γνωρίζεις το δρόμο που οδηγεί στην παλιά ανώριμη υγιά σου κατάσταση και εγώ είμαι μαζί σου, όποιον δρόμο και αν ακολουθήσεις εσύ**». Είμαστε εκπαιδευμένοι από την πρώτη στιγμή της εκπαίδευσής μας ότι δεν χρειάζεται να παρέμβουμε εμείς για να γίνει υγιής ο άλλος. Απλά να είμαστε συνειδητά παρόντες ώστε να παίρνει το σώμα το μήνυμα «**Είμαι εδώ, σ' ακολουθώ όπου και αν με χρειάζεσαι και έχω χρόνο να μείνω μαζί σου, δεν βιάζομαι!**»

Το σώμα της μου δείχνει με την παύση του Κρανιοϊερού Ρυθμού ότι μπήκε στην διαδικασία να αφυπνίσει το δυναμικό της Θεραπείας μέσα του. Εδώ, μέσω του **Θεραπευτικού Διαλόγου**, αρχίζει να ξετυλίγεται η ιστορία της ημικρανίας μέσα της, που είναι ταυτόχρονα και η ιστορία της ίδιας της ζωής της Αλεξάνδρας. Δεν μπορεί να απαντήσει πώς νιώθει με αυτόν τον πόνο. Και όσο καθυστερεί με την απάντησή της τόσο ο πόνος γίνεται αφόρητος και καταπιεστικός για αυτήν.

Διαπιστώνει για πρώτη φορά στην ζωή της - μου λέει -ότι το «**Νιώθω**» δεν έχει χώρο στη ζωή της. Σημασία έχει το να λειτουργεί και να μην δημιουργεί προβλήματα στους γύρω της. Όσο μιλάει και αποκτά σιγά-σιγά επίγνωση, ο πόνος δεν μεγαλώνει άλλο, παραμένει όμως δυνατός. Μπαίνει στην διαδικασία αντί να τον βλέπει σαν έναν ανίκητο εχθρό απέναντί της, να τον δει από μια άλλη οπτική γωνία, δηλαδή σαν μια προσωπικότητα που έχει να της πει κάτι πολύ σημαντικό.

Αισθάνεται ότι «**τώρα να, μπορώ να ακούσω**». Λέει ότι ήταν εκεί από όταν ήταν μικρή από τότε που μικρή ένωσε πολύ φόβο επειδή υπήρχαν πολλές εντάσεις και καυγάδες στην οικογένεια και φωνές και ουρλιαχτά. Ήταν εκεί για να την προστατεύσει από τους ξέω και για να είναι ασφαλής.

Αυτή ήταν η δουλειά που η μικρή Αλεξάνδρα τού ανέθεσε και αυτό κάνει και σήμερα. Μόλις αισθάνεται ότι υπάρχει έστω και η υποψία μιας απειλής, τότε εμφανίζεται.

Από τον πόνο μαθαίνει η Αλεξάνδρα στην συνέχεια της συνεδρίας, ότι αυτός έχει όλη την διάθεση να ξεκουραστεί και να αποσυρθεί εάν η Ενήλικη Αλεξάνδρα τον πείσει ότι έχει βρει έναν άλλον τρόπο να προστατεύει τον εαυτό της, ώστε να μην χρειάζεται αυτός να νοιάζεται μη τυχόν και πονέσει και πληγωθεί αυτή.

Με την αποκάλυψη αυτή του πόνου, νιώθει η Αλεξάνδρα να έχει μια ταφόπλακα πάνω στο στήθος της και η οποία με την ύπαρξή της εμποδίζει να έρθει στην επιφάνεια ό,τι υπάρχει από κάτω της. Και αυτό που υπάρχει από κάτω είναι η Εμπιστοσύνη, η Χαρά, η Ομορφιά και η Ελευθερία.

Στην προτροπή αν θέλει να προσκαλέσει μια-μια αυτές τις ποιότητες/συναίσθημα, να έρθουν στο προσκήνιο και να δει πώς αντιδρά το σώμα της, νιώθει να κατοικούν στην λεκάνη της και να δημιουργούν μια ζώνη ασφάλειας γύρω της. Αυτό το μέρος του σώματος προσφέρει ζεστασιά και ασφάλεια και είναι μια μεγαλειώδης εμπειρία που όταν το νιώθει όπως τώρα της δίνει σιγουριά **ότι ζει**. Όλες αυτές μαζί κάνουν μια απίστευτη σύνθεση μέσα της που την εκφράζει ως εξής:

Με την Εμπιστοσύνη στο σώμα είναι ελεύθερη να επιλέξει και να αποφασίσει προς τα που θέλει να πάει και να νιώσει εντελώς σωματικά την Χαρά και την Ομορφιά που φέρνει αυτή η Ελευθερία.

Μπορεί λοιπόν η Ενήλικη Αλεξάνδρα να προστατεύσει την μικρή Αλεξάνδρα, όταν αυτή αισθάνεται απειλή; Νιώθει πως δεν μπορεί ακόμη, γιατί δεν τις κατέχει αυτές τις ποιότητες αρκετά καλά, με αποτέλεσμα ο πόνος στο κεφάλι να εμφανίζεται και πάλι δυνατός.

Βρίσκει μέσα στην απόγνωσή της σαν διέξοδο σωτηρίας την καρδιά της που είναι πρόθυμη να βοηθήσει αν της το ζητήσει η Ενήλικη Αλεξάνδρα.

Η καρδιά της είναι απλά εκεί και της προσφέρει την αγκαλιά της. Αφήνεται στο αγκάλιασμά της και αισθάνεται τη σιγουριά και την ενέργεια που χρειάζεται για να δοκιμάσει μαζί της και πρωτόγνωρα πράγματα. Να διεκδικήσει μέσα από την Εμπιστοσύνη που αναβλύζει από την καρδιά της την Ελευθερία της Χαράς και την Ομορφιά της ζωής της και ας μην αρέσει αυτό στους γύρω της, αρκεί που της αρέσει αυτής της ίδιας.

Η προτροπή της καρδιάς της είναι «**νιώθε με κοντά σου και δες πώς είσαι τώρα**». Νιώθει δυνατή, χωρίς φόβο, δεν νιώθει καμία απειλή και δεν υπάρχει κανένας πόνος πλέον στο κεφάλι της. Το σώμα είναι δυνατό, εύκαμπτο και γεμάτο ενέργεια. Νιώθει Ευγνωμοσύνη για το σώμα της που της έδειξε τον δρόμο που οδηγεί στην απελευθέρωση από τον πόνο και τον φόβο.

Η συνεδρία κλείνει με την υπόσχεσή της να βρίσκεται συχνά με την καρδιά της και να την νιώθει, να νιώθει την Εμπιστοσύνη μέσα της. Νιώθει την ημικρανία της για πρώτη φορά σαν έναν φίλο που προσπαθεί να την αφυπνίσει με την παρουσία του ότι ξέχασε την καρδιά της και έδωσε πολύ χώρο στον φόβο μέσα της.

Δεν χρειάστηκε να πολεμήσουμε την ημικρανία, τουναντίον η θεραπεία είναι κρυμμένη μέσα στην ημικρανία διότι εκεί είναι όλες οι πληροφορίες που χρειάζεται η Αλεξάνδρα για να θεραπευτεί μια για πάντα. Είναι στο χέρι της πλέον να είναι υγιής ή όχι.

Αισθητική και προσωπο - ρεφλεξολογία

■ Γράφει η Άρτεμις Καρνέζη, Καθηγήτρια Ρεφλεξολογίας, Βελονισμού και ΠΚΙ

Η ρεφλεξολογία εφαρμόζεται κυρίως στα πέλματα, ασκώντας ειδικές τεχνικές πίεσης και μάλαξης, με στόχο την αποσυμφόρηση και ενεργοποίηση συγκεκριμένων ανακλαστικών σημείων και νευρικών απολήξεων που πηγάζουν από όλο το σώμα και τα εσωτερικά όργανα. Όμως, η πληροφορία και η γνώση των πάντων απαντάται ακόμη και σε κάθε κύτταρο, σε κάθε μόριο. Έτσι, όχι μόνο τα πέλματα, οι παλάμες, το αυτί, **αλλά και το πρόσωπο**, είναι ένας καθρέφτης που ανακλά την ενεργειακή και φυσιολογική κατάσταση ολόκληρου του σώματος. Η "χαρτογράφηση" του προσώπου, προκύπτει από αρχαίες αναφορές και χάρτες, την πορεία των μεσημβρινών του βελονισμού και τις απολήξεις νευρών από το κεντρικό νευρικό σύστημα. Έτσι, μέσα από ειδικές τεχνικές μάλαξης στο ίδιο το πρόσωπο, ενεργοποιούνται με απαλό τρόπο διάφορα σημεία Μεσημβρινών και νευρικών απολήξεων, τα οποία στέλνουν ερεθίσματα σε ολόκληρο το σώμα και τα ζωτικά όργανα. Ο ερεθισμός αυτός, θα ακτινοβολήσει και στο ίδιο το πρόσωπο, αφού μέσα απ' αυτόν επιτυγχάνεται η απελευθέρωση της ροής της ζωτικής ενέργειας, του αίματος και της λέμφου.

Μέσα στη κλινική πράξη πολλών ετών, παρατήρησα πως η ρεφλεξολογία προσώπου, εκτός από τα οφέλη της σε ολόκληρο τον οργανισμό, έχει σημαντική δράση και στην αποκατάσταση των προβλημάτων του ίδιου του προσώπου. Εξειδίκευσα τις τεχνικές πίεσεων στο πρόσωπο, με μία περισσότερο "αισθητική" προσέγγιση, ενισχύοντας τις ίδιες τις δυνάμεις του σώματος, ώστε να ακτινοβολήσει την ομορφιά από μέσα προς τα έξω.

Το δέρμα αναπλάθεται σε βάθος, διεγείρονται κύτταρα που παράγουν ελαστίνη, κολλαγόνο και υαλουρονικό οξύ. Η "ανοικοδόμηση" του δέρματος λειαίνει τις ρυτίδες, συσφίγγει τους χαλαρωμένους μύες του λαιμού και του προσώπου, καθαρίζει το δέρμα από σημάδια και χρωματικές αλλοιώσεις. Το βλέμμα και όλο το πρόσωπο ακτινοβολούν ζωντάνια και ηρεμία. Ένα πρόσωπο που ακτινοβολεί, μέσω φιλικών παρεμβάσεων που δεν ελλοχεύουν παρενέργειες και τοξικότητα. Η **Αισθητική Ρεφλεξολογία**, ως νέος όρος πλέον και εξέλιξη της προσωπο-ρεφλεξολογίας, απευθύνεται πραγματικά σε όλους. Αποκαθιστά αλλά και προλαμβάνει εσωτερικές δυσλειτουργίες που καθρεφτίζονται στο πρόσωπο. Διατηρεί το πρόσωπο πιο νεανικό!



2ήμερα ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΟ-ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑΣ

Ένα ταξίδι γνώσης και πρακτικής που απευθύνεται σε όλους, για την αναζωογόνηση του προσώπου και τη βελτίωση όλων των συστημάτων και οργάνων του σώματος, μέσα από αρχαίες και σύγχρονες τεχνικές μάλαξης.

Διδάσκει: Άρτεμις Καρνέζη

28/29-1-2012 από 14.00 – 19.00 μμ

18/19-2-2012 από 14.00 – 19.00 μμ

Στους συμμετέχοντες θα δοθεί πιστοποιητικό παρακολούθησης.

Ώρες επικοινωνίας: 10.00 πμ – 16.00 μμ, Δευτέρα – Παρασκευή

Πληροφορίες: 211 7055732, 6975 120605