



Bodywork & Somatic Experiencing®

UNBEWUSSTES DURCH BEWEGUNG, BERÜHRUNG UND BILDER FREISETZEN

Die Munyer Methode®: Aufbauend auf 40 Jahren therapeutischer Körperarbeit hat Arthur Munyer, SEP, eine Methode für die effektive Freisetzung von gespeicherten Traumata entwickelt. Arthur hat das Somatic Experiencing® von Peter Levine mit Elementen des Focusing Prozesses von Dr. Eugene Gendling, Tigger Point Release und Esalen® Bodyword verbunden. Mit Hilfe von unbewussten Bewegungen des Körpers, geistigen Bildern oder von Gefühlszuständen wird der Teilnehmer in die innere Körperwahrnehmung geführt und zu den Stellen an denen sich Spuren des Traumas befinden. Indem zwischen diesen inneren Traumastätten und der äußeren Wirklichkeit hin und her gependelt wird, kann das Trauma zum Vorschein kommen und freigesetzt werden.

- **Körperarbeiter (Massagetherapeuten, Chiropraktiker und Yoga Lehrer)** wissen, dass Symptome die sie am Körper erkennen (verspannte Muskeln, Gelenkschmerzen, verkürzte Bänder) nicht immer natürlichen Zuständen entsprechen, oder mit einem Unfall in Verbindung stehen. Therapeuten und Berater entdecken immer mehr, dass der Körper den Schlüssel für die Heilung einer Vielzahl von emotionalen und psychologischen Belastungen darstellen könnte.
- **Traumatische oder stressvolle Ereignisse bzw. Zustände** hinterlassen Spuren im neurologischen Netzwerk von Körper und Gehirn. Leider ist die Verbindung zwischen Ursache und Wirkung, Geschichte und Symptom ins Unterbewusstsein abgewandert. Der Körper „erinnert“ sich an das Trauma, wohingegen unser bewusster Verstand es vergessen hat. Erst wenn die neuronalen Spuren berührt und das „erstarrte“ Trauma freigesetzt wird, wird sich ein anhaltendes Ergebnis und dauerhafte Veränderung einstellen.
- **Treffe Arthur Munyer bei einem zwei Tage Workshop und lerne:**
 - Wie mit minimal invasiven oder aufwendigen Interventionen heilsame Energieverschiebungen stattfinden können.
 - Wie Re-Framing und Re-Focusing Prozesse angewandt werden können, die zu einer sofortigen Entlastung führen.
 - Wie Klienten durch Selbstregulierung in ihre eigene Kraft finden, um einen Rückfall oder eine erneute Aktivierung vergangener Traumata zu vermeiden.
 - Wie diese Methoden, die wir erlernen, in unseren persönlichen Alltag und unsere professionelle Arbeit eingebaut werden können.



Arthur Munyer



Maya



- Wie körperliche und emotionale Störungen durch bewusste Körperwahrnehmung gelöst werden können.
- **Der Workshop besteht** aus Vorführungen von körperorientierten Fokussierungsprozessen, die den Teilnehmern ermöglichen an eignen Leib die Erfahrung von Entladung und Erleichterung durch Geist, Körper und Energien zu machen. Wir werden mit den drei Bereichen (physisch, mental, emotional) arbeiten und dabei die Erfahrung machen, wie sich verdichtete Zustände im Geist/Körper, die zu physischen und emotionalen Dysfunktionen und Schmerz führen, sich lockern.
- **Das Ergebnis dieser Arbeit ist ein Gefühl** großer Erleichterung. Symptome, die schnell auf somatische Entladungsarbeit ansprechen sind: Angst- und Panikattacken, Phobien, Depression, Schlafstörungen, schnelle emotionale Verletzbarkeit, extremes sich Sorgen machen, abrupte Stimmungsschwankungen, unkontrollierbare Wut, Probleme mit anderen in Beziehung zu treten, leichtes Erschrecken, Vermeidungsverhalten, Erstarrung und Taubheitsgefühle, ungewöhnlich starke Vergesslichkeit, Schwindelgefühl, Angst zu sterben, Überempfindlichkeit gegenüber Geräuschen und Licht, störende Gedanken, Flashbacks, Alpträume, Kopfschmerzen und andere Arten chronischer Schmerzen, Verdauungsprobleme, Asthmaanfälle, Nacken- und Rückenschmerzen, steife Gelenke, chronische Müdigkeit und Probleme bei der Ausübung von Sport.