

# Ortho-Bionomy

Den Gesetzmässigkeiten des Lebens folgend

Die Ortho-Bionomy® ist eine Form der manuellen Therapie, welche die Selbstheilungskräfte des Körpers behutsam stimuliert, auf dass er selber in sein Gleichgewicht zurückfinden kann.

In wacher Achtsamkeit dem Körper des Patienten gegenüber arbeitet der/die Ortho-Bionomy®-Therapeut/in über gezielte Berührung auf die Aktivierung der Selbstregulierungsreflexe des Körpers hin, gewissermassen eine Art der „Homöopathie für den Körper“...

Der Begriff Ortho-Bionomy kommt aus dem Griechischen und bedeutet:

- **ortho** : richtig, korrekt
- **bio** : Leben, Natur
- **nomy** : Gesetz, Prinzip

## Ursprünge

Die Ortho-Bionomy® **ist eine von der Osteopathie hergeleitete Technik, welche in den 70er Jahren von** Arthur Lincoln Pauls, D.O. (1929\* in Kanada) entwickelt wurde.

Während seines Studiums der Osteopathie begegnet Arthur Lincoln Pauls den Arbeiten von Dr. Lawrence Jones (diplomiert in Osteopathie), Vater einer Methode zur Reflex-Lösung von Muskelverspannungen, welche vom Körper eigens zur Schmerzvermeidung eingenommenen Positionen nützt. Diese Vorgehensweise begeistert Arthur L. Pauls, weil sie jegliche erzwungene Manipulation an Gelenken ausschliesst. Sein Erfahrungsweg führt ihn dann dazu, diese Grundlagen zu vertiefen und seine eigene Methode zu entwickeln, die er anfänglich "Phased Reflex Techniques", später Ortho-Bionomy® nennt.



# Wirkung

Anwendungsspektrum Die Ortho-Bionomy® wirkt in der Tiefe auf die Skelett- und die Muskelstruktur wie auch auf die inneren Organe und kranial: Sie schafft eine tiefe Entspannung, lindert Schmerzen, verbessert die Beweglichkeit und bearbeitet auch die Körperhaltung. Sie befreit mit Behutsamkeit von traumatischen Fixierungen, lädt zu einem verbesserten Selbstverständnis ein und öffnet neue Möglichkeiten, damit der Mensch sich immer mehr seinem inneren Gleichgewicht, seiner Balance, annähern kann, um so an Energie, Vitalität und Seelenfrieden reicher zu werdene.

Für mehr Infos:

Quelle:<https://asob.ch/de/ortho-bionomy/was-ist-Ortho-Bionomy>

