

Warum ich etwas davon verstehe...

Seit über zwanzig Jahren...

- arbeite ich als Physiotherapeut und Heilpraktiker.
- bin ich Student und Lehrer asiatischer Kampf- und Bewegungskünste.

Ausserdem unterrichte ich als Dozent für Körper-Psycho-Therapie und Chinesische Medizin an unterschiedlichen Institutionen, wie:

- Medizinische Universität Witten
- Physiotherapie- und Heilpraktikerschulen (Duisburg und Oberhausen)
- Fortbildungszentren (Essen, Köln, Lindau am Bodensee)



Bei einem ersten „**Orientierungstermin**“ erfährst Du mehr darüber, ob und wie Dir das Training bei *Deinen Anliegen* helfen kann. Du bekommst eine detaillierte Übersicht über das mögliche Vorgehen und wir entscheiden im Anschluß zusammen, ob wir uns ein gemeinsames Training vorstellen können.

HIER:

Guod Gaohn - Praxis für Körper-Psycho Therapie
Martin Beilich
Münsterstr.13 - 59348 Lüdinghausen
Tel.: 02591 - 9881598
Email: mb@martin-beilich.de
Website: www.martin-beilich.de



guod gaohn
(münsterl. Platt: leb wohl)

POSITIVE PSYCHOLOGIE
FÜR KÖRPER UND GEIST

Was ist das...?
und vor allem...

Ist das etwas
für mich?



Hallo, ich bin **Martin**.

Ich werde Dir in diesem Flyer erklären, worum es in meiner Praxis für Körper-Psycho Therapie geht. Ich helfe Dir, herauszufinden, ob Du dort neue Wege zu Zufriedenheit und Heilung finden kannst.

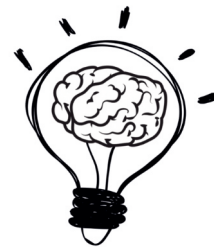
Beginnen wir mit einer kurzen Checkliste.

- Du wirst seit langem von Schmerzen, Verspannungen, Stress oder Sorgen geplagt.
- Du vermutest, dass Deine Probleme nicht nur rein mechanischer oder psychischer Natur sind.
- Trotz vieler Therapien bessern sich Deine Beschwerden nur manchmal und kehren dann zurück.
- Du sehnst Dich danach, Dich wieder leichter, unbeschwerter und müheloser bewegen zu können.
- Du bist neugierig und bereit, alte Vorstellungen von Selbst und Heilung zu hinterfragen.

Wenn Du drei oder mehr Punkte ankreuzen kannst, komm doch mal zu einem „Orientierungstermin“.

Menschen kommen meist aus drei Gründen zu mir:

1. Chronische Schmerzen/Verspannungen auf körperlicher und/oder seelischer Ebene.
2. Wunsch nach Klarheit: woher kommen meine Probleme und was kann ich selbst dagegen tun?
3. Bedürfnis, sich wieder unbeschwerter durchs Leben zu bewegen und mit Streß besser umgehen zu können.



Körper-Psycho THERAPIE vs. TRAINING

Der Titel sagt es schon. Es geht um uns Menschen als Einheit von Körper und Geist. Im Kontakt mit der Umwelt und geprägt durch unsere Erbanlagen, konstruieren wir unsere Welt im täglichen Erleben.

Unser Organismus strebt danach, sich selbst zu entfalten und zu erhalten. So erschaffen wir manche Gewohnheiten und Strategien, die zu **übertriebenen Schutzreaktionen** (z.B. chronische Schmerzen, Anspannung, Ängste, ...) führen können.

Diese werden in einem **Lernprozess** in unserem Organismus als Reaktionsmuster verankert. Folglich muss **nichts repariert** (also therapiert), **sondern** umgelernt (also **trainiert**) werden.



heisst:

In Einzelsitzungen und wöchentlichen Kursen leite ich Dich an, wie Du mit Körper und Geist trainieren kannst,

- Anspannungen und Festhalten loszulassen.
- die Kontrolle über Dein Erleben von Streß Schmerzen und Unwohlsein zurückzuerlangen.
- ein klares, positives Ziel zu formulieren und darauf hinzuarbeiten.
- aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse sowie gesunden Menschenverstand für Dein Wohl-Leben zu nutzen.
- Deinen Körper neu zu spüren und Dich so müheloser und unbeschwerter zu bewegen.

Bist Du bereit, einen neuen Weg einzuschlagen, mit Köpfchen und Körper? Veraltetes hinter Dir zu lassen und Dich aufzumachen zum **Guod Gaohn ?!**

Das ist neu.

Das ist ungewohnt.

Das ist nicht die Standardlösung der Medizin.

Worauf wartest Du noch ...?