



„Ich dachte, ich kann alles mit meinen Händen machen. Plötzlich stand so eine Kiste da!“

Jürgen Lütke-Wenning über Osflow

Die Osflow-Methode und die fasziale Aufspannung

Es ist tatsächlich eine ovale Kiste und wenn man sich darauf stellt und sie in Betrieb nimmt, dann beginnt der ganze Körper zu vibrieren.

„Mit dem Osflow kann man die Menschen in die Mitte bringen. Wenn er einmal dieses Gefühl erlebt hat, dann weiß er, wo er danach suchen muss“, erklärt der Erfinder und Physiotherapeut, Jürgen Lütke-Wenning.

Das Besondere am Osflow ist der Spiralwirbel, den er erzeugt und ohne den das Gerät überhaupt nichts bewirken würde.

Da dieser Spiralwirbel jedoch gegeben ist, kommt so manches im Körper in Bewegung, in Schwingung.

Der Osflow ist eine Schwingungsplattform, entwickelt aus den natürlichen Bewegungsprinzipien des Taiji und Quigong. Er erzeugt durch seine spezielle Schwingung einen Spiralwirbeleffekt im Frequenzbereich von 8 - 12 Herz. Das entspricht jener Frequenz, in der sich die Muskulatur und das Bindegewebe (Faszien) in der Wohlspannung, bzw. im Spannungsgleichgewicht befinden.

Das fasziale Stützsystem

Faszie bezeichnen die Weichteil-Komponenten des Bindegewebes, die den ganzen Körper als ein umhüllendes und verbindendes Spannungsnetzwerk durchdringen.

„Faszien umschließen Muskeln und umgeben auch Gelenke“, sagt Lütke-Wenning und er fordert auf, sich faszial aufzuspannen. Als Bild dazu liefert er ein Gummiband, welches vom Steißbein bis zum Gehirn geht. Wenn dieses Gummiband nach oben gezogen wird, dann lösen sich Verklebungen der Faszien, die Organe können freier ar-

beiten, etc. Schmerzen kommen jedoch davon, wenn das Gummiband ausleiert und alles nach unten hängt. „Dann müssen die Muskeln die tragende Arbeit leisten, wenn das Fasziengewebe nicht angespannt ist“, so der Physiotherapeut.

Die Faszien direkt ansteuern und sich mit Hilfe dieses Gewebes zu bewegen, bringt Leichtigkeit ins Leben und mit dem Osflow ist das leichter erlernbar.

Mit seinen Erfahrungen, welche er in erster Linie als Taiji und Quigong-Lehrender gesammelt und als Osflow-Therapeut umsetzt, weiß er, dass das Fasziengewebe eine wesentlich größere Bedeutung am Erhalt der Gesundheit hat, als dem allgemein beigemessen wird.

Mittlerweile gibt es Studien dafür, dass Osteoporose mit dem Osflow wieder verschwindet, dass sich die Knochen wieder härten. Der Fersensporn bildet sich wieder zurück, der Stoffwechsel innerer Organe wird deutlich verbessert, Stimmungsschwankungen verändern sich sofort, Gleichgewichtsstörungen, Schwindel und Spannungs-Tinnitus werden ebenfalls positiv beeinflusst. „Wenn wir nicht faszial aufgespannt sind, dann ist es so, als würden wir überall im Körper die Handbremse angezogen haben und gleichzeitig Gas geben. Das fordert mit der Zeit seinen Preis“, sagt Lütke-Wenning.

Auf der Internetseite www.osflow-methode.de finden Sie mehr Infos über das Gerät und die Methode. Auch Therapeuten sind angeführt, die mit dem Osflow arbeiten.

*Sie lesen und bilden sich Ihre eigene Meinung!
Gratulation dazu!*