

## Über mich

Als Kind war ich ein fröhlicher, verträumter und neugieriger Junge, mit vielen Ideen. Mit dem Umsetzen war es jedoch so eine Sache, kaum wollte ich etwas realisieren, hatte ich bereits wieder etwas Neues im Kopf. Wie bei vielen anderen, verlief auch meine Jugend nicht ganz sorgenfrei und so flüchtete ich einfach in meine Traumwelt. Mit der Zeit spürte ich jedoch, dass dies auf Dauer nicht die Lösung sein konnte. So begann ich, nach dem Sinn des Lebens zu suchen und interessierte mich für das Christentum, Yoga und fernöstliche Weisheitslehren. Schon bald erkannte ich, dass eigentlich alle im Grunde das ‚gleiche Ziel‘ anstreben, jedoch dies auf unterschiedlichste Art und Weise tun.

1985 bildete ich mich zum Masseur und Sportpfleger aus. Viele Jahre war ich nebenberuflich Betreuer und Masseur von verschiedenen Fussballvereinen. 1988 machte ich dies zu meinem Beruf und eröffnete meine Massage Praxis in Zürich Affoltern.

In dieser Zeit der Neuausrichtung stellte ich mir viele Fragen: warum, wieso, wozu usw. Diese Fragen führten mich erneut zur buddhistischen Lehre und Philosophie. So kam es, dass ich den Buddhismus über 10 Jahre intensiv studierte, täglich meditierte und diesen Weg mit viel Hingabe praktizierte. Während dieser Zeit fand ich Antworten auf viele Fragen, welche mich seit meiner Kindheit beschäftigten. So begann ich, meinen Weg bewusster zu beschreiten und immer mehr Eigenverantwortung für mich und mein Leben zu übernehmen.

Alles, was mit Gesundheit und Heilung in Zusammenhang steht, hat mich schon von klein an interessiert. So habe ich mich nun bereits mehr als 25 Jahren mit diesem Thema befasst. Es ist wirklich ein unendlich weites Gebiet und ich bin immer wieder fasziniert über das Wunder Mensch.



Peter Mattmüller

Tüfwisstrasse 5

8185 Winkel

Schweiz

+41 (0)79 715 19 57

[www.praxis-prashanti.ch](http://www.praxis-prashanti.ch)

[info@praxis-prashanti.ch](mailto:info@praxis-prashanti.ch)

## Ganz- & Teilkörpermassage

Diese Massagen wirken sehr beruhigend und entspannend auf Körper und Geist. So wird ein Zustand erreicht, indem die allgemeinen Körperfunktionen positiv beeinflusst werden. Diese Massagen fördern die Durchblutung, regen den Lymphfluss an und helfen so dem Körper besser und schneller zu entschlacken. Verspannungen können gelöst und Schmerzen gelindert werden. Die Muskulatur, die Haut und das Bindegewebe werden gestärkt und üben dadurch ihre Funktionen besser aus. Bei regelmässigen Anwendungen wird die Verdauung verbessert sowie das Nerven- und Immunsystem gestärkt.

Regelmässig angewandte Massagen können bei folgenden Beschwerden Linderung bringen:

- bei allen Formen von Stress, Druck und hohen körperlichen und geistigen Belastungen
- durch Verspannungen verursachte Kopfschmerzen
- bei Rücken- und Nackenschmerzen
- bei Muskelverhärtungen
- bei Verdauungsproblemen
- uvm.

## Fussreflexzonenmassage

Die Fussreflexzonenmassage ist eine natürliche Heilmethode, die aus altem Volkswissen zu einer heute exakt ausgearbeiteten Spezialmassage entwickelt wurde und seit langer Zeit erfolgreich angewendet wird. Durch die lokale, intensive Durchblutung und den gesetzten Reizen an den Reflexzonen, kann eine Regulierung gestörter Organ- und Gewebefunktionen bewirkt werden.

Die Fussreflexzonenmassage kann bei folgenden Beschwerden Linderung bringen:

- Schmerzzustände des Bewegungsapparates, Ischiasschmerzen, Muskelkrämpfe
- Kopfschmerzen / Migräne
- Verdauungsbeschwerden
- Harnwegbeschwerden, Prostatabeschwerden
- Stresszustände, Schlafstörungen, Aggressionen, Depressionen, Ängste
- Entschlackung/ Entgiftung
- Harmonisierung der Organtätigkeit
- Rückenschmerzen
- Wechseljahrsbeschwerden
- Chronische Erkrankungen

## Wirbelsäulenthherapie nach Dorn

In einem kleinen Dorf im Allgäu begründete Dieter Dorn eine sanfte Wirbel- und Gelenktherapie die «Dorn-Methode». Sie ist so wirksam, dass sie sich inzwischen weltweit verbreitet hat. Bereits in allen Erdteilen wird nach dieser sanften Wirbel- und Gelenktherapie behandelt und das äusserst erfolgreich. Kein Wunder, denn die Dorn-Methode hat die beste Grundlage die es gibt: Sie ist von der Natur abgeschaut. Die «Dorn-Methode» ist viel mehr als eine einfache Anleitung der Wirbelsäulenkorrektur, sie gibt darüber hinaus tiefe Einblicke in die Ganzheit des Menschen.

Diese sehr wirksame Methode vermag gegen 80% aller Rücken- und Gelenkprobleme zu lindern oder zu heilen. Auch Kopfschmerzen, Migräne und viele organisch bedingte Leiden verschwinden oft schon nach einer einzigen Behandlung. Dabei ist die Dorn-Methode sehr einfach zu erlernen. Und das ohne Hilfsgeräte – nur mit den Händen!

## Craniosacrale Körperarbeit

Durch ein Ungleichgewicht oder eine Störung im craniosacralen System, können Blockaden und somit eine Reihe sensorischer, motorischer, neurologischer oder emotionaler Störungen entstehen.

Die Absicht der craniosacralen Körperarbeit ist, das Gleichgewicht dieses Systems durch sanfte Berührungen und Grifftechniken wiederherzustellen und damit die körpereigenen Heilkräfte zu aktivieren und so zu stärken, dass positive Veränderungen stattfinden können. Blockaden werden aufgelöst und Spannungen im Kopfbereich sowie im gesamten Körper können dadurch losgelassen werden. Durch die Rückverbindung mit dem eigenen innersten Kern, entsteht ein Zustand tiefster Entspannung, in welchem das Nervensystem und der ganze Organismus zur Ruhe kommen und sich regenerieren können.

Craniosacrale Körperarbeit ist unterstützend bei:

- Stressbedingten Störungen
- Kopf- und Nackenbeschwerden, Migräne, Nervosität
- Rückenschmerzen
- Burnout-Syndrom, Schlafstörungen
- Stärkung des Immunsystems
- Lebenskrisen, Veränderungsprozesse
- Stärkung der Selbstheilungskräfte und des zentralen Nervensystems
- Regeneration und Entspannung

## Pranic Healing

Durch diese berührungslose Energie-Heilmethode, wird mit Hilfe der speziellen Pranic Healing Technik, der Selbstheilungsprozess beschleunigt. Viele ernsthafte Krankheiten und Leiden können gelindert oder sogar geheilt werden. Prana (Lebenskraft oder Lebensenergie) wird eingesetzt, um den Energiefluss in den Chakren und somit auch im Körper zu harmonisieren. Die Aura wird gereinigt, verbrauchte Energien werden entfernt und die Chakren mit Prana energetisiert und stabilisiert. Da eine direkte Wechselwirkung vom feinstofflichen zum physischen Körper besteht, werden so die Selbstheilungskräfte im Menschen aktiviert.

Master Choa Kok Sui (+19. März 2007) war chinesischer Abstammung, lebte jedoch auf den Philippinen. Er schloss sein Studium mit einem Hochschulabschluss in Chemie-Ingenieurwesen ab. Er hat in Zusammenarbeit mit renommierten Ärzten, Heilern und Hellsichtigen, in über 40-jähriger Forschungs- und Entwicklungsarbeit, die «Mystik» des energetischen Heilens erforscht und erprobt. Es ist ihm gelungen diese Mystik zu «entmystifizieren» und klar zu strukturieren. Daraus entstanden ist Pranic Healing und Arhatic Yoga, welches weltweit für alle Menschen in identischer Form zugänglich und erlernbar ist.

## Reiki

Reiki ist eine weitere Energie-Heilmethode, welche vitalisierend, entspannend, wohltuend und entgiftend auf den Körper wirkt. Bei dieser Methode wird die universelle Lebensenergie durch auflegen der Hände auf den Klienten übertragen. Reiki findet seinen Weg und entfaltet seine Wirkung auf natürliche Art und Weise, durch die Harmonisierung werden optimale Voraussetzungen geschaffen, damit die Selbstheilungskräfte im Menschen aktiviert und gestärkt werden.

Mikao Usui (1865-1926) ist der Begründer dieser japanischen Heilmethode. Die Geschichte erzählt, dass er sich für 21 Tage von dem äusserlichen weltlichen Leben auf dem Berg Kumara zurückzog um «shyu gyo» (Fasten und Meditation) zu praktizieren. Am Morgen des 21. Tag seines Rückzugs kam unerwarteterweise das Licht des Reiki zu ihm herab. So wurde Reiki geboren. Usui erkannte in Reiki die Heilmethode und erprobte diese zunächst im engsten Familienkreis mit erstaunlichem Erfolg, so dass er sich entschloss, diese Heilmethode allen Menschen zugänglich zu machen.

## Quantenheilung

Quantenheilung ist eine Heiltechnik, die seit einiger Zeit verstärkt in den Blickpunkt rückt. Bei dieser Methode handelt es sich um die praktische Anwendung von Erkenntnissen der modernen Quantenphysik in der Heilpraxis oder auch zur Selbstheilung.

Der Begriff «Quantenheilung» ist an sich nicht neu. Der ayurvedische Arzt, Deepak Chopra, hat in seinem Buch «Quantum Healing» diesen Begriff bereits in den 80er Jahren erstmals benutzt. Chopra war auch einer der ersten, der die spannenden Parallelen zwischen Spiritualität, Medizin und Quantenphysik einem breiteren Publikum bekannt gemacht hat. In jüngerer Zeit kamen weitere Ansätze wie „Quantum Entrainment“ des US-Autors Dr. Frank Kinslow, «Quanten Heilung leicht gemacht» von Fei Long sowie der Ansatz «Matrix Transformation» von Richard Bartlett hinzu.

Derzeit rückt der Quanten-Ansatz zwar insbesondere bei Gesundheitsberatern, Seminaranbietern, Alternativmedizinerinnen und Heilpraktikern verstärkt in den Blickpunkt. Quantenheilung entspricht im Moment jedoch nicht der offiziellen schulmedizinischen Lehre, da diese zumindest im Westen relativ neue Methode naturwissenschaftlich noch kaum erforscht ist.

Das macht aber eigentlich nichts. Denn: Wer heilt, hat Recht.

Die Quantenheilung ein natürlicher Teil der Bewusstseins- und Schöpferkraft, die jedem Menschen innewohnt. Dieses Potenzial ist völlig unabhängig von Ausbildung, aktueller Lebenssituation, Gesundheitszustand oder Glauben.

Die Prinzipien der Quantenheilung sind Teil universeller Gesetze, die jetzt zwar von immer mehr Menschen entdeckt werden, die jedoch schon immer die Entfaltung des Lebens reguliert haben. Genau genommen wurden die geistige Grundlage des Phänomens Quantenheilung schon in den Jahrtausende alten vedischen Schriften Indiens dargestellt.

Künftig werden wohl auch immer mehr Menschen erkennen, dass der mächtigste Heiler der bewussteinseigene «Innere Heiler» ist.

Praxis

Praxis

Prashanti

Prashanti

Tüfwisstrasse 5, 8185 Winkel

+41 (0)79 715 19 57

[www.praxis-prashanti.ch](http://www.praxis-prashanti.ch)

[info@praxis-prashanti.ch](mailto:info@praxis-prashanti.ch)