

Herbst / Winter 2009

# B-young!

Gesundheit Medizin Schönheit

## **Der Weg zur eigenen Mitte**

Annäherung an die Faszination Yoga

## **Natürliche Fatburner**

Mit Pilzen, Früchten & Tees zum Wunschgewicht

## **Alles geregelt**

So läuft der Zyklus endlich rund

## **Bestens gewappnet**

Was ein stabiles Immunsystem mit unserem Darm zu tun hat

# VegetoDynamik® – berühren ist mehr als anfassen

Die von Margot Esser, Präventologin und Gründerin des Unternehmens PHARMOS NATUR®, entwickelte Methode VegetoDynamik® erschließt eine neue, ganzheitliche Dimension im Bereich Behandlung und Massage. Mit dem Achtsamkeitsprinzip über den Körper zum Glück.

**B-young! wollte wissen, was dahinter steckt.**

**B-young!: Was verbirgt sich hinter diesem neuen, ganzheitlichen Behandlungsansatz?**

**Margot Esser:** Die Idee, dass in der Qualität der Berührung, die den Menschen behutsam in seinem ganzen Sein wahrnimmt, ohne ihn zu bewerten, der Schlüssel zu größtem Wohlbefinden, einem attraktiven Gesamterscheinungsbild und ungeahnten Glücksmomenten liegt. Wir haben alle eine Glücksquelle in uns, aus der wir zu jeder Zeit Kraft, Selbstvertrauen und Kreativität schöpfen können. Aufgrund von Hektik und Stress fühlen wir uns ausgebrannt und finden im Alltag oft den Zugang nicht mehr. Verhaltensmuster und Körperstrukturen werden dadurch geprägt. Unsere Lebensenergie gerät ins Stocken. Durch achtsame Berührungen

und liebevolle Massagen wird in der VegetoDynamik diese Glücksquelle wieder zum Sprudeln gebracht...

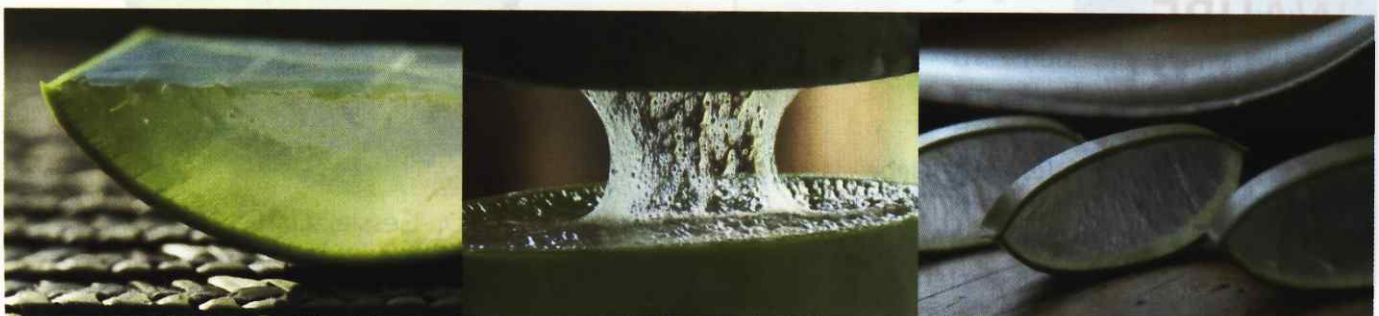
**B-young!: ...so dass Gesundheit, Lebensfreude, Schönheit und Zufriedenheit tief im Inneren geweckt werden?**

**Margot Esser:** Ja. Denn der Körper speichert alle Berührungen und merkt sich jeden Augenblick des Wohlbefindens. Unser Gedächtnis sitzt nämlich nicht nur im Kopf, sondern in allen Körperzellen. Und jede Zelle kann sich mithilfe positiver Impulse, die über das vegetative Nervensystem an alle Zellen weiter gegeben werden, selbst reparieren. Die Zellen reagieren unmittelbar auf alles, ohne dass wir es zunächst willentlich beeinflussen können. In einer

VegetoDynamik-Behandlung wird der gesamte Organismus bewusst mit positiven „Inputs“ versorgt, um die körpereigene „Reparaturwerkstatt“ in Gang zu bringen. Und das sehr behutsam, denn bei jedem Kontakt berührt man gleichzeitig den ganzen Menschen mit seiner persönlichen Lebensgeschichte.

**B-young!: Und deshalb bedeutet „berühren“ mehr als „anfassen“?**

**Margot Esser:** Genau. Dieses Wissen wird bei dem ganzheitlichen Behandlungsansatz berücksichtigt. Der Prozess des Loslassens von Schmerz, Stress und Ängsten wird über die gezielte Berührung unterstützt. Alles was im Körper passiert, Gedanken, Emotionen, Erinnerungen, vitale Prozesse wie Zellbildung, Atmung, Blutkreislauf, Lymphfluss, all das ist



Fotos: Pharmos Natur



Ausdruck der Lebensenergie, die in der VegetoDynamik-Behandlung zum Fließen gebracht wird. Erst dann fühlen wir uns im wahrsten Sinne des Wortes jung, gesund, lebendig und voller Lebensfreude. Die Selbstheilungskräfte werden nachhaltig aktiviert. Die Haut sieht rosig, zart und frisch aus.

### **B-young!: Was bedeutet VegetoDynamik eigentlich?**

**Margot Esser:** Die Wurzeln der VegetoDynamik liegen in der europäischen Kultur. Diese Methode verbindet das medizinisch-wissenschaftliche Denken bedeutender europäischer Pioniere mit dem großen Erfahrungsschatz alter Traditionen.

„Vegeto“ lässt sich aus dem Lateinischen herleiten und heißt übersetzt: wecken, aufwecken,

lebendig machen, sinngemäß: „alle Körperzellen zu neuem Leben erwecken“. Dynamik bedeutet Bewegung. Wir fühlen uns im wahrsten Sinne des Wortes lebendig, wenn die Lebensenergie ungehindert fließt. Im Laufe des Lebens entstehen durch bestimmte Umstände, wie z.B. Enttäuschungen oder belastende Erfahrungen, Energiestaus im Menschen, die dann im Körper Ablagerungen hinterlassen. Diese verfestigen sich nach einer gewissen Zeit immer mehr und entwickeln sich zu einem starren Panzer. In der Muskulatur, in den Gelenken und im Gewebe. Die VegetoDynamik kann diesen Panzer mit achtsamen Berührungen „knacken“. An die Stelle von Mutlosigkeit und Angst treten Freude, Zuversicht, Selbstvertrauen und Attraktivität.

### **B-young!: Und wo liegt der Unterschied zu herkömmlichen Entspannungs- und Behandlungsmethoden?**

**Margot Esser:** In der Arbeit mit dem gesunden Potential im Menschen, einer ganz besonderen und wunderbaren Kraft. Sie wird aktiviert und gestärkt, so dass sie zunehmend alle Zellen erfasst. Solange der Mensch lebt, hat er immer dieses gesunde Potential in sich, egal wie krank und verzweifelt er sich auch fühlt. Deshalb ist die Salutogenese (Entstehung von Gesundheit) in der VegetoDynamik fest verankert. Diese ganzheitliche Methode harmonisiert das Nervensystem und „entstresst“ den Körper, so dass der Mensch auf natürliche Art und Weise in Balance kommt. Das bedeutet gesundheitliche Prävention und einen Weg zu einem leichteren und freudvolleren Leben.

*Interview: Ruth Meier*  
[www.vegetodynamik.de](http://www.vegetodynamik.de)  
 08846-9213-28

## **Gut zu wissen**

Bei der vegetodynamischen Behandlung wird ausschließlich mit ausgewählten, naturbelassenen Heil- und Nutzpflanzen sowie Kräutern und Ölen aus der GREEN LUXURY Serie von PHARMOS NATUR® gearbeitet. [www.pharmos-natur.de](http://www.pharmos-natur.de), 08846-9213-0

Die exklusive VegetoDynamik®-Behandlung ist während der GREEN LUXURY Days, die vom 17. – 23. Oktober 2009 im Hotel Bayern am Tegernsee gebucht werden können, das absolute Highlight! [www.hotel-bayern.de](http://www.hotel-bayern.de), 08022 / 1 82 - 0