

WELLNESS: NEUER GANZHEITLICHER ANSATZ »DANTIAN – KRAFT DER MITTE« AUS HASSLOCH

Kampfkunst, Entspannung und Energiearbeit kombiniert

Kaum hat sich die Hand zum Gesicht von Hubert Scharringer bewegt, hebt er die Bewegung mit gezielter und verblüffend einfacher Technik aus. Ein Angreifer hat keine Chance. Nicht minder verblüffend sind die Ruhe und Haltung, die der Kampfkünstler dabei bewahrt. Und nicht nur in solchen Situationen: Der gebürtige Niederbayer hat „Dantian, die Kraft der Mitte“, für sich entdeckt. Diese gibt er bei seiner Energiearbeit ebenso gerne weiter wie sein Wissen darum in Kursen und Vorträgen.

Dantian – auch unter den Begriffen Chakra oder Hara bekannt – definiert Scharringer als „das energetische Zentrum im Mittelpunkt des Körpers unterhalb des Bauchnabels“. „Das Ziel von ‚Dantian – Kraft der Mitte‘ ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und seine Mitte in jeder Situation des Lebens zu bewahren“, erörtert der diplomierte Finanzwirt.

Rund um diese Kraftquelle hat er ein eigenes ganzheitliches Wohlfühl-Programm entwickelt, das Aspekte aus der Kampfkunst, Entspannung und Energiearbeit miteinander vereint. Sein umfangreiches Angebotsspektrum



Auch im Kampf mit beiden Beinen fest auf dem Boden: Hubert Scharringer (rechts) beim Unterricht.

| Foto: frei

erstreckt sich über Kampfkunst, Energie, Mentaltraining, Meditation, Reiki und Stressmanagement, wobei das Energiezentrum Dantian in allen Bereichen den Hauptaspekt bildet.

Zielgruppen von „Dantian – Kraft der Mitte“ sind Sportler und Unternehmen ebenso wie Patienten in Reha-Kliniken oder gestresste Menschen, die schnell

nachhaltige Entspannung suchen. Der Klient lerne, mit beiden Beinen auf dem Boden zu bleiben. Dabei würden auch weniger angenehme Bereiche des Lebens, etwa der Kampf oder der Tod, nicht ausgespart, so Scharringer. „Um von Dantian profitieren zu können, bedarf es keinerlei Vorkenntnisse“, unterstreicht Scharringer, der dieser Kraft unter ande-

rem heilende Wirkung bei Verspannungen, Gelenk- und Rückenschmerzen, aber auch bei Ängsten, Depressionen und dem Burnout-Syndrom bescheinigt. Speziell für diese Bereiche hat er, wie er versichert, eine „einzigartige Methode“ entwickelt. Die überaus positive Wirkung auf seelische Leiden habe er am eigenen Leib erfahren, berichtet Scharringer freimütig: Er selbst habe sich auf diese Weise von Ängsten und Depressionen befreien können, die ihn jahrelang gequält hätten. „Wer den Zweig untersucht und dabei die Wurzel vergisst, geht ins Leere“, zitiert er ein chinesisches Sprichwort. Seine spezielle Energiearbeit setzt daher an der Wurzel des Übels an: „Durch Angst baut sich Stress auf, dadurch wiederum Depressionen und Panikattacken, Phobien, dann kommt es zum Burnout. Ich finde die Ursache für die Angst und kann diese Leiden besiegen“, unterstreicht der Wahl-Haßlocher.

Zunächst geht er den Ursachen der Beschwerden mittels einer ebenfalls von ihm entwickelten Methode auf den Grund: „Menschen, die Angst haben, schweben“, erklärt er – wer sich fürchte, stehe nicht mit beiden

Beinen fest auf dem Boden. Im Stehen werden daher potenzielle Probleme angesprochen. „Wer darauf unbewusst reagiert, kippt unweigerlich nach hinten. Das Kippen kann nicht bewusst kontrolliert werden“, erläutert Scharringer. Werde nämlich die Angst angesprochen, die den Betroffenen plagt, verliere dieser automatisch die Festigkeit seines Stands. In einem zweiten Schritt folgt dann die eigentliche Energiearbeit, die das Kraftzentrum aktivieren und diese Ängste nehmen soll. „Die Wirkung meiner Methode kann man vergleichen mit dem Befehl ‚Format C Enter‘ am Computer, sie löscht beziehungsweise transformiert alles, was im Zentrum nichts zu suchen hat“, erörtert Scharringer, der ausschließlich Einzelsitzungen in seinem Dantian-Energie-Mentaltraining und -Stressmanagement anbietet. „In sehr kurzer Zeit lösen sich die Probleme auf. Der Kunde geht zufrieden nach Hause.“ | wig/kre

INFO

»Dantian – Kraft der Mitte«: Hubert Scharringer, Haßloch, Telefon: 0171 8251501, Internet: www.dantian-kraft-der-mitte.de.