

Was ist OMK?



Das Training OMK basiert auf der Entdeckung der Ansprechbarkeit des gesamten menschlichen bewussten muskulären Systems, das durch kein Training bisher erreicht wird. Die Erweckung geschieht durch ein gehobenes Training mit bestimmten Eigenschaften, das nur durch geschultes Personal ausführbar ist.

Es handelt sich um die Erweckung des natürlich vorhandenen muskulären Potentials, das immer verfügbar ist, aber praktisch nie genutzt wird.

Durch die letzte Bedingung handelt es sich um eine Weiterentwicklung des Menschen, die nicht möglich war, weil dieses Potential bis jetzt nicht zur Verfügung stand und nur ausnahmsweise genutzt werden konnte.

OMK basiert auf einer wissenschaftlichen Entdeckung, die hinterlegt ist. Es ist vollkommen natürlich und referiert nur auf die von der Natur vorgegebenen Verhältnisse im menschlichen Körper.

Von OMK haben in fast zwanzig Jahren etwa tausend Menschen profitiert, ohne dass Probleme aufgetreten sind.

Ich erwarte und habe im Laufe der Zeit gesehen: Eine Aufwertung fast sämtlicher Sektoren des menschlichen Wesens. Es beginnt bei mehr Kraft als der einfachsten Größe und setzt sich über Ausdauer, Schnelligkeit, Reaktionsfähigkeit, Flexibilität auf der körperlichen Ebene fort

Auf der physiologischen Ebene beeinflusst es positiv viele Faktoren, von denen wir es uns sehr wünschen. Herausgehoben sei nur die Diabetes, die ich selbst nicht lebe, obwohl sie man mir vor fünf Jahren angekündigt hat.

Und die letzte Ebene kann durch "mens sana in corpore sano" gut beschrieben werden.

Es beeinflusst nach meinem Dafürhalten sämtliche Parameter wie Wahrnehmung, Denkfähigkeit, Konzentration, Kreativität, Kompetenzausweitung, Ausdauer und Vieles mehr. Selbiges kann man ja bei Sportlern gut beobachten.

Ganz zuletzt kann man die Veränderung der persönlichen Attraktivität hinzuzählen. Sie wird in aussergewöhnlicher Weise gefördert. Jeder weiss, dass gut trainierte Menschen sehr viel attraktiver sind als Untrainierte, und hier hat man ausserdem den Fall, dass es in die Tiefe geht: Der ganze Muskel wird ja geweckt, und wenn er aktiv bleibt statt langsam dahinzusiechen, hat man einen ganz anderen Zustand erreicht.

Man könnte sagen: Es gibt Gründe für Schönheit, und bei OMK wird das sehr schnell sichtbar.

Das alles zusammen gibt letztendlich auch eine neue psychische Stabilität, ein grosser Wert. Resilienz ist eines der vielen Abfallprodukte, das man erhält.

OMK kann auf allen Ebenen angewendet werden und kann jedem Menschen nützen.

Es wird Zeit, das Potential freizusetzen.

Wenn Sie nachhergeneigt sind, in Ihre Zukunft zu investieren, dann machen Sie eine Schenkung.

Konto : (Normale SEPA – Überweisung wie für Deutschland selbst und für Europa)

Bank : Compte Nickel

Nom: GORZALKA, Werner

IBAN FR76 1659 8000 0114 9273 9000 105

BIC FPELFR21XXX

Wie sieht das praktisch aus?

Jeder Mensch sollte so trainiert sein, dass seine bewussten Muskeln für jede Bewegung zusammenarbeiten, und das unbewusst, besser gesagt: Von selbst.

Die besten Ergebnisse erhält man, wenn man als Kind die Gelegenheit hat, sich in freier Natur zu bewegen, soviel man mag. Danach gibt es ein, zwei Techniken, die das erhalten und weiterentwickeln können. Tanz spielt ausserdem in einigen traditionellen Kulturen eine sehr gute, einflussreiche Rolle. Tanz ist die unbewusste Bewegung, die die beste Chance hat, gut zu sein.

Die meisten anderen Techniken versagen bei dem Anspruch, das muskuläre System allgemein trainieren und erhalten zu können. Es gibt einige allgemeine Prinzipien, die in jedem Training gewahrt werden müssen, aber sehr selten gelehrt werden. Mein Buch** referiert darauf in ganz praktischer Weise, sodass die theoretische Idee verständlich wird.

Grob gesagt erreicht man mit konventionellen Trainings nur einen kleineren Teil der Muskulatur. Das wiegt schwer vor allem für den Professionellen, der sehr viel mehr leisten könnte, wenn ihm das gesamte System zugänglich wäre. Ausserdem bleibt eine unterbewusst wahrgenommene Unsicherheit erhalten, die erst überwunden werden muss.

Für den Laien ist die Situation noch schlechter. Nur ein kleiner Bruchteil steht ihm zur Verfügung. Zudem bilden sich Muskeln zurück, die nicht benutzt werden. Obwohl trainierte Muskeln auch nach vielen Jahrzehnten noch geweckt werden können, sieht es für die Untrainierten nicht gut aus, wenn nichts passiert.

Die Natur bleibt großzügig: Ein Auftrainieren ist jederzeit möglich, braucht aber Aufwand.

Es ergeben sich mindestens fünf Ebenen der Einflussnahme:

- Bessere, sichere und kraftvollere Mobilität im Alltag für jedermann wird möglich. Im Kindesalter begonnen und kontinuierlich fortgeführt durch entsprechend ausgebildetes Personal. Der zeitliche Aufwand im Alltag dafür ist erstaunlich gering und lohnt sich in jedem Fall.

Die persönliche berufliche Entwicklung kann auf sicherer und belastbarer Ausführung beruhen. Grosse Resilienz wird möglich.

- Professionelle Bewegung, also schwere Arbeit, kann sehr viel dauerhafter werden. Der Körper hält höhere Belastungen aus, und Ausfälle reduzieren sich oder können eben schnell geheilt werden. Insgesamt dürfte sich sogar mehr Freude an bis jetzt belastender Arbeit einstellen, weil sie für den Körper machbar, also selbstverständlich wird.

- Professionelle Bewegung als Sport kann in erheblichem Masse von OMK als Erweckung der grossen, ungenutzten Reserve profitieren. Was das in der Praxis bedeutet, kann man sich gut vorstellen. Grenzen dürften hinausgeschoben werden.

- Der kulturelle Bereich kann erheblich davon profitieren. Bühnenpräsenz, gute und richtige Stimmfunktion und physiologisch richtiger und unbeschwerter Tanz werden möglich.

- Mobilität im Alter ist das fünfte grosse Thema. Viele Krankheiten, die das muskuläre System betreffen, verschwinden oder treten erst gar nicht auf. Gleiches gilt für viele physiologische Parameter. Der Alterungsprozess wird wesentlich heraus gezögert und wo bisher langsamer Verfall die Normalität ist, kann sich die Freude am Leben entfalten.

- OMK ist die Lösung für viele Krankheiten. Viele Operationen werden überflüssig. OMK stellt der Medizin den Zugang zum menschlichen Bewegungssystem zur Verfügung

Zusammen mit den vielen existierenden Körpertechniken wie Yoga, Physiotherapie etc kann OMK ganz nach dem Geschmack des Einzelnen wirksam werden und seine Kraft entfalten, eben als Grundlage für die gewünschte Technik oder den Tanz. Es gibt eine bekannte Körpertechnik, die sich für mich als optimal herausgestellt hat.

Interessant ist aber, dass man das menschliche Potential in vielerlei Weise freisetzen kann. Und man kann auf allen Ebenen eingreifen. Das menschliche Leben könnte sich mehr entfalten, und die Freude daran kann im Vordergrund stehen, weil das Leben wesentlich leichter wird.

Ein Training OMK erfordert wenig Zeit, etwas Aufmerksamkeit, keine Anstrengung, ist vollkommen natürlich und ohne jegliche Medikamente. Der Körper wird auf indirekte Weise angesprochen.

Auf allen Ebenen sind für die Kassen grosse Ersparnisse zu erzielen, die volkswirtschaftlich bedeutsam werden können. Das kann man nur als wünschenswert für alle Seiten ansehen.

Für den Einzelnen bringt OMK eine grosse Erweiterung seiner Möglichkeiten, viel Stabilität und Belastbarkeit und viel Freude am Leben. Das gilt sowohl für den Professionellen als auch für jeden normalen Bürger. De facto haben wir es mit einer möglichen Weiterentwicklung des Menschen zu tun, die bis jetzt nicht zugänglich war.

** OMK - Der Körper des 21. Jahrhunderts. Werner de Ville Vreden

Qu'est-ce que l'OMK ?

L'entraînement OMK est basé sur la découverte de la réactivité de l'ensemble du système musculaire conscient humain, qu'aucun entraînement n'a pu atteindre jusqu'à présent. L'éveil se fait par un entraînement de haut niveau avec des caractéristiques spécifiques, qui ne peut être effectué que par un personnel formé.

Il s'agit de l'éveil du potentiel musculaire naturel, qui est toujours disponible, mais qui n'est pratiquement jamais utilisé.

Grâce à la dernière condition, il s'agit d'une évolution de l'homme qui n'était pas possible parce que ce potentiel n'était pas disponible jusqu'à présent et ne pouvait être utilisé qu'exceptionnellement.

L'OMK se fonde sur une découverte scientifique déposée. Elle est entièrement naturelle et ne fait que se référer aux conditions imposées par la nature dans le corps humain.

En près de vingt ans, un millier de personnes ont bénéficié de l'OMK sans que des problèmes ne soient apparus.

Je m'attends et j'ai vu au fil du temps : Une revalorisation de presque tous les secteurs de l'être humain. Cela commence par plus de force comme la plus simple des grandeurs et se poursuit par l'endurance, la rapidité, la réactivité, la souplesse au niveau physique.

Au niveau physiologique, elle influence positivement de nombreux facteurs que nous souhaitons vivement. Je ne citerai que le diabète, que je ne vis pas moi-même, bien qu'on me l'ait annoncé il y a cinq ans.

Et le dernier niveau peut être bien décrit par "mens sana in corpore sano".

Je pense qu'il influence tous les paramètres tels que la perception, la capacité de réflexion, la concentration, la créativité, l'élargissement des compétences, l'endurance et bien d'autres choses encore. On peut observer la même chose chez les sportifs.

Enfin, on peut y ajouter la modification de l'attractivité personnelle. Elle est stimulée de manière extraordinaire. Tout le monde sait que les personnes bien entraînées sont beaucoup plus attirantes que celles qui ne le sont pas, et ici, on a en plus le cas où cela va en profondeur : le muscle entier est réveillé, et s'il reste actif au lieu de s'étioler lentement, on a atteint un tout autre état.

On pourrait dire qu'il y a des raisons pourquoi on est beau, et avec OMK, cela devient très vite visible.

Tout cela ensemble donne finalement aussi une nouvelle stabilité psychique, une grande valeur. La résilience est l'un des nombreux sous-produits que l'on obtient.

L'OMK peut être appliquée à tous les niveaux et peut être utile à tout le monde.

Il est temps de libérer le potentiel.

Comment cela se traduit-il en pratique ?

Chaque personne devrait être entraînée de manière à ce que tous ses muscles conscients travaillent ensemble pour chaque mouvement, et ce de manière inconsciente, mieux encore : par elle-même.

Les meilleurs résultats s'obtiennent lorsque, enfant, on a l'occasion de bouger en pleine nature, autant qu'on le souhaite. Ensuite, il y a une ou deux techniques qui permettent de maintenir et de développer cela. La danse joue en outre un très bon rôle d'influence dans certaines cultures traditionnelles. La danse est le mouvement inconscient qui a le plus de chance d'être bon.

La plupart des autres techniques ne parviennent pas à entraîner et à maintenir le système musculaire en général. Il existe quelques principes généraux qui doivent être respectés dans chaque entraînement, mais qui sont très rarement enseignés. Mon livre** y fait référence de manière très pratique, afin que l'idée théorique devienne compréhensible.

En gros, les entraînements conventionnels n'atteignent qu'une petite partie de la musculature. Cela pèse lourd, surtout pour le professionnel, qui pourrait faire beaucoup plus s'il avait accès à l'ensemble du système. En outre, il subsiste une insécurité perçue inconsciemment, qui doit d'abord être surmontée.

Pour le profane, la situation est encore pire. Seule une petite fraction est à sa disposition. De plus, les muscles qui ne sont pas utilisés régressent. Bien que les muscles entraînés puissent être réveillés même après plusieurs décennies, les muscles non entraînés ont l'air mal en point si rien ne se passe.

La nature reste généreuse: Il est possible de s'entraîner à tout moment, mais cela demande des efforts.

Il en résulte au moins cinq niveaux d'influence :

- Une meilleure mobilité, plus sûre et plus puissante au quotidien pour tout le monde devient possible. Commencée dès l'enfance et poursuivie en permanence par un personnel formé à cet effet. L'investissement en temps dans la vie quotidienne est étonnamment faible et en vaut la peine dans tous les cas.

Le développement professionnel personnel peut se fonder sur une exécution sûre et résistante. Une grande résilience devient possible.

- L'exercice professionnel, c'est-à-dire le travail difficile, peut devenir beaucoup plus durable. Le corps supporte des charges plus élevées et les défaillances diminuent ou peuvent être rapidement guéries. Dans l'ensemble, le travail jusqu'ici pénible devrait même procurer plus de plaisir, car il devient réalisable pour le corps, donc naturel.

- L'activité physique professionnelle en tant que sport peut profiter dans une large mesure de la OMK en tant qu'éveil de la grande réserve inutilisée. On peut aisément imaginer ce que cela signifie dans la pratique. Les limites pourraient être repoussées.

- Le domaine culturel peut en profiter considérablement. Une présence sur scène, une bonne et juste fonction vocale et une danse physiologiquement correcte et sans souci deviennent possibles.

- La mobilité chez les personnes âgées est le cinquième grand sujet. De nombreuses maladies touchant le système musculaire disparaissent ou n'apparaissent même pas. Il en va de même pour de nombreux paramètres physiologiques. Le processus de vieillissement est considérablement retardé et la joie de vivre peut s'épanouir là où, jusqu'à présent, un lent déclin était la normalité.

- L'OMK est la solution à de nombreuses maladies. De nombreuses opérations deviennent superflues.

L'OMK permet à la médecine d'accéder au système moteur humain.

En combinaison avec les nombreuses techniques corporelles existantes comme le yoga, la physiothérapie, etc., l'OMK peut être efficace et déployer sa force selon les goûts de chacun, précisément comme base pour la technique ou la danse souhaitée. Il existe une technique corporelle connue qui s'est avérée optimale de mon point de vue.

Mais ce qui est intéressant, c'est que l'on peut libérer le potentiel humain de bien des manières. Et on peut intervenir à tous les niveaux. La vie humaine pourrait s'épanouir davantage, et le plaisir peut être mis en avant, car la vie devient beaucoup plus facile.

Un entraînement OMK demande peu de temps, un peu d'attention, aucun effort, il est totalement naturel et sans aucun médicament. Le corps est sollicité de manière indirecte.

A tous les niveaux, les caisses réalisent de grandes économies qui peuvent devenir importantes pour l'économie nationale. On ne peut que considérer cela comme souhaitable pour toutes les parties.

Pour l'individu, la OMK apporte un grand élargissement de ses possibilités, beaucoup de stabilité et de résistance et beaucoup de joie dans la vie. Cela vaut aussi bien pour le professionnel que pour chaque citoyen ordinaire. De facto, nous avons affaire à un développement possible de l'être humain qui n'était pas accessible jusqu'à présent.

** OMK - Le corps du 21e siècle. Werner de Ville Vreden

Si vous êtes enclin à investir dans votre avenir, faites une donation.

Compte :

Bank : Compte Nickel

Nom: GORZALKA, Werner

IBAN FR76 1659 8000 0114 9273 9000 105

BIC FPELFR21XXX