

NEK

Neuro-Emotionale-Kommunikation

WENN DEIN KÖRPER ENDLICH WIEDER
IN SEINE ZENTRIERUNG FINDET.

Einführung in die Methode
nach Selina Dörling



“
Zentrierung ist der
Schlüssel zu deiner
inneren Stabilität.

”

Selina Dörling

Weißt du, was mich am meisten bewegt?

Wenn Menschen zu mir kommen und sagen: "Ich habe alles versucht. Nichts hilft."
Die Verzweiflung in ihren Augen. Die Resignation im Körper.

Jahrelang von Therapeut zu Therapeut. Immer wieder neue Symptome. Immer wieder neue Diagnosen. Aber nie – nie – die wirkliche Ursache.

Verstehst du? *Es ist nicht deine Schuld.*

Lass mich dir etwas erzählen: Ich war selbst dort, wo du vielleicht gerade stehst. Magen-Darm-Probleme. Verspannungen im Nacken, die nicht weichen wollten. Emotionale Überforderung, die sich wie ein schwerer Mantel auf meine Schultern legte.

Und dann – irgendwann – kam die Erkenntnis: *Es hängt doch alles miteinander zusammen.*

Wenn wir schon von Ganzheitlichkeit sprechen, warum behandeln wir dann nicht wirklich ganzheitlich?

Aus dieser Frage – aus eigener Verzweiflung und eigenem Leid – ist NEK entstanden. Die *Neuro-Emotionale-Kommunikation*.

Zentrierung – Dein Körper im Gleichgewicht

Lass mich dir erklären, was *Zentrierung* bedeutet:

Dein Körper besteht aus drei Einheiten. Kopf. Thorax. Becken.

Wenn diese drei harmonisch zusammenarbeiten, kannst du in jedem Moment angemessen reagieren. Im richtigen Maß. Nicht zu viel, nicht zu wenig.

Das ist Zentrierung.

Was passiert, wenn du aus der Zentrierung gerätst?

Wenn Schockenergie dein System durcheinanderwirbelt, verliert dein Nervensystem seine Balance. Die Neurologie gerät aus dem Takt.

Und damit – und das ist entscheidend – gerät auch deine emotionale Komponente aus dem Gleichgewicht.

Verstehst du? Wut bricht sich Bahn. Trauer überschwemmt dich. Oft unverhältnismäßig. Oft unerwartet.

Zentrierung ist der Schlüssel zu deiner inneren Stabilität.

Vom Pferd zum Menschen

Der Weg zur Entwicklung der NEK-Methode begann in der Arbeit mit Pferden. Ich bin staatlich anerkannte tiermedizinische Fachangestellte und habe 2019 die visionäre Pferdeosteopathie (VPO) entwickelt.

Und dann – wie es häufig bei intensiver Beschäftigung mit einem Thema der Fall ist – stieß ich durch persönliche Betroffenheit an eigene Grenzen.

Bei verschiedenen Therapeuten fiel mir immer wieder auf: Ich musste zu vielen verschiedenen Spezialisten gehen, um einzelne Symptome loszuwerden. Einer für den Magen. Einer für den Nacken. Einer für die Emotionen.

Irgendwann wurde klar: *Es hängt doch alles miteinander zusammen.*

Durch eigene Probleme im Magen-Darm-Bereich und Verspannungen im Nacken begann ich, mich selbst an bestimmte Stellen zu drücken – ähnlich wie bei der VPO. Dabei stellte ich fest, dass sich Symptome auflösten. Und auch die dazugehörigen Emotionen.

Als Pferdebesitzer sahen, was bei den Pferden passierte, fragten sie: "Kannst du das mit mir auch machen?"

So entwickelte sich die Methode aus eigener Verzweiflung und eigenem Leid. Aus der tiefen Überzeugung, dass wir Menschen ganzheitlich behandeln müssen, wenn wir von Ganzheitlichkeit sprechen.



Was ist NEK?

Lass mich dir das Wort erklären, auch wenn es am Anfang vielleicht sperrig klingt:

Neuro

Die Neurologie. Dein Nervensystem. Dein Stammhirn, das Tag für Tag unbewusst Alarm schlägt, weil tief in deinem Gewebe etwas festgehalten wird.

Das Stammhirn steuert deine Reflexe – frühkindliche Reflexe genauso wie wichtige Schutzreflexe wie Husten, Niesen, Schlucken, Würgen. Es steuert deine Vitalfunktionen: Atmung, Herzschlag, Blutdruck.

Emotionale

Die Emotionen. Deine Gefühle. Nicht die, die du zeigst, sondern die, die dein Körper für dich speichert.

Angst im Becken. Trauer, Depression und Scham im Ganglion Stellatum – einem wichtigen Nervenpunkt am Übergang von Hals zu Brustwirbelsäule. Emotionen, die sich wie ein Panzer um dein Herz legen.

Kommunikation

Einerseits die Kommunikation in deinem Körper – wie Kopf, Thorax und Becken miteinander sprechen. Wie deine Muskeln, Organe und Nerven zusammenarbeiten.

Andererseits die Kommunikation nach *außen* – was du sagst, was dein Körper anderen Menschen bewusst oder unbewusst mitteilt.

Alles, was wir mitteilen oder welche Emotionen wir haben, ist meistens das, was wir in der Vergangenheit erlebt haben.

Schockenergie verstehen

Weißt du, was der Unterschied zwischen einem Trauma und Schockenergie ist?

Ein Trauma ist eine Geschichte, die passiert ist.

Die Schockenergie ist die festgehaltene Muskelspannung im Gewebe.

Wenn uns etwas im Außen begegnet – über die Augen (etwas Gesehenes), über die Ohren (etwas Gehörtes), durch einen Blick oder auch durch ein mechanisches Trauma wie Schläge, Unfälle, Operationen – macht unser Körper unbewusst kleine Verkrampfungen und Verdrehungen.

Dein Nervensystem hat damals versucht, dich zu schützen. Aber manchmal bleibt es in diesem Schutzmodus *hängen*.

Diese Energieladung speichert dein Körper im Muskelsystem und Organsystem ab. Wir sehen das dann an Symptomen im Außen – etwa an einem äußeren verkrampften Muskel, an chronischen Verspannungen, an Verdauungsproblemen.

Aber – und jetzt kommt das Wichtige – *dieser äußere Muskel ist nur der Hinweis darauf, dass in den tiefen Strukturen die Schockenergie festgehalten wird*. Generell kann man sagen: *Schock kann überall sitzen, aber zu den wichtigsten Organen gehören:*

- **Herz**
- **Lunge**
- **Niere**
- **Magen-Darm-Trakt**
- **Hirnstamm**

Was passiert in deinem Körper?

Das Stammhirn registriert, dass in der Tiefe etwas festgehalten wird, und signalisiert deinem Körper ganz unbewusst immer wieder: *Stress. Alarm.*

Über Jahre – völlig unbemerkt und ohne dass du es noch mit dem ursprünglichen Ereignis in Zusammenhang bringen kannst – entwickeln sich Entzündungen im Körper.

Eine Entzündung ist immer ein Hinweis für diese festgehaltene und zusammengezo-
gene Muskulatur in der Tiefe.

Die Blockaden, Verdrehungen und Verspannungen führen zu ständigem Alarm. Neurotransmitter wie Cortisol und Adrenalin werden ausgeschüttet. Die Nebennieren springen an und produzieren bei Schock im System dauerhaft Stresshormone.

Dieser Stress bleibt bestehen und wirkt sich auf deine Emotionen aus.

Da traumatische Ereignisse sehr lange zurückliegen können – bis zur Embryologie, zur Geburt oder zu Geburtstraumata – entwickelt der Mensch eine Persönlichkeit, die er aber am Ende gar nicht ist.

"Der war schon immer so wild und hatte schon immer ein Aggressionspotenzial."

"Die war schon immer still und depressiv."

Aber stimmt das wirklich? Oder ist es vielmehr das, was der Körper aus einem schockierenden Erlebnis heraus *gelernt* hat zu tun?

Die drei Einheiten

In der NEK arbeiten wir mit drei Einheiten deines Körpers: Becken, Thorax und Kopf. Diese drei müssen wieder in Verbindung kommen, damit du in deine natürliche Zentrierung findest.

Becken – Deine Basis

Wofür steht das Becken?

- Sicherheit
- Stabilität
- Fortpflanzung und Sexualität
- Bewegung, Vorwärtskommen, Kampf und Flucht
- Lebendigkeit und Vitalität
- Natürliche Aggression und die Fähigkeit, in Beziehung zu gehen

Bei einem traumatischen Erlebnis, im Schock, geht das System in den Überlebensmechanismus und zieht die Energie weg vom Becken zu den lebenswichtigen Organen – Herz und Lunge.

Das heißt: Im Schock trennen wir uns vom Becken.

Was bedeutet das konkret?

Wenn du dich von deinem Becken abtrennst:

- Deine Statik, deine Bewegung verändert sich
- Dein Gefühl, sicher zu sein, leidet
- Deine Vitalität und Lebendigkeit nehmen ab
- Du hast keinen Zugang zur natürlichen Aggression (du bist passiv, sehr aggressiv oder passiv-aggressiv)
- Deine Fähigkeit, Beziehungen einzugehen, wird negativ beeinflusst

Die Emotion, die wir am meisten im Becken finden, ist Angst.

Zwerchfell – Die Verbindung

Das Zwerchfell ist dein größter Atemmuskel. Es ist das verbindende Organ – es verbindet Thorax mit dem Bauch und dem Beckenraum, faszial, muskulär, neural, energetisch und emotional.

Über die Zwerchfellpfeiler besteht eine direkte Verbindung zum Psoas-Muskel – und damit bis ins Becken. Über das Perikard (Herzbeutel) verbindet sich das Zwerchfell mit dem Herzen.

Das Zwerchfell wird vom Nervus Phrenicus innerviert – einem Nerv, der aus dem Halssegment C3–C5 kommt. Und das ist spannend:

Das Zwerchfell entsteht embryologisch im Bereich des Halses. Deshalb wird es von diesen Halsnerven versorgt. Es wandert dann während der Embryonalentwicklung nach unten.

Wenn das Zwerchfell blockiert ist – durch Schockenergie, durch Trauma – hat das weitreichende Folgen:

- Die Atmung wird flacher
- Die Organe werden nicht mehr optimal bewegt
- Die Verbindung zwischen oben und unten ist gestört
- Der Vagusnerv – wichtig für Organtätigkeit und Stoffwechsel – kommt in Disbalance

Oft ist das Zwerchfell verspannt, also mehr in Kontraktion als in Entspannung. Tiefes Ein- und Ausatmen ist dann nicht möglich.

Thorax – Dein Schutz

Da wir Menschen sehr kopfgesteuert sind und vor allem Männer Gefühle gerne wegdrängen, wird der Mensch bei emotionaler Schockenergie auch den Brustkorb stark zusammenziehen – also das Herz schützen.

In diesem Fall wird die Pectoralmuskulatur (Brustmuskulatur) wie ein Panzer. Du spürst dich nicht mehr. Du kannst nicht mehr atmen. Du bist abgeschnitten von deinem Herzen.

Kopf – Dein Stammhirn

Am Hirnstamm entspringt eine Gruppe von fünf Hirnnerven, die sogenannten Kiemenbogennerven. Der Name kommt daher, dass sie aus den Nerven der Kiemenbögen hervorgegangen sind – Kiemenbögen entstehen bereits in der 4.-5. Schwangerschaftswoche.

Diese Nerven sind sehr früh angelegt. Sie gehören zu einem alten, archaischen Nervensystem. Und genau deshalb tragen sie häufig Schockenergie aus welcher Entwicklungsstufe auch immer.

Viele Menschen sind vom Kopf abwärts bewusstlos.

Das heißt: Sie können rationalisieren, denken, analysieren – aber sich selbst nicht spüren. Die Verbindung zum eigenen Körper ist unterbrochen.

Wenn die drei Einheiten nicht mehr in Beziehung stehen,
bist du nicht in deiner Kraft.

Kennmuskeln für Schockenergie

Es gibt zwei Muskeln, die uns besonders viel über festgehaltene Schockenergie verraten: der M. Sternocleidomastoideus (SCM) und der M. Trapezius.

▶ M. Sternocleidomastoideus (SCM)

Dieser Muskel verbindet das Schlüsselbein und Brustbein mit dem Schläfenbein hinter dem Ohr. Er macht die Spannung vorne.

Beim Schlucken muss dieser Muskel loslassen. Beim Reden und wenn der Mund aufgeht, wird der SCM kontrahiert. Wenn die Kehle zugeschnürt ist, sind andere Halsmuskeln dauerhaft angespannt.

▶ M. Trapezius

Der Kapuzenmuskel, rautenförmig, hinten im Bereich von Nacken und oberem Rücken. Er macht die Spannung hinten.

Beide Muskeln werden vom Nervus Accessorius innerviert – einem embryologischen Nerven, der sehr früh angelegt ist. Er gehört zur Vagusgruppe und ist die motorische Komponente des Vagusnervs.

▶ **SCM und Trapezius sind Kennmuskeln für Schockenergie und für nicht integrierte frühkindliche Reflexe.**

Sie arbeiten dann nicht physiologisch, sondern bleiben ständig latent angespannt. Der Körper versucht über das Festhalten dieser Muskeln in seine Zentrierung zu kommen – aber es funktioniert nicht.

Bei Schockenergie im System erstarren diese Muskeln bei fehlender oder mangelhafter frühkindlicher Reflexintegration.

Geburtstrauma – Der erste Schock

Weißt du, wie wichtig die Geburt für dein gesamtes Leben ist?

Das Zwerchfell spielt beim ersten Atemzug eine entscheidende Rolle. Mit dem ersten Atemzug nach der Geburt entfaltet sich die Lunge. Das wird aber nur physiologisch stattfinden, wenn das Zwerchfell nicht im Schock ist.

Das heißt: Wir müssen dem Kind die Geburt ungestört überlassen – außer es ist medizinisch absolut notwendig.

Kaiserschnitt – nicht ideal:

- Das Rausziehen ist negativ für die HWS
- Der Druck im Geburtskanal ist wichtig für die Entwicklung der Lunge
- Die Eigeninitiative des Säuglings (natürliche Aggression) fehlt
- Oft ist der Termin geplant und zu früh – die Lunge entwickelt sich ganz spät und kann eventuell noch gar nicht so weit sein

Der erste Atemzug kann eventuell gestört sein, weil die Geburt nicht vom Kind bestimmt und geführt wird. Die Lunge ist sehr anfällig auf Störungen während der Geburt.

Geburtstrauma ist oft der erste große Schock im Leben eines Menschen. Und dieser Schock prägt – wenn er nicht gelöst wird – das gesamte weitere Leben.

Wie funktioniert NEK?

Stell dir vor, du könntest deinem Körper dabei helfen, endlich wieder loszulassen – ohne dass du dich dabei anstrengen musst.

Die Techniken der NEK

NEK arbeitet mit den natürlichen Selbstheilungskräften deines Körpers. Durch achtsame Berührung und gezielte Aufmerksamkeit wird dein Nervensystem eingeladen, aus dem Überlebensmodus herauszufinden.

Berührung in der Gegenwart

Sie berührt das Zellgedächtnis der Vergangenheit. Wir arbeiten mit gezieltem Druck an bestimmten Stellen am Körper, wo sich häufig Schockenergie sammelt – Zugänge zum Stammhirn.

Bewegung

Wir gehen in die Spannung rein. Wir verstärken die Abwehrspannung. Wir drehen. Wir lassen nach vorne fallen. Dein Körper zeigt uns den Weg.

Kommunikation

Aussprechen dessen, was ist. Emotionen benennen. Der Körper liebt die Wahrheit. Manchmal sprechen wir viel, manchmal gar nicht – dein Körper spricht für dich.

Durch den Körper sprechen

Traumata sind sehr vielfältig. Manche Menschen können gar nicht darüber sprechen, weil es immer wieder neue, ungewünschte Erinnerungen hervorruft.

Mit NEK können sie durch ihren Körper sprechen – es muss gar nicht viel gesprochen werden. Der Körper erzählt seine Geschichte.

Ablauf einer NEK-Sitzung

Du liegst angezogen (ohne Schuhe) auf dem Rücken auf einer Liege. Ich sitze meist am Kopf oder am Bauch und gehe die bestimmten Strukturen durch.

Während der Sitzung sprechen wir darüber, wie du dich fühlst, was sich verändert – oder manchmal sprechen wir auch gar nicht.

Wichtig ist: Du gehst mit einer deutlichen Verbesserung des Eingangssymptoms hinaus. Das Symptom ist gar nicht mehr da oder nicht mehr zu fühlen. Es ist erstmal zur Ruhe gekommen.

Zentrierung – kein aktives Tun

Weißt du, was das Wunderbare ist? Zentrierung ist nichts, was wir machen können.

Sie entsteht ganz automatisch, wenn tiefe Strukturen wieder zusammenarbeiten. Wenn Kopf, Brustkorb und Becken wieder in Verbindung kommen, bist du automatisch zentriert.

Deine Haltung ist dann zentriert. Du kannst in jedem Moment so reagieren, wie es die Situation angemessen erfordert. Du kannst dich drehen, dich wenden.

Und das Entscheidende: Nach einer emotionalen Situation kommst du immer wieder in die natürliche Haltung zurück. Du kehrst immer wieder in die Mittellinie von Kinn, Brustbein und Schambein zurück.

Der Unterschied: Dein Körper macht eine neue Erfahrung.
Er kann es immer wieder selbst tun.

Aussprechen dessen, was ist

Schockenergie ist etwas sehr Altes, Zurückliegendes – ein Ereignis, das nicht schön war.

Das Aussprechen, völlig unbagatellisiert, dessen, was ist, erleichtert den Körper. Dies ist einerseits das Schwierigste, andererseits das Erleichterndste.

Wenn jemand seine Geschichte erzählt oder etwas zu sagen hat, ist es wichtig, das Gefühl zu vermitteln – ob ausgesprochen oder gefühlt:

"Das war nicht in Ordnung, was dir passiert ist.
Ich glaube dir, was du mir sagst."

Dies ist auch ein Ansatz in der Traumatherapie. Aber wenn wir dies mit Berührung verbinden, sagt das Unterbewusstsein "endlich", und sofort lösen sich Strukturen.

Das bringt die Erleichterung und macht im Nervensystem eine neue Erfahrung:

"Mir wird geglaubt, es ist alles in Ordnung."

Und dann ist alles gut.

Trauma als Potenzial

Lass mich dir etwas sagen, das vielleicht alles verändert:

Jeder ist in gewisser Weise traumatisiert. Trauma ist nichts Schlechtes – ganz im Gegenteil: Es liegt ein großes Potenzial im Trauma.

Verstehst du, was das bedeutet?

Meist sind traumatisierte Menschen sehr fühlende und sehr begabte Menschen. Wenn die Schockenergie gelöst wird, wird klar, wie viel Potenzial und Lebendigkeit eigentlich in dir liegt.

Das ist die Essenz der NEK: Was auch immer dir passiert ist – darunter liegt ein Riesenpotenzial und eine Lebendigkeit.

Für wen ist NEK geeignet?

Jeder braucht heute etwas, was uns resilienter und lebendiger sein lässt.

Es geht vor allem um die Fragen: Wer bin ich? Was will ich? Wo soll ich hingehen? Diese Fragen sind Ausdruck von Schockenergie.

Es gibt keinen Menschen, der nicht etwas erlebt hat, was ihn schockiert hat. Die Methode ist für jeden gedacht.

NEK eignet sich besonders für dich, wenn:

- Du dich innerlich festgefahren fühlst
- Herkömmliche Methoden nicht weitergeholfen haben
- Du chronische Verspannungen oder Beschwerden hast
- Du dich nach tiefgreifender Veränderung sehnst
- Du nach Unfällen, Operationen oder Krankheiten nicht mehr in deine Kraft kommst
- Du nach einem Reitunfall zögerst, wieder zu reiten

Was kannst du erwarten?

Die Veränderungen können verblüffend sein:

- Tiefere innere Ruhe bereits nach wenigen Sitzungen
- Erholsamerer Schlaf
- Mehr emotionale Stabilität
- Beschwerden, die Jahre bestanden, lösen sich auf
- Vertrauen in dich selbst und die Weisheit deines Körpers
- Du lernst, auf die Signale deines Systems zu hören
- Deine Empathie und Intuition melden dir, welcher Schritt als nächstes zu tun ist

Warum? Weil dein Körper seine Energie nicht mehr für den Kampf gegen alte Schockmuster aufwenden muss.

Statt ständig kontrollieren zu müssen,
entsteht wieder Vertrauen.

Eine Lösung, die schnell geht:

Trauma ist nichts, was man über Jahre und Jahrzehnte bearbeiten muss. NEK kann eine neue Tür öffnen zu dem Menschen, der du wirklich bist.

NEK lernen und ausüben

"Es braucht nicht noch mehr Therapeuten, sondern Menschen, die anderen Menschen auf Augenhöhe begegnen und die Mechanismen von Trauma und Schockenergie verstanden und gefühlt haben."

Das ist meine tiefste Überzeugung.

Die NEK-Ausbildung

In der NEK-Ausbildung lernst du nicht nur Techniken. Du lernst, zu verstehen. Du lernst, zu fühlen. Du lernst, anderen Menschen wirklich zu begegnen.

Die Ausbildung umfasst:

- Anatomie von der Embryologie bis zum Erwachsenen
- Die drei Einheiten: Becken, Thorax, Kopf
- Herz, Stammhirn, Muskeln, Faszien, Zwerchfell
- Techniken der NEK: Berührung, Druck, Bewegung, Kommunikation
- Neurologie, Fluidebene, elektromagnetische Ebene
- Schockenergie und Trauma verstehen
- Hormone und ihre Auswirkungen
- Emotionalkörper und Resonanzfeld
- Geburtstraumen
- Transgenerationale Weitergabe von Zellerinnerungen
- Bewusstseinsentwicklung und Intuition
- Der Umgang mit "schwierigen Menschen" (Narzissmus, Autismus, Borderline aus Sicht der NEK)

Wissenschaftliche Grundlage

Die wissenschaftliche Basis von NEK bildet das Wissen über neurologische Zusammenhänge und Neurotransmitter – Erkenntnisse aus der modernen Neurophysiologie.

Die eigentliche Wissenschaft ist jedoch jeder Klient, der auf der Liege liegt. Jeder Klient, der mit einem Symptom kommt und später berichtet, dass sich ein Symptom gelöst hat oder schwächer geworden ist.

Vor allem aber lernst du die Zusammenhänge zwischen Anatomie, Neurologie und Emotionen zu verstehen.

Und du lernst das Aussprechen dessen, was ist. Der Körper liebt die Wahrheit.

Das Ziel einer NEK-Sitzung

"Ein Mensch, der es aus sich heraus immer wieder in seine körperliche Zentrierung findet, wird wissen, wie es sich anfühlt, verbunden zu sein mit sich selbst und seiner Umgebung."

Er wird zu jeder Zeit wissen, was er braucht, wie er reagieren und agieren muss – immer zu seinem eigenen Wohl und dem Wohl anderer.

Er wird unterscheiden können zwischen dem, was gut ist, und dem, was nicht gut ist. Seine Empathie und seine Intuition melden ihm, welcher Schritt als nächstes zu tun ist.

Der körperliche und mentale Stress werden weniger. Und sollte er mal da sein, wird er sich nach einer deutlich kürzeren Zeit wieder regenerieren können.

Das sollte das Ziel einer NEK-Sitzung sein.

Der erste Schritt

Wenn du bis hierher gelesen hast, dann spürst du vielleicht schon: Da ist etwas, das dich ruft.

Vielleicht ist es die Sehnsucht nach innerer Ruhe. Nach Lebendigkeit. Nach dem Gefühl, endlich wieder ganz zu sein.

Vielleicht ist es auch der Wunsch, anderen Menschen auf diesem Weg zu begegnen. Ihnen zu helfen, wieder in ihre Kraft zu kommen.

Was auch immer es ist – es ist dein Ruf.

Es gibt eine Lösung, die schnell geht. Trauma ist nichts, was man über Jahre und Jahrzehnte bearbeiten muss.

Manchmal braucht es nur den richtigen Schlüssel, um die Tür zu deiner inneren Ruhe zu öffnen.

NEK kann eine neue Tür öffnen zu dem Menschen, der du wirklich bist.



Die Zeit ist JETZT.

NEK
WEITERBILDUNG
5 Ebenen nach Selina
Dörling

"Es braucht nicht noch mehr Therapeuten, sondern Menschen, die anderen Menschen auf Augenhöhe begegnen und die Mechanismen von Trauma und Schockenergie verstanden und gefühlt haben."

"Ein Mensch, der es aus sich heraus immer wieder in seine körperliche Zentrierung findet, wird wissen, wie es sich anfühlt, verbunden zu sein mit sich selbst und seiner Umgebung. Er wird zu jeder Zeit wissen, was er braucht, wie er reagieren und agieren muss – immer zu seinem eigenen Wohl und dem Wohl anderer. Das sollte das Ziel einer NEK-Sitzung sein."

Und diese Module erwarten dich in deiner Ausbildung....

Ebene 1: TECHNIKEN DER NEK

- Berührung in der Gegenwart
- Berührt das Zellgedächtnis der Vergangenheit
- Druck
- Zugänge zum Stammhirn
- Kommunikation
- Zentrierung
- Bewegung

Ebene 2: ANATOMIE DER EMBRYOLOGIE BIS ZUM ERWACHSENEN

- Kopf
- Thorax
- Becken
- Herz
- Stammhirn
- Muskeln
- Faszien
- Zwerchfell

Ebene 3: KÖRPERLICHE SYMPTOME

- Schockenergie
- Trauma
- Wir behandeln keine Symptome
- Kommunikation

Ebene 4: NEUROLOGIE | FLUIDEBENE UND ELEKTROMAGNETISCHE EBENE

- Grundlagen der Hormone und ihre Auswirkung
- Emotionalkörper
- Das Resonanzfeld
- Die Flüssigkeiten
- Bewusstsein entwickeln

Ebene 5: GEBURTSTRAUMEN UND WEITERGABE

- Geburtstraumen
 - Transgenerationale Weitergabe von Zellerinnerungen
 - Entwicklung und Auflösung von Verwicklungen, die die eigene Intuition verhindern
 - Durch wen oder was wird das Bewusstsein blockiert
 - Bringen wir unser Bewusstsein mit bei der Geburt?
 - Der Umgang mit „schwierigen Menschen“
Narzissmus, Autismus, Borderline – aus Sicht der NEK
-

Kontakt & Informationen

Selina Dörling

- *Begründerin der NEK-Methode*
- Staatlich anerkannte tiermedizinische Fachangestellte
- Pionierin der visionären Pferdeosteopathie (VPO) und der NEK-Methode für Menschen seit 2019



Informationen & Therapeutenliste:

www.selina-doerling.com/nek

Für Behandlungen:

Auf der Website findest du eine Therapeutenliste mit NEK-Therapeuten in jedem Bundesland.

Für die NEK-Ausbildung:

Informationen zur Ausbildung und zu aktuellen Kursterminen findest du ebenfalls auf der Website.



Körperarbeit in Beziehung,
Berührung und Bewegung.

Selina Dörling | NEK
Oldenburger Straße 33a
23738 Sipsdorf