

Goldegg Sachbuch

S. Strobach/Ch. Strobach

Mehr Zeit für mich!

Eltern ohne Burnout



GOLDEGG
VERLAG

6. Lomi Lomi Nui – Massage aus Hawaii

von Christa Bogner

Berührung für Körper, Geist und Seele

Zu hohe
Anforderungen

Oft meint es der Alltag nicht gut mit uns. Viel zu viel zerrt an Nerven und Kraft. Die Anforderungen im Job sind viel zu hoch, Familie und Ehepartner brauchen Hilfe und Aufmerksamkeit und die Kinder fordern Zeit, Geduld und Liebe.

Im Kopf rasen die Gedanken, der Körper fühlt sich ausgebrannt und leer. Wünschen wir uns dann nicht alle ganz weit weg zu sein? Am besten auf einer Insel?

Wie wär's mit Hawaii?

Hawaii weckt unsere Phantasie. Allein der Gedanke an diese Inselgruppe lässt uns zurücklehnen und entspannen. Ein Lächeln erscheint auf den Lippen und Freude huscht durch unser Herz. Im Kopf sind wir bereits bei einem Spaziergang unter Palmen.

Die hawaiianische Massage Lomi Lomi Nui vereint all die Qualitäten dieses Landes. Den immerwährenden Fluss der Wellen, die Leichtigkeit des Winds, die kraftvolle Erdenergie und der liebevolle und respektvolle Umgang mit den Mitmenschen.

Alte Heiler-
familien

Lomi Lomi Nui geht auf das Wissen alter Heilerfamilien Hawaii's zurück, welche die heilsame Berührung mit Händen, Öl und Pflanzen zur Kunst erhoben. Dieses Wissen wurde von Generation zu Generation weitergegeben und je nach Talent erweitert und spezialisiert. Alltägliche Krankheiten, aber auch Knochenbrüche wurden von speziellen Heilern mit Erfolg behandelt. Personen, die Zeiten besonderer Beanspruchung durchlebten oder an der Schwelle eines neuen Lebensabschnitts standen, wurden oft tagelang massiert. Alte Muster konnten auf diese Art und Weise losgelassen werden und man konnte sich als „neuer“ Mensch den nächsten Anforderungen stellen.

Liebevolle
Präsenz

Die liebevolle Präsenz des Therapeuten und Berührungen, die von Respekt, Achtsamkeit und Mitgefühl getragen werden, vermitteln die Botschaften „hier bist du sicher“ und „hier kannst du vertrauen“. Dadurch kann sich auch der Geist entspannen und der Gedankenfluss wird langsamer. Die lauten Geräusche und Gedanken des Alltags reduzieren sich und es kehrt Stille ein. Man „ist“ einfach, fühlt sich ganz bei sich und trotzdem verbunden mit allem was einen umgibt. In dieser Atmosphäre der Zeit- und Raumlosigkeit tankt sich die Seele auf und findet zurück zu innerer Gelassenheit und Harmonie.