

Chinesische Aromamassage mit Klang

Aromamassage, oder wie es der griechische Vater der Heilkunde, Hippokrates, ausdrückte, eine duftende Massage, erfreut sich schon seit langer Zeit grosser Beliebtheit. Es ist die Verbindung der heilenden Wirkung der Massage und den speziellen Heilkräutern duftender Pflanzen.

Jetzt erleben wir eine Renaissance der duftenden Massagen. Die chinesische Aromamassage, die älteste Form der Aromatherapie, kann auch bei spezifischen Leiden unserer Zeit eine grosse Hilfe sein. Sie ist ganz besonders geeignet, um Verspannungen und Stress abzubauen, und es lohnt sich, unsere schnelllebige Zeit, die uns mit sich reisst, für eine angenehm duftende Massage anzuhalten.

Essenzen können die Hautbarriere durchdringen. Ihre Moleküle werden so von der Haut um Schleimhäuten resorbiert. Auch die Zellmembranen sind für ihre Moleküle durchlässig. Über die Poren der Haut und die Haarfollikel dringen sie durch die verschiedenen Schichten der Haut, bis sie die feinen Blutkapillaren erreichen. Von dort dringen sie in den Blutsrom. Mit dem Blut gelangen sie zu allen Organen und reichern sich besonders in jenen an, zu denen sie eine besondere Affinität besitzen. Über die Lungen, die Nieren und die Haut werden die ätherische Öle wieder aus dem Körper ausgeschieden.

Die ätherische Öle sind Energieträger, sie enthalten die konzentrierte Lebens- und Heilenergie der Pflanzen, die über die Essenz an uns Menschen weitergegeben wird. Sie helfen uns, wieder aufzutanken, wenn wir erschöpft, traurig oder nervös sind. Die Essenzen, die eingefangene Lebenskraft der Pflanzen, können auch einen Prozess des Lebendigen anregen, Blockaden spürbar machen und uns durchlässiger werden lassen.

Wir atmen die Duftmoleküle ein und bereits in der Nase rufen sie die Riechschleimhaut eine erhebliche Wirkung in unserem Gehirn vor. Durch eine Reizung der Nervenenden der Riechschleimhaut links und rechts der Nasenwurzel gelangen diese Impulse über den Riechkolben direkt ins Zentrum unseres Gehirns. Dort entfalten sie ihre Wirkung im limbischen System, wo die Zentren sind für die Steuerung des vegetativen Nervensystems und seine Verknüpfungen mit unseren Emotionen und Affekten, mit unserem Nahrungs-

und Schlafbedürfnis. Dort ist der Sitz der Gefühle und der Erinnerung und noch einiges mehr.

So kommen bei der Chinesischen Aromamassage verschiedenste Wirkungen harmonisch zusammen: die Hautwirkung, die Organwirkung, der Einfluss über das Gehirn auf die Gefühle und die Wirkung auf die Muskulatur.

Unsere schnelle und ja auch spannende Zeit können wir nur gesund erleben, gestalten, geniessen und für innere Entwicklung nützen, wenn wir die Fähigkeit zur Ruhe nicht verlieren. Dabei können uns die duftenden Massagen eine Hilfe und Inspiration sein. Sie entspannen, erheitern, stimmen sinnlich und besinnlich.

Die duftenden Essenzen aus dem Pflanzenbereich schenken uns die Möglichkeit, wieder ganzheitlich, das heisst Körper und Seele gleichzeitig zu erleben. Lassen wir uns von den Aromamassage dazu bringen, heilsame Pausen einzulegen, unsere Sinne zu schärfen, der Sprache unseres Körpers und unserer Seele zu lauschen. Sie werden uns verraten, was wir brauchen, um gesund zu bleiben – oder um geheilt zu werden. So können wir den Anforderungen unseres heutigen Lebens gelassen ins Auge sehen.