

Hausarbeit
im Rahmen des Massagepraktikers
an der Paracelsus Schule in Nürnberg

Hawaiianische Lomi Lomi Massage
„Sanfte und tiefe Berührung mit dem Zauber von Hawaii“

Autor: Robert Flierl
Registrierungs-ID 4879
Februar 2015

Gliederung

1. Ursprung und Philosophie , S. 3-5

2. Behandlung, S. 6-11
 - 2.1 Ablauf der Behandlung, S. 12-16
 - 2.2 Griffe der Massage, S. 17-18
 - 2.3 Massagegriffe für den Behandlungsablauf, S. 19
 - 2.4 Anatomie, S. 20-21
 - 2.5 Die sieben hawaiianischen Prinzipien, S. 22-24

3. Erfahrungsberichte, S. 25

4. Schlussbemerkung, S. 26

5. Literaturhinweis, S. 27-28

1. Ursprung und Philosophie

„Lomi Lomi“, auch „Lomi Lomi Nui“ genannt, ist eine traditionelle hawaiianische Massageform, die Bestandteil der dortigen Naturheilkunde ist, insbesondere der Kräuterheilkunde (la´au lapa´au).

„Lomi“, was soviel bedeutet wie kneten, reiben, drücken ist eine alte traditionelle, rituelle hawaiianische Massageform/Körperarbeit, die zur Unterstützung und Vorbereitung bei Neuanfängen, Übergängen in bestimmten Lebensphasen (während der Pubertät, bei Hochzeiten und bei Krankheiten) gegeben wurde. Sie war also Teil von Initiationsriten beim Übergang in einen neuen Lebensabschnitt und auch der Priesterweihe, weshalb im Westen gerne und von „hawaiianischer Tempelmassage“ gesprochen wird.

„Nui“ heißt groß, wichtig oder einzigartig. „Lomi Lomi Nui“ lässt sich somit übersetzen als „einzigartiges starkes Kneten“, als der Begriff für eine spezielle Massageform.

Die Lomi Lomi-Heilungsmassage entstammt den alten Familientraditionen und wurden von den Kahunas (Meister), den hawaiianischen Schamanen/Heilern ausgeführt. Die im Westen als „Lomi Lomi“ angebotenen Massagen sind dagegen in erster Linie Wellnessbehandlungen.

„Lomi Lomi“ ähnelt in ihrer Ursprungsform eher therapeutischer Arbeit am Körper als einer Massage und hat den Anspruch, nicht nur den Körper, sondern auch die Seele zu behandeln. Sie ist Teil einer Heilbehandlung.

Jeder Heiler entwickelte seinen eigenen Massagestil gemäß der familiären Tradition, so dass es auch auf Hawaii nie nur einen „echten“ Lomi Stil gegeben hat. Mit der Christianisierung der hawaiianischen Bevölkerung durch amerikanische Missionare ab circa 1820 wurde die Ausübung der Naturreligion und auch der traditionellen Heilbehandlung verboten, so dass sie nur noch illegal möglich war. Als reine Entspannungsmassage blieb „Lomi Lomi“ jedoch erlaubt.

In Europa wurde sie erst Ende des 20. Jahrhunderts bekannt, vor allem als Wellnessmassage. Westliche Interpretationen der schamanischen Philosophie auf Hawaii sind unter dem Namen Huna (= verborgen, geheim) bekannt geworden.

„Lomi Lomi“ ist ein Massageritual, das früher nur innerhalb bestimmten Familien weitergegeben wurde. Ein Familienmitglied wurde in jungen Jahren ausgewählt, dieses Wissen zu erlernen, um Experte oder „Kahuna“ darin zu werden.

Durch die mündliche und praktische Überlieferung entwickelten sich im Laufe

der Zeit und Generationen verschiedene Lomi-Arten. Eines haben sie bis heute gemeinsam,

die Freude am Praktizieren
die liebende Anerkennung der zu behandelnden Person
die tiefe Beziehung zu allem Lebendigen
die feste Verbindung zur ganzen Schöpfung

Meike Gesine Hartmann

Die Art der „Lomi Lomi“, die seit 1981 außerhalb von Hawaii gelehrt wird, stammt von Kahu Abraham Kawai‘i aus Kanai, einem Kahuna . Er lehrte uns, dass die alten Völker auf der Welt, viel über die Bedeutung der Tempelstätte „heiaus“ verstanden.

Diese heiligen Stätten waren häufig nach bestimmten Stern- und Sonnenmustern ausgerichtet. Bei denjenigen, die eine „Lomi Lomi“ innerhalb dieser „heiaus“ erhielten, hinterließ die Lomi Lomi-Massage einen tiefen Eindruck und die Bereitschaft für eine Veränderung im Leben dieser Menschen.

Die zu behandelnde Person von heute hat genauso die Möglichkeit, die „Lomi Lomi“ als aktiven, heilenden Beginn eines neuen, bewußten Lebens zu erkennen, wenn er es seinen innersten Fähigkeiten erlaubt, die so lange unterdrückt wurden, sich zu entfalten.

Diese Art der Massage dauert mehrere Stunden, manchmal auch Tage und sollte den Menschen wieder in Kontakt mit der Schöpfung bringen. Sie dient zur Reinigung von Körper und Geist, zu Auflösung von Blockierungen, um Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen, neue Wege zu öffnen, alte Muster aufzulösen, den Menschen wieder in die Harmonie zu bringen, so dass seine Energien wieder fließen können. Denn nur wenn der Mensch im Gleichgewicht ist, so die hawaiianische Lebensphilosophie HUNA, kann er gesund und glücklich leben.

Die Hawaiianische HUNA-Lebens-Philosophie (nach Serge King) mit ihren sieben Grundprinzipien, die das Leben und Handeln eines Menschen beschreiben. Die sieben Prinzipien lauten wie folgt:

1. Ike = Die Welt ist so, wie du sie siehst
2. Kala = Es gibt keine Grenzen
3. Makia = Energie folgt der Aufmerksamkeit
4. Manawa = Jetzt ist der Augenblick der Macht
5. Aloha = Lieben heißt, glücklich sein mit ...
6. Mana = Alle Macht kommt von innen
7. Pono = Wirksamkeit ist das Maß der Wahrheit

Quelle: „Der Stadtscharmane“ von Serge Kahili King

Von Serge Kahili King wurde auch Kahi Loa entwickelt, wonach die sieben Elemente des hawaiianischen Schamanismus durch Berührung und Vorstellung genutzt werden: Feuer, Wasser, Wind, Stein, Pflanze, Tier und Mensch.

„Lomi Lomi“ ist die alte Bezeichnung für die Arbeit mit der Lebenskraft von Körper, Geist und Seele des Menschen. Darum gab es früher in jedem einzelnen Dorf, in allen Bezirken, ja sogar auf der gesamten Inselgruppe Lomi Lomi-Meister, auf die sich die Bewohner verließen und denen sie vertrauten.

Eine Ausbildung zum Lomi Lomi-Praktizierenden dauerte viele Jahre. Abhängig von seinem oder ihrem Verständnis der zahlreichen Aspekte von „Lomi Lomi“ durfte der oder die neue Schüler/in während der ersten drei Jahre oder länger noch keinen Patienten berühren.

Die Konzepte von „Lomi Lomi“ sind auf der einen Seite komplex und weitläufig und auf der anderen Seite einfach, wenn man Funktion, Prinzip und Absicht hinter dieser heiligen, traditionellen hawaiianischen Heilmethode begreift. Eine ganz entscheidende Aufmerksamkeit bekommt dabei das Konzept des „In-die-Knochen-hinein-Sprechens“ auf körperlicher und energetischer Ebene, weil es dem Patienten dabei hilft, den Praktizierenden so tief wie möglich arbeiten zu lassen, damit das erwünschte Ergebnis auch erzielt wird.

Um das notwendige Maß an kurz- und langfristiger Heilung zu erzielen, verwendet man eine Vielzahl von Techniken, die in Verbindung mit dem Muskelspindelmechanismus wirken, was eine schnelle Reaktion der jeweiligen behandelten Muskelgruppe zur Folge hat. Die Fähigkeit, durch die Muskeln und das weiche Gewebe bis tief „in die Knochen“ zu arbeiten, ist wichtig, weil auf dieser Ebene alle Erinnerungen an vergangene Traumata, Verletzungen und emotionale Bindungen gespeichert sind. In vielen indigenen Kulturen gelten die Knochen als wichtigster und am besten geschützter Teil der physischen und energetischen Struktur des Menschen. Indem man eine Verbindung mit den Knochen herstellt, erreicht man so eine Verständigung auf seelischer Ebene, dass göttliche Heilung stattfinden kann.

Heute hat „Lomi Lomi“ von Hawaii aus buchstäblich die ganze Welt berührt. In den richtigen Händen (Lomi Lomi-Meister) kann sie tiefgreifende Wirkungen haben, wenn Geist und Herz sich allen Möglichkeiten der Heilung öffnen, ganz gleich aus welchem Kulturkreis man stammt.

E wehe i Ku umauma i ákea

„Öffne deine Brust weit, so dass viel Platz in ihr ist.
Sei zu allen großzügig und freundlich.“

2. Behandlung

Bei der Massage ist der Klient nackt, da jedes Kleidungsstück den Energiefluß des Körpers stören würde. Die Schamzone wird dabei mit einem kleinen Handtuch abgedeckt.

Die Massage kann hilfreich sein, um kleinere Beschwerden des Alltags zu lindern.

Man sollte sich allerdings nicht massieren lassen, wenn man unter den folgenden Krankheiten leidet:

- akute Entzündungen
- Gefäßerkrankungen
- Bandscheibenvorfall
- Epilepsie
- sehr niedriger Blutdruck
- Venenleiden
- schwere Krebserkrankungen
- Risikoschwangerschaft
- akuter Migräneanfall
- akuter fieberhafter Infekt oder Grippe

Das Ziel einer Lomi Lomi-Massage ist die Anregung der Selbstheilungskräfte, des Stoffwechsels, der Durchblutung, der Lymphe, der Sinne, Entspannung der Muskulatur, Lockerung der Gelenke, Verbesserung der Beweglichkeit, Auflösen von Stress, alten Mustern, Traumata, die unser Körper abgespeichert hat (Zellgedächtnis), allgemeines Wohlbefinden, „im Einklang mit sich und der Welt“ sein.

Eine Lomi Lomi-Massage bewirkt positiv:

- Tiefenentspannung und Loslassen auf allen Ebenen des Seins
- Aktivierung der linken und rechten Gehirnhälfte
- Lösen von Muskelverspannungen
- Förderung der Beweglichkeit
- Abbau und Verbesserung im Umgang mit Stress und Mobbing
- Abtransport von Schadstoffen über das Lymphsystem
- Verbesserung der Leistung und Konzentration
- Ausschüttung von Glückshormonen (Endorphinen)
- Lösen des Zellgedächtnisses für Störungen und Blockaden
- Verstärkung des Selbstwertbewußtseins

Diese Form der hawaiianischen Lomi-Massage diene als Teil eines alten Heilrituals. Ein Mensch wurde so lange behandelt, bis Körper, Geist und Seele

bereit waren für den nächsten Schritt, einer neuen Herausforderung eine Zeit für die Seele zum Atem holen.

Die Erkenntnis, dass ALLES mit ALLEM verbunden ist!!!

Das Besondere der Lomi-Massage ist eine innere Haltung von Respekt, Einfühlungsvermögen, Achtsamkeit, sozialer Kompetenz und Freude, den Anderen zu berühren.

Eine Lomi-Anwendung dauert im „Wellnessbereich“ circa zwei Stunden, wo dabei der Atem, die Musik und kostbares Öl wesentliche Bestandteile der Arbeit sind.

Eine Lomi-Massage ermöglicht es, den Körper und seine Energie in Bewegung zu bringen, Spannung loszulassen, bei sich selbst anzukommen, Leichtigkeit zu spüren und Berührung zu genießen.

Durch Vielfältigkeit und Bandbreite zwischen den schwungvollen Kräftigungen und dann auch wieder zarten meditativen Massagegriffen werden die ursprünglichen Sinne geweckt und die Lebensenergie fließt wieder. So kann man ein natürliches Körpergefühl, Selbstbewusstsein, mehr Lebensfreude entwickeln und lernen, etwas für den ganz persönlichen Reifungsprozess.

Eine hawaiianische Lomi Lomi-Massage ist geprägt von großen und langen Streichungen (mit viel wohltuenden und duftenden Ölen), in der vor allem auch die Unterarme (Backstrokes) mit zur Anwendung kommen, von bestimmten Bewegungen, dem sogenannten Navigatoren- oder Fregattvogelschritt (Flying), der die Harmonie und die Leichtigkeit der Massage unterstreicht und den Ausführenden dadurch nicht ermüden lässt - im Gegensatz zu vielen anderen Massageformen.

Rhythmus, Tempo, Druck und Massagegriffe werden individuell dem jeweiligen Zustand (Körperlandschaft, Beschwerden usw.) angepasst.

Eine Lomi-Massage dient nicht nur der Entspannung, sondern ihrem Anspruch nach auch der körperlichen, seelischen und geistigen Reinigung. Die Huna-Auffassung von Gesundheit und Krankheit ähnelt der in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). In einem gesunden Körper fließt die Energie (mana), Krankheiten verursachen Blockaden, die sich körperlich als Verspannungen manifestieren. Die Massage soll die Blockaden auf körperlicher und seelischer Ebene lösen und die Harmonie von Körper, Geist und Seele wiederherstellen.

Die Anwendung der Massage dauert rund zwei Stunden. Es wird viel Öl verwendet, ursprünglich das von der Kukai-Nuss. Der Behandler arbeitet nicht nur mit den Händen, sondern mit dem gesamten Unterarm, einschließlich der Ellenbogen. Es gibt auch die vierhändige Lomi-Massage, die von zwei Personen gleichzeitig und synchron ausgeführt wird. Die vierhändige Anwendung (also zwei Therapeuten) vermittelt besonders intensiv das Gefühl der absolu-

ten Schwerelosigkeit. Synchroner Bewegungen und Berührungen des Körpers erzeugen ein Erlebnis, in dem sich der Verstand ergibt, man die Kontrolle fallen lässt und der Geist frei wird. Man taucht ein in einen Ozean bedingungsloser Liebe, Geborgenheit und Glückseligkeit! Besser „Relaxen und Entspannen“ kann man wohl kaum. Die Bewegungen sind grundsätzlich fließend und leicht schaukelnd, wobei die „echte“ Behandlung von hawaiianischer Musik und Gesängen begleitet wird, zu denen sich der Masseur im Rhythmus rund um den Massagetisch bewegt. Bei der Anwendung kann man die Stärke variieren. So kann sie sehr sanft, zart und beruhigend sein, aber auch fordernd und kräftig in den Schmerz gehend, um tiefliegende Spannungen aufzulösen.

Die Massage beginnt in Bauchlage, mit dem Rücken, der nach schamanischer Sichtweise der Ort der Vergangenheit ist. Im Anschluss wird der vordere Teil des Körpers bearbeitet, wobei der Bauch als Ort der Gefühle und der Erinnerungen gilt.

Dem spirituellen Hintergrund entsprechend wird vor und nach der Lomi-Massage ein Gebet gesprochen.

Das Wort „Massage“ ist zwar oft gefallen, trifft den Kern der Anwendung aber nicht völlig. Da es bei der „Lomi“ auch sehr viel darum geht, den Körper zu dehnen und zu strecken, kann man eher von einer Ganzkörperanwendung oder von Körperarbeit sprechen. Alle Gliedmaßen und auch Gelenke finden dabei die gleiche Beachtung.

Die Lomi Lomi-Massage ist also vielmehr ein reinigendes und harmonisierendes Ritual, das den Körper unterstützen soll, sich von belastenden Energien zu befreien. Durch die tiefe Entspannung während der Massage erlebt man sich intensiv im Körper. Man nimmt sich bewusst wahr, spürt sich neu, erlebt innere Harmonie und das Gefühl von Selbstliebe und Geborgenheit, das durch den Körper strömt.

Darin ist wohl auch die Ursache zu sehen, warum diese Behandlung auch in Europa immer stärkere Beachtung findet und Jobs für Masseur der Lomi-Technik immer beliebter werden. Zahlreiche Ausbildungen zum Thema „Lomi Lomi Nui“ – werden angeboten, die jedoch meist nicht ihren Ursprung bei den hawaiianischen Kahunas (spirituelle Meister) haben.

Wahre Entspannung ist immer auch eine Frage der richtigen Umgebung. Daher lädt der Raum, in dem die Lomi-Massage gegeben wird, zum Wohlfühlen ein und soll schon durch das Ambiente und die angenehm hohe Raumtemperatur natürliche Behaglichkeit bieten.

Sanfte hawaiianische Klänge sowie angenehm duftende Ölmixturen begleiten den Weg in ein traumhaftes Wohlfühlerlebnis, das erfüllt ist von Liebe, Frieden und Harmonie.

Ein Lomi-Masseur singt vor der Anwendung ein hawaiianisches Heilgebet. Damit soll von den höheren Selbsten Unterstützung erbeten werden, so dass sich

Körper, Geist und Seele von ihren Problemen befreien können und die Möglichkeit zur inneren Ruhe geschaffen wird.

Jeder Teil des Körpers erfährt durch sanftes Drücken, Streichen und Dehnen unter warmen Ölgüssen die Aufmerksamkeit, die er benötigt. Dies geschieht so lange, bis alle Sinne erst die Sorgen des Alltags und schließlich sogar Raum und Zeit vergessen lassen. Hat man erst einmal wirklich losgelassen, so wird man an einen imaginären Ort getragen bzw. in einen Bewusstseinszustand tiefster und einzigartiger Entspannung!

Die Lomi-Massage mündet nach ca. 120 Minuten in dankbaren und zufriedenen Gedanken, die sich im völlig gelösten Gesichtsausdruck erahnen, aber nicht völlig in Worten beschreiben lassen.

Die Haut ist weich und entspannt, jeder Muskel erholt und jeder Punkt des Körpers ist wieder als ein wertvoller Teil des gesamten Wunderwerkes unseres Körpers wahrnehmen.

Übrigens haben Lomi Massagen auch in der Medizin und nach operativen Eingriffen ihre positiven Effekte bewiesen. Nach diversen Fettabsaugungen können Massagen den Heilungsprozess fördern und durch die stärkere Durchblutung eine spätere Narbenbildung verbessern.

„Lomi Lomi“ ist ein heiliges Massageritual, das durch die Kraft der Berührung von Kopf bis Fuß wirkt. Dabei wird eine sehr intensive Atemtechnik angewandt und Energie freigesetzt. Diese Energie fließt und ermutigt den Empfangenden, sich stärker auf die Körperarbeit einzulassen.

Es ist das oberste Gebot für den Praktizierenden, sich ganz auf den Klienten einzustellen, da dieser während der Zeit der völligen Entspannung stark sensibilisiert ist. „Lomi Lomi“ ist eine Ganzkörpermassage. Dabei wird der Intimbereich bewußt ausgeschlossen!

„Lomi Lomi“ erinnert an bekannte Techniken wie Rolfing, Akupressur, Reflexzonenmassage und hat auch Elemente des Handauflegens. Wer sich in dieser Technik auskennt, wird auch manches aus der schwedischen-, der Esalen-Massage und aus Polarity wiederzuerkennen glauben.

UND DOCH IST „LOMI LOMI“ ETWAS VÖLLIG ANDERES!

Lassen wir uns auf das Abenteuer ein, eine für uns neue Entspannungstechnik kennen und lieben zu lernen. Es gibt unendlich viele Möglichkeiten zur Veränderung, Entwicklung und zum inneren Wachstum.

„Lomi Lomi Nui“ – die Tempelmassage aus Hawaii ist die Königin der Massagen, Energie folgt der Aufmerksamkeit, ein Weg zur Entspannung und Selbstfindung. Die Massage wirkt so tief, dass Körper, Geist und Seele berührt werden.

Lomi-Anhänger gehen von der Vorstellung aus, dass der Körper nur dann gesund sein kann, wenn er frei von belastenden Energien ist. Für ihn bedeutet Spannung gleich Krankheit. Solche Spannungen treten beispielsweise auf, wenn ein Mensch längere Zeit unter Stress steht, durch Sorgen, Ängste oder Aggressionen belastet wird.

„Lomi Lomi Nui“ ist in der Lage, Spannungen und schmerzhaft seelische Erfahrungen in vielen physischen und psychischen Bereichen aufzulösen. Die Massage kann Emotionen auslösen, die behutsam gelöst werden und Platz für Wohlbefinden schaffen.

„Lomi Lomi“ geht tief in das Gewebe, wo viele alte und junge Verspannungen wohnen und sich angesiedelt haben. „Lomi Lomi Nui“ kann sehr direkt eine fehlende Ausgewogenheit ansprechen, in den Verspannungen und Blockaden, die von allen möglichen Erlebnissen, Unfällen, Stress und alten Gedankenmustern herrühren, in Balance geführt werden und sich so lösen können. Indem man sich tief entspannt, zu sich kommt und sich wieder neu spürt, bietet „Lomi Lomi“ auch die Gelegenheit, die Vergangenheit loszulassen und Neuem Platz zu machen. Nach der Körperarbeit sehen auch die schlimmsten Probleme besser aus! Der Körper ist Reflexion unseres gesamten Wesens. Alles was wir je erlebt haben und was wir daraus gemacht haben, ist in der Muskulatur und im Gewebe gespeichert. Durch gezielte Körperarbeit eröffnen sich neue Räume und Möglichkeiten. Aus Gewohnheitsmustern erblühen Wahlmöglichkeiten, Gefühle werden angenommen, Verspannungen lösen sich und unsere würdevolle Präsenz ist unmittelbar erfahrbar.

Oft tauchen innere Bilder auf, die die Seele braucht, um Heilung herbeizuführen.

Die langen, geschmeidigen und gefühlvollen Massagestriche verbinden alle Körperregionen und vermitteln das Gefühl von tiefer Geborgenheit in sich selbst. Nach nur wenigen Minuten beginnen die Muskeln loszulassen, der Geist fängt an sich zu entspannen, und sämtliche störende Gedanken verschwinden. Es stellt sich ein Gefühl von schwerelosem Gleiten ein, das man am liebsten nicht mehr verlassen möchte.

Eine wiederkehrende, tiefe Entspannung verändert das Leben positiv, in vielen Bereichen wie Gesundheit, Schönheit, Vitalität, Kraft, Mut, Partnerschaft, Kreativität, Verhalten in Gesellschaft, Schule und Beruf.

Ein Gegenpol zu Stress und Überforderung gewinnt an Raum und Wert. Es entstehen Gefühle von Geborgenheit und Lebendigkeit. Kostbare Öle werden verwendet, die Massage wird von melodischer Musik begleitet. Mit der Massage wird in allen Lebensbereichen positive Veränderungen unterstützt. Ihr Ziel ist es, über den Körper auch die Seele zu erreichen. Mit Hilfe dieser wohltuenden und heilsamen Massage gelingt es, negative Gedanken und Gefühle zu reduzieren oder aufzulösen. Optimismus und Vertrauen in die Zukunft werden verstärkt.

„Lomi Lomi Nui“ – die Königin unter den Massagen ist eine Mischung aus Ritual, Tanz und Körperarbeit, die von den weisen Kahunas auf Hawaii im Tempel, also von den traditionellen Heilern von Hawaii, den Experten oder Kahunas praktiziert wurde. Sie wurde und wird als eine Methode neben der Kräutermédisin, dem Hula Tanz und seinen Gesängen, neben Diäten und Ritualen verwendet. Daneben haben sich auch viele Familienmassagen entwickelt, denen die verschiedensten Namen gegeben wurden.

„Lomi“ bedeutet aber auch, mit den samtene Pfoten einer zufriedenen Katze berühren. Sie bezeichnet eine Art der Massage, die jenes Wohlbefinden vermittelt, welches auch das genüssliche „Babytreten“ unserer Hauskatze zum Ausdruck bringt. Die Verdoppelung des Wortes erhöht seine Bedeutung um ein Vielfaches. „Nui“ heißt „wichtig, einzigartig, groß“, „Lomi Lomi Nui“ ist also eine Massage, die einzigartiges Wohlbehagen vermittelt.

2.1 Ablauf der Behandlung

Der Massageraum lädt zum Wohlfühlen ein und fördert die Entspannung mit Hilfe einer angenehm hohen Raumtemperatur. Bei der Massage wird viel gutes, wohlduftendes und vorher erwärmtes Öl verwendet, was zu einer geschmeidigen Haut führt.

Die Massageliege muss genügend gepolstert sein, (mindestens fünf Zentimeter dick) und einen ölresistenten Überzug haben.

Beim Klienten muss man für warme Füßen sorgen und auf eine bequeme Lagerung achten.

Eventuelle Kontraindikationen oder eine Allergie gegen bestimmte Öle müssen vorher abgeklärt werden.

Die Originalmassage wird zur angenehmen hawaiianischen Musik und Klängen durchgeführt.

Nach der Massage etwas zu trinken anbieten und ein Nachgespräch führen.

Der Masseur beginnt die Massage, in dem er seinen Klienten auffordert, einen Wunsch zu äußern (diesen muss der Klient nicht laut aussprechen), um den inneren, seelisch-geistigen Heilungsprozess zu fördern. Die hawaiianischen Heiler (Kahunas) sagen, dass unsere Erinnerungen in den Zellen gespeichert sind. Das Ziel einer Lomi Lomi-Massage ist daher, den Einklang zwischen Mensch und Natur herzustellen. Der Masseur beginnt mit rhythmischen, tiefgreifenden und dynamischen Massagegriffen (Back strokes am Rücken). Im Gegensatz zu anderen Massagetechniken wird bei der „Lomi Lomi“ viel mit dem Einsatz der Unterarme und mit Körperdehnungen gearbeitet. Die Massage wird geschmeidig sowie fließend ausgeführt. Wichtig bei einer Lomi Lomi-Massage ist vor allem die innere Einstellung des Bodyworkers, erst dann seine Massagetechnik.

Vor der Massage wird der Körper gedehnt, damit sich jede Muskelpartie lockern kann.

Die Behandlung beginnt mit dem Rücken. Dieser wird als Ort der Vergangenheit angesehen.

Danach wird der vordere Teil des Körpers massiert. Dabei gilt der Bauch als Ort der Gefühle und Erinnerungen und damit als Ort der Vergangenheit.

Jedes Körperteil wird massiert. Die Stärke der Massage kann innerhalb der Behandlung variieren. Sie reicht von sanft und entspannend bis zu fordernd und in den Schmerz gehend. Letzteres wird angewendet, um tiefliegende Verspannungen zu lösen.

Manchmal hält der Masseur an einer Körperstelle inne. Die von der Handfläche ausgehende Wärme breitet sich aus und führt beim Klienten zu einem angenehmen Kribbeln in den Füßen und Fingerspitzen.

Nach der Massage ist nicht nur der Körper entspannt, sondern auch der Geist. Jeder Muskel ist erholt und sie fühlen sich eins mit ihrem Körper. Die Anwendung ist ein kurzer Wohlfühlurlaub für Körper und Seele.

He Ké hau ho´oma éma é Ke aloha

„Liebe ist wie reinigender Tau.

Liebe beseitigt den Schmerz“.

Lomi Lomi Grundbegriffe

- Pule -

Echtes „Lomi Lomi“ beginnt immer mit einem Pule bzw. Gebet, das man in Gedanken, Worten oder einem traditionellen hawaiianischen Gesang ausdrückt. Man geht immer davon aus, dass die Heilung in Gottes Hand oder beim höheren Selbst des Empfängers liegt, das direkt mit Gott verbunden ist. Außerdem hilft Pule dem Empfangenden, sich für die Möglichkeit einer Heilung sowie für die Wahrnehmung subtilerer Wirklichkeits- und Bewusstseins Ebenen zu öffnen.

Vor Beginn einer Lomi Lomi-Behandlung sollte man an der richtigen inneren Einstellung arbeiten. Hierbei sind Übungen nützlich, die die eigene Mana (Energie) verstärken und einem helfen, sich nicht selbst zu behindern. Hawaiianer singen oder summen oft leise bei der Arbeit, was auch eine beruhigende Wirkung auf ihre Klienten hat.

Es gibt viele wunderschöne, heute noch geläufige Geschichten, die die enge Verbindung zwischen allen Dingen und die innige Verbindung der Hawaiianer für ihre Heimat schildern.

Außer in der Heilkunst setzt man Zeremonien auch bei vielen anderen Anlässen ein, wobei man ti-Blätter oder hawaiianisches Salz, Musik oder Gesänge, verwendet und um Segen und Unterstützung der Kúpuna (Ältesten oder spirituellen Vorfahren) bittet.

Die hawaiianische Sprache besitzt heilende Schwingungen und es heißt, dieses sei die Absicht der Vorfahren gewesen. Das folgende schöne Gebet kann man vor und nach einer Behandlung verwenden.

Aloha e ke Akua. E ho'olohe i ká mákou pule ha'aha'a.
Mahalo a nui loa no kéia lá a me ná makana nui áu i há'awi maila. E ho'opómaika'i mai iá mákou a pau me kou hau'oli, ka maluhia a me ke aloha. 'Ámene.

Wir grüßen dich in Liebe, o Gott. Höre unser demütiges Gebet. Wir danken dir so sehr für diesen Tag und die vielen Gaben, die du uns gegeben hast. Segne uns alle mit Deiner Freude, Deinem Schutz und Deiner Liebe. Und so ist es.

Die Einschätzung heute ist, daß die Praktizierenden wissen, daß sich die Kunst irgendwo in der Mitte zwischen dem Aberglauben der Vergangenheit und der starren Objektivität der modernen Wissenschaft bewegt. „ Es ist alles

Einbildung“, sagt man nicht mehr, um anzudeuten, daß es etwas in Wirklichkeit nicht gibt oder Körper und Geist getrennt sind. Allen Arten indigener Medizin (die auf dem Wohlergehen der Menschen und nicht nur auf Gewinn beruhen) sind die Prinzipien bezüglich der Wiederherstellung von Gesundheit und Krankheitsverhütung gemeinsam:

- Innere Reinigung, insbesondere des Dün- und Dickdarms
- Lösen oder Entfernen von Blockierungen, Krankheitserregern, schädlichen Einflüssen oder Überzeugung, mit denen man sich selbst sabotiert.
- Positive Einstellung und richtiges Denken
- Aufrichtiger Glaube an Achtung vor und Akzeptanz einer höheren Macht.
- Methoden zur Verbesserung der Durchblutung, z. B. Schwitzhütte oder Massage.
- Verwendung einer örtlich verfügbaren, der Heilung förderlichen Substanz, wie Ton, Kräuter oder andere Pflanzen.
- Zeremonie zum Willkommenheißen von großen Veränderungen im Leben (Geburt, Pubertät, Wechseljahre und Tod).
- Akzeptanz und Glaube an die traditionelle Verfahren und an den Behandelnden.

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Behandlungsabläufe der Lomi Lomi-Traditionen, die aus zahlreichen verschiedenen Orten der Insel stammen. Einen alleingültigen Lomi Lomi-Behandlungsablauf gibt es nicht – jeder hat seine Vor- und Nachteile. Manche mögen bestimmten Ergebnissen förderlich sein oder sich auf besondere Körperbereiche konzentrieren, doch es gibt so viele Abläufe wie es Kúpuna gibt, die das ihnen Überlieferte und Einzigartige weitergeben.

Oft verwechseln Praktizierende auch das Ergebnis mit ihren Fähigkeiten. Man sollte sich zwar jede Mühe geben, eine möglichst wirksame und individuelle Behandlung zu geben, aber der Praktizierende darf nicht vergessen, dass er nur ein Kanal für die heilenden Energien ist. Da manche Klienten noch nicht völlig bereit oder in der Lage sind, den alten Zustand loszulassen und den sie erwartenden Segen von Wohlbefinden und Freude zu empfangen, erreicht der Praktizierende vielleicht nicht das erhoffte Ergebnis. Trotzdem endet jede echte Lomi Lomi-Behandlung mit einem von Herzen kommenden Gefühl der Dankbarkeit (Mahalo).

Bei der Technik zeigt „Lomi Lomi“ die für sie typisch extreme Vielfältigkeit. Es gibt nicht nur keinen alleingültigen Lomi Lomi-Ablauf, sondern auch keine Standardtechnik. Bei manchen Stilen benutzt man Hände und Füße (traditionelle Lomi-Stile) und bei manchen auch die Unterarme (Massagetisch-Stile). Bei der Ausübung mit den Füßen wird mit verschiedenen Druckintensitäten und mit Hilfe des eigenen Atems der Körper behandelt. Die Behandlung geht tief in das Gewebe. Die Arbeit hinterlässt nach der Massage ein heilendes Wohlgefühl. Der Körper ist lebendig, durchlässig und warm. Es ist ein Zeichen des Respekts, wenn man alles, was der eigene Kumu tut, bis ins letzte Detail nachahmt. Jede Abweichung galt früher als äußerst respektlos, da die Techni-

ken dadurch Gefahr liefen, an Heiligkeit und Wirksamkeit einzubüßen oder - im schlimmsten Fall - für kommende Generationen verloren zu gehen.

„Lomi Lomi“ scheint auf den ersten Blick eine Version der traditionellen schwedischen oder klassischen Massage zu sein. Die Massagegriffe wirken auf den Körper, das heißt Körperflüssigkeit wie Blut und Lymphflüssigkeit werden dadurch in Bewegung gebracht. Bei den traditionellen fernöstlichen Techniken verwendet man hauptsächlich Druckpunkte, um auf Energie, Nerven und Meridiane zu wirken. Für die meisten auf Hawaii geborenen Menschen ist „Lomi Lomi“ ohne die begleitende spirituelle Arbeit wie Schwimmen ohne Wasser!

Heute praktiziert man „Lomi Lomi“ gewöhnlich auf einem Massagetisch oder einer Massageliege und benötigt Öl (Kokosnuß, kukui oder anderes Pflanzenöl), außerdem werden erhitzte Steine, Kräuter oder Salzwasser verwendet. Während man dem ganzen Menschen bedingungslose Liebe schenkt, dehnt man Muskeln und Bindegewebe in ihrer Länge und Breite, lockert steife Gelenke, regt die Durchblutung an und korrigiert sanft die Lage der inneren Organe.

Einige Lomi Lomi-Meister praktizieren tiefes „Lomi Lomi“ hauptsächlich mit den Fingern und den Handballen. Ihre Hände „hören“ auf den Körper ihres Klienten „reden“ mit ihm und dringen dann tief in die Problemzonen des Gewebes ein. Ihre Finger bewegen sich in mehrere Richtungen, um Narbengewebe und Knoten in den Muskeln zu lösen. Der Körper wird auf liebevolle, aber nachdrückliche Weise wie in geschmeidigen Knetgummi verwandelt.

Nach wie vor arbeiten noch viele Praktizierende eng mit der Natur zusammen, sie verwenden Kräuter, Umschläge, Salzwasser, ti-Blätter, aus der noni Pflanze gewonnene Salben, aus den Ästen des Guava-Baums hergestellte Lomi-Stöcke, warme Lavasteine und andere natürliche Mittel zur Anregung der Durchblutung, Verringerung von Schwellungen, Linderung von Schmerzen und Neuausrichtung des Körpers.

2.2 Griffe der Massage

Die folgende Beschreibung der Griffe stammt aus vielen mündlichen und schriftlichen Quellen und dient zur Information und zum Nachschlagen.

Die Beschreibung der Griffe kann eine persönliche Ausbildung und Anleitung durch einen Kumo oder einen Lomi-Lomi Kurs nicht ersetzen.

„Lomi Lomi“ ist die Bezeichnung für die knetenden Bewegungen bzw. die gesamte Massagebehandlung und beschreibt den körperlichen, geistigen und spirituellen Heilungsprozess.

Küpele

Es ist ein anderer Ausdruck für kneten und vergleichbar mit Petrissage, wobei rhythmische, sich abwechselnde kreisförmige Knetbewegungen das Gewebe erst zusammendrücken und dann quetschen. Die gegenüberliegenden Hände machen abwechselnde, sich überlappende Kreisbewegungen und zeigen dabei in die gleiche Richtung.

Kaomi

Dieser Begriff beschreibt alle zusammendrückende Bewegungen. Man benutzt Unterarme, Finger, Handflächen ja sogar Füße, um die Muskeln zusammenzudrücken.

Kahi

Dies ist die Bezeichnung für leichte, gleitende Streichungen oder Effleurage, die eine äußerst beruhigende Wirkung haben und dem sanften Streichen über einen Katzenrücken ähneln.

Kahi-Streichungen kann man auch quer zu den Knochen und Muskelfasern machen. Man sollte auch die meisten gleitenden Striche über Arme und Beine stets nach oben ausüben. Dabei unterstützt man den Rücklauf von Blut in den Venen und Lymphflüssigkeit zum Herzen.

Ku´i,

Auch Klopfung oder Tapotement genannt.

Mit den Handflächen oder gar Fäusten klopft man das dicke fleischige Gewebe auf rhythmische Weise weich, wobei man knochige, verletzte oder empfindliche Bereiche immer vermeidet oder ausspart.

Hamo,

Mit Öl streicheln oder einreiben.

Damit ist eine Art Segnung eines Priesters oder Kahuna gemeint, da man eine Substanz mit spiritueller Absicht auf die Haut aufträgt. Man empfiehlt deshalb ein qualitativ hochwertiges, reines Massageöl zu verwenden und sich während dieser Streichung gut auf seine Absichten zu konzentrieren.

Ópá

Ähnlich wie bei der Walkung der klassischen Massage oder beim Teigkneten wird der Muskel von beiden Händen gedrückt und gezogen. Wie alle knetenden Griffe macht auch dieser das Gewebe weich, dehnt es und verbessert erheblich die Durchblutung.

2.3 Massagegriffe für den Behandlungsablauf

hamo:	Auftragen von Öl mit spiritueller Absicht
kahi:	therapeutisches Berühren, gleitende Streichungen
kaomi:	Drucktechnik
küpele:	abwechselndes Kneten mit den Händen
lomilomi:	beruhigendes Kneten
ʻopa:	Quetsch- und Dehngriffe
pule:	Gebet
Schieben mit Unterarm:	der Unterarm gleitet, während man sich in die Bewegung lehnt
Unterarm lomi:	abwechselnde Knetbewegungen mit dem Unterarm
wiggley-wiggley:	Hin- und Herwackeln entlang der Wirbelsäule

2.4 Anatomie

Muskeln in Regionen aufgeteilt:

Die Einteilung der Muskulatur nach Regionen erleichtert dem Laien die Suche.

- Armmuskeln
- Beinmuskeln
- Halsmuskulatur und Nackenmuskeln
- Hüftmuskulatur
- Kopfmuskeln
- Rumpfmuskulatur

Muskelaufbau:

Einzelne Muskeln lassen sich am Körper gut abgrenzen. In der Ausübung ist dieses jedoch nicht der Fall. Auch bei einfachen Bewegungen und Tätigkeiten sind mehrere Muskelgruppen beteiligt und das Zusammenwirken sehr verschieden und komplex.

Was ist Ansatz und was ist Ursprung?

Skelettmuskeln haben meist zwei Anheftungspunkte. Der weniger bewegliche Teil wird Ursprung genannt, der beweglichere Ansatz. Im Allgemeinen beschreibt man weiterhin den Muskelbauch und die Verbindung zum Anheftungspunkt: die Sehne

Synergisten und Antagonisten:

Beide sind die sogenannten funktionellen Gruppen:

Muskeln, die bei einer bestimmten Bewegung zusammenarbeiten, werden Synergisten genannt.

Antagonisten sind die Gegenspieler.

Glatte und quergestreifte Muskeln:

Quergestreifte Skelettmuskulatur:

Bei der Skelettmuskulatur bezeichnet man die Muskelzelle als Muskelfaser. Die Muskelzellen sind regelmäßig angeordnet. Die Muskelkontraktion ist willkürlich steuerbar.

Quergestreifte Herzmuskulatur:

Die Herzmuskulatur ist zwar auch quergestreift, unterscheidet sich aber von der Skelettmuskulatur u. a. in folgenden Punkten. Der Herzmuskel ist ein Verband von unregelmäßig angeordneten Muskelzellen. Die Kontraktion ist unwillkürlich und rhythmisch.

Glatte Muskulatur:

Glatte Muskelzellen denen die Querstreifung fehlt, gehören zu der Muskulatur der Organe (Magen, Gebärmutter, Prostata ...). Die Zellen sind spindelförmig, kontrahieren sich unwillkürlich und langsam. Sie sind deutlich schmaler als die Zellen der quergestreiften Muskulatur.

Anatomisch:

Ringmuskel: Ziliarmuskel zur Verformung der Linse des Auges, Schliessmuskeln um After, Mund, Auge, Blasen- und Magenausgang.

Hohlmuskel: Speiseröhre, Darm, Magen.

Spindelförmige Muskeln: Musculus soleus (Skelettmuskel der unteren Extremität)

Mehrbäuchige Muskeln: Musculus retus abdominis (gerader Bauchmuskel)

mehrköpfige Muskeln: Musculus biceps brachii (zweiköpfige Oberarmmuskel), Musculus triceps brachii (dreiköpfige Oberarmmuskel)

Kontraktionsarten:

isotonisch („gleichgespannt“): Der Muskel verkürzt sich ohne Kraftänderung.

Isometrich („gleichen Maßes“): Die Kraft erhöht sich bei gleichbleibender Länge des Muskels. Im physikalischen Sinne wird keine Arbeit geleistet, da der zurückgelegte Weg gleich null ist.

Auxotonisch („verschieden gespannt“): Sowohl Kraft als auch Länge ändern sich. Das ist der häufigste Kontraktionstyp bei Alltagsbewegungen.

Aufbau und Funktion:

Jeder Muskel ist von einer elastischen Hülle aus Bindegewebe (Faszie) ummantelt, die mehrere Fleischfasern umschließt. Diese wiederum sind mit Bindegewebe umschlossen und werden so zusammengehalten. Jede Fleischfaser unterteilt sich in mehrere Faserbündel, die zueinander verschiebbar gelagert sind, damit der Muskel biegsam und anschmiegend ist. Diese Faserbündel sind eine Vereinigung von bis zu zwölf Muskelfasern, die durch feines Bindegewebe mit Kapillargefäßen vereint sind.

2.5 Die sieben hawaiianischen Prinzipien

IKE - sehen: Die Welt ist so, wie wir denken, dass sie ist.

- Tier: Delphin
- Farbe: Weiß
- Stichwort: Bewusstsein, „Sei bewusst“

Als wir sind, was wir zu sein glauben. Wenn wir unsere Einstellung ändern, ändern sich unsere Erfahrungen.

KALA - klären: Es gibt keine Grenzen

- Tier: Möwe
- Farbe: Rot
- Stichwort: Freiheit, „Sei frei“

Alles ist möglich. Wir sind mit allem verbunden. Grenzen sind eine nützliche Illusion.

MAKIA - konzentrieren: Energie folgt der Aufmerksamkeit

- Tier: Katze
- Farbe: Orange
- Stichwort: Konzentration, „Sei konzentriert“

Alles ist Energie, emotionale-, physische- und geistige Energie. Konzentrieren wir uns auf das, was wir wollen, dann bekommen wir auch mehr von dem, was wir wollen.

MANAWA - präsent sein: Jetzt ist der Augenblick der Kraft, jetzt genau jetzt

- Tier: Wasserbüffel, Ochse
- Farbe: Gelb
- Stichwort: Ausdauer, „Sei hier“

Alle Kraft existiert im jetzigen Moment.

ALOHA – segnen: Lieben heißt, glücklich sein mit ...

- Tier: Pferd
- Farbe: Grün
- Stichwort: Liebe, „Sei glücklich“

Liebe nimmt zu, wenn das Urteilen abnimmt. Also loben und segnen wir soviel wie möglich, dann nimmt die Liebe und das Glück zu.

MANA – ermächtigen: Alle Macht kommt von innen

- Tier: Bär
- Farbe: Blau
- Stichwort: Vertrauen, „Sei zuversichtlich“

Wenn es so aussieht, als wenn andere mehr Kraft hätten, nutzen wir lediglich unsere eigene Kraft nicht richtig. Der Fokus liegt auf dem, was wir wollen, nicht auf dem, was wir nicht wollen.

PONO – Traum weben: Zur Wahrheit wird, was funktioniert

- Tier: Wolf
- Farbe: Lila
- Stichwort: Flexibilität, „ Sei gut“

Es gibt immer einen anderen Weg, etwas zu tun. Anders gesagt: Wenn ein Weg nicht funktioniert, gehen Sie einen anderen Weg.

Die Zahl sieben bringt zum Ausdruck, dass sich die maskulinen und femininen Urkräfte im Gleichgewicht befinden. Den Prinzipien sind Stichwörter, Krafttiere und Farben zugeordnet, welche die Kraft der Aussagen unterstützen.

Hier noch zwei Zitate zum Anregen und Nachdenken des täglichen Lebens:

Lebe so, daß du an jedem Abend sagen kannst, dieser Tag ist gewonnen.
(Ignaz Aurelius Feßle)

Was wäre, wenn du schliefest
und in deinem Schlaf träumtest du
und im Traum kämst du in den Himmel
und pflücktest eine seltsame, schöne Blume?
Und wenn du dann aufwachtest
und die Blume immer noch in der Hand hieltest
– Was dann?

(Samuel Taylor Coleridge)

3. Erfahrungsberichte

Wer noch nie eine Lomi Lomi Nui-Massage erlebt hat, hat sich noch nie wirklich entspannt. Ich habe mich noch nie so relaxt gefühlt! Vielen Dank für diese großartige Erfahrung.

T. aus K.

Ich kann es eigentlich nicht beschreiben, will es aber versuchen. Wie ein Kind sich im Mutterleib geborgen fühlen muss, so empfinde ich das Gefühl dieser Wärme und sanften Berührung während einer Lomi-Massage!

F. aus O.

... noch nie in meinem Leben habe ich mich so bedingungslos geliebt, getragen und geborgen gefühlt wie in diesen Stunden, in denen ich die Lomi Lomi Nui-Massage genießen durfte.

C. aus R.

Warum kann das Gefühl nicht ewig anhalten, das ich während dieser Massage hatte? Ich dachte erst, ich läge an einem warmen Strand in Hawaii und nach einiger Zeit dachte ich einfach an gar nichts mehr. Ich bin sprachlos über dieses Erlebnis! Danke

J. aus H.

Es ist schon etwas ganz Besonderes, eine Lomi-Massage zu bekommen. Es liegt in meiner Natur, daß ich immer versuche, die Kontrolle zu behalten. In der „Lomi“ war mir dies nach einer gewissen Zeit einfach nicht mehr möglich - und das fühlt sich wirklich wundervoll an.

K. aus N.

Die Lomi-Massage war einmalig schön. So hatte ich mich noch nie gefühlt! So muss man sich im Himmel fühlen, wie in Wolken gebettet. Es war, als schwebte ich, als hätte ich meinen Körper verlassen. Es ist schwer, dieses Erlebnis zu beschreiben bzw. in Worte zu fassen. Immer wenn ich daran zurückdenke, und das ist oft, wird mir ganz warm ums Herz und es steigen mir Glückstränen in die Augen.

E. aus M.

4. Schlussbemerkung

„Lomi Lomi“ ist eine Philosophie, die die Wirksamkeit über die Form stellt und daher auch jede funktionierende Technik. Die Lomi-Meister sagen manchmal: Wenn es funktioniert, dann ist es Huna. Da es keine Grenzen gibt, machen sie auch bei der Heilarbeit von der Idee Gebrauch, dass man den Körper verändern kann, um den Geist zu heilen. Weil der Augenblick der Macht jetzt ist, hat jede Heilung zudem immer eine Wirkung auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Letzten Endes ist die Fähigkeit, pono zu sein, entscheidend das Beste aus den alten und neuen Lehren zu nehmen und es mit Bescheidenheit, Klarheit und Integrität zu praktizieren!

Pono = vorzüglich, rechtschaffen, moralisch, wohlhabend, erfolgreich, richtig, gerecht und notwendig.

Huna, wörtliche Bedeutung = kleines oder winziges Teilchen (Meerwassertropfchen), kann auch „verborgen“ bedeuten, also etwas Verborgenes oder ein Geheimnis. Huna bedeutet also verstecken oder verbergen.

„Lomi Lomi“ ist keine Massage für den täglichen Bedarf. Sie ist etwas Außergewöhnliches und sollte deswegen auch so angewendet werden. Bei sorgfältiger und perfekter Ausübung hat „Lomi Lomi“ jederzeit heilende und medizinische Wirkungen. Daher sollte diese Massage auch nur von gut ausgebildeten Therapeuten, die mit der seelischen und geistigen Einstellung praktizieren, ausgeübt werden.

Im Wellness- oder Verwöhnbereich bietet „Lomi Lomi“ ein ganz spezielles Erlebnis.

Hier unterscheidet sich „Lomi Lomi“ von herkömmlichen Massagen doch sehr gravierend. Durch die geistige und musikalische Umrahmung besitzt die „Lomi Lomi“ schon eine einzigartige Form der Entspannung und des Wohlfühlens.

Durch die langen Streichungen über den ganzen Körper, mit dem gefühlvollen Arbeiten, nicht nur mit Händen, sondern mit den gesamten Armen, verleiht die Massage ein angenehmes Gänsehautgefühl. Nur wenn der Klient bei der Massage ganz nackt ist (keine störenden Kleidungsstücke), so dass der Praktizierende frei arbeiten kann, wird man auch diesen kompletten Zauber der „Lomi Lomi“ genießen können. Wenn jetzt der ausübende Masseur die richtige einstudierte Beinarbeit anwendet und sie in tänzerischer Darstellung ausübt, kommt sich der Klient wie in der Vollkommenheit vor. Ab jetzt gibt es nichts Angenehmeres, nichts Schöneres, ab jetzt hat man das gute Gefühl, dem Himmel ganz nah zu sein.

5. Literaturhinweis

Internetadressen:

www.BigIslandMassage.com
www.HawaiiLomilomi.com
www.HawaiianLomi.org
www.kohala.net/kaimalino
www.hawaiian.net/-kea/aunty.html
www.huna.org
www.mapunawaiola.com
www.ulukau.org
www.lomi-lomi-stuttgart.de
www.lokahiola.org
www.lomilomi.com
www.wikipedia.org.de
www.aladin.de/wellness
www.lomi-world.de
www.lomi-celle.de

Bücher:

Hawaiianische Lomi Lomi-Massage
„Therapeutische Berührung mit dem Zauber von Hawaii“

Autorin: Nancy S. Kahalewai

Sie ist seit 1977 staatlich zugelassene Massagetherapeutin. Sie gründete zwei Massageschulen auf der Big Island und war sieben Jahre die Co-Leiterin des Massageteams bei der Ironman Weltmeisterschaft im Triathlon auf Hawaii. Sie ist staatlich anerkannte Lehrerin für die Ausbildung zum Massagetherapeuten, unterrichtet hawaiianische Heilkunst, Anatomie, Aromatherapie und Sportmassage.

Verlag: I.M.Publishing, Ltd. Po Box 10 2004

King, Serge Kahili Ph.D. Kahuna Healing. Verlag: Lüchow.

Ich habe diese Prüfungsarbeit selbständig ohne fremde Hilfe und nur unter Hinzuziehen der angegebenen Quellen angefertigt. Die Arbeit darf im Internet auf der Homepage des Verbandes unter Namensnennung veröffentlicht werden.

Robert Flierl