

## Lomi-Lomi- So entspannt wie eine Katze.....



Kater Mini gönnt sich eine Entspannungsmassage auf Walnüssen

Stellen Sie sich vor, Sie liegen an einem traumhaften pazifischen Strand, fröhliche, singende Menschen um Sie herum, und Sie werden mit warmen duftenden Ölen rhythmisch zur Musik mit langen, großzügigen Massagestrichen massiert. Lomi Lomi Nui – wie eine Katze sanft die Spannung aus dem Körper drücken – so die wörtliche Übersetzung für diese einzigartige Massage, die ihren Ursprung im Pazifikraum hat.

Mit dieser Körperarbeit können Sie sehr schnell in tiefste Entspannung abtauchen, Ihre Gedanken können ruhen und Ihr Körper und Ihre Seele nehmen dankbar die ungeteilte Aufmerksamkeit an, die sich jedem Winkel, jeder Blockade oder Verspannung Ihres Körpers widmet, und sanft Ihre Energie wieder ins Fließen bringt.

Zum einen wird der gesamte Körper entgiftet, gereinigt und gefestigt. Zum anderen kann man aber auch tief in der Psyche arbeiten. Nicht umsonst bezeichneten die Ka-Hunas, die weisen Hawaiianer, diese Körperarbeit als „den klugen Weg durch die Hintertür“, wobei sie den Verstand umgingen um an alten unbewussten Glaubensmustern auf der Körperebene zu arbeiten.

Gönnen Sie Körper, Geist und Seele Ruhe und Erholung, Genießen Sie ein Fest der Sinne. Die Lomi Lomi Massage, die in den wunderschönen Inseln des Pazifiks vor sehr langer Zeit entstanden ist, basiert auf den Elementen Massage, Musik und Hula Tanz. Der Körper wird rhythmisch zur Musik mit viel warmen, angenehm duftenden Ölen in langen und großflächigen, energetischen Massagestrichen mit dem gesamten Unterarm massiert. Es

sind langsame oder zügige Ausstreichungen, sanfter oder kräftiger Druck, ein Halten oder behutsames Dehnen.

Durch die tiefe Entspannung, die Sie bei einer Lomi Lomi Massage erfahren, kommen Körper, Geist und Seele wieder in Einklang, Energieblockaden werden gelöst, und Selbstliebe und Achtung kann wieder in unser Herz einkehren.

Sonja Blessing, Gunzenhausen, [www.Lomi-tempel.de](http://www.Lomi-tempel.de)