

*...gesund und fit
durch's Leben!*



Fußreflexzonenmassage

Die Reflexzonen-Massage geht davon aus, dass die Lebensenergie in bestimmten Bahnen im Körper fließt. Über diese energetische Verbindungen sollen bestimmte Körperteile und Organe in ihrer Funktion beeinflusst werden können.

Beim gesunden Menschen fließt diese Lebensenergie ungehindert. Sie versorgt durch diese Bahnen alle Bereiche gleichmäßig mit Energie. Wenn nun dieser Energiefluss längere Zeit gestaut oder blockiert ist, ist die Gesundheit gefährdet.

Reflexzonen-Massage kann solche Stauungen und Blockaden lösen und das energetische System wieder in Einklang bringen. Das Wirkungsprinzip dieser Reiztherapie beruht darauf, dass durch Reizung - in diesem Fall durch Massage - bestimmter Punkte oder Zonen der Körperoberfläche auch innere Organe mit stimuliert, also erregt werden. Jeder Struktur des Bewegungsapparates und der inneren Organe sind genaue Stellen auf der Haut zuzuordnen. Diese Zonen nennt man Reflexzonen. Stimuliert man nun eine dieser Zonen (z.B. mit Massage), wird der Reiz auf die entsprechende innere Struktur oder das zugehörige Organ übertragen. Bei der Fuß- oder Handreflexzonenmassage wird das verkleinerte Abbild des Menschen auf Füße oder Hände projiziert. Organe oder Körperstellen werden dort als Reflexzonen sozusagen repräsentiert. Durch die Massage dieser Reflexzonen kann man über die energetischen Verbindungen Wirkungen im gesamten körperlich-seelischen Bereich erzielen.

Das bedeutet, dass - obwohl nur die Füße oder die Hände massiert werden - sich die Wirkung am ganzen Menschen zeigt, vor allem jedoch in dem Organ, dessen zugeordnete Reflexzone behandelt wird.