



**Herrlich entspannend: Bei einer hawaiianischen Lomi-Lomi-Massage ist ein gelöster Gesichtsausdruck nicht selten.**

Foto:

[www.hale-aloha.de](http://www.hale-aloha.de)



# Entspannen wie im Paradies

Die hawaiianische Lomi-Lomi-Nui-Massage ist eine Wohltat für Körper und Geist

**Exotik liegt im Trend. Ob indische Ayurveda-Massagen oder japanische Bäder: Vor allem Wohlfühlprogramme aus der Ferne versprechen Entspannung für Körper und Geist. Auch aus Hawaii kommt eine Massage zu uns: Lomi Lomi Nui.**

Von unserer Redakteurin  
Anne Funk

**Bad Krozingen.** Das Thermalbad im badischen Bad Krozingen bietet einen Hauch von Exotik inmitten deutscher Bodenständigkeit. Verschiedene Wohlfühlkulturen treffen sich hier. Hier gibt es fernöstliche Badekultur im japanischen Bad. Daneben bieten Therapeuten aus Kerala, der Hochburg des Ayurveda, auch ein indisches Bad an.

Ein noch junges Wohlfühl-Juwel in der Therme ist die Lomi-Lomi-Nui-Massage. Das hawaiianische Massageerlebnis dauert gut eine Stunde und verspricht einen regenerierenden Effekt.

Für Therapeutin Petra Küster ist Lomi Lomi zunächst eine „uralte Angelegenheit“. So stammt die Massage aus der traditionellen hawaiianischen

Heilkunst und wurde von Schamanen eingesetzt. „Lomi“ bedeutet „Massage“, die Wiederholung verstärkt den Ausdruck. „Man nennt Lomi Lomi auch die Königin aller Massagen“, sagt Küster. Nicht zuletzt deshalb, weil sie auch für seelisches Wohlbefinden sorgen soll. „Sie löst seelische Blockaden und sorgt für tiefe Entspannung“, so die Expertin. Sanftes Wiegen, Streichen, Lockern – Petra Küsters Bewegungen während der Behandlung sind fließend. Begleitet von hawaiianischer Musik, tänzelt sie summend um den Massagetisch.

## Atemtechnik ist wichtig

Auch die Atemtechnik ist wichtig bei diesem so genannten ganzheitlichen Konzept. Aufseufzen, „Ballast ausatmen“ – Küster geht mit und unterstützt so den Behandelten, der „abatem“ sollte – der „inneren Reinigung“ zuliebe. Die Mixtur aus Ritual, Massage, Tanz und Körperarbeit soll an Meeresbewegungen erinnern.

Stressblockaden sollen abgebaut werden, die inneren Heilkraft soll angeregt werden. All das soll die energetisierende Auszeit leisten, die zwischen

ein und zwei Stunden dauert und ab 70 Euro kostet. Die Krankenkassen übernehmen eine Lomi Lomi-Massage übrigens nicht. „Derzeit ist Lomi Lomi noch nicht als Heilmittel anerkannt. Die Leistungspflicht der Krankenkassen ist also ausgeschlossen“, sagt René Klinke vom Verband der Angestellten-Krankenkassen in Siegburg. Ei-

ner der Gründe dafür sei, dass die Ausbildung für Lomi Lomi in Deutschland noch nicht geregelt ist, sagt Andrea Wintzer, Lomi-Lomi-Therapeutin im schleswig-holsteinischen Felde. „Sie können auch bei eBay ein Zertifikat für 35 Euro erwerben und sich dann Lomi-Lomi-Therapeut nennen“, beschreibt sie die Verhältnisse. Eine positive

Wirkung nach einer professionellen Behandlung ist dennoch unverkennbar. Der weiche, gelöste Gesichtsausdruck ist typisch und ein reizender Überraschungseffekt für alle, die das Abenteuer Lomi Lomi zum ersten Mal erleben. In Kombination mit duftendem Öl wird die Behandlung so zum exotischen Sinneserlebnis.

## Massage für den Häuptling

Lomi Lomi diene auf Hawaii nicht nur dem Wohlbefinden

**Felde.** Die Lomi-Lomi-Massage ist schon mehrere Hundert Jahre alt, sagt Andrea Wintzer aus Felde bei Kiel. „Wo genau die Anfänge sind, weiß man aber nicht genau“, so die 38-Jährige, die mit der traditionellen hawaiianischen Massage ihre Brötchen verdient.

„Die Hawaiianer haben ein ähnliches Gesundheitsbewusstsein wie die Chinesen“, erklärt sie. Lomi Lomi setzt auf die Philosophie, die in den polynesischen Mythen transportiert wird. Der Mensch gilt hier als Einheit aus Körper und Geist. Ist diese Balance gestört, dient

die Massage dazu, die Blockaden zu lösen und so den Energiefluss wieder in Gang zu setzen. Diesen Einklang soll Lomi-Lomi herstellen. Lomi Lomi war lange Zeit auch fester Bestandteil der hawaiianischen Kräuterkunde.

## Rituelle Bedeutung

Neben der Heilung diene Lomi Lomi auch rituellen Zwecken. „Wurde etwa ein neuer Häuptling eingeführt, sollte die Massage Spannungen lösen, die sich in der Person aufbauen. Das konnte manchmal tagelang dauern“, erklärt Wintzer.

Dabei streicht der Masseur mit großflächigen Bewegungen, oft mit den ganzen Unterarmen, über den Körper. „Es ist wichtig, dass der ganze Körper einbezogen ist. Denn Rückenschmerzen können beispielsweise von einer Fehllage im Bein oder am Fuß herrühren. Eine reine Rückenbehandlung macht da wenig Sinn“, gibt Wintzer zu bedenken.

Dabei wird der Körper mit natürlichen Ölen behandelt, etwa mit Mandel- oder Kokosöl. „Auf Hawaii wurde früher auch das Öl des Kukui-Baumes benutzt“, erklärt die Masseurin. *ana/tmo*