

Edle Berührungen

LET IT SHINE!

Ein Stein ist ein Juwel, besonders ein Edelstein und dieser funkelt nicht nur, sondern hat auch eine starke Wirkung. Deshalb bindet er sich wunderbar in eine exklusive Wohlfühlmassage ein. Das kann zum Beispiel eine Teilmassage an Füßen, Beinen oder Händen und Armen sein.



Denkt man an Steine, fallen einem folgende Begriffe und Redewendungen ein: steinreich, steinalt, steinhart, steinern, steinig, ein Tropfen auf

den heißen Stein, den Stein ins Rollen bringen, ich habe mich an einem spitzen Stein gestoßen, über Steine gehen, mit Steinen werfen, große und kleine Steine, matte, glänzende, kalte und

warme Steine. Bewegen auch Sie sich in der bunten Welt der Steine und überraschen Sie Ihre Kunden immer wieder mit der Vielfalt an Formen und Farben, die Sie mit Ihrer geübten Hand

auf der Haut des Kunden sanft entlangführen.

Edelsteinöle

Um eine Massage in ihrer Wirksamkeit zu unterstreichen und diese besonders hervorzuheben, eignen sich Edelsteinöle. Sie verbessern das Gleiten der Steine und wirken selbst harmonisierend auf Haut und Körper. Erwärmtes Öl in einem speziellen Stövchen fördert und vertieft den Entspannungsprozess, bestimmte indikationsunterlegte Massagen können jedoch auch mit kühlen Edelsteinen durchgeführt werden.

► Online mehr erfahren

Exklusiv für Online-Abonnenten: Den Artikel „So fühlen sich Hände und Füße wohl!“ finden Sie auf unserer Internetseite www.beautyforum.com. Geben Sie die Nummer **152600** in das Suchfeld ein.

Halten Sie Edelsteinöle bereit, die Sie als fertige Öle erworben haben, oder fertigen Sie selbst ein Edelsteinöl an, indem Sie einen Edelstein in ein Neutralöl legen. Dieser geht mit dem Öl eine Synergie ein und belegt das Öl mit den Eigenschaften des Steins.

Die Edelsteinöle lassen durch ihre tiefe Wirkung viele Anwendungsmöglichkeiten zu. Durch die Verteilung auf der Haut kann die Information zuweilen viel schneller vermittelt werden.

Der Zehenstein

Diese Steine sind zum einen sehr beliebt als Handschmeichler, für dekorative Zwecke und auch in der Massage finden sie ihre Berechtigung. Flache Steine als Zehensteine werden in der Ruhezeit zwischen die Zehen gesetzt. Alle



Wichtig: Alle Steine sollten Zimmertemperatur haben, bevor Sie mit der Massage beginnen.

Steine sollten bereits einige Zeit vor der Massage dem warmen Öl entnommen werden. Zur Massage haben sie eher eine Tendenz zur Zimmertemperatur.

Versteinertes Holz

Versteinertes Holz erdet, gibt Sicherheit und Stabilität und ist ein wunderbarer Stein für Fußmassagen. Hier kann auch ein zweiter Stein, der blaue Chalcedon, zum Einsatz kommen. Dieser Stein gehört zu den Edelsteinen, deren Wirkung auf der seelisch-geistigen und physischen Ebene vielschichtig und gleich stark ist.

Versteinertes Holz entsteht, wenn abgestorbenes Holz unter Luftabschluss von Kieselsäure durchtränkt wird, die anschließend erstarrt. Versteinertes Holz gehört zum Element Erde, die Farbe ist Braun. Braun ist auch die Farbe der Rückführung, alte Sachen haben oder bekommen eine braune Farbe, sie sind erdverbunden. Es entsteht ein Heimatgefühl in Massagen. Übrigens kann versteinertes Holz zum Beispiel auch bei Abnehmprozessen helfen, wenn man keinen Boden mehr unter den Füßen hat.

Tipp: Bei dicken und müden Füßen kann auch ein Fußkettchen aus Bernstein, Magnesit oder Chalcedon helfen. Es fördert den Lymphfluss.

Der Rosenquarz

In der Mythologie gilt der Rosenquarz schon seit Jahrhunderten als Fruchtbarkeitsstein.

Er wurde auch zum Liebeszauber, das heißt Herzensangelegenheiten im übertragenen Sinne, verwendet. Spirituell vermittelt der Rosenquarz Sanftheit und es entsteht das Bewusstsein:

”

„Das Weiche und Sanfte überwindet das Harte und Starke.“

Seelisch stärkt der Rosenquarz das Einfühlungsvermögen, die Empfindsamkeit, manchmal jedoch auch die Empfindlichkeit. Mental befreit der Rosenquarz von Sorgen und stärkt die Unterscheidungsfähigkeit (Sympathie/Antipathie). Körperlich regt Ro-

10 Schritte zur Fußmassage

Mit wenig Aufwand in die praktische Umsetzung.

Nun sind Sie voll ausgestattet mit Edelsteininformationen und so begeistert, dass Sie direkt mit kleinen Massage-Steps loslegen möchten. Dafür brauchen Sie keine zusätzlichen großen Räumlichkeiten, eine kleine Kabine oder auch ein kleines Plätzchen in Ihrem **Nagelstudio** reicht aus. Besorgen Sie sich von der Industrie entweder eine günstige Massageliege oder einen Fußpflegestuhl, den Sie auch in Liegeposition fahren können und dann kann es mit Ihren Wunschsteinen, zum Beispiel dem blauen Chalcedon und dem versteinerten Holz schon losgehen. Nach einem warmen Entspannungsfußbad starten Sie wie folgt:

STEP 1: Nehmen Sie zunächst an beiden Füßen synchron Fußkontakt auf und halten Sie diese kurz in Ihren Händen. Halten Sie nun beide Fersen synchron fest und ziehen Sie leicht daran. Sie beginnen immer herzfern, damit kein Stau zum Herzen produziert wird. Den anderen Fuß verpacken Sie währenddessen in ein warmes Handtuch.

STEP 2: Den rechten Fuß reiben Sie mit lauwarmem Öl ein und halten ganz sanft vorne bis zum Knie, in der Kniekehle, kurz inne. Gehen Sie dann auf der Rückseite, die Wade entlang und streichen Sie wieder aus.

STEP 3: Mit einem warmen Chalcedon streichen Sie die Lymphbahnen aus (immer zum Außenknöchel hin streichen). Diesen Schritt wiederholen Sie dann dreimal. Hierbei halten Sie stabilisierend den Fuß mit der inaktiven Hand an der Ferse. Anschließend kreisen Sie sanft die Lymphbahnen sanft zum Außenknöchel hin. Auch diesen Schritt wiederholen Sie dreimal.

STEP 4: Nun kommt der zweite Chalcedon ins Spiel: Streichen und kreisen Sie anschließend ganz sanft da-

mit beide Außenknöchel. Wiederholen Sie auch hier dreimal den Vorgang.

STEP 5: Massieren Sie nun mit beiden Chalcedon-Steinen synchron vom Außenknöchel das Schienbein nach oben „sanft“ bis hoch zum Knie. Bevor die Steine auf der Rückseite (Wade) wieder herunterfahren, platzieren Sie diese in der Kniekehle und halten das Ganze kurz. Das Knie steht für die Standfestigkeit im Leben. Auch diesen Step wiederholen Sie dreimal.

STEP 6: Jetzt kommt die Edelsteinkugel „versteinertes Holz“ ins Spiel. Hierzu fixieren Sie die Ferse des Fußes mit der nicht aktiven Hand. Rollen Sie dann die Kugel sanft um die Ferse herum. Ist stärkere Hornhaut vorhanden, kann die Kugel temperaturintensiver sein.

STEP 7: Im nächsten Schritt berühren Sie die Ferse mit der Kugel und halten sie. Beim Ausatmen des Kunden drücken Sie die Kugel sanft in die Ferse. Beim Einatmen nehmen Sie den Druck wieder zurück. Diese Technik wiederholen Sie ebenfalls dreimal und wiederholen Sie dann am Solarplexus- (Mitte der Fußsohle) und Fuß-

ballenbereich (Reflexzone der Lunge) wiederum dreimal.

STEP 8: Nun geht es weiter mit den zwei Griffeln „versteinertes Holz“, die Sie aus dem erwärmten Öl entnehmen. Diese zeigen mit der runden Seite zum Körper hin. Beginnen Sie an den Fußaußenkanten und fahren Sie in kleinen Kreisen synchron von oben (großer Zeh) bis nach unten zur Ferse.

STEP 9: Nach diesem Schritt legen Sie alle Steine zur Seite und dehnen und ziehen Sie die einzelnen Zehen.

STEP 10: Der Fuß liegt nun mit der Ferse in der inaktiven Hand. Klopfen Sie mit dem flachen Handrücken die Fußsohle leicht ab oder streichen Sie aus. Dann geht es weiter zum nächsten Fuß. Abschließend halten Sie noch mal beide Füße synchron und lösen sich dann allmählich. Danach schütteln Sie Ihre Hände ganz locker zur Energieentladung aus.

TIPP: Nutzen Sie Ihre Zeit und besuchen Sie ein Seminar zur Edelsteinfußmassage, in dem Sie noch mehr Griffe, die aufeinander abgestimmt, zu einer Edelsteinfußmassage führen, kennenlernen können.

senquarz die Gewebsthroughblutung an und stärkt das Herz. (Aussagen aus dem Lehrbuch: Michael Gienger, die Steinheilkunde).

Edles Öl im Marketing

Packen Sie die Öle in schöne gold- oder silberfarbene Säckchen und ergänzen Sie diese mit einem Stein als Handschmeichler, den Sie der Kundin schenken. Zusammen mit Ihrer Visitenkarte ist

dies eine schöne Adresse zum Wiederkommen. Empfehlen Sie auch die Steinbrochure zum Einlesen in die einzelnen Indikationsgebiete, die Sie für Ihre Kunden erstellt haben. Wenn Sie hier schon gezielt auf Ihre Edelsteinmassagen aufmerksam machen wollen, die Sie im Programm führen, ergänzen Sie das Päckchen mit Ihrer Praxisbroschüre oder legen Sie zwischen die Seiten in der Broschüre kleine Angebotsblätter mit dem

Hinweis: Diesen Stein können Sie in meiner Massage XY kennenlernen. So verbinden Sie Wissensvermittlung mit dem praktischen Angebot und dem dezenten Hinweis zu buchen.



Ursula Maria Schneider

Sie ist Wellnessberaterin (IHK), Entspannungstrainerin und Inhaberin von „Drehpunkt Fuß“. Sie bietet Ausbildungen für innovative Fußmassagetechniken an und entwickelt Konzepte für gesunde Schritte.