

康

SERIE Behandlungsideen nach den Elementen

Holz * **Feuer** * Erde * Metall * Wasser

Diese Artikelreihe führt Sie auf eine Reise durch das Jahr nach den 5 Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). In diesem Teil gibt Ihnen Monika Bröhl-Dillenburg Tipps, wie Sie Ihre Kundin zum Element Feuer ganzheitlich verwöhnen können

Nachdem wir uns im ersten Teil der Serie mit dem Element Holz beschäftigt haben, widmen wir uns diesmal dem zweiten Element, dem Feuer. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) kommt ihm eine besondere Rolle zu. Als einzige Wandlungsphase besitzt das Feuerelement vier anstelle der sonst üblichen zwei Organfunktionskreise – und damit vier Hauptmeridiane. Sie heißen: Herz-, Dünndarm-, Perikard- und Dreifacher-Erwärmer-Meridian.

Der Feuertyp

Das Feuerelement steht für den Sommer und die Liebe. Weitere Eigenschaften sind die Begeisterung, die Energie, die Ausstrahlung, die Kommunikation und die Freude. Ihm werden zugeordnet:

- **Bild:** Kaminfeuer
- **Farbe:** Rot
- **Meridiane&Organe:** Herz und Dünndarm

- **Sinnesorgan:** Zunge
- **Geschmack:** bitter
- **Bioklimatischer Faktor:** Hitze
- **Ätherische Öle:** Rosmarin, Bergamotte, Orange, rote Mandarine, Thymian

Ideen für die Behandlung

Im Kosmetikinstitut passt zu diesem Element eine erfrischende Behandlung, die Haut und Seele der Kunden vitalisiert. Das Motto: Fire and Ice. Dabei spielen Wärme und Kälte als aktivierende Gegensätze eine große Rolle: Erst sorgen glatte, warme Massagestempel aus Speckstein für wohlige Entspannung, dann setzt die Kosmetikerin mit kühlen programmierten Massagestäben aus Bergkristall und Rosenquarz belebende Akzente. Damit werden besondere Punkte auf den Meridianen aktiviert. Das Ergebnis: klare, frische Augen und entspannte Gesichtszüge. Mit den Händen werden vor der Gesichtsmassage die neurolymphatischen



Online-Seminare

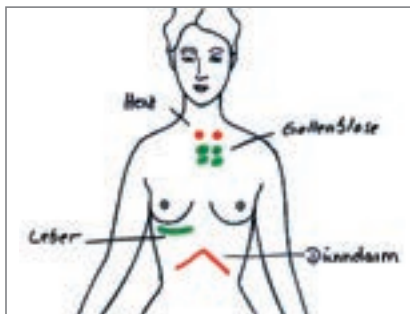
Am **9. Mai um 19.30 Uhr** haben Sie die Möglichkeit, unserer Autorin in einem Online-Seminar per Chat Fragen zu stellen. Dabei werden die Schwerpunkte **Ernährung, Behandlungsmöglichkeiten im Institut und Hautdiagnose nach TCM** weiter vertieft.

Los geht's unter: www.casavitale.de

Punkte aktiviert (siehe Bild S. 34 oben). Jeder dieser Punkte ist über das Lymphsystem mit einem Muskel und einem Organ verbunden. Die Massagepunkte für den Herz-Meridian liegen unter dem Schlüsselbein direkt neben dem Brustbein in einer kleinen Kuhle. Massieren Sie mit sanftem Druck diese Punkte für rund 20 Sekunden. Der Massagebereich für den Dünndarm liegt unterhalb des Rippenbogens. Massieren Sie diesen Bereich großflächig von innen nach außen für etwa 20 Sekunden.

Gut vorbereiten

Diese Fire-and-Ice-Massage kann die Kosmetikerin als eigenständige Behandlung einsetzen oder in die gewohnte Gesichtsbildung integrieren. Sie benö-

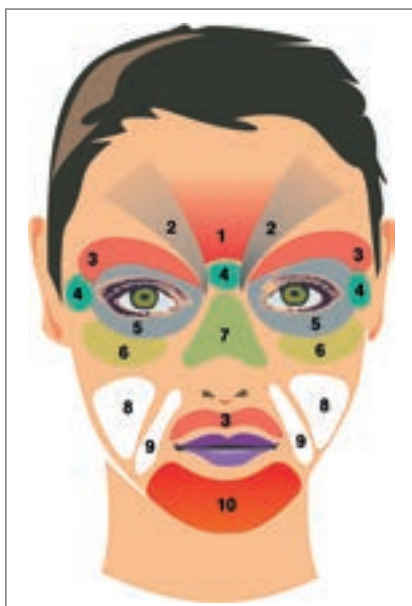


Mit den Händen werden die neurolymphatischen Punkte aktiviert

tigt dazu lediglich einen Massagestempel aus Speckstein, Massagestäbe aus Bergkristall und Rosenquarz, Massageöl (z.B. mit Weißdorn und Johanniskraut), heißes Wasser und einige Eiswürfel. Vorbereitung: Legen Sie die Massagestempel in eine kleine Schale und stellen Sie sich eine Thermoskanne mit heißem Wasser bereit. Die Massagestäbe werden mit drei bis vier Eiswürfeln in einem Glas bereitgestellt.

Mit Bedacht vorgehen

Reinigen und peelen Sie die Haut nun wie gewohnt. Dann tragen Sie das Massageöl mit einem Pinsel auf Dekolleté, Hals, Nacken und Gesicht auf. Erwärmen Sie im Anschluss die Massagestempel, indem Sie heißes Wasser in die Schale gießen. **Achtung:** Die Steine werden innerhalb von wenigen Sekunden warm. Testen Sie die Wärme der Steine



an der Innenseite Ihres Unterarmes. Die Massage beginnt am Dekolleté und lockert die Muskulatur als Vorbereitung für die Schulterentspannung. Für die Nacken- und Schultermassage wird nun der Kopf sanft zur Seite gedreht. **Tipp:** Tauchen Sie die Massagestempel vor der Nackenmassage noch einmal kurz in das heiße Wasser. Für die Nackenmassage benötigen Sie immer nur einen Massagestempel. Drehen Sie den Kopf der Kundin langsam zur anderen Seite und wiederholen Sie das Programm. Jetzt legen Sie den Kopf Ihrer Kundin wieder in die Mitte. Für die Ohrmassage werden spezielle Druckpunkte zunächst mit den warmen Massagestempeln und später mit dem kühlen Bergkristall-Massagestab aktiviert.

Druckpunkte aktivieren

Im Gesicht wird zuerst flächig mit den warmen Massagestempeln massiert. Mit dem kühlen Massagestab aus Bergkristall werden ausgewählte Druckpunkte auf ausgewählte Meridianpunkte gesetzt. Auch für die Augenmassage ist das Zusammenspiel von Warm und Kalt von Bedeutung. Hier wird der Rosenquarz-Massagestab eingesetzt, um die Druckpunkte zu aktivieren. Zusätzlich wird mit einer Rollbewegung unter dem Auge ein erfrischender Effekt erreicht. Der Rosenquarz-Massagestab

Gesichtszonen des Elementes Feuer

Rötungen, Fältchen oder Unreinheiten zeigen an, welches Organ für die Entstehung dieser Zeichen verantwortlich ist.

Durch eine **Massage** der betroffenen Organzonen werden nicht nur die sichtbaren Symptome gemildert, sondern über die Meridiane auch die Organe zur Selbstregulation angeregt. Dabei sollte man beachten, dass die TCM auf Grundlage der sich unterstützenden Organpaare basiert.

Schenken Sie den Gesichtszonen des Elementes Feuer (in der Zeichnung die Punkte Nr. 1, 3 und 10) in Ihrer Massage besonders viel Aufmerksamkeit.

Infos zur Serie

In unserer fünfteiligen Serie erhalten Sie interessante Basisinfos über die uralte Lebenskunde nach den 5 Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Lesen Sie Ernährungstipps und praktische Behandlungsideen für Ihr Institut.

Teil 1: Holz, Teil 2: Feuer, Teil 3: Erde, Teil 4: Metall, Teil 5: Wasser

aktiviert die Zellenergie und sorgt für eine frische Augenpartie. Nun werden ausgewählte Energiepunkte im Wechsel mit dem warmen Massagestempel und dem kühlen Bergkristall-Massagestab massiert.

Zum Schluss der Behandlung können Sie die Kundin mit einer Maske (z.B. mit Gogi-Extrakt) verwöhnen. Die Fire-and-Ice-Massage dauert ohne Maske etwa 60 Min.

Ernährungstipps

Aufgrund des bitteren Geschmacks können Sie Kaffee oder Eiskaffee ideal zur Feuerbehandlung anbieten. Als Tee eignen sich Bancha- und Pu-Erh-Tee oder grüner und schwarzer Tee. An heißen Tagen bietet es sich an, eine fruchtig-herbe Schorle aus Holunderbeersaft zu reichen. Als Ernährungstipps für zuhause empfehlen Sie Ihrer Kundin am besten Roggenbrot oder Müsli aus Amaranth und Quinoa. Übrigens: Dem Feuer-element werden alle gegrillten Fleischsorten zugeordnet.

Dekoration im Institut

Verwenden Sie während der Behandlung rote Handtücher und schaffen Sie in Ihrem Institut mit roten Stoffen und Dekoartikeln Feueratmosphäre. **Tipp:** Reichen Sie Kaffee und Fruchtschorle in roten Tassen und Gläsern. Das sorgt zusätzlich für eine warme Stimmung im Institut. ■



Monika Bröhl-Dillenburg | Die Inhaberin der Casa Vitale (www.casavitale.de) ist seit über 20 Jahren im Bereich Kosmetik tätig. Seit 2001 gibt sie ihr Wissen in Seminaren und Ausbildungen weiter. Sie ist als Bildungsanbieter Mitglied im Deutschen Wellness Verband.

Foto/Grafik: Autorin