

Die Kunst Fragen zu stellen



Einblicke in hawaiianische Körperarbeit
von Hedda Feldhoff-Reif

Die Kunst Fragen zu stellen

LomiLomi`Oluea Massage und der heilsame Raum

LomiLomi`Oluea vermittelt anspruchsvolle Massagetechniken im tiefen Bindegewebe. Es werden Gelenke gelockert, die Muskulatur und Faszien bearbeitet und mit wellenförmigen Bewegungen („eine Massage wie die Wellen des Meeres!“) können sich Blockaden lösen.

Eine Basisausbildung kann an 4 Wochenenden oder 2 Basis Intensivkursen absolviert werden, wobei die korrekte Ausführung einige Zeit dauern kann und viel Praxis, Wiederholung sowie persönlicher Weiterentwicklung bedarf.



Wir neigen dazu alles im Schnellverfahren lernen zu wollen – auf Hawaii dauerte die Ausbildung eines Schülers viele Jahre. Wenn wir in Kontakt mit der Tiefe dieser Arbeit kommen wollen, dann sollten wir bereit sein, uns auf eine Reise zu begeben.



Daniel Fowler ist seit über 40 Jahren Lomi Praktiker und hat das Wissen von 6 verschiedenen Lehrern zu einem System verschmolzen, das er Lomi 'Oluea nennt - "to make the burden less". Er begann 1990 damit und entwickelte das Programm ständig weiter.

Daniel spricht davon, dass wir zuerst die Techniken lernen, dann vertiefen wir die Techniken, irgendwann werden wir die Techniken meistern, dann sind wir bereit die Techniken wieder zu vergessen.

Erst nach vielen Jahren Praxis habe ich diesen Satz verstanden. Erst wenn wir die grobstofflichen Ebenen durchschritten haben, können wir tiefer in die feinstofflichen Ebenen eintauchen.

Die Techniken sind wie Wegweiser in die Tiefe. Jenseits der Techniken eröffnet sich ein Raum, in dem wir einfach präsent sind und „Ganzheit“ erfahrbar ist. Ein Zustand, der heilsam ist.

Die Kunst, Fragen zu stellen

Je mehr Erfahrung wir in Behandlungen sammeln, desto mehr erkennen wir, dass wir im Grunde nichts wissen und es nichts zu tun gibt. Während der Behandlung tauchen Themen und Muster auf, die unser Sein einschränken. Die Sprache des Körpers ist sehr direkt und der

Körper lügt nicht. Unser körperlicher Zustand ist oft ein Spiegel unseres seelischen Zustandes. Vergangene Traumata begrenzen unsere Zukunft und unser Handeln - bis wir sie auflösen und eine neue Wahl treffen.

Die Kunst ist es nun nicht in Ratschlägen und den Versuch „Lösungen“, zu verfallen. Je mehr wir helfen und „tun“ wollen, umso wahrscheinlicher ist es, dass wir „daneben“ liegen.

Jeder Mensch ist einzigartig in seinem Ausdruck und in seiner Entwicklung.

Hilfreich ist es hier einfach Fragen zu stellen.

Die Kunst „Fragen zu stellen“ gibt Raum für neue Einsichten, neue Gedankenrichtungen, Impulsen, die direkt aus der Erkenntnis des Klienten kommen.

Fragen sind viel wirksamer als Antworten – Fragen öffnen uns für neue Blickrichtungen, aus denen dann Antworten wie von selbst „auftauchen“.

Für mich war es anfangs sehr verwirrend, dass auch Fragen wie aus dem „Nichts“ aufgetaucht sind während einer Behandlung. Fragen, die ich weder verstanden noch einordnen konnte. Im Laufe der Zeit habe ich gelernt einfach diese Fragen auszusprechen und konnte erleben, dass der Klient diese Fragen durchaus verstand und auch einordnen konnte.

Hilfreich sind zum Beispiel Fragen

- „Was wäre der erste Schritt...“,
- „welchen Gewinn ziehst du daraus, dass du Symptom xy entwickelt hast.“
- „Was würdest du dir selbst raten, wenn du dich von außen in dieser Situation betrachtest.“
- „Was würde passieren, wenn du Problem xy nicht hättest?“

Ein Beispiel:

Ein junger, sportlicher Mann kommt zur Massage. Er ist stark verspannt im Nackenbereich. Er ist von Beruf Metzger und muss viel mit der rechten Hand arbeiten. Aber trotzdem rechtfertigt diese eher einseitige Tätigkeit keine solchen Verspannungen.

Während ich versuche die Muskulatur im Nackenbereich zu bearbeiten, stelle ich ihm Fragen zu seiner Arbeit. Er erzählt, dass er im elterlichen Betrieb arbeitet und viele Dinge gerne anders machen würde. Ich frage weiter, was geschehen würde, wenn er das einmal deutlich zum Ausdruck bringen würde.

Er stellt sich vor, wie er seinen Eltern sagt, was er anders machen will – in diesem Moment kracht es ein bisschen im Nacken und im nächsten Augenblick ist der Nacken sehr viel beweglicher.

Wir sind beide erstaunt. Als er aufsteht ist der Nacken so beweglich wie schon lange nicht mehr. Ich ermutige ihn (Nacken – Halschakra = Selbstaussdruck oder auch Nacken = Verbindung von Kopf und Körper/Bauchgefühl) in Zukunft mehr zum Ausdruck zu bringen, was er denkt.



Konzept eines Körperschemas - Die Kunst des Fragens

In der praktischen Anwendung von spirituellem/intuitivem Wissen aus einer hawaiianischen kulturellen Perspektive existiert so etwas wie eine „Landkarte des Körpers“, in der alle Glieder des Körpers mit ihrer größtmöglichen Vollkommenheit der Funktion beschrieben werden - der ursprüngliche, glückliche Zustand von Gesundheit.

Anhand dieser Landkarte des Körpers können Fragen gestellt werden - der Sinn besteht darin, die WURZEL oder QUELLE eines Problems zu finden und den Körper nach Antworten zu fragen. Der Körper kennt die Wahrheit - nicht du!

In diesem Konzept wird angenommen...

- 1) dass jeder Gedanke, den wir denken, Macht hat
 - 2) dass jedes Wort, das wir aussprechen, noch mehr Macht hat und zu einer Manifestation wird. Unsere Worte sind unsere Gebete - gute und schlechte!
 - 3) dass wir verantwortlich sind für jede Handlung, die wir tun, mit wem und wie - wir sind in jedem Moment verantwortlich
 - 4) alles manifestiert sich absolut und buchstäblich
- Hindernisse sind oft etwas, das wir ausgeschlossen oder selber manifestiert haben.

Mit Hilfe des Körperschemas können Fragen formuliert werden, die dem Klienten helfen, seiner eigenen Wahrheit näher zu kommen. Hier einige Beispiele ...

Die Schulterblätter - Hoe Hoe

Die ursprüngliche Funktion ist die persönliche Kraft und Freiheit, der persönliche Freiraum. Hoe Hoe bedeutet Paddel oder Ruder.

Wenn die Schulterblätter fest und unbeweglich sind, stellt sich die Frage, wodurch oder wie weit der Mensch seine persönliche Freiheit und Kraft eingeschränkt hat?

Warum sind die Schulterblätter nicht frei beweglich wie Ruder in einem Boot? (Wenn die Ruder nicht beweglich sind, kann man das Boot nicht steuern).

Weitere Fragen könnten sein: Was könnte der nächste Schritt in die eigene Kraft und persönliche Freiheit sein? Was sind die Grenzen, die dich daran hindern, loszulassen?

Schultergelenk (Kopf) -Po`o Hiwi

Die ursprüngliche Funktion ist der Beginn der Bewegung - unsere Handlung hat ihren Ursprung / Geburt in der Schulter. Wenn die Schulter unbeweglich ist, könnte man sich fragen, ob es Widerstände oder Hindernisse gibt, um in Bewegung zu kommen. Was hält dich zurück? Welche Handlung darf nicht sein? Weitere Fragen könnten sein: Was hilft, um wieder handlungsfähig zu werden?



Ellenbogen - Ku'e Ku'e

Die ursprüngliche Funktion des Ellenbogens ist es, Richtung und Ziel zu bestimmen, den Lebenszweck zu verwirklichen. Ist die Beweglichkeit eingeschränkt, stellt sich die Frage, ob

die eingeschlagene Richtung noch stimmt? Bin ich auf dem Weg meiner Bestimmung? Was ist mein Lebensziel? Bin ich auf dem richtigen Weg?

Arm/Hand – Lima

Die ursprüngliche Funktion ist die Verbindung des Herzens zur Schöpfung, zum Schaffen, zur Verwirklichung der Absicht.

Wie bringe ich mein Herz ins „Hand-eln“? Verfolge ich meine Absichten? Bin ich mit meinen Herzensangelegenheiten verbunden?

Bei diesem Körperschema geht es nicht um Diagnosen, sondern darum Impulse zur Wiederherstellung der ursprünglichen Funktion zu bekommen.

Ganzheit erfahren

Symptome sind eine Möglichkeit uns unbewusster und begrenzender Muster bewusster zu werden. Letztlich geht es darum ganz anzukommen, in meinem Körper, in meinem Sein und meinem Potential. Die hawaiianische Körperarbeit kann uns helfen uns an unsere ursprüngliche, göttliche Natur zu erinnern und sie wiederherzustellen.

Die Werkzeuge sind unter anderem „Lomi Lomi“ – kräftiges durchkneten, die Kunst Fragen zu stellen, der lebensspende Atem „Ha“ und „Aloha“ – bedingungslose Liebe, Respekt und Bescheidenheit.

Wie kannst du dieses Wissen für dich nutzen?

Betrachte Symptome bei dir und/ oder deinen Klienten als hilfreiche Hinweise. Welcher Gedanke bei dir oder dem Klienten könnte dazu geführt haben? Was hast du oder dein Klient laut ausgesprochen, was sich nun in der Wirklichkeit manifestiert hat? Welches „Gebet“ sprichst du oder dein Klient? – alles, was wir mit Inbrunst immer wiederholen, bekommt Kraft...



Betrachte den Körper – mache dir Gedanken darüber, was die ursprüngliche Funktion ist. Denke dabei ganz praktisch – der Nacken ist zum Beispiel die Verbindung von Kopf und Bauch.

Wenn der Nacken blockiert ist – frage dich, ob die Verbindung stimmt zwischen Kopf und Bauchgefühl? Warum fließt die Verbindung nicht frei? Was schränkt die Verbindung ein?

Fragen zu stellen eröffnet dir und deinen Klienten neue Einsichten in das „was ist“ und deine eigene Wahrheit.

Aloha, ich bin Hedda Feldhoff-Reif und seit 2004 begeistert von LomiLomi Massagen.

Seit 2009 bin ich hauptberuflich mit LomiLomi'Oluea Massagen in eigener Praxis im Allgäu tätig.

Seit 2015 bin ich autorisiert von Daniel Fowler die Stilrichtung LomiLomi'Oluea zu unterrichten.

Ich biete in der „OLUEA-Schule für Ganzheitliche Körperarbeit“ gemeinsam mit einem Lehrerteam Lomi- und Wellnessmassagen Ausbildungen im Allgäu, Franken, auf den kanarischen Inseln und (irgendwann wieder) Hawaii an.



Mehr Informationen zu meiner Arbeit findest du unter

www.ausbildung-lomi.de

www.lomilomi-massagen.de

www.befreite-energie.de

Bilderquellen

Blüte	© Digital Cam – Fotolia
Frau Fragezeichen	© Dada Lin - Fotolia
Frau Schulter	© HighwayStarz - Fotolia
Mann Spiegel	© nielshariot - Fotolia