

Die Honigmassage

**"... aus ihren (der Bienen) Leibern kommt ein Trank, verschieden an Farbe,
in dem eine Arznei ist für Menschen..."
(Koran)**

Honig ist ein Geschenk der Natur, das uns Menschen in vielerlei Hinsicht bereichert, und seit Jahrhunderten in der Naturheilkunde und Volksmedizin eingesetzt wird. Am erstaunlichsten ist seine Wirkung bei einer Massage, die aus der russischen Volksheilkunde überliefert ist und von Oleg Lohnes perfektioniert wurde.



1. Die Kraft des Bienenhonigs

Wie viel Energie im Honig steckt, lässt sich schon dadurch veranschaulichen, dass eine Arbeitsbiene ca. 8000 Blüten aufsuchen muss und dabei ca. 3000 km fliegt, damit 1 kg Honig entsteht. Honig enthält ca. 60 verschiedene, z.T. kaum erforschte Wirkstoffe, darunter Mineralien und Spurenelemente, Enzyme, Vitamine und antibiotische Wirkstoffe. Auch hier ist das Ganze mehr als die Summe seiner Einzelteile und manche Wirkung entsteht erst durch das Zusammenspiel einzelner Stoffe. Durch die Aufnahme über die Haut können alle Wirkstoffe direkt in den Körper eindringen.

2. Die entgiftende Wirkung

Im Laufe der Jahre nimmt unser Körper zahlreiche Umwelt, Nahrungs- und Medikamentengifte auf. Wenn er sie nicht mehr über seine eigentlichen Ausscheidungsorgane (Nieren, Darm, Lunge, Haut) loswerden kann, lagert er sie im Gewebe und in den Knochen ab. Durch die Klebeeigenschaften des Honigs werden diese Schlacke- und Giftstoffe sowie überschüssige Salze mittels saugender und pumpender Bewegungen tief aus der Haut herausgesogen. Dadurch wirkt die **Honigmassage** besonders bei typischen Zivilisationskrankheiten, die auf Einlagerung von Giften und Schadstoffen zurückzuführen sind, wie z.B. Allergien, Herz-Kreislauf-Probleme, Magen- und Darmstörungen, Pilzerkrankungen oder Kopfschmerzen

3. Die belebende und harmonisierende Wirkung

Der Wirkungsweise liegt die Idee östlicher Heilverfahren zugrunde, bei der Schmerzen und Beschwerden Ausdruck eines gestörten Energieflusses sind. Über die Reflexzonen des Rückens regt die Honigmassage die Tätigkeit der zu ihnen gehörenden Körperorgane an, stärkt die Ausscheidungsfunktionen und aktiviert das Immunsystem. Da die wichtigsten Meridiane paarweise über den Rücken verlaufen und so großflächig behandelt werden, wird die Energieverteilung im Körper reguliert und das gesunde Gleichgewicht wieder hergestellt. Außerdem beruhigt der unmittelbare Kontakt über die Hände auch Geist und Psyche

Während der Massage werden alte, abgestorbene Zellen, Salze und Schlacken entfernt, die sich als gelbliche oder graue Absonderungen zeigen. Durch die Honigmassage wird die Durchblutung verbessert und das Gewebe freier und gesünder, die Muskulatur entspannt, die Beweglichkeit besser, Reflexzonen und Meridiane werden aktiviert und Schmerzen lassen nach. Der Gesamtorganismus erfährt eine komplette Reinigung und die eigenen Heilmechanismen werden aktiviert und gestärkt.

Neben den gesundheitlichen Wirkungen reinigt die Honigmassage die Haut derart, dass sie sich anschließend wie Porzellan anfühlt. Die Honigmassage vitalisiert, reinigt und stärkt so den gesamten Organismus und wird nicht nur bei Beschwerden sondern auch als Prophylaxe und zur Kur angewandt.

Weil die Haut danach wie Porzellan anfühlt und sehr empfindlich ist sollten Sie nach der Honigmassage für einen Tag keinerlei Cremes oder Körperpflegemittel auftragen und keine neue, ungewaschene Kleidung tragen. Menschen mit Rückenbehaarung wird empfohlen sich darauf einzustellen, dass die Massage nicht ganz schmerzfrei ist.

4. Einsatzbereiche der Honigmassage:

- zur Kräftigung und Vitalisierung des gesamten Organismus
- zur Hautreinigung
- zur Durchblutungsverbesserung
- als Entschlackung und Entgiftung
- gegen Ablagerungen
- zur Immunsystemstärkung
- zur Entspannung und Beruhigung
- chronische Müdigkeitsercheinungen
- Kopfschmerzen
- Einschlaf- und Durchschlafprobleme
- Regelstörungen bei Frauen
- Depressionen

5. Kontraindikationen für die Honigmassage

- bei Honigallergie
- im Bereich offener Wunden
- bei Hautschäden, Ekzemen oder Hautausschlägen
- bei Tumoren wegen der Gefahr der Metastasenbildung
- bei Blutungen im Körper z.B. Magengeschwüren und Magenbluten
- bei frischem Schlaganfall (später durchaus hilfreich)
- bei zu hohem Augendruck(Glaukom)
- bei Thrombose
- bei Infektionskrankheiten

Quelle: Corinna Stoiber, Apothekerin