

Die Breuss Massage

Die Breuss Massage ist eine sanfte und wohltuende Form der Rückenmassage bei der sich verschiedene Grifftechniken in festgelegter Reihenfolge abwechseln.

© by Matthias Eubel

Allgemeines

Die Breuss Massage wurde von dem Österreicher Rudolf Breuss (1899 bis 1990) entwickelt.

Es handelt sich um eine sanfte, feinfühligere Rückenmassage, die durch Streichungen, Dehnungen und sanftes Massieren gestaute Energien wieder zum Fließen bringt. Körperliche und seelische Blockaden werden sanft gelöst.

Die Breuss Massage wird mit viel Öl durchgeführt. Das speziell für diese Massage eingesetzte Johanniskrautöl dringt tief ins Gewebe und unterstützt den Stoffwechsel degenerierter Bandscheiben.

Die Breuss Massage wird meistens als Vorbereitung oder als Abschluß einer Behandlung mit der Dorn Therapie angewendet, kann aber durchaus auch als alleinige Behandlung durchgeführt werden.

Praxis

Eine ruhige und entspannte Atmosphäre ist wichtig, die Massage sollte für den Patienten schmerzfrei sein.

Eine Breuss Massage dauert etwa 20 bis 40 Minuten. Der Patient liegt locker und entspannt auf dem Bauch, die Arme liegen neben dem Körper, der Kopf im Nasenschlitz der Behandlungsliege, der Behandler steht seitlich des Patienten.

Der entkleidete Oberkörper wird zunächst intensiv mit Johanniskrautöl eingerieben.

Bei Bedarf wird zwischen den einzelnen Techniken erneut Öl aufgetragen.

Verschiedene Techniken wechseln sich bei der Breuss Massage ab.

Techniken

Das Strecken:

Die Massagehand zeigt zu den Füßen des Patienten, die Wirbelsäule liegt zwischen Zeige- und Mittelfinger. Die zweite Hand liegt quer über der ersten. Mit diesem Griff wird über die Lendenwirbelsäule (LWS) und das Steißbein gestrichen, vom Steiß-

bein werden die Massagehände sehr langsam abgehoben. Diese Streichung wird wiederholt und dabei jeweils höher (näher am Kopf) angefangen.

Der Zangengriff:

Auf der LWS wird begonnen. Die Handflächen der Massagehände zeigen zueinander, die Handkanten liegen mit leichtem Druck auf dem Rücken. Die linke Hand zieht etwa 10 cm Richtung Gesäß, die rechte Hand etwa 10 cm Richtung Nacken. Der Zangengriff wird wiederholt und dabei jedes Mal etwas höher angefangen.

Die Massage:

Die Finger der Massagehände zeigen nun Richtung Kopf des Patienten. Mit beiden Händen und gestreckten Zeige- und Mittelfingern werden von Außen nach Innen kreisförmige Massagebewegungen rechts und links, seitlich der Wirbelsäule ausgeführt. Die Massagebewegungen beginnen an der LWS und führen zum Steißbein. Bei den Wiederholungen wird stets weiter Kopfwärts begonnen.

Papier auflegen:

Seidenpapier wird auf den gut eingeölte Rücken aufgelegt, um die Wärme zu halten.

Ausstreichungen:

Am Nacken beginnend wird mit den Handflächen beider Hände abwechseln mit langen, nicht unterbrochenen Strichen rechts und links der Wirbelsäule bis zum Gesäß hinunter ausgestrichen. Auch diese auf dem Seidenpapier ausgeführte Technik wird mehrmals wiederholt.

Nun wird der Rücken mit Handtuch und ggf. einer Decke abgedeckt.



Energiearbeit:

Die Hände werden nebeneinander, quer zum Rücken auf die Wirbelsäule leicht aufgelegt. Beim Einatmen wird Energie aufgenommen, beim Ausatmen wird Energie an den Patienten abgegeben. Nach einer Minute wandern die Hände weiter weiter nach oben.

Ruhephase

Es folgt eine Ruhephase von etwa 2 bis 3 Minuten. Der Behandler wäscht sich unterdessen die Hände mit Seife und eiskaltem Wasser.

Aufwecken:

Der Patient wird aufgedeckt und die linke kalte Hand auf das Steißbein gelegt, die rechte führt den oben beschriebenen Streckvorgang aus. Die kalten Hände werden zuvor angesagt.

Ausstreichen:

Beide Hände streichen von den Schultern den gesamten Körper bis zu den Zehen mehrmals aus. Danach wird der Patient wieder zugedeckt, einige Minuten Ruhe beenden die Massage.

Naturheilpraxis Matthias Eubel

Hammer Straße 106
48153 Münster

Tel.: (02 51) 9 74 28 72

Fax: (02 51) 9 74 28 73

Email: eubel@muenster.de

www.m-eubel.de