

Main Echo 07.09.2012 (Auszüge)

Fit mit Fingeryoga und Bergkristallen

Serie: Monika Elsässer hat besondere Massagepraxis - Behandlung mit Edelsteinen - Auch Fußreflexzonentherapie

Sommerkahl In großer Anzahl liegen sie in den Regalen: Kraftvoll strahlend oder matt schimmernd, zackig oder weich gerundet - Monika Elsässer sammelt Edelsteine aller Art, jedoch nicht als Wohnungsdekoration, sondern um mit ihnen zu arbeiten.

»Hier werden ohne Öl mit Hilfe von Edelsteinen Teilbereiche des Körpers oder der gesamte Körper massiert«, erklärt die ausgebildete Vital-Trainerin und Fußgesundmasseurin. Diese Methode verbinde die intensive Berührung des Massierens mit den Vorzügen der Steinheilkunde: »Je nachdem, welche Steine angewendet werden, entfalten sie ihre Wirkung.« So benutze sie häufig Bergkristall, dem aus esoterischer Sicht gleich eine ganze Palette wohltuender Eigenschaften zugeschrieben wird: »Er kühlt, erfrischt, wirkt befreiend und lösend, bringt neue Vitalität, öffnet die Sinne, macht wach und klar, aufnahmebereit und bewusst.«

Massage mit Muscheln

Wissenschaftliche Hinweise auf eine tatsächliche, über den Placebo-Effekt hinausgehende Wirkweise von Heilsteinen gibt es zwar nicht, doch die Rückmeldungen, die Monika Elsässer von ihren Kunden erhält, sind durchweg positiv - nachzulesen in den zahlreichen Gästebucheinträgen auf ihrer Homepage. Bei der Lava-Shell-Massage werden Venusmuscheln mit einem Spezialgel gefüllt, wodurch sie warm werden und somit entspannend auf den Muskeltonus wirken.

Sehr beliebt sei die Fußreflexzonen-Massage, sagt Monika Elsässer, die betont, wie wichtig es sei, in dem breit gefächerten Angebot für jeden Kunden das Richtige zu finden. »Nicht jeder möchte seine Füße zeigen. Nicht jeder kann mit den Energien der Edelsteine etwas anfangen. Deshalb steht am Anfang zunächst eine Beratung.

Ihre Kunden kommen aus dem Kahlgrund, aber auch aus dem Main-Kinzig-Kreis und Frankfurt. Als Mitglied des Deutschen Netzwerks für betriebliche Gesundheitsförderung bietet sie im Auftrag von Firmen auch mobile Stuhlmassagen an: Firmenmitarbeiter werden zum Beispiel im Rahmen einer Betriebsfeier für jeweils 20 Minuten auf einem speziellen Massagestuhl, den Monika Elsässer mitbringt, massiert. Der Aero Club Gelnhausen buchte sie kürzlich für die alle zwei Jahre stattfindende große Flugshow als Masseurin im VIP-Zelt.

Körper und Geist beeinflussen

Sie plant, in Zukunft auch Vorträge zu halten - zum Beispiel über das Thema Fingeryoga, was für die meisten Menschen sicher kein geläufiger Begriff sein dürfte.

»Im Fingeryoga gibt es bestimmte Mudras, das sind Fingerstellungen und -übungen«, erklärt Monika Elsässer. »Durch Krümmen, Kreuzen oder Strecken der Finger können wir unseren Körper und Geist wirksam ansprechen und beeinflussen.«

Bei Wut helfe es beispielsweise, den Mittelfinger der einen Hand mit der anderen fest zu drücken. Im Chin-Mudra berühren sich Daumen und Zeigefinger einer Hand - die Geste ist aus vielen Abbildungen Buddhas und aus der Lotussitzhaltung im Yoga bekannt. Die Stellung soll den Energiefluss im Körper begünstigen. Dass Mudras allgegenwärtig sind und kein Phänomen aus abgehobenen esoterischen Sphären, verdeutlicht Monika Elsässer mit dem Beispiel der Bundeskanzlerin: Die markante Raute, die sie beim Sprechen mit ihren aneinander gelegten Fingerkuppen bildet, ist exakt die Stellung des Hakini-Mudras, im Internet schon als »Merkel-Mudra« bezeichnet. Es soll die Verbindung zwischen den Gehirnhälften verbessern und die Konzentration beim Sprechen stärken.

Ob sich die Kanzlerin bei ihren Ansprachen bewusst oder unbewusst einer altindischen Gestik bedient, steht jedoch in den Sternen.

Susanne Hasenstab

Edelsteinmassagen und Fingeryoga: Die Schwerpunkte von Monika Elsässers Arbeit spiegelt auch ihre große Gesundheits- und Esoterik-Bibliothek wider.

Hintergrund: Die Massagepraxis von Monika Elsässer

Die Massagepraxis von Monika Elsässer besteht seit 2001. Neben klassischen Massage-Techniken und Fußreflexzonen-Massage setzt die Sommerkählerin auf die heilende Kraft von Edelsteinen und arbeitet unter anderem mit Mudras (Fingeryoga), Meridianlehre, Yin Shin Jyutsu (Heilströme), Energiezonenmassage,