

Weg zur inneren Ruhe

Auf den Reset-Knopf seines Ichs drücken, so könnte man die **Bioenergetische Massage** kurz beschreiben. Claudine Moureaud verspricht ein harmonisches Körpergefühl durch ihre Hände und deren Arbeit am Körper. revue unterhält sich mit der Expertin auf diesem Gebiet.

Text: Mady Lutgen (mady.lutgen@revue.lu) / Fotos: Petra Bork (pixelio), Pixabay, Hervé Montaigu, karelnoppe (Fotolia)



Was versteht man unter HFBioenergetik?

Die HFBioenergetik beschäftigt sich laut Studien von Biophysiker und Neurowissenschaftler Hartmut Frass mit der funktionellen Einheit von Körper-Geist-Seele, von ihm stammt auch die Bezeichnung HFBioenergetik, das „HF“ steht für Hartmut Frass. Als Fachgebiet der Biologie, Biophysik und Biochemie befasst sich die Bioenergetik mit Energieumwandlungen in lebenden Strukturen. Sie verkörpert die Wissenschaft von der Energieversorgung und dem Energiehaushalt lebender Zellen.



Wie sind Sie zu der HFBioenergetische Massage gekommen?

Die alternative Medizin hat mich schon immer in ihren Bann gezogen. Nachdem ich mehrere Jahre beim Film als Make-up Artist gearbeitet habe, wollte ich mehr Zeit mit meiner kleinen Tochter verbringen, die jetzt auch zur Schule geht und deshalb ihren Rhythmus braucht. So suchte ich eine Dienstleistung, die ich von Zuhause aus anbieten kann, zudem ist die Arbeit beim Film sehr stressig. Ich stieß irgendwann auf die HFBioenergetische Massage, die mir selbst auch half, daraufhin entschloss ich eine Ausbildung bei Hartmut Frass in München zu absolvieren. Ich werde aber weiterhin noch beim Film arbeiten, da dies meine Leidenschaft ist, nur werde ich hier etwas kürzer treten.

Wie genau funktioniert diese Art von Massage?

Durch diese spezielle Massage stimuliere ich verschiedene Punkte oder Knoten in bestimmten Regionen des Körpers, der Druck wird durch die Finger, Hände und Fäuste bestimmt. Spannungen und Blockaden, die den Energiefluss behindern, können somit reduziert oder sogar ganz aufgelöst werden. Wenn Knoten oder Punkte sehr blockiert sind, und die Energie stagniert, beginnt der Körper schwach zu werden, und Antikörper können alle möglichen ▶





Claudine Moureaud

arbeitet schon 17 Jahre als Make-up- und Hair Artist beim Film. Nachdem Sie eine Schamanin besuchte, wird sie energetischen Massage aufmerksam und interessiert sich insbesondere für HFBioenergetische Massagen. Ihre hat sie am Ausbildungsinstitut HFBioenergetik in München zur Gesundheitsmassage-Therapeutin vom Biophysiker und Neurowissenschaftler Hartmut Frass absolviert.

„Spannungen und Blockaden die den Energiefluss behindern, können reduziert oder sogar ganz aufgelöst werden.“

Claudine Moureaud, Gesundheitsmassage- Therapeutin

Krankheiten und Störungen verursachen. Während einer Bioenergie-Massage werden Muskeln, Gewebe, Kreislauf, Knochen und Sehnen stimuliert. Die sanften Schwingungen, die durch meine Massagegriffe erzeugt werden, setzen sich über die Körperflüssigkeit im Körper fort und versetzen alle Zellen in Bewegung, durch dieses Schwingen kann ich eine gewisse Ordnung der Zellen wieder herstellen. Berührungen sind lebenswichtig, Studien belegen dies. Erst seit Kurzem beginnen Forscher zu entschlüsseln, was unser Tastsinn wirklich alles vermag, warum es für Wachstum, Erfahrung und Wahrnehmung von elementarer Bedeutung ist.

Was bewirkt eine solche Sitzung?

Das Immunsystem und gleichzeitig das energetische Feld des Menschen werden gestärkt. Mit der HFBioenergetischen Massage werden Disharmonien ausgeglichen, das Energiefeld wird wieder harmonisch aufgebaut,

gleichzeitig wird der Energiefluss angeregt und stabilisiert. Die ganzheitliche Wirkung der Massage wirkt auf drei Ebenen gleichzeitig; auf der geistigen, körperlichen und seelischen Ebene. Die Massage bewirkt, dass Stress, Erschöpfung und Müdigkeit verfliegen. Das Nervensystem kann von ständiger Aktivität auf volle Entspannung umschalten. Durch die verschiedenen Griffe werden Verspannungen und Verkrampfungen gelöst, ein verbesserter Stoffwechsel stellt sich dadurch ein. Die Entgiftung und Entschlackung des Körpers werden zugleich angeregt.

Wie verläuft eine solche Sitzung bei Ihnen?

Zuerst unterhalte ich mich mit dem Patienten und finde mit ihm zusammen heraus, unter welchen Beschwerden er leidet. Ich fertige immer zuerst ein Kärtchen mit all seinen Daten und Beschwerden an. Danach folgt die Behandlung, die eine gute Stunde dauert. Ich





rate meinen Patienten immer, genug Wasser nach der Behandlung zu trinken und erst wieder langsam in die Alltagstätigkeiten zurückzukehren. Ob der Patient noch eine weitere Behandlung braucht, bleibt abzuwarten. Oft bilden sich Blockaden schon im Kindesalter, deshalb kann es sein, dass verschiedene Beschwerden mehrere Sitzungen brau-

chen. Nach ein paar Tagen melde ich mich nochmals bei dem Patienten, um zu sehen, wie es ihm geht und wie meine Behandlung angesprochen hat. Neben den verschiedenen Arten von HFBioenergetischen Massagen wie Entgiftung, Anti-Cellulite/Anti-Alterung, Anti-Stress, Herz, Anti-Migräne, biete ich auch noch Chakren Harmonisierung an.

Am wen richtet sich die Behandlung?

Ich kann jeden behandeln, vom Baby das unter Koliken leidet, bis hin zu Kindern die unter Schlafproblemen leiden, oder Erwachsene mit Burnout, um nur einige Fälle aufzuzählen. Die einzige Nebenwirkung die manchmal vorkommt, ist Müdigkeit. Vor allem am Tag nach der Massage macht sie sich bemerkbar, verschwindet aber meistens nach einigen Tagen, und dann ist der Patient umso fitter.

Sind Sie schon auf Skeptiker getroffen?

Ja, manchmal kommt es vor, dass einer nicht daran glaubt, bis er es einmal ausprobiert hat. Die HFBioenergetische Massage wird sogar in diversen Krankenhäusern als zusätzliche Therapie angeboten. Es scheint also, als würde auch die herkömmliche Medizin langsam auf die Methode aufmerksam.

Mehr Infos gibt es unter:
www.filldechgudd.com

Gewinnspiel

Müde, verspannt, kraftlos? „Ein übermäßiger Verzehr von säurebildenden Lebensmitteln wie Zucker, Weißmehl, Fleisch oder schwarzer Tee kann den Körper aus dem Lot bringen und zu zahlreichen Befindlichkeitsstörungen führen. Abhilfe schafft eine ausgewogene Ernährung“, so Claudelle Deckert, bekannte TV Schauspielerin („Unter uns“). In Ihrem Buch verrät sie praktische Tipps für eine unkomplizierte Umsetzung und den perfekten Einstieg in die basische Küche und stellt ca. 80 einfach nachzuckochende vegetarische und vegane Rezepte vor. Dazu: alles Wissenswerte vom Experten Dr. oec. troph. Hans-Helmut Martin für mehr Balance und Wohlbefinden.

Claudelle Deckert „basisch clean + green“ |
h.f.ullmann Verlag | 168 S. | 100 Fotos, 4-farbig |
Hardcover | ca. 19,99 €

revue
verlost
4 Bücher



Schicken Sie so oft Sie möchten bis zum 23.05.2017 per SMS (1 € pro SMS + Gebühr) an die Nr. **64647** den Text: **CLEAN** (Leerzeichen) + Name + vollständige Adresse. Die Bücher werden den Gewinnern zugestellt.

Teilnahmebedingungen unter
www.revue.lu/teilnahmebedingungen,
oder einfach den QR-Code scannen.

