

Das hawaiianische Wort *Lomi* bedeutet *drücken, kneten, reiben, streichen*. Die Verdopplung *Lomi Lomi* verstärkt das Wort, das auch für *Arbeiten am Innen und Außen* oder Selbstheilungskräfte wecken verwendet wird.

Eine Lomi Lomi Massage wurde auf Hawaii vor allem am Beginn eines neuen Lebensabschnittes angewendet.

Bei der Lomi wird warmes, duftendes Öl in wellenförmigen Streichungen auf dem Körper verteilt. Dabei wird wechselnd mit Händen, Unterarmen und Ellenbogen gearbeitet. Die fließenden Berührungen aktivieren dein Körperbewusstsein. Die Gelenke werden sanft gelockert und gedehnt. Blockaden lösen sich, du fühlst dich leicht und befreit.

Eine Lomi Lomi Massage variiert innerhalb der Behandlung in Stärke und Intensität. Sie ist sehr sanft, wiegend und beruhigend, kann aber stellenweise auch intensiv in den Schmerz gehen, um tiefliegende Spannungen zu finden und aufzulösen.