

Behandlung

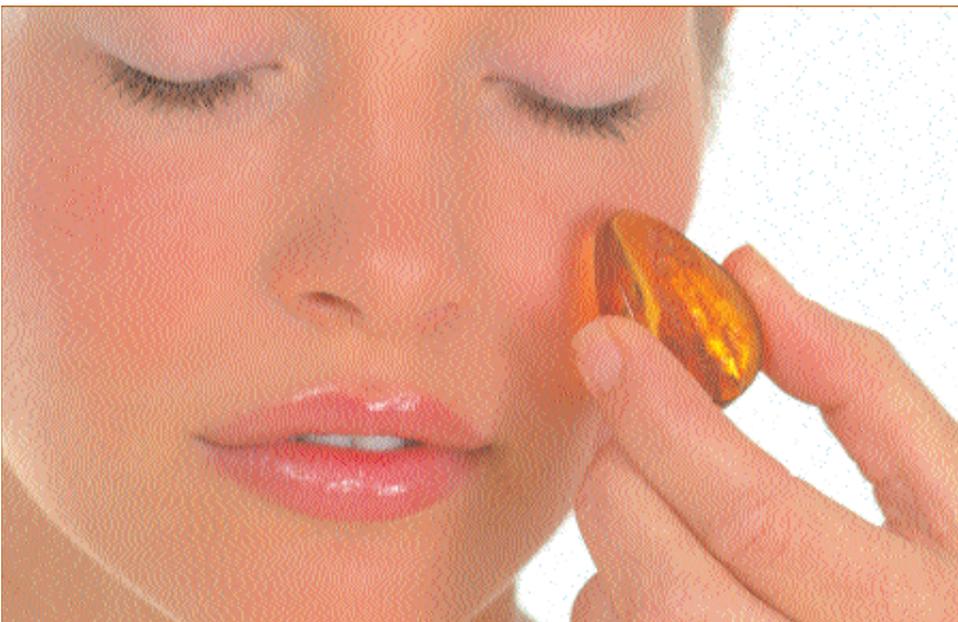
Bernstein-Öl-Massage

Bernstein ist das fossile (= versteinerte) Harz der Bernsteinkiefer (*Pinus succinifera*) und anderer Pflanzen, meist Nadelhölzer, aus der erdgeschichtlichen Zeitperiode Eozän (vor ca. 40–50 Millionen Jahren). Harz ist der Wundverband der Bäume, und noch heute können wir erleben, wie aus verletzten Nadelbäumen klebriges Harz in großen Mengen fließt. Ein solches zähflüssiges Harz war ursprünglich auch der Bernstein. Deshalb sind in Bernstein immer Gas- und Wasserbläschen und oftmals viele Rindenstückchen, kleine Astteile,

Pflanzensamen oder sogar Insekten und kleine Tiere eingeschlossen, die dem klebrigen Harz nicht mehr entringen konnten. Je nachdem, wie rein oder reichhaltig an Einschlüssen das Harz war, kann die Farbe des Bernsteins von weiß über wachsgelb bis honiggelb verlaufen. Poliert zeigt Bernstein phantastische Zeichnungen und Bilder, die den Betrachter an Unterwasseraufnahmen aus einem gelben Meer erinnern.

Bernstein war einer der ersten Edelsteine der Menschheitsgeschichte. Schon seit mindestens 7.000 Jahren

Basierend auf ihren Erkenntnissen aus der „Edelstein-Balance®“ entwickelte Monika Grundmann eine Massage mit warmem Öl und Bernsteinen. Gerade in der dunklen Jahreszeit ist diese wärmende, „sonnige“ Behandlung ein wunderbares Wellness-Angebot.



INFO+

Weitere Informationen

... zur Bernstein-Öl-Massage, zu Ausbildungen und Steinen erhalten Sie direkt von Monika Grundmann (www.edelstein-balance.de). Wir stellen den Kontakt gerne her. Auskunft erhalten Sie von unserem Leser-Service unter:

Tel. 0 18 05/1 65-1 62 (zum Ortstarif)
E-Mail: service@beauty-forum.com

ist er als Heilstein und Amulett in Gebrauch. In der Antike wurden ihm Zauberkräfte nachgesagt und die heilige Hildegard von Bingen beschrieb ihn im Mittelalter als „besonderen Heilstein mit wärmender und kräftigender Wirkung“. Die Liste der ihm zugeordneten Heilwirkungen war lang. Viele dieser Aussagen stimmen jedoch mit der analytischen modernen Steinheilkunde überein. Michael Ginger, Buchautor und Forscher auf diesem Gebiet, schreibt u.a. dazu: „Seeleisch vermittelt der Bernstein Sorglosigkeit, Glück und Fröhlichkeit. Er macht friedliebend und vertrauensvoll und stärkt den Glauben an sich selbst. Daraus entsteht der typische ‚leichte‘ Erfolg.“ Körperlich soll Bernstein bei Problemen mit den Organen Magen, Milz, Nieren, Leber und Galle helfen sowie bei stoffwechselbedingten Hautkrankheiten. Außerdem wirkt sich Bernstein positiv aus bei Gelenkbeschwerden, stärkt Schleimhäute und unterstützt die Wundheilung. Zudem erleichtert er das Zahnen kleiner Kinder.

Für „sonnige“ Behandlungen

Da es bei uns Kosmetikerinnen jedoch nicht um das Heilen von Krankheiten geht, sondern um die Entspannung und das Lösen von Verspannungen (und damit haben wir mehr als genug zu tun), setze ich den Bernstein in der

Fotos: Ines Blersch

Edelstein-Balance®-Massage immer dann ein, wenn ich das Gefühl habe, der Kunde bräuchte etwas mehr „Sonne“ und Fröhlichkeit.

Auch zur Unterstützung der Akne-Behandlung und bei fahler, spröder Haut ist Bernstein sehr zu empfehlen. Zudem ist er einer der besten Steine, um den Energiefluss durch die Gelenke anzuregen – so z.B. auch im Kiefergelenk, das bei vielen Kunden einer besonderen Aufmerksamkeit bedarf. Durch starke Spannungen kann die Lymphe dort z.T. nicht mehr ungehindert abfließen. Stauungen um den Augenbereich, Tränensäcke, aber auch Probleme mit der Halswirbelsäule finden oft im Kiefergelenk ihren Ursprung.

Viele Menschen kompensieren den alltäglichen Stress durch Zähneknirschen, was dieses Gelenk immens belastet. Oder denken wir an das Schultergelenk und an die Spannungen, die dort stecken – bei all dem, was wir uns täglich buchstäblich auf die Schultern laden.

Warmes Öl und goldene Steine

Das Öl – Für die Edelstein-Balance mit Bernstein bietet sich eine fertige Edelstein-Öl-Mischung aus den Steinen Sodalith, Chalcedon und Bernstein in Jojobaöl an. Mit diesem Öl habe ich die besten Erfahrungen gemacht, wenn es um das Thema „in Fluss kommen“ geht. Sie können sich jedoch

auch ein Edelstein-Öl selbst herstellen, indem Sie die drei Steine für einige Zeit in Jojobaöl bester Qualität einlegen und an einem möglichst sonnigen, aber strahlungsfreien Platz stehen lassen.

Das Öl mit den zwei Bernsteinen für die Massage wird in einem speziell für die Edelstein-Balance entwickelten Stövchen erwärmt. Zur Not tut es auch eine Duftlampe mit tiefer Schale oder ein elektrischer Flaschenwärmer (meiner Meinung nach ist ohne Strom besser), aber Vorsicht: Das Öl und der Stein dürfen keinesfalls zu heiß werden.

Die **Bernsteine** – Sie benötigen zwei möglichst gleich



STICHWORT

Bernstein – alles echt?

■ Nur ein geringer Teil des Bernsteins (ca. 20%) ist von Natur aus klar, ansonsten erscheint er in der Regel opak oder nur geringfügig transparent. Da jedoch im Schmuckbereich das Interesse genau andersherum



gelagert ist, wird hier gerne nachgeholfen: **Durch Erhitzen** wird die Struktur des Bernsteins wieder weich und klärt sich ähnlich einem fest gewordenen Honig, der durch Erhitzen wieder flüssiger und klarer wird. Dieser Vorgang wird „Blitzen“ genannt, da durch die Hitze Gas- und Wasserbläschen im Stein zerplatzen und sog. Sprenghöfe bilden. Diese sind mit bloßem Auge erkennbar als runde „Flitterchen“, die deutliche Lichtreflexe hervorrufen. Die Farbe des „geblitzten“ Bernsteins ist meist eher braun als gelb, daher ist bei diesen Farbtönen Vorsicht angesagt.

■ Auch Bernsteinstaub und -splitter lassen sich durch Erhitzen wieder verschmelzen, „rekonstruieren“. Dieser aus echtem Bernsteinstaub rekonstruierte Stein trägt im Handel auch den Namen „Echt Bernstein“. Wirklich naturbelassen ist nur der „**Natur-Bernstein**“, der zu Behandlungszwecken möglichst verwendet werden sollte.

große naturbelassene (siehe „Bernstein – alles echt?“) Stücke Bernstein, die Ihnen gut in der Hand liegen. Die Massage wird, soweit es möglich ist, synchron gearbeitet, das heißt mit jeweils einem Stein in jeder Hand.

Die **Massage** – Die Bernstein-Öl-Massage ist an sich eine Ganzkörpermassage, sie kann jedoch auch sehr gut während der Kosmetikbehandlung auszugswise anstelle einer Gesichtsmassage angewendet werden. Dafür sollten Sie mindestens 20 Minuten einplanen. Auch wenn nur das Gesicht massiert wird, sollte die Bernsteinmassage an den Händen begonnen werden. Der ideale Ablauf wäre dementsprechend: Hände, Arme, Schultern, Dekolleté, Gesicht und zum Schluss nochmals Ausstreichen über das Dekolleté zu den Armen hin.

Von den Händen zum Gesicht

Die Bernstein-Öl-Massage läuft wie folgt ab:

- Verteilen Sie das erwärmte Öl sanft auf einem Arm.
- Nehmen Sie die Bernsteine aus dem Öl und massieren Sie dann mit ein oder zwei Steinen in kreisenden Bewegungen jedes Gelenk von den Fingergelenken über das Handgelenk zum Ellenbogengelenk und dann noch das Schultergelenk. Hüllen Sie den Arm in ein warmes Mulltuch (am besten in Gelb) und arbeiten Sie nun den anderen Arm genauso.

■ Nun streichen Sie das ganze Dekolleté fächerartig aus – erst mit dem warmen Öl, dann mit dem Bernstein – und kreisen Sie dort auch erst in kleinen, dann in immer größer werdenden Kreisen die Gelenke aus. (Ein kurzer Blick ins Anatomiebuch ist erlaubt.) Decken Sie das Dekolleté mit einem warmen Mulltuch ab.

■ Als krönender Abschluss folgt nun die Gesichtsmassage: Nach dem Auftragen des warmen Öls streichen wir die Stirn aus und kreisen dann sanft am Unterkiefer, Oberkiefer und vor allem am Kiefergelenk. Kreisen Sie zum Schluss sanft an den Schläfen und dann ausstreichend über das ganze Gesicht nochmals fächerartig nach außen.

■ Streichen Sie zum Abschluss nochmals vom Brustbein fächerartig über die Schultern das Dekolleté aus.

■ Legen Sie die Bernsteine rechts und links unterhalb des Schlüsselbeins ab und lassen Sie die Kundin noch etwas ruhen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei dieser wunderschönen sonnigen Behandlung, die Sie und Ihre Kundin jegliche triste Winterstimmung vergessen lässt. ■

Monika Grundmann | Die Kosmetikerin, Edelstein-Therapeutin und Heilpraktikerin ist u.a. Aromatherapeutin und Masseurin. Sie hat eine Praxis für ganzheitliche Naturkosmetik und gibt ihr Wissen in Seminaren weiter (www.edelstein-balance.com).

