



Massage für die Organe

Stress, Verdauungsbeschwerden, Angstzustände? Eine Chi Nei Tsang®-Massage kann da helfen, wie Senior Teacher Veetao Hogan und Senior Instruktor Rentao Ravasio im Interview erläutern.

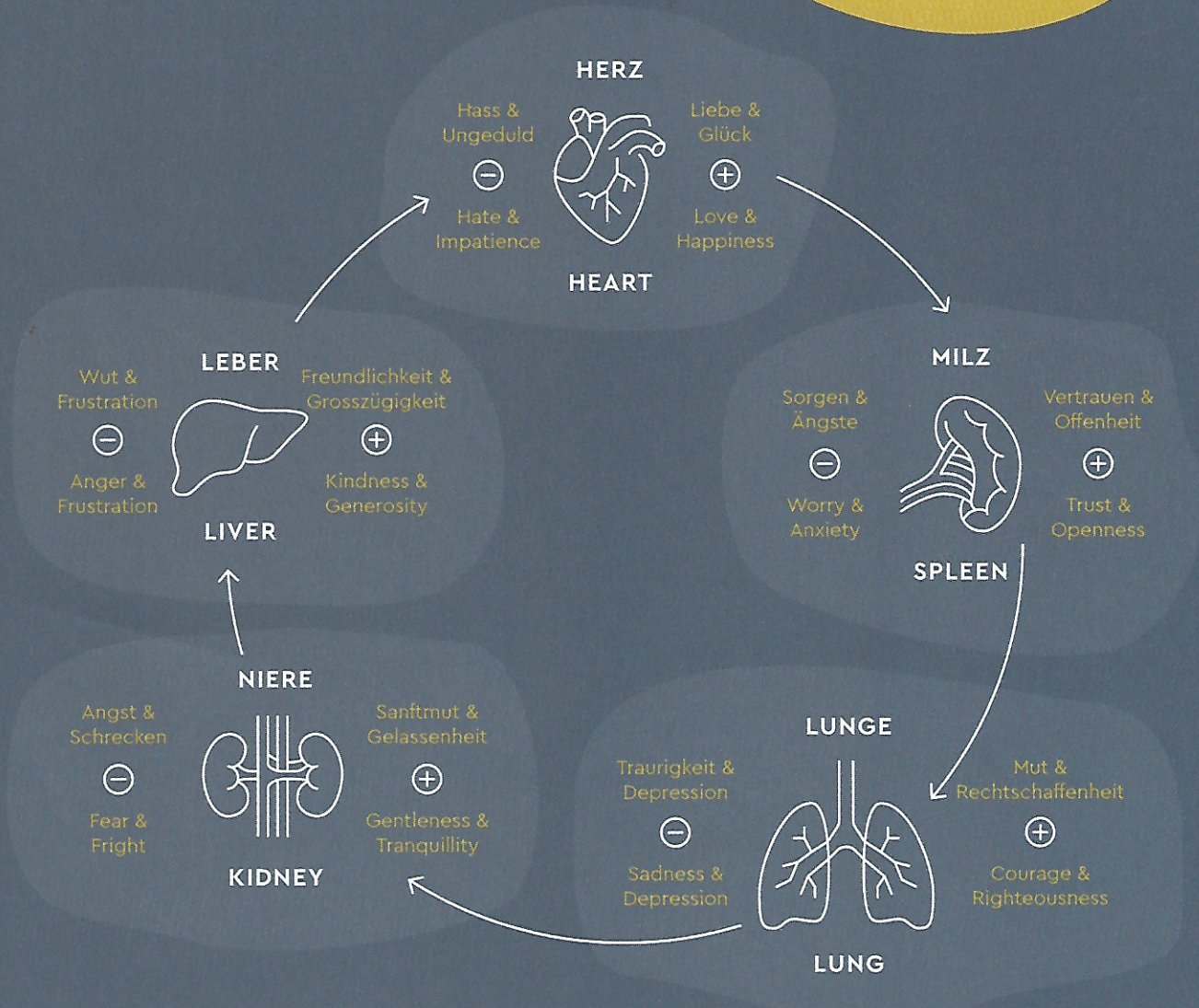


Veetao Hogan

Als Chi Nei Tsang® Senior Teacher führte sie das Team des Thermal Spa in die hohe Kunst der Organmassage ein.

FÜNF ORGANE IN DER TRADITIONELLEN CHINESISCHEN MEDIZIN

Die Traditionelle Chinesische Medizin definiert Herz, Milz, Lunge, Nieren und Leber als die fünf lebenswichtigen Organe. Diese stehen miteinander in Verbindung und können positive wie negative Emotionen speichern. Kommt es zu einem Ungleichgewicht, wird der Mensch krank.



⊖ NEGATIVE EMOTIONEN / EMOTIONS

⊕ POSITIVE EMOTIONEN / EMOTIONS

Veetao Hogan, können Sie uns kurz erklären, was Chi Nei Tsang® genau ist?

Veetao Hogan: Chi Nei Tsang® ist inspiriert von der Traditionellen Chinesischen Medizin, die einen ganzheitlichen und energetischen Ansatz der Gesundheit verfolgt. Eine Behandlungsmethode ist dabei Akupunktur. Die Akupunktur arbeitet auf den energetischen Linien der Organe, auch Meridiane genannt. Chi Nei Tsang® dagegen wirkt direkt an den Organen. Daher auch der Name: «Chi» bedeutet Energie, «Nei» Inneres und «Tsang» Organe. Ziel ist es, die lebenswichtigen Organe – wie Magen, Leber oder Nieren – sowie die Eingeweide – Dünn- und Dickdarm – von Stress und Anspannung zu befreien und wieder aufzuladen. Damit sie ihr volles Potenzial entfalten können.

Massage for the organs

Chi Nei Tsang® is a method to relieve stress and tension that accumulates in the abdominal area. Anxieties, digestive difficulties or problems such as flatulence and cramps can be relieved by the therapist with gentle, sometimes deep massage strokes. Senior Teacher Veetao Hogan and her partner Rentao Ravasio trained the thermal spa team in this special massage technique.

Für wen würden Sie eine Sitzung empfehlen?

Hogan: Für jeden. Es ist eine wunderbare Methode, um Stress und Spannungen abzubauen, die sich häufig in Ängsten, Schwierigkeiten mit der Verdauung oder Problemen wie Blähungen, Krämpfen und saurem Reflux äussern. Der Bauch lügt nie!

Was erwartet den Gast während einer Sitzung?

Hogan: Die Person liegt auf dem Rücken mit unbedecktem Bauchbereich. Manchmal verwendet der Therapeut Öl, manchmal arbeitet er auch nur mit den Händen. Die Massage ist sanft und die Tiefe der Handgriffe wird individuell auf den Gast angepasst. Gleichzeitig ist die Massage auch kraftvoll. Sie fördert den Blutfluss und aktiviert die Lymphe, nicht nur im Bauch, sondern im ganzen Körper. Der Therapeut beginnt im Bereich des Nabels, wo sich die Verspannungen über Tage, Monate und manchmal Jahre ansammeln und bearbeitet dann Organ für Organ, um sie zu entgiften und zu revitalisieren.

Kann die Massage auch schmerzhaft sein?

Hogan: In den meisten Massagetraditionen wird der Bauch nicht berührt, da er der Sitz der lebenswichtigen Organe ist und nur Experten sich ihm nähern sollten. Chi Nei Tsang® wurde von einem taoistischen Meister, Mantak Chia, entwickelt, von dem ich diese Kunst gelernt habe. Unsere Therapeutinnen und Therapeuten sind darin geschult, eine tiefe Sensibilität in ihren Fingern zu entwickeln. Wenn Unbehagen auftritt, helfen sie dem Gast, die Spannung durch Atemtechniken zu lösen. Schmerzhaft ist die Massage nicht, aber es kann gelegentlich zu Beschwerden kommen. Immerhin handelt es sich um eine therapeutische Massage und nicht um reine Entspannung.



Rentao Ravasio

Als UHT Senior Instruktor führte er das Team des Thermal Spa in die Basistechniken der Energie Meditation und Qi Gong ein.

Rentao Ravasio, die von Ihnen ausgebildeten Therapeuten werden auch in Qi Gong und Meditation geschult. Warum das?

Rentao Ravasio: Es ist uns sehr wichtig, dass der Therapeut eine gute Sensibilität, ein gutes Qi und eine gute Erdung entwickelt, damit die Behandlung so effizient wie möglich sein kann. Wir bringen ihnen bei, wie sie negative Energien und Emotionen loslassen, sich selbst reinigen und aufladen können, damit sie frisch und voller guter Energie am Massagetisch ankommen können. Wenn die Gäste daran interessiert sind, können die Therapeuten diese Methoden auch mit ihnen teilen. Zum Beispiel, wie man negative Emotionen in positive verwandelt.

Unsere Organe speichern negative Emotionen?

Ravasio: Ganz genau. Wenn jemand deprimiert ist, kann man das zum Beispiel an seiner Körperhaltung erkennen: er neigt dazu, in sich zusammensinken, der Brustkorb ist eingefallen, als ob die Lunge sehr schwer und traurig wäre. Diese alte taoistische Weisheit ist in der heutigen Zeit, in der viele Menschen durch emotionale Turbulenzen gehen, wertvoller denn je.

Genesung in allen Dimensionen

Als einziges Hotel in der Schweiz bietet das Grand Resort Bad Ragaz die Chi Nei Tsang®-Massage an. Als Nicole Benak, Supervisor Massage im Thermal Spa, 2019 zum ersten Mal mit der Behandlungsmethode in Berührung kam, war sie sofort begeistert: «Ich wollte schon immer eine Technik lernen, die Schmerzen und Beschwerden lindert, indem sie im Körper gespeicherte negative Emotionen transformiert und den Körper von schädigenden Energien befreit. Ich liebe es, Menschen dabei zu helfen, ihre physische, mentale, emotionale und geistige Dimension miteinander zu verbinden.»

Durch eine Chi Nei Tsang®-Massage können oftmals unbewusste Erfahrungen und Blockaden im Körper aufgespürt und gelöst werden. Sie kann prophylaktisch und bei Beschwerden wie Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen oder Verdauungsbeschwerden angewendet werden. Neben Nicole Benak liessen sich zwei weitere Therapeuten, Besnik Hoti und Boris Bratoew, ausbilden. «Wir freuen uns darauf, diese kraftvolle Massage noch mehr Gästen vorstellen zu dürfen, da wir sehr gute Ergebnisse für die allgemeine Gesundheit feststellen konnten.»

Healing in all dimensions

The Grand Resort Bad Ragaz is the only hotel in Switzerland to offer the Chi Nei Tsang® massage. Nicole Benak, supervisor of massage at the thermal spa, and her colleagues Besnik Hoti and Boris Bratoew trained as therapists. "We look forward to introducing this powerful massage to more guests as we have seen very good results for overall health."

Angebot

Chi Nei Tsang®-Massage

Chi Nei Tsang® kann im Thermal Spa als Einzelbehandlung oder ganzheitliche Behandlung mit drei Sitzungen gebucht werden.

50 MIN CHF 195.- ODER 3x50 MIN CHF 555.-

resortragaz.ch/behandlungen

You can find all information in English online: resortragaz.ch/treatments

Book now ✓



Für eine Chi Nei Tsang®-Massage benötigt **NICOLE BENAK** viel Fingerspitzengefühl.

