

Den richtigen „Schalter“ zur Linderung finden

„Wo es wehtut, drücken und dann putzen, putzen, putzen“: Ansturm auf Schwester Jubilatas Kurs über Fußreflexzonenmassage



Aus dem Mini- wurde ein Maxi-Kurs: 110 Interessierte ließen sich von Schwester Jubilata die Fußreflexzonenmassage erklären. Bild: hm (2)

Pfreimd. (hm) Der Fußreflexzonen-Mini-Kurs von Schwester Jubilata beim Obst- und Gartenbauverein Pfreimd war den Besuchern nach – 110 waren gekommen – eher ein Maxi-Kurs. Die Ordensfrau verstand es mit ihrer begeisterten Art die Zuhörer zu fesseln. Die Erklärungen zu den einzelnen Reflexpunkten am Fuß konnten an Ort und Stelle am gegenüber sitzenden Partner gleich ausprobiert werden. Im Herdegen-Saal

waren deshalb die Tische entfernt und durch Stuhlreihen ersetzt worden, so dass sich immer zwei Personen gegenüber saßen.

Die Ordensfrau von Kloster Strahlfeld ist dafür bekannt, den richtigen Schalter am Fuß zur Linderung von Beschwerden zu finden. Sie hat für vielfältige gesundheitliche Störungen, wie Fersensporn, Hallux sowie Migräne, Ischias und Co die richtigen

Tipps parat. Was den Ischias betraf, so konnte sie einem Besucher im Saal sofort Linderung verschaffen. Viele kräftige „Au“-Schreie und herzhaftes Lachen waren an diesem Abend im Herdegen-Saal allgegenwärtig.

Das Stöckchen

Mit einer gezielten Massage der Fußzone – Schwester Jubilata nannte es „Putzen“ – kann man auf ein Organ oder Körperteil Einfluss nehmen. Schmerzen bei Druck die entsprechenden Reflex-Punkte am Fuß, so hat man die richtige Stelle gefunden. Gezielter Druck auf diese Stelle hat dann positive Auswirkungen. Die blockierten Leitungsbahnen werden wieder frei.

Mit Schautafeln und Freiwilligen wurden die Zusammenhänge und Grifftechniken erklärt. Für Mulden am Fuß kann für das Drücken das von ihr entwickelte Stöckchen eingesetzt werden. Die Behandlung könne Schmerzen lindern, die Durchblutung fördern, Muskel-Verspannungen lösen und Selbstheilungskräfte

aktivieren, erläuterte sie. Bei Migräne oder Schwindel können betroffene durch tägliches Massieren des zugeordneten Druckpunktes nach einer Zeit völlige Beschwerdefreiheit erlangen. Auch bei vielen orthopädischen Problemen kann die Fußreflexzonen-Massage helfen. Schwers-

ter Jubilatas Motto lautet daher: „Zuerst massieren statt operieren.“ Mit den Worten „dort, wo es wehtut, drücken“ und „putzen, putzen, putzen“ schloss sie die Veranstaltung und gab anschließend noch allen die Möglichkeit Informationsunterlagen zu erwerben.



Die Partner saßen sich gegenüber und probierten die Grifftechniken aus.