



TCM Praxis Ju
Traditionelle Chinesische Medizin



推拿 Tuina-Massage

拿

Tuina ist die Traditionelle Chinesische Massage, die auf verschiedenen Massagetechniken beruht. Sie bedient sich vor allem spezieller Handtechniken und Manipulationen wie Schieben, Streichen, Drücken, Reiben, Klopfen, Klatschen bis hin zur Technik der Vibration.

Die Tuina-Therapie hat ein ganzheitliches Ziel. Sie setzt nicht bei lokalen Beschwerden an, sondern bezieht den gesamten Körper, sowie das Gesamtsystem des Menschen in seiner Umwelt und die Natureinflüsse mit ein. Durch die verschiedenen (auch tiefgreifenden) manuellen Techniken wird Qi und Blut in den lokalen, als auch in den Ganzkörperenergiebändern reguliert. Die fließende Energie wird als Qi bezeichnet. Mit Tuina sollen Blockaden der Meridiane aufgelöst und der Energiefluss gefördert, aber auch Organe beeinflusst werden. Durch diese Stimulation und Regulation wird das Yin und Yang des Körpers und der Funktionskreis der 5 Elemente (chinesisches Organsystem) wieder hergestellt.