



Ihr beiden bietet ein neues Seminar an. Das Mana Wai Ferienseminar. Darin erhalten die Teilnehmer eine Basisausbildung in Watsu und Lomi. Warum passen Watsu und Lomi so gut zusammen?



● **Rachana:** Das Seminar ist nicht neu. Wir bieten Mana Wai Ferienseminare seit 2005 an. Beim Watsu und auch bei Lomi sind sich die Menschen sehr nah und es findet ständiger Körperkontakt statt. Deshalb muss man sich sowohl beim Watsu als auch beim Lomi dem anderen zuwenden können. Die bewusste Zuwendung lässt die Menschen entspannen und zur Ruhe kommen. Sie werden still, sie fühlen sie akzeptiert und können so loslassen. Das geschieht im Wasser und auch an Land.

Gyan: Es geht auch um Selbstwahrnehmung. Es fällt den meisten Menschen sehr schwer, sich selbst wahrzunehmen, weil sie permanent mit allerlei Dingen beschäftigt sind. Intuition und Vertrauen geraten so in den Hintergrund. Beim Watsu

und beim Lomi werden die Menschen aber so ruhig, dass sie eigentlich gar nicht anders können als sich selbst zuzuhören. Und dann spüren sie auch wieder ihre inneren Impulse. Was zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit führt.

Das eine findet im Wasser statt, das andere auf der Massageliege. Beides ist natürlich Körperarbeit. Aber wie ergänzen sich die beiden Formen?

Gyan: Der eindeutige Unterschied ist natürlich das Element, in dem die Körperarbeit stattfindet. Watsu wird im Wasser praktiziert. Lomi im Trockenen...

Rachana: (lacht): Im „Öligen“ vielmehr.

Gyan: (lacht auch): Stimmt. Aber Öl ist auch ein anderes Element

als Wasser. Im Wasser findet Bewegung statt. Watsu ist ein Bewegungsfluss. Im Wasser lassen sich die Menschen treiben, und nehmen diesen Fluss wahr und lassen los. Der ganze Organismus verliert dabei das unangenehme Gefühl von verengtem Raum und beschleunigter Zeit. Er wird frei und zeitlos. Dieser Bewegungsfluss ist nur im Wasser möglich.

Rachana: Manche Menschen haben jedoch schon ein sehr bewegtes Leben. Das macht sich auch auf der Körperebene bemerkbar. Sie sind unruhig und ihre Lebensenergie läuft völlig chaotisch durch den Körper. In solchen Fällen ist Lomi sehr effektiv. Es beruhigt erst einmal den Körper, er muss still daliegen. Erst dann bringen wir die Energiebahnen wieder auf den richtigen Kurs.