

## **Chakra-Energiemassage der Füße**

Padabhyanga ist eine wohltuende Fuß- und Beinmassage, bei der erwärmte Substanzen – individuell abgestimmt – einmassiert werden. Diese Massage regt die Organsysteme an und befreit von alten, krankmachenden Belastungen.

### Wirkungsweise:

Das Massieren der Beine energetisiert den Bauchbereich, regt den Kreislauf an, ist ein wirksames Mittel gegen Benommenheit, regt den feinstofflichen Energiefluss an und erzeugt ein vollkommenes Wohlfühl.

Neben dem pflegenden Aspekt hilft das Massieren der Füße bei Schlaflosigkeit, Nervosität, Trockenheit und Taubheitsgefühlen in den Füßen. Zudem energetisiert es das Sehvermögen und die Sinnesorgane.