

® LA PRIMA, L'ORIGINALE

New Age

MUSIC & WELLNESS

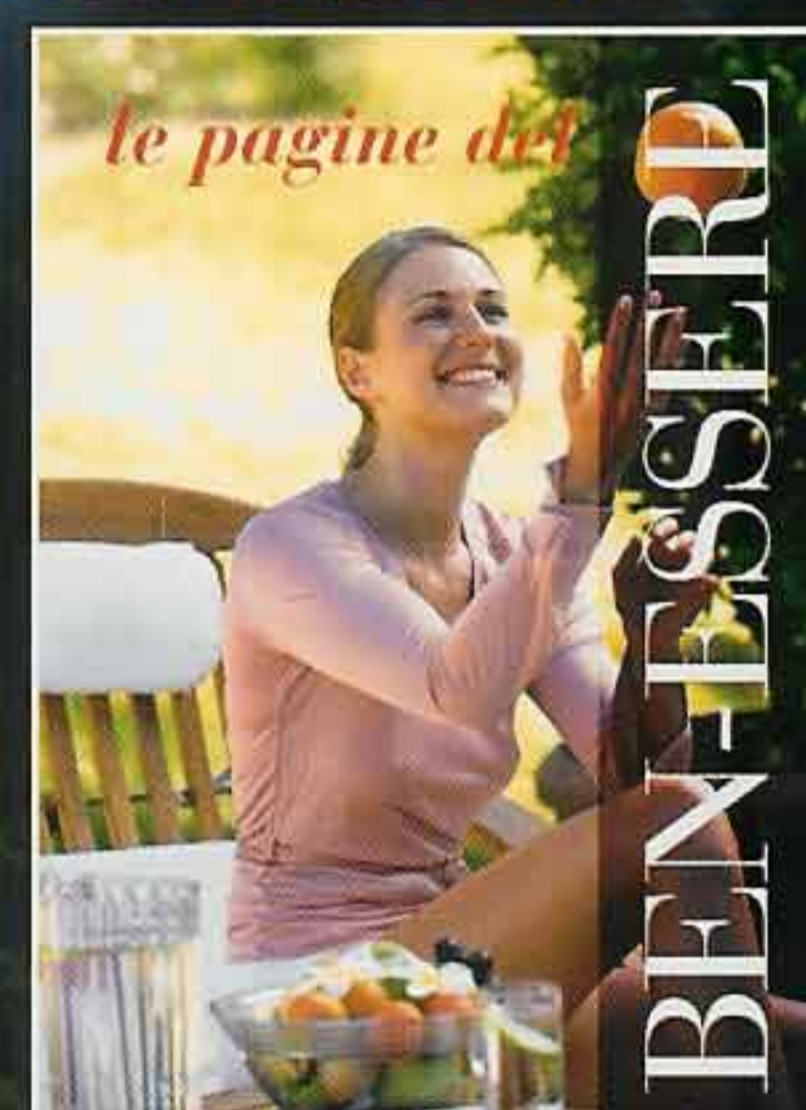
AND NEW SOUNDS

152



Volume N° 152
Mensile - EU 10.50

all'interno



**Nel CD:
Pierre
Bensusan**

**Tempo di
trasformazione
L'impulso creativo**

**Dimagrire
con la mente**

**65
minuti
di musica
d'emozione**



La tecnica metamorfica

IL TOCCO CHE TRASFORMA



Una disciplina
rilassante, s
effetti, que
Gaston St. J
trasformare
una nuova

testo di Stefano Fusini

"Il tempo è azione o cambiamento. Fino a quando si muove nel tempo l'uomo è apparentemente sano; è malato nella misura in cui è bloccato nel tempo. Essere bloccati nel tempo è restare attaccati a un qualsiasi momento, sia che si tratti di cinque minuti fa o di un momento qualsiasi nel tempo della storia di altri secoli. Essere in grado di allentare nel soggetto la struttura tempo significa attivare il potenziale di cambiamento e di movimento e andare verso il momento presente. Questo movimento in avanti è innato nell'uomo; è una volontà, un desiderio conscio e/o inconscio di cambiare per il meglio."

(Robert St. John da *Metamorfosi*)

"La tecnica metamorfica offre un contributo unico alla trasformazione e alla realizzazione del nostro



il bambino, nella menopausa e nell'andropausa. Può risultare un valido aiuto in aggiunta alle terapie convenzionali nei casi di handicap (autismo, down e così via) e depressione. Chi riceve la tecnica metamorfica sembra recuperare meglio e prima la salute: può essere utilizzata contemporaneamente ad altri metodi di cura tradizionali o alternativi in quanto ne può potenziare gli effetti benefici. I cambiamenti possono variare da miglioramenti significativi nella salute fisica, mentale o emotiva a una sensazione generale di maggior energia e sicurezza, con la liberazione da vecchie abitudini o il graduale abbandono di sofferenze passate. Spesso le persone raccontano di aver avuto importanti cambiamenti nella loro visione della vita e nel modo in cui vedono se stessi; in molti casi sentono un aumentato senso di scopo nella vita e di forza interiore.

LA SEDUTA DI METAMORFICA

L'applicazione più nota e basilare della tecnica metamorfica è quella praticata all'arco interno del piede. L'operatore lo sfiora dolcemente risalendolo, dall'interno del tallone alla punta dell'alluce, con movimenti lenti e leggeri. Così, si ripercorre e "smuove" la storia prenatale e dello sviluppo fisico; ciò sblocca e dà libero corso all'energia nell'organismo. Un'altra applicazione è alle mani, in modo analogo: "smuove" le capacità operative ed esecutive; l'ultima, quella alla testa, che "lavora" sull'attitudine a comprendere e governare il flusso d'energia di crescita. Le sedute durano circa un'ora, e in genere si fa un ciclo di alcune sedute. La tecnica si applica sui piedi nudi, sulle mani e sulla testa perciò è importante essere sdraiati o

seduti comodi. Dopo la prima seduta, sarà la persona stessa a decidere se ripeterlo le settimane successive. Gli effetti della seduta sono i più vari: dalla necessità di riposare ad un senso di carica ed euforia. Oppure, a volte, si manifestano attraverso un sogno, una maggiore chiarezza interiore o con l'acquisizione di una diversa consapevolezza di sé e del proprio momento attuale.

CHI LA PUÒ PRATICARE E A CHI RIVOLGERSI

La tecnica metamorfica può essere praticata da tutti, perché è semplice al di là delle apparenti difficoltà teoriche. Non comporta diagnosi, quindi non è necessario avere conoscenze in campo medico. Molte persone seguono dei corsi brevi in modo da poterla usare in famiglia e con gli amici; è molto bello praticarla ai figli. Ma è anche campo di operatori specializzati, che ne hanno appreso i segreti e la impiegano nella loro attività professionale dopo un tirocinio. In Italia la formazione è curata dall'Associazione Italiana Tecnica Metamorfica. In Italia gli operatori sono ancora pochi. Alcuni sono massaggiatori o massofisioterapisti; vi sono poi ostetriche e fisioterapisti. Tuttavia in maggioranza chi la pratica è ricercatore e operatore in terapie olistiche e discipline per la crescita personale e lo sviluppo del potenziale umano.

A.T.M.I., Associazione Tecnica Metamorfica Italiana,

metamorfica@tiscali.it

Altri operatori: Isabella Tavilla, Arte del massaggio, www.artedelmassaggio.it;
Giuseppina Musarra, 333 1733583;
Gaetano Vivo, www.reikivivo.com.

