

Il massaggio per corpo e psiche.

Come sempre, quando si dà qualcosa per scontato non si riflette a sufficienza. La pelle, per esempio, quella guaina che riveste il nostro corpo, ci preoccupa solo se è irritata, infiammata, ferita o lesionata.

Quando ciò non accade ce ne dimentichiamo, quasi non facesse parte integrante di noi stessi.

E, invece, la pelle è uno degli organi più importanti del corpo umano: da un lato, grazie alla connessione cellulare, è in contatto con il corpo e le emozioni portando in superficie quanto stiamo vivendo interiormente, dall'altro riflette i nostri organi interni, come insegna la medicina cinese che considera il piede, l'orecchio o la mano come rappresentazioni esterne del corpo nel suo insieme. La pelle è viva, respira; ci consente di esprimerci e di rappresentarci, regola il calore, suda, ed è l'elemento di mezzo tra il contatto e la limitazione: comunichiamo con il mondo esterno e, nel contempo, creiamo una barriera. Imparare a toccare e a farsi toccare, dunque, vuol dire che le mani stabiliscono un veloce contatto con la parte più intima di ciascuno di noi. Anche in occidente è ormai assodato che il blocco muscolare è un blocco psichico e il terapeuta che scioglie le contrazioni muscolari e le rigidità aiuta a risolvere il blocco psicologico interno all'individuo. Il tocco, dunque, ha una grande importanza per correggere, penetrare, sfiorare, arrivare in profondità nel corpo e nella psiche perché provoca reazioni chimiche visibili (ossigenazione dei tessuti, idratazione, maggiore elasticità), ma anche fisiche (scioglimenti e separazioni delle masse

muscolari), oltre che psichiche: con il contatto le fibre nervose trasmettono al cervello un messaggio di relazione, di reciprocità, di fiducia che agisce sulla psiche e aiuta a superare traumi e blocchi. Attraverso la mano si libera l'energia (il prana, secondo la terminologia orientale) che assumiamo attraverso il cibo, l'aria, l'acqua, e il terapeuta usa le mani per risanare: il flusso energetico viene propagato attraverso la pelle. La memoria cellulare si risveglia dal suo torpore per ricordare che un tempo le emozioni scorrevano fluide, che non c'era il dolore, e che si può ritrovare quello stato di benessere del passato. Ma il massaggio incide anche sul piano affettivo, basti pensare ai primi contatti tra una mamma e il neonato: istintivamente lo accarezza, lo massaggia con dolcezza e il piccolo, attraverso il contatto con la madre, inizia a conoscersi, a percepire i sentimenti, a scoprire se stesso e il mondo circostante. È un codice di comunicazione non verbale che passa attraverso la pelle ed è basilare per la stabilità psichica del bambino e si può ritrovare anche negli adulti, proprio grazie al massaggio. Ci si appropria così della propria pelle, del proprio corpo per entrare in stretta relazione col proprio sé interiore e, farsi massaggiare, vuol dire anche entrare in contatto profondo con l'io dell'altro, rilassati e senza barriere.

Arte del Massaggio

DI ISABELLA TAVILLA E C.

Via G. Milani, 3
20133 Milano
Tel. 0270636187
Cell. 3389866242
info@artedelmassaggio.it

Corsi di:

Massaggio classico
Metodo Isabella Tavilla
1°, 2°, 3° livello
Linfodrenaggio
Massaggi con fiori
Tecnica Metamorfica

Trattamenti individuali

Massaggio per:
Lombalgie • Cervicale • Stress •
Depressione • Ansia