

Milena Simeoni

e
BOOK

MASSAGGIO INTUITIVO

L'anima dell'arte tattile

ESTRATTO PER CONSULTAZIONE



WELLNESS ACADEMY
LUMEN - PIACENZA
Scuola del Ben-Essere



www.naturopatia.org

MASSAGGIO INTUITIVO, ANIMA DELL'ARTE TATTILE

Giacché il massaggio è un'arte antica, ritenuta strumento di salute da civiltà di ogni tempo e luogo, il *Massaggio Intuitivo*, non può avere la pretesa di essere qualcosa di nuovo, semplicemente si pone l'obiettivo di risvegliare un modo di massaggiare più artistico e meno razionale, più globale e meno settoriale, più intimo e meno distaccato, più umano e meno meccanico. Nell'era moderna, dove i massaggi sono sempre più specifici, più rivolti a precise strutture corporee (circolazione linfatica, sanguigna, struttura scheletrica, muscoli, ecc.), dove sempre più la macchina "pare in grado" di sostituire la mano umana, il *Massaggio Intuitivo* si distingue perché:

- ➡ può essere fatto solo da un essere umano capace di ascoltare il proprio cuore,
- ➡ si fonda sul rapporto empatico,
- ➡ tiene in considerazione la totalità dell'individuo.

Partendo da questi assunti, il *Massaggio Intuitivo* può essere considerato una possibile evoluzione dell'idea comune di massaggio e, come racconta il suo nome, anziché proporre sequenze operative fisse, fonda le proprie radici nelle doti umane dell'operatore.

Empatia, ascolto, fiducia, umiltà, gioia interiore, accettazione, rispetto e gratitudine, nel *Massaggio Intuitivo*, vengono prima della tecnica; queste doti essenziali, nutrendo la capacità di Amare Incondizionatamente, migliorano prima di tutto la qualità di vita dell'operatore e, solo dopo, trasformano il suo lavoro in un'attività straordinaria.

Il *Massaggio Intuitivo* può quindi essere descritto come un viaggio alla scoperta del prossimo attraverso se stessi e, viceversa, alla ricerca di sé attraverso gli altri; è una pratica che insegna ad ascoltare e a decifrare la comunicazione corporea, a percepirne la profonda verità, il ritmo, i bisogni e le esigenze inesprese. In questo modo l'operatore impara a creare trattamenti personalizzati capaci di rispettare in ogni istante la globalità



dell'individuo, quella specifica miscellanea di genotipo¹ e fenotipo² che, interagendo costantemente con la vita, caratterizza la sua natura mutevole.

L'operatore impara ad ascoltare la propria voce interiore, l'intuito e, contemporaneamente, come dentro così fuori, sviluppa il così detto "ascolto tattile" (cap. 3 p. 59) che gli consente di muoversi sull'involucro dell'altro rispettandone le esigenze, transitorie o costituzionali che siano. Così facendo sperimenta quanto attraverso il tatto sia possibile comunicare con i diversi segmenti corporei, inviare informazioni e ricevere risposte; per esempio, durante un massaggio, l'operatore può percepire differenti esigenze tra gli arti inferiori: il destro che "gradisce" mobilitazioni dinamiche abbinate a trazioni, il sinistro che le "rifiuta" e che, al contrario, "apprezza" sfregamenti lenti, avvolgenti e profondi. La pratica del *Massaggio Intuitivo* insegna che ogni manovra (cap. 6 pp. 93-139), con le sue diverse manualità, può essere accolta o rifiutata e che, ascoltando le risposte dello psico-soma, è possibile costruire e modellare trattamenti *ad hoc*, capaci di rispettare le peculiarità radicate e momentanee di ogni individuo.

Il *Massaggio Intuitivo*, essendo caratterizzato da protocolli personalizzati in sintonia con la totalità dell'individuo, è sganciato da protocolli operativi sintomatici rivolti a precisi sistemi, apparati o sintomi. L'operatore, come ogni artista, oltre alle proprie doti interiori, ha bisogno di precisi strumenti che, come i pennelli sulla tela, gli permettano di realizzare l'opera. I "pennelli" sono le quattro manovre fondamentali, i "colori" le molteplici manualità e la tela, il corpo del soggetto trattato.

Senza sequenze prestabilite, l'operatore entra in contatto dolcemente con l'altro, lo ascolta e lascia fluire le proprie competenze professionali in sintonia con le profonde esigenze dello psico-soma "contattato"; ubbidendo al proprio cuore, profondo conoscitore della via dell'Amore, ogni volta dà vita a un'opera d'arte, unica e irripetibile, capace di infondere gioia in chi l'ha creata e in chi la riceve in dono.

Da questa peculiare angolatura, il *Massaggio Intuitivo* può metaforicamente essere considerato l'*Anima dell'arte tattile*, quella "non tecnica" che può rappresentare il cuore di molti trattamenti che si propongono di nutrire

1. Genotipo: insieme delle caratteristiche conseguenti alla composizione genetica dei cromosomi ereditati dai genitori.

2. Fenotipo: risultato dell'interazione tra caratteristiche genetiche (genotipo) e abitudini quotidiane (vitatipo).



equilibrio, armonia e salute.

La radice filosofica di quest'approccio è che ciascun individuo, attraverso il medesimo sintomo, esprime disagi di natura differente; per esempio lo stesso dolore scapolo-omerale, in soggetti diversi, può avere cause fisiche (trauma, tensione muscolare, tendinite, acidosi, ecc.), psico-emotive (eccessivo carico di responsabilità, problematiche di relazione, incapacità di donare abbracci, ecc.) o energetiche (secondo la Medicina Tradizionale Cinese potrebbe essere un'espressione di squilibrio dell'elemento Acqua³ oppure di uno dei meridiani che attraversa la spalla). Ogni situazione, per essere riequilibrata, necessita di stimoli precisi, adeguati alla specificità del problema di base, capaci di colmare vuoti e ridurre pieni e, così facendo, di favorire il recupero dell'equilibrio.

Per attuare questo tipo di protocolli operativi è necessario affidarsi maggiormente all'intelligenza dello psico-soma e alla sua capacità di lavorare assiduamente per il mantenimento dell'omeostasi. Questo *modus operandi*, apparentemente semplice, se calato nelle abitudini della realtà quotidiana, risulta particolarmente complesso; per concretizzarlo è necessario svincolarsi dal protocollo operativo sintomatico (vedi tabella a pg. 28) che, basato solo sulla conoscenza razionale (emisfero sinistro), è inscindibile dall'idea meccanicistica che il corpo sia un insieme di pezzi distinti anziché un'entità le cui parti sono reciprocamente influenzabili.

3. L'elemento Acqua è collegato alla struttura scheletrica, ai reni, alla vescica urinaria, agli organi genitali. L'emozione legata all'energia Acqua è la Paura.



ONDULAZIONI

- Acqua -

L'ondulazione è un movimento di oscillazione per lo più adatto alle grandi superfici. L'operatore prima appoggia le mani sul corpo dell'utente, ne ascolta il ritmo, si sintonizza, percepisce l'onda della vita dentro di sé e solo dopo inizia la manovra. L'onda sinuosa, infusa sul confine corporeo, grazie al *timing* corretto, si propaga dalla superficie alla profondità, inondando e cullando delicatamente ogni cellula e l'individuo nella sua interezza. Il movimento corretto è composto da una fase attiva, nella quale il corpo assorbe la spinta, e da una fase passiva, in cui il corpo si dispone nella posizione iniziale. Così si genera un flutto che si diffonde da fuori a dentro, da un lato all'altro e dall'alto al basso.

Dopo aver preso contatto con l'area da trattare, ascolta se il movimento che vuoi fare è possibile e agisci solo se energeticamente è permesso.

- L'ondulazione, con la sua morbidezza e fluidità, nutre l'energia femminile e crea un rilassamento profondo tipico del bambino che, avvolto dall'abbraccio materno, si sente amato e protetto.
- La difficoltà a praticare tale manovra spesso riflette un vissuto disarmonico con il femminile, rappresentato per esempio da sofferenze prenatali, vissute all'interno del grembo materno o, in seguito, da conflitti con chi incarna tale energia che non sempre è trasmessa dalla madre.
- Lo stesso si può affermare per l'utente che fatica ad accogliere le ondulazioni o che, durante l'espletamento di questa manovra, vede colori scuri e poco vitali.
- Le ondulazioni, nel *Massaggio Intuitivo*, sono associabili all'Acqua, considerata l'elemento primordiale per eccellenza, giacché presente sulla terra prima dell'apparizione della vita organica; liquida, senza colore proprio, può trasportare, inglobare e modificare le sostanze con le quali entra in contatto.
- La profondità abissale dell'Acqua e il suo dirigersi verso il basso simbolicamente la collegano all'inconscio, al lato oscuro e intimo di ogni uomo.
- Trasparenza, fluidità, umidità e adattabilità sono le caratteristiche proprie a questo elemento. La capacità di assorbire il colore (fondali,

ONDULAZIONI

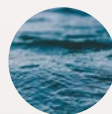
MANOVRA

Manualità avvolgenti
per donare fluidità

EFFETTO

Nutrono l'energia femminile
inducendo un senso
di protezione

ELEMENTO





paesaggi, polveri disciolte) e di adattarsi al contenitore esprimono la sua natura sensibile e influenzabile. Analogicamente, l'uomo dominato da questo elemento spesso si muove nella vita spinto dalle proprie emozioni e dai propri sentimenti; se poco radicato s'impresiona facilmente e, influenzato dalla sua immaginazione, viene trascinato verso il basso fino ad affogare in stati di apatia e depressioni che riflettono, appunto, lo stagnare dell'acqua.

- ➔ **L'Acqua**, simbolo del principio femminile, riflette una natura materna, passiva, protettiva, ricettiva, emotiva, romantica, mistica e sensitiva.

Le ondulazioni possono essere monomanuali o bimanuali, omolaterali o controlaterali, antero-posteriori, eseguite su un arto o su entrambi contemporaneamente. Con l'unico scopo di facilitare la memorizzazione elenco le ondulazioni eseguibili proseguendo dall'alto verso il basso.

L'ADATTABILITÀ DELL'ACQUA CERVELLO - FLEMMA

Il potenziale di trasformazione che caratterizza questo elemento è bene espresso dai cambi di stato: influenzato dal freddo, passa da liquido a solido; esposto al calore, lascia la forma liquida per sperimentare quella gassosa. Analogicamente quando la tipologia Acqua è dominata dal freddo, dal distacco e dall'isolamento, si "solidifica" fino a irrigidirsi mentre quando è influenzata dal caldo, dalla passione e dalla perdita del controllo, "evapora" fino a perdere quella consistenza necessaria per portare avanti i propri obiettivi nella vita.

ALL'ACQUA SONO COLLEGATI, A LIVELLO ORGANICO:

- CERVELLO • APPARATO URINARIO • SISTEMA LINFATICO • BOCCA •

CARENZA
- Spigoloso -



EQUILIBRIO
- Fluido -



ECESSO
- Informe -

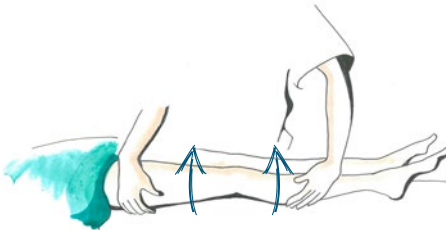
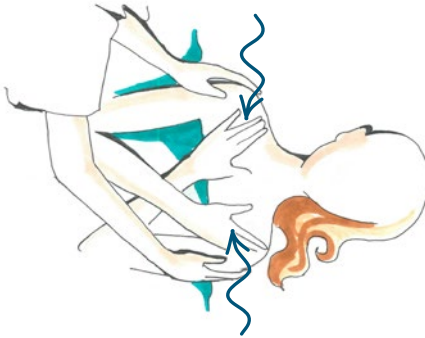
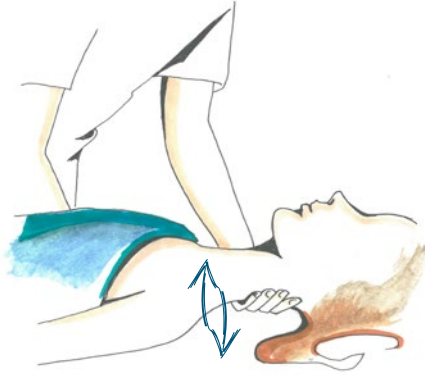






ONDULAZIONI ESERCITABILI CON UTENTE SUPINO

- Parte anteriore del corpo -



Testa e Collo

- Ondulazioni testa/collo.

Spalle e Arti superiori

- Ondulazioni spalle con braccia incrociate
- Ondulazioni braccio
- Ondulazioni avambraccio
- Ondulazioni arti superiori

Torace e Bacino

- Ondulazioni torace
- Ondulazione bacino
- Ondulazione torace/bacino
- Ondulazione torace/bacino/arti superiori
- Abbracci ondulatori

Addome

- Ondulazioni profonde viscerali
- Ondulazioni fianchi

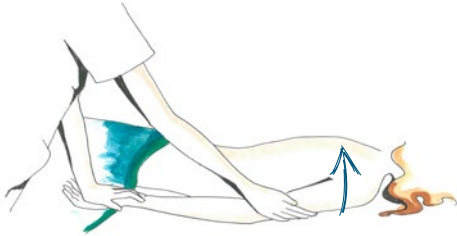
Bacino e Arti inferiori

- Ondulazioni bacino
- Ondulazioni cosce
- Ondulazioni gamba
- Ondulazioni piede
- Ondulazioni con arti piegati verso l'addome
- Ondulazioni arto inferiore



ONDULAZIONI ESERCITABILI CON UTENTE PRONO

- Parte posteriore del corpo -



Testa e collo

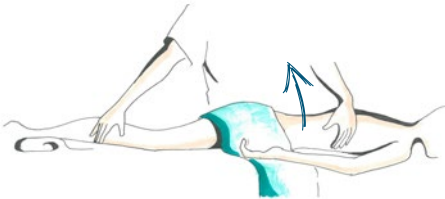
- Ondulazioni testa/collo

Spalle e Arti superiori

- Ondulazioni spalle
- Ondulazioni braccio
- Ondulazioni avambraccio
- Ondulazioni mano
- Ondulazioni arto superiore

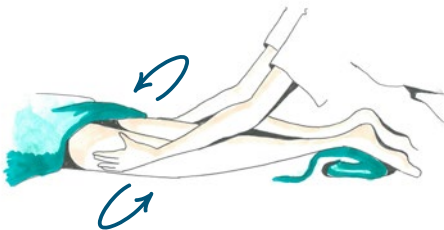
Dorso

- Ondulazioni dorso
- Ondulazioni dorso/bacino
- Ondulazioni dorso/bacino/arti inferiori



Bacino e Arti inferiori

- Ondulazioni glutei
- Ondulazioni cosce
- Ondulazioni gamba
- Ondulazioni arto inferiore



MASSAGGIO INTUITIVO

L'anima dell'arte tattile



*Come nel grande così nel piccolo...
con responsabilità semina ciò che vuoi raccogliere!*

Il *Massaggio Intuitivo* si pone l'obiettivo di risvegliare un modo di massaggiare più artistico e meno razionale, più globale e meno settoriale, più umano e meno meccanico. Empatia, Ascolto, Fiducia, Gioia Interiore, Gratitudine... nel *Massaggio Intuitivo* vengono prima della tecnica. L'operatore impara ad ascoltare e rispettare il proprio intuito e a utilizzare le quattro manovre fondamentali per il riequilibrio psico-fisico del ricevente.

PREZZO DI COPERTINA € 21.90



ACQUISTALO ORA



www.naturopatia.org

SEGUI IL NOSTRO BLOG
www.naturopatia.org/blog/