

# Ci vorrebbe un bel massaggio!

scritto da fmadmin | Novembre 4, 2014



Un buon massaggio, un bel massaggio, un breve massaggio, ai piedi, alla che sia un massaggio! Quante volte l'abbiamo detto o l'abbiamo sentito dire? Perché sono le mani che passando sapientemente sulle varie zone del corpo cedono la loro energia e ci fanno sentire subito meglio.

Il massaggio è una pratica antichissima (dal greco massein significa "impastare", "modellare") che veniva utilizzata nel tempo da tutte le civiltà, per alleviare i dolori e decontrarre la muscolatura ed è praticato in fisioterapia, nella medicina olistica, nell'estetica ed ha un'azione sulla parte fisica e psichica di ogni individuo. Ad esempio quando lavoriamo sul fisico con un massaggio circolatorio, linfodrenante o connettivale, andiamo ad agire sulla circolazione, sulle vie linfatiche e sulle adiposità resistenti.

Quando parliamo di psiche parliamo delle emozioni che proviamo

e che sono registrate inconsciamente dai nostri tessuti. Una mano che ci massaggia ci ricorda le emozioni delle carezze che abbiamo ricevuto alla nascita, del calore che ci ha tranquillizzato quando avevamo paura, del senso di appartenenza che abbiamo provato quando abbiamo ricevuto un abbraccio, di un odore che ci ricorda un'esperienza passata e dimenticata.

Tutto questo infonde consapevolezza anche delle parti dolenti del nostro corpo che non pensavamo di avere finchè non ce le hanno toccate.

Il nostro corpo nasconde alcune emozioni nei tessuti sotto forma di callo dolente, di una infiammazione della spalla, di un mal di testa, di un addome gonfio e tanto altro!

Tutto questo ha una spiegazione se pensiamo che ogni emozione che proviamo ha un suo organo di riferimento, che risente del nostro modo di viverla.

Sono felice e lo esprimo, il mio intestino tenue ne sarà felice e mi permetterà di assimilare bene quello che mangio.

Il mio capo ufficio mi fa arrabbiare e non posso esprimere il mio disappunto, il mio intestino si gonfia e diventa dolente.

Sono al limite delle forze e il dolore al quinto dito del piede non mi lascia tregua. E possiamo ancora aggiungere che ogni emozione ha un suo colore: sei verde dalla rabbia, giallo dall'invidia, rosso dalla vergogna. I nostri studi e la nostra esperienza come estetiste ci ha portato ad unire questi due aspetti all'interno dello stesso trattamento.

Il check up visivo e strumentale individua l'inetestetismo sul quale possiamo lavorare, il check up tattile effettuato in cabina attraverso la ricerca delle tensioni, delle contratture e dei dolori che troviamo massaggiando la schiena ci indicano quali sono state le emozioni che non abbiamo espresso e che nel tempo hanno lasciato le loro tossine nei tessuti tanto da rallentarne la funzione a cui erano destinati e produrre un inetestetismo. Il massaggio oltre a ripristinare le funzioni fisiologiche del tessuto, induce a produzioni di ormoni come le endorfine, la serotonina, stimolando un senso di benessere generale. E allora, non vi è venuta voglia di un buon

massaggio?