

Massaggio bioenergetico emozionale

Le immagini fanno parte della collezione privata dell'autrice.

Annica Cerino

**MASSAGGIO BIOENERGETICO
EMOZIONALE**

Manuale

BOOK
SPRINT
EDIZIONI

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2018
Annica Cerino
Tutti i diritti riservati

"A Riccardo."

*“Il dolore degli altri
non mi sta in mano
e nemmeno in gola
più che altro sta nel petto
nella sua memoria
luogo schivo
che fa stazione
che scartavetra le fughe.”*

Chandra Livia Candiani

Prefazione

Il fulcro delle attività del Centro Sarvas è costituito dalla corporeità, dalla relazione e dalla creatività.

Ad un primo sguardo fuggevole questi tre elementi possono apparire distinti e come parti tra le quali intercorre uno scarso dialogo, invece queste sono profondamente connesse tra di loro.

Attraverso il corpo entriamo nel mondo e lo percepiamo, attraverso il corpo comunichiamo chi siamo, i nostri desideri, i nostri bisogni più reconditi, le nostre paure e le nostre barriere. Con lo sguardo, la postura, il nostro unico e originale modo di gesticolare veicoliamo un modo di essere e di sentire che, a volte, nemmeno le parole più forbite riescono a raccontare.

Con un vissuto ascritto nel corpo, come con una cartina geografica, si potrebbe tracciare il percorso che abbiamo fatto per arrivare fin qui, perché il corpo trattiene la memoria del nostro cammino esistenziale.

Con il corpo, dunque, ci mettiamo in relazione con gli altri.

Ridare al corpo l'attenzione dovuta e agire su di esso permette di riacquistare benessere anche sul piano psichico: è questo l'assunto che sta alla base del massaggio bioenergetico emozionale, che non agisce soltanto a livello fisico, mediante precise manualità, ma anche emozionale, grazie alla relazione di fiducia che si instaura tra l'operatore e il cliente. È il rapporto tra i due individui, il libero fluire delle emozioni attraverso le mani che consente ai blocchi energetici di sciogliersi.

Nel contesto del Centro Sarvas, il massaggio Bioenergetico emozionale rappresenta l'applicazione concreta del concetto di unità psicofisica, con la conseguente centralità attribuita alla corporeità. L'elemento della relazione trova anch'esso larga applicazione nel massaggio bioenergetico emozionale, dal momento che per una buona riuscita dello stesso è fondamentale che si stabilisca un'empatia tra chi effettua il massaggio e chi lo riceve; non basta conoscere bene le tecniche, è necessario stabilire un legame profondo con il cliente, affinché quest'ultimo si affidi completamente e consenta all'altro di agire sulle parti del corpo che presentano maggiori tensioni. Strettamente connessa all'empatia, dunque, è la creatività dell'operatore, che deve essere capace, di volta in volta, di capire la persona che gli si affida, per elaborare un massaggio su misura.

Non esiste un massaggio standard che si adatti a tutti, l'operatore deve essere ben cosciente che, prima che di fronte ad un tipo caratteriale, si trova davanti ad un individuo unico, che ha bisogno di interventi mirati e soggettivi; il Corso di massaggio Bioenergetico del Centro Sarvas intende sviluppare proprio questa consapevolezza nel massaggiatore.

Il Centro Sarvas, dunque, non forma semplicemente dei tecnici del massaggio, ma dei professionisti con una spiccata capacità di entrare in contatto con l'altro attraverso la mediazione del corpo.

Introduzione

Esiste “un’unità funzionale tra mente e corpo”, un continuo influenzarsi a vicenda tra la parte fisica e quella psichica dell’essere umano. Partendo da questo presupposto, che trova una sua elaborazione teorica nel pensiero di Wilhelm Reich, si può comprendere come il corpo, di fatto, sia la manifestazione tangibile di ciò che ciascuno di noi è; si può anche capire, di conseguenza, per quale ragione il massaggio, che agisce a livello fisico, incida anche sulla mente della persona trattata.

Cominciando dall’instaurazione di una relazione di fiducia tra massaggiatore e massaggiato, attraverso le manualità che saranno qui descritte, è possibile riconnettere mente e corpo, riconquistando la propria fisicità e, con essa, un maggiore benessere psicofisico.

Fondamentale per il massaggiatore è entrare in sintonia con il cliente, perché il massaggio dovrà essere personalizzato e quindi cambiare a seconda di chi ci si troverà di fronte. Esistono, infatti, cinque tipi caratteriali e per ognuno di essi vi è un massaggio bioenergetico più adatto, basato sui blocchi, le tensioni, le paure tipiche di ciascuno e finalizzato a riattivare l’energia contratta. Va sempre tenuto presente, però, che chi si affida alle mani del massaggiatore non è mai un tipo caratteriale puro, ma un individuo unico e a sé stante.

Nella prima parte di questo lavoro saranno illustrati i principi teorici che fanno da base al massaggio bioenergetico emozionale, dall’analisi bioenergetica di Alexander Lowen, allievo di Reich, passando per la descrizione fisica e psicologica dei tipi caratteriali, fino a giungere alle carat-

teristiche e agli obiettivi del massaggio e ai tipi di relazione che può prevedere.

La parte finale si concentra sulla pratica, sull'esecuzione del massaggio, con le sue regole, le manualità che lo contraddistinguono e le parti del corpo che può interessare, con l'ultimo capitolo che descrive passo passo la tipologia di massaggio più adatta ad ogni tipo caratteriale.