

SHIATSU E MASSAGGIO SONORO



Shiatsu significa letteralmente "**pressione digitale**", nella tecnica non si usano solo le dita, ma le intere mani ed altre parti del corpo come gomiti, ginocchia e piedi.

Le origini dell'arte dello shiatsu ci giungono sicuramente dall'Estremo Oriente, come tecnica di massaggio istintivo per "*sanare con il tatto*".

Questa arte antica influisce sulla condizione complessiva della persona che si sottopone al trattamento, agendo direttamente sull'**energia vitale interna " Ki "** che fluisce lungo tutto il corpo.

Attraverso la "**pressione**" delle dita o di altre parti del corpo si stimola la circolazione sanguigna ed il flusso linfatico, si agisce sul sistema nervoso allentando la tensione muscolare più profonda, si rimuovono le tossine dai tessuti, si risveglia il sistema ormonale e sollecita la capacità di *autoguardione* del corpo.

La tecnica del Massaggio Sonoro collega le antiche conoscenze tradizionali orientali alle attuali ricerche nella terapia del suono.

A prima vista il termine massaggio sonoro può sembrare improprio, ma le vibrazioni generate dalle campane a diretto contatto con il corpo producono un reale e profondo massaggio di natura psico-fisica. Il risultato è un intenso effetto rilassante e rigenerante.

I sottili suoni delle campane producono un effetto di "risonanza simpatica", risvegliando così le zone corporee più silenziose, dove magari muscolature contratte, per effetto di stress differenti, hanno perso l'elasticità e la capacità di essere in armonia con l'intero organismo. Il massaggio con le campane genera un effetto positivo sull'intero metabolismo cellulare.

Le vibrazioni possono ridarci la forza interiore. Ognuno di noi ha un propria nota personale.

Gli effetti positivi del massaggio sonoro spesso si manifestano con una buona distensione psicofisica. Si sciolgono le tensioni muscolari e la qualità del sonno risulta essere più rigenerante.

PER INFO.: jasbirkauryoga@yahoo.it Tel.:338.4239680

Su Appuntamento.