

Viktor Ogui



IL MASSAGGIO TIBETANO
CON LE CIOTOLE
CANTANTI NELLA TRADIZIONE DI
«TSERING NGODRUB»



ITA

Viktor Ogui

**Il massaggio tibetano con
le ciotole cantanti nella
tradizione di «Tsering Ngodrub»**

«Издательские решения»

Ogui V.

Il massaggio tibetano con le ciotole cantanti nella tradizione di «Tsering Ngodrub» / V. Ogui — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-500500-7

The book is in Italian. Il libro è in italiano. Il massaggio vibroacustico con le ciotole cantanti: il metodo a contatto. Il manuale didattico. Victor Ogui — e' un insegnante, massaggiatore professionista, psicologo, inventore, medico, viaggiatore e un esperto nelle pratiche del benessere. Il massaggio vibroacustico con le ciotole cantanti: il metodo a contatto nella tradizione di Tsering Ngodrub — è un trattamento efficace di massaggio benessere con l'aiuto di una ciotola cantante forgiata.

ISBN 978-5-00-500500-7

© Ogui V.
© Издательские решения

Содержание

Introduzione	7
Informazioni sulle ciotole cantanti Tibetane	9
Gli aspetti dell'impatto delle ciotole cantanti Tibetane	10
1. Fisico	11
2. Musicale	13
3. Psicosomatico	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Il massaggio tibetano con le ciotole cantanti nella tradizione di «Tsering Ngodrub»

Viktor Ogui

Редактор Anna Tarasenko

Иллюстратор Anna Tarasenko

Дизайнер обложки Anna Tarasenko

Дизайнер обложки Maria Dobrenko

Фотограф Andrey Terebilov

Фотограф Viktor Ogui

Переводчик Ivan Balykin

© Viktor Ogui, 2019

© Anna Tarasenko, иллюстрации, 2019

© Anna Tarasenko, дизайн обложки, 2019

© Maria Dobrenko, дизайн обложки, 2019

© Andrey Terebilov, фотографии, 2019

© Viktor Ogui, фотографии, 2019

© Ivan Balykin, перевод, 2019

ISBN 978-5-0050-0500-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Avvertenze:

Il contenuto di questa pubblicazione è destinato ad informazioni generali e non può sostituire la consulenza pratica di uno specialista. La pubblicazione non deve essere utilizzata come uno strumento didattico per la medicina, né per diagnosticare o trattare gli eventuali condizioni dolorose e le loro complicanze. In caso succeda, si consiglia di consultare immediatamente il medico. La casa editrice e gli autori della pubblicazione non sono responsabili per eventuali danni a persone eventualmente imputabili a tali azioni, come il trattamento di automedicazione o il rifiuto delle cure intraprese sulla base delle informazioni contenute in questa pubblicazione.

Questo articolo è di carattere informativo, con l'obiettivo di condividere quell'esperienza, che ha l'autore e la designazione delle ipotesi e i problemi sotto l'aspetto dell'applicazione delle ciotole cantanti Tibetane nel mondo moderno. E, anche, con l'obiettivo di richiamare l'attenzione sul tema dello studio dell'influenza delle ciotole cantanti Tibetane sul corpo umano.

RUSSIAN FEDERATION



(19) **RU** ⁽¹¹⁾ **2 687 006** ⁽¹³⁾ **C1**
 (51) Int. Cl.
A61H 2300 (2006.01)

FEDERAL SERVICE
 FOR INTELLECTUAL PROPERTY
 (12) **ABSTRACT OF INVENTION**

(52) CPC:
A61H 2300 (2009.02)

(21) (22) Application: **2018121741, 14.06.2018**

(24) Effective date for property rights:
14.06.2018

Registration date:
06.05.2019

Priority:
 (22) Date of filing: **14.06.2018**

(45) Date of publication: **06.05.2019** Bull. № 13

Mail address:
DoktorNN@yandex.ru

(72) Inventor(s):
Oguz Viktor Olegovich (RU)

(73) Proprietor(s):
Oguz Viktor Olegovich (RU)

RU 2 687 006 C 1

(54) **VIBRATION-ACOUSTIC MASSAGE METHOD**

(57) Abstract:

FIELD: medicine.
 SUBSTANCE: invention refers to medicine, namely to restorative medicine, and can be used for correction of anxious and insomniac disorders. That is ensured by vibration-acoustic massage with the help of "singing bowl". "Singing bowl" is made from metal of "bell bronze" alloy and has the shape of vessel with inner diameter of 250 mm, height of walls of 110 mm and outer diameter of bottom of 130 mm. It is placed directly on the body massaged with contact directly with a naked body massaged or through tissue. "Singing bowl" is held with one hand, in the second hand there is a clapper instrument, which is an object, the handle of which is made of wood with length of 260 mm and diameter of 18 mm, and impact part from rubber in the form of cylinder with diameter of 55 mm and height of 35 mm. Method comprises extracting vibration from "singing bowl" by striking rubber part of beater on upper edge of bowl with series of 9 strokes with rhythm, characterized by mandatory equal pauses of 1 second

between each of 9 strokes. After the vibration termination, the "singing bowl" moves to the next position according to the massage movements direction; at that, the sound waves are applied either to the entire massaged body or locally. Patient simultaneously performs respiratory physical exercises with a series of consecutive rhythmical breaths, breath and exhalation for 3-15 seconds, performing at least 3 series. Before the session and / or during the entire session or part of the session, the "singing bowl" or its part is warmed, not exceeding, the level of temperatures comfortable for the massaged one. Sessions are conducted no more than once a day. Duration of session is 50 minutes in the first session and 60 to 70 minutes in the second and subsequent sessions. Number of sessions in course is 3, with a session execution interval every other day.
 EFFECT: method provides effective correction of anxiety and insomnia with simultaneous reduction of duration and number of procedures.
 1 cl, 1 tbl, 12 dwg, 1 ex

RU 2 687 006 C 1

Introduzione

Attualmente ci sono molte domande ed informazioni contrastanti riguardo le ciotole cantanti tibetane (CCT) e pratiche di interazione con esse. Soprattutto molte domande sorgono sull'aspetto del termine «massaggio» applicato con le CCT. Inoltre, la contraddizione è in gran parte dovuta al fatto che non esiste una descrizione standardizzata o almeno una tradizione accuratamente conservata della loro applicazione. Durante tantissime discussioni, gli oppositori riportano nei commenti la loro esperienza di interazione con le CCT, dimenticando spesso che a qualcuno, il Maestro aveva eseguito la pratica poggiando la ciotola sul corpo, e a qualcun altro la faceva soltanto muovere in aria, in lontananza, e quindi la ciotola non era a contatto con il corpo. A parte questo, sulle CCT per quei parecchi decenni, che gli europei erano a conoscenza con le ciotole, sono state inventate tantissime leggende e i miti – in totale assenza di prove scientifiche o un solido lavoro di ricerca. In questa sorta di pubblicazioni, sovrabbonda l'utilizzo dei termini del tipo: «Aura», «Chakra», «Energia», «Astrale», «suono Planetario», ecc.

Allo stesso tempo, e' avventato negare, che le pratiche con le CCT hanno un'influenza sul corpo umano e il suo stato (fisico o psico-emotivo). Perché, anche se secondo a delle valutazioni soggettive, in assenza di una importante ricerca scientifica, molti pazienti chiaramente verificano dei cambiamenti del loro stato. Anche se, durante l'esposizione di una persona alla cura con le CCT avviene l'insorgenza dell'effetto placebo, cioè' diminuisce o scompare la sofferenza fisica o mentale – allora ritengo ragionevole e giustificato l'applicazione delle CCT. Allo stesso tempo, bisogna mettere in guardia i potenziali «maestri» dall'applicazione universale e dall'utilizzo delle CCT, senza una preparazione preliminare, una qualificazione adeguata o un sufficiente addestramento preliminare per conto proprio in pratica, senza tener conto delle potenziali controindicazioni all'uso delle CCT¹.

È difficile attribuire l'uso delle CCT direttamente al massaggio e prenderle in considerazione proprio sotto questo aspetto di trattamento. Probabilmente, e' più ragionevole attribuirle alla sezione del trattamento fisioterapico nel caso dell'applicazione a contatto, ed alla sezione di psicologia nel caso dell'applicazione senza contatto. Tutti gli autori hanno una rappresentazione diversa del massaggio sonoro: qualcuno considera il massaggio sonoro con le ciotole cantanti Tibetane, come un massaggio dal suono, proveniente dalle ciotole nei concerti di musica meditativa. E altri – quando la ciotola è direttamente in contatto con il corpo. Eppure, considerando la metodologia di applicazione delle CCT nella tradizione, in cui pratico proprio questa tecnica, mi attengo al termine «massaggio», siccome proprio così veniva chiamata la pratica da uno dei maestri dell'Himalaya, da cui avevo studiato. Sono d'accordo con le obiezioni degli oppositori – che dal punto di vista della scienza – non è esattamente un termine corretto. Ma, stando alla tradizione, rimango della mia opinione.

Probabilmente ha un senso, nel caso di considerazione del funzionamento delle CCT dal punto di vista materialistico e meccanico, di fare affidamento al trattamento simile a quello meccanico, cioè' il metodo del massaggio Miotonico con i diapason neurologici, che e' stato presentato da Tiina Orasmae alla fiera Intercharm il 6 maggio del 2002 ed e' stato pubblicato sulla Rivista «Nouvelle estetic»: «Questa tecnica e' fisiologicamente argomentata. Utilizziamo delle frequenze appositamente calcolate. Io ora, principalmente, lavoro con una frequenza specifica, che è di 128 Hz – è una frequenza regolare di oscillazione del muscolo mimico del viso. Inoltre, migliora il flusso sanguigno e il drenaggio linfatico. Questo è stato dimostrato durante gli esperimenti fisiologici sugli animali. E» semplicemente un vibromassaggio con una tecnica un po' insolita, dove al posto di un grande

¹ Ogui V.O. Le ciotole cantanti tibetane: Il metodo di guarigione naturale – Mosca.: Casa editrice «Stalingrado», 2015

apparecchio vibrante viene utilizzato il diapason». E anche per quel che riguarda i lavori del Dott. John Beaulieu che descrivono le sessioni linfatiche e craniali, allo stesso modo con il diapason².

Rivolgendosi alle fonti straniere di pratiche con il suono, la musica, i gong e le ciotole cantanti tibetane, vediamo che anche lì ci sono delle opinioni relativamente diverse. Ad esempio, il Dr. Mitchell L. Gaynor, l'oncologo e il professore clinico di medicina presso il Weill Medical College of Cornell University di New York e l'autore del libro «The Healing Power of Sound: Recovery from Life-Threatening Illness Using Sound, Voice, and Music», distingue il trattamento dalla guarigione: «Il termine „trattamento“ significa, che fisicamente qualcosa può essere cambiato, mentre la „guarigione“ si riferisce all'integrità e all'unità della mente, del corpo e dello spirito. Il Dr. Mithell L. Gaynor, che ha un centro di oncologia a Manhattan, considera la guarigione con il suono, una medicina integrativa: non un'alternativa alla scienza, ma un'integrazione di essa»³.

² John Beaulieu. Human Tuning Sound Healing with Tuning Forks // BioSonic Enterprises, Ltd. (April 15, 2010), P.133—136

³ STEPHANIE ROSENBLOOM. What's the Buzz? Sound Therapy // The New York Times, Published: November 24, 2005

Informazioni sulle ciotole cantanti Tibetane

Presumibilmente, le ciotole cantanti Tibetane (CCT) sono state utilizzate sotto qualche forma nell'attività umana fin dai tempi antichi. Inizialmente erano recipienti per l'acqua e il cibo, per le offerte alle divinità ed agli spiriti e l'esecuzione di cerimonie religiose. Al giorno d'oggi è possibile evidenziare i 5 tipi principali di ciotole cantanti.

– Le ciotole cantanti, prodotte con il metodo di stampaggio, il cosiddetto Stile «Indiano». Consentono di estrarre il suono con il metodo di strofinamento.

– Le ciotole cantanti al quarzo o al cristallo. Anche esse sono progettate per estrarre il suono con lo strofinamento.

– Le ciotole cantanti tibetane – prodotte con il metodo di forgiatura, principalmente a lavorazione manuale. Sono progettate per estrarre il suono in modo prevalentemente percussivo.

– Le ciotole cantanti cinesi, il suono dai quali viene estratto dallo strofinamento sulle maniglie

– Le ciotole cantanti, utilizzate nei templi buddisti Giapponesi nei riti e nelle cerimonie.



Рис. – Le ciotole cantanti

È possibile indicare, che: il massaggio Tibetano con le ciotole cantanti – è una procedura di trattamento vibroacustico sui tessuti e gli organi umani, e tutto il corpo in generale (compreso lo stato psico-emotivo), eseguibile a contatto o senza contatto con l'uso delle ciotole cantanti Tibetane.

LE CIOTOLE CANTANTI TIBETANE possiedono le determinate proprietà fisiche, che consentono a esse di influire sul corpo di una persona, sul sistema nervoso centrale (SNC) e sul sistema nervoso periferico (SNP), sui tessuti e sugli organi, sui sistemi di organi. Inoltre, le ciotole cantanti Tibetane possiedono determinate proprietà, che probabilmente esistono, ma al giorno d'oggi manca uno strumento scientifico per la fissazione oggettiva di queste proprietà.

Nella tradizione di Tsering Ngodrub, vengono utilizzate due tecniche principali di massaggio Tibetano con le ciotole cantanti: la tecnica del «Suonamento a contatto» e l'altra la «Vasca sonora». Così come le pratiche individuali, di gruppo o di coppia che utilizzano le ciotole cantanti Tibetane. Oltre a questo ci sono le pratiche di lavoro delle ciotole cantanti Tibetane con gli animali. La tecnica del «Suonamento a contatto» è caratterizzata dal fatto che ci deve essere obbligatoriamente un contatto della ciotola cantante Tibetana con il corpo umano. E nella tecnica della «Vasca sonora» le ciotole cantanti non sono a contatto con il corpo di una persona, anche se si trovano nelle immediate vicinanze di esso.

Gli aspetti dell’impatto delle ciotole cantanti Tibetane



Рис. физический (механический) аспект – aspetto fisico (meccanico)
музыкальный аспект – aspetto musicale
психо-физиологический аспект – aspetto psicofisiologico
магический (эзотерический) аспект – aspetto magico (esoterico)
аспект резонансности – aspetto di risonanza

1. Fisico

Le ciotole cantanti Tibetane possiedono determinate proprietà fisiche. Ad esempio, quando si estrae il suono dalle CCT con un colpo di stick in caucciù, le pareti della ciotola vibrano meccanicamente, agendo sull'area circostante: a contatto con il corpo umano, causando degli effetti meccanici sui tessuti e sui fluidi corporei dell'organismo. Questo aspetto è più vicino al termine «massaggio», nel suo concetto più classico.

L'autorità riconosciuta nel campo del massaggio medico, il sig. Verbov definisce così il termine «massaggio»: «Il massaggio è un metodo di trattamento attivo, l'essenza del quale consiste nell'applicazione delle irritazioni meccaniche dosate sul corpo spoglio del paziente, condotte metodicamente con diversi metodi speciali, eseguite a mano dal massaggiatore o con l'aiuto di apparecchi particolari»⁴.

Come osserva il sig. Eremushkin M.A: «Durante lo sviluppo dell'epoca del massaggio e' stato sviluppato un gran numero dei suoi tipi possibili, delle sue sottospecie, dei suoi metodi e tecniche, che in un ambiente dei professionisti – soprattutto ultimamente – spesso diventa un verificarsi di confusione nelle loro denominazioni, che, a sua volta, ha portato anche alle polemiche di principio per una serie di questioni chiave del massaggio teorico e pratico»⁵.

A rigor di termini, utilizzare il termine «massaggio» in relazione all'influenza delle CCT sul corpo umano, secondo l'autore, è pertinente soltanto nel caso del contatto diretto della ciotola cantante Tibetana con il corpo del paziente.

Il sig. Eremushkin M.A osserva: «Il massaggio appartiene alla categoria dei fattori curativi di carattere meccanico. Uno dei componenti principali di questo metodo terapeutico sono le oscillazioni meccaniche. L'arsenale delle manipolazioni di massaggio comprende un gran numero di tecniche a vibrazione (scossetta, commozione, scuotimento, tritamento ecc.), nel processo di esecuzione dei quali vengono chiaramente fissate delle oscillazioni meccaniche periodiche, che si propagano lungo l'area massaggiata»⁶.

Secondo il sig. Verbov: «La vibrazione – è una tecnica di massaggio in cui la mano del massaggiatore (o l'apparecchio) trasmette alla parte del corpo massaggiabile dei movimenti di oscillazione con una diversa frequenza, intensità, amplitudine e velocità».

Gli effetti della vibrazione secondo Verbov A.F.

– ha un effetto neuro-riflesso pronunciato, causando un aumento e talvolta un ripristino dei riflessi sbiaditi;

– può avere un pronunciato effetto analgesico e persino anestetico;

– migliora la funzione contrattile dei muscoli;

– migliora il trofismo dei tessuti, attivando dei processi rigenerativi; riducendo i tempi di formazione del callo osseo;

– a seconda della frequenza, forza e ampiezza di oscillazione la vibrazione ha un grande effetto sul sistema cardiovascolare, causando un'intensa dilatazione o una contrazione dei vasi sanguigni.

Attualmente, si svolge uno studio sulla frequenza delle manipolazioni di massaggio: sulle caratteristiche di frequenza, riprodotte durante l'esecuzione delle procedure di massaggio delle vibrazioni meccaniche e le onde⁷.

⁴ Verbov A.F. Le basi del massaggio terapeutico. 5-a edizione., int. e rielab. Mosca., Medicina, 1966

⁵ Eremushkin M. A. La storia del massaggio. Segreti di abilità dimenticate. Mosca., 1996.

⁶ Eremushkin M. A. \ La determinazione delle caratteristiche di frequenza degli effetti del massaggio \ Il massaggio estetico del corpo №4, 2011, P.22—24

⁷ Eremushkin M. A. \ La determinazione delle caratteristiche di frequenza degli effetti del massaggio \ Il massaggio estetico del corpo №4, 2011, P.22—24

Результаты проведенных исследований частотных характеристик приемов массажа (приведены средние значения исследуемых показателей)				
№	Массажный прием		Количество туров (проходов) за 10 с	Частота (Гц)
1	Поглаживание	обхватывающее продольное	10	-
2		обхватывающее поперечное	20	-
3	Растирание	щипцеобразное	1	1,6
4		пиление	1	1
5	Разминание	обхватывающее продольное «ординарное»	1	0,6
6		обхватывающее поперечное «двойное кольцевое»	1	0,4
7	Вибрация	потряхивание	-	3
8		рубление	-	9

Таб. Результаты проведенных исследований частотных характеристик приемов массажа-I risultati degli studi condotti sulle caratteristiche di frequenza delle tecniche di massaggio (приведены средние значения исследуемых показателей) – (Sono riportati i valori medi dei dati analizzati)

Массажный прием – Tecnica di massaggio

Количество туров (проходов) за 10 с – Il numero di tornate (passaggi) in 10 sec. Частота (Гц) – Frequenza (Hz)

Поглаживание – Accarezzamento

обхватывающее продольное – avvolgimento longitudinale

обхватывающее поперечное – avvolgimento alterno

Растирание – Sfregamento

щипцеобразное – pizzicamento

пиление – segamento

Разминание – Scioglimento dei muscoli

обхватывающее продольное «ординарное» – avvolgimento longitudinale «ordinario»

обхватывающее поперечное «двойное кольцевое» – avvolgimento alterno «doppio anello»

Вибрация – Vibrazione

потряхивание – scossetta

рубление – tritamento

Sulla base di questi dati è stata fatta una delle conclusioni: «Le caratteristiche acustiche dell'effetto del massaggio con una certa dose di tolleranza possono essere correlate alle oscillazioni meccaniche»⁸.

Tiina Orasmae nella sua relazione sul metodo di Melomassaggio in cosmetologia, così come si concentra in particolar modo dell'effetto vibrazionale nella sua metodologia:

«Si tratta di un massaggio vibrante, che viene eseguito con i diapason musicali e neurologici, utilizzati come una fonte di vibrazione costante. È stato a lungo dimostrato, che la vibrazione – è una delle tecniche più efficaci del massaggio classico generalmente riconosciuto. In precedenza, in cosmetologia, questo metodo non è stato quasi mai applicato. Fatto sta che tutti gli dispositivi a vibrazione hanno una grande area di applicazione. La cosmetologia che ha a che fare con le superfici molto limitate, questa opzione è inaccettabile. Il punto di applicazione del diapason è molto piccola, questo aiuta ad ottenere un'elevata precisione nella procedura e ad utilizzarla come una tecnica cosmetologica».

Pertanto, si può supporre, che l'effetto delle CCT, dal punto di vista meccanico (vibrazione) esercitano tutti gli effetti sopra elencati.

⁸ Eremushkin M. A. \ La determinazione delle caratteristiche di frequenza degli effetti del massaggio \ Il massaggio estetico del corpo №4, 2011, P.22—24

2. Musicale

L'aspetto musicale prevede una versione di percezione più tradizionale sulle ciotole cantanti. Se si pone l'obiettivo di effettuare una ricerca su internet, allora questo punto sarà il più indicizzato in interpretazioni video. Mentre l'aspetto Magico – nelle interpretazioni testuali. Esiste un gran numero di versioni video dei concerti con le ciotole. Inoltre, se un paio di anni fa, erano presenti prevalentemente concerti con l'utilizzo delle ciotole cantanti in metallo (un po' più tardi sono arrivate quelle in quarzo/cristallo), al giorno d'oggi la maggior parte dei concerti implica ancora l'utilizzo dello scacciapensieri, tamburelli, ciotole di quarzo, e i battitori. A proposito dei battitori («campane piatte» o «rivetti») bisognerebbe parlarne a parte. Più tardi. Poiché, come per il discorso delle ciotole, per i battitori tutto è molto ambiguo, purtroppo. In virtù del fatto che molti divulgatori di questo strumento, in misura diversa, cercano di far combaciare sotto di esso una base storica, senza utilizzare documenti storici, ma piuttosto inventando per la comodità qualche storia, e così via...



Рис. Звук – Il suono; громкость – volume; высота – altezza; затухание – attenuazione; тембр – timbro; ритм – ritmo; скорость – velocità; частота – frequenza; диапазон – banda (diapason); темп – tempo

I ricercatori ucraini Apanasenko G.L. e Savelyeva-Kulik N.A. considerano la terapia musicale come uno dei metodi di medicina complementare e alternativa. Riportano una panoramica degli aspetti formativi e di sviluppo a livello globale, degli effetti sanogenetici, delle indicazioni, delle tecniche e l'efficacia del metodo specifico come il regime terapeutico. Ed infine, fanno una conclusione sulla prospettiva della musicoterapia in ambito delle tecnologie mediche di recupero, così descrivendo la sua efficacia: «Attualmente l'efficacia della Musicoterapia (MT) è confermata dai rappresentanti di varie scuole scientifiche. Numerosi studi sono orientati sulla ricerca delle possibilità della MT, è stato individuato un ruolo armonizzante della MT come una terapia antistress di attivazione in caso dei disturbi di adattamento, che hanno un carattere psicosomatico e la base sotto forma dello stress emotivo (Burns J.L. e al., 2002; Gomez P., Danuser B., 2007; Grewe O. e al., 2007)»⁹.

Sotto l'aspetto della musicoterapia vengono considerate le CCT nei centri SPA: «Alla musicoterapia a volte imputano anche l'antico metodo di vibromassaggio le „ciotole cantanti tibetane“. In questo metodo, avviene una sollecitazione combinata di onde sonore e delle vibrazioni meccaniche sul corpo. Le procedure di musicoterapia possono essere effettuate in combinazione con la cromoterapia – il trattamento sul cliente di onde a colori di diverso spettro. Lo scopo di tali trattamenti nelle Spa – è prevalentemente rilassante. Sono offerti ai clienti in qualità di monoservizi

⁹ «La musicoterapia: la storia, la modernità e le prospettive di sviluppo» \ Apanasenko G.L., Savelyeva-Kulik N.A. \ Accademia medica nazionale di formazione post-laurea di Shupika P.L, KIEV (Rivista medica ucraina, 4 (9))

(in una stanza speciale, con la musica e le luci selezionate individualmente) e sono anche incluse nei trattamenti SPA completi.»¹⁰

Parlando delle ciotole cantanti nell'aspetto della musicoterapia, è necessario focalizzare l'attenzione sul fatto, che in questo caso l'obiettivo sarà il discorso sul trattamento senza contatto delle ciotole cantanti. Di regola, questo tipo di procedura o manipolazione viene chiamata «Vasca sonora» oppure «Concerti di meditazione».

¹⁰ Bogacheva E.L. «Enciclopedia delle Spa e wellness. Volume 2. Spa-mania-la malattia dei sani». Mosca, Il consiglio Internazionale dello sviluppo dell'industria delle wellness e delle stazioni termali, 2015

3. Psicosomatico

Le CCT influiscono sui problemi psicosomatici. La psicosomatica – è una parte in medicina e psicologia, che studia l'influenza dei fattori psicologici sull'insorgenza e sul corso delle malattie somatiche (corporee). Al giorno d'oggi, questo processo non è possibile controllare, perché non esiste una base di prove dell'interconnessione tra le tensioni e i blocchi in determinate zone del corpo con problemi mentali. Allo stesso tempo, ci sembra ragionevole prenderla come base per i lavori orientati sulla terapia corporale.

In particolare, una delle teorie – la teoria delle tensioni muscolari-fasciali secondo Reich¹¹. Reich ha scoperto, che le fasce muscolari croniche bloccano tre impulsi principali: l'ansia, la rabbia e l'eccitazione sessuale. Ed ha concluso che la corazza fisica (muscolare) e quella psicologica – è la stessa cosa. Imparare a liberarsi da esagerate ed inutili serraggi del corpo, che bloccano i sentimenti, – è soltanto un aspetto psicologico di crescita della personalità. Proprio in questo aspetto la tecnica a contatto del massaggio Tibetano con le ciotole cantanti può essere molto efficace. Inoltre, è possibile trovare una certa somiglianza dei sette principali segmenti di serraggi muscolari secondo Reich, con i 7 diaframmi del corpo in terapia craniosacrale e osteopatia. Secondo Reich¹²: i sette segmenti principali, costituiti da muscoli e organi, che hanno funzioni espressive, collegate tra di loro. Questi segmenti formano sette cerchi orizzontali ad angolo retto rispetto alla colonna vertebrale ed il busto. I loro centri sono situati nella zona degli occhi, della bocca, del collo, del petto, del diaframma, dell'addome e del bacino. Gli osteopati, di regola, contraddistinguono i 7 diaframmi del corpo:

¹¹ Reich, W. (1973). The function of the orgasm. New York: Touchstone.

¹² Reich, W. (1973). The function of the orgasm. New York: Touchstone.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.