

eventi & cultura

Il massaggio che ti ridà la forma

Il Rolwing è una tecnica di integrazione della struttura fisica tramite una manualità che agisce sul tessuto connettivo.

L'ideatrice del metodo, la Dr. Ida Rolf, si laureò in biochimica presso la Columbia University nel 1920. Come scienziata studiò prevalentemente le proprietà del tessuto connettivo umano, definendolo l'organo della forma.

La sua ricerca si spinse ben presto oltre l'aspetto teorico, e grazie al suo interesse per le tecniche come l'omeopatia, lo yoga e l'osteopatia, fu in grado di ideare un metodo che chiamò Integrazione Strutturale, ribattezzato in seguito Rolwing dai suoi allievi.

Ida Rolf, spiegando l'approccio alla sua tecnica, diceva:

"Tratto disturbi del corpo che non hanno mai un'unica causa. Il processo corporeo non è lineare, è sempre circolare. Una cosa va male e i suoi effetti continuano a ripercuotersi ovunque.

Un corpo è una rete dove tutto è in connessione".

Le fasce di tessuto connettivo sono un sistema esteso che comprende molti tipi di membrane, le quali rappresentano la propagazione tridimensionale di un sistema senza fine.

Con la tecnica Rolwing si agisce sul tessuto connettivo allo scopo di riallineare le diverse unità che compongono il corpo attraverso l'educazione al movimento e la consapevolezza corporea, in modo da poter entrare in contatto con le proprie potenzialità e la loro espressione.

I fattori che possono alterare l'equilibrio dell'individuo nello spazio risultano essere l'espressione di un unico processo, scaturito da atteggiamenti fisici o mentali che compongono la storia della persona.

Il cronico determinarsi di una tensione in uno dei segmenti corporei si realizza attraverso l'accorciamento e l'indurimento delle fasce che si trovano attorno ai muscoli e tra di essi.

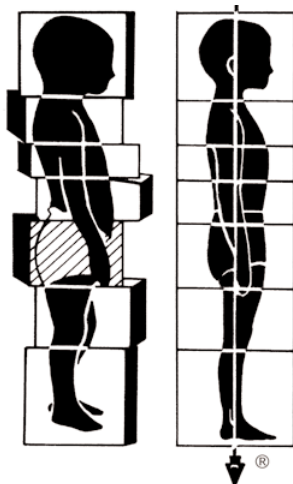
Questa situazione si crea quando la struttura è sbilanciata e i tessuti devono modificare la loro resistenza al sovraccarico.

Quest'alterazione dei tessuti crea una catena di eventi dovuta alla continuità del tessuto connettivo; si formano perciò ulteriori accorciamenti che tendono a compensare il disallineamento provocato dalle tensioni primarie.

I segmenti del corpo reagiscono in modo simile a cubi messi l'uno sull'altro: ogni cubo è separato, ma sostiene quello superiore ed è legato ad esso in modo funzionale. Se un cubo varia posizione dovrà verificarsi un adattamento degli altri cubi altrimenti la struttura collassa a causa dell'azione continua esercitata dalla forza di gravità

L'interdipendenza dei segmenti non si modifica unicamente a causa della variazione del tessuto connettivo dovuta a infiammazioni, a traumi fisici o psichici, oppure a sforzi eccessivi e ripetitivi, ma anche in modo positivo con l'uso di una tecnica manuale come l'Integrazione Strutturale.

Spesso il dolore è la motivazione che induce a cercare aiuto e l'obiettivo del Rolwing è aiutare le persone a ritrovare il loro benessere attraverso l'azione sulle fasce, la rieducazione della consapevolezza



Grazie al Rolwing è possibile riallineare le diverse unità che compongono il corpo, ottenendone un corretto bilanciamento.

delle proprie percezioni e l'armonia del movimento.

Nel corso di questo processo l'evidenziarsi di cambiamenti fisici - maggior facilità di movimento e di libertà articolare, il delinearsi di una struttura più eretta e aggraziata - è accompagnato da un'esperienza di maggior sicurezza emotiva, che si riflette nei rapporti con l'ambiente circostante.

Un corpo correttamente bilanciato può essere considerato come una condizione di stabilità e di prontezza a rispondere nel modo più adeguato ai diversi stimoli esterni.

Questo equilibrio strutturale è un'importante indicazione di raggiunta integrità personale.

Le sedute di Rolwing sono ideate in modo da trattare l'intera struttura nell'arco di 10 incontri.

Il compito del Rolfer è quindi di rispettare il sistema esistente e di dare impulsi definiti per nuove possibilità di combinazione.

Le sessioni si svolgono tramite l'osservazione della persona in posizione statica e in movimento; segue il lavoro manuale dato dagli obiettivi della seduta e si conclude con esempi pratici per svolgere correttamente le azioni quotidiane - come stare seduti davanti al computer, suonare uno strumento, camminare, praticare sport - esplorando come eliminare le rigidità di cui si è inconsapevoli, ma che ostacolano il fluire dei movimenti.

Per informazioni:

Pascal Di Lauro
 Massaggiatore medico CRS - Certified Rolwing
 Via San Gottardo, 89
 6900 Massagno
 Tel. 091 950 01 86
 Mobile: 079 272 65 77