

Masaje Hawaiano Lomi Lomi
Por Lakainapali Tracey y traducción al Español de Sergio
Alberto Bujanda

Aloha!

El masaje es una de las más poderosas y antiguas formas de curación. Lomi Lomi es una de las formas más profundas de masaje. Entonces, ¿Qué lo hace tan especial?, ¿Qué es lo que lo diferencia de otro masaje?, ¿Cómo "trabaja"?

Yo me pregunto a menudo más sobre lo qué significa Lomi Lomi, significa simplemente masaje Lomi Lomi. Qué pasa, es una medicina de masajes derivados de los antiguos polinesios, más concretamente de los maestros curanderos de Hawai.

Para entender la profundidad del masaje Lomi Lomi, nos ayuda tener una comprensión de la filosofía llamada Huna de Hawai, y cómo las filosofías de Huna se refieren a la curación del cuerpo.

Un supuesto fundamental de Huna es la tarea pendiente que busca la armonía y todo lo que el amor busca. Entonces, ¿Cómo se relaciona esto con el masaje?. Tal vez esto se puede entender mejor en uno de los nombres alternativos para el Lomi Lomi, que es masaje de "Manos Amorosas". La razón de esto es que funciona con suavidad pero profundamente en los músculos, continúan los brazos fluyendo y fluyen hasta nutrir totalmente el cuerpo, lo que permite al paciente relajarse, y simplemente se da un servicio. Así pues, mientras que la técnica es una instancia que forma parte importante del masaje y de la curación, la gran instancia que forma parte en si del trabajo es el amor, con el enfoque del profesional en el cliente siendo completo y profundo, las manos con amor y corazón amoroso de la unión de la humanidad.

Este flujo de energía es total, utilizando el continuo y largo fluir, combinados con amorosos toques, se relaja todo el cuerpo, asiste a que uno deje ir las viejas creencias, comportamientos y patrones los que causan las limitaciones y que se almacenan en las células de nuestro cuerpo. La gente generalmente piensa en

la memoria, las creencias, en nuestra "Programación", que es almacenada en nuestra cabeza, en nuestro cerebro. Este no es el caso, la memoria y estos otros programas, de hecho son almacenados en todas las células de nuestro cuerpo.

Los hawaianos ven que las cosas determinan el flujo de la energía, un pensamiento es que la raíz de una idea o creencia puede bloquear el flujo de la energía tanto como lo puede la tensión muscular. Lomi Lomi es una ayuda para liberar los bloqueos, mientras que al mismo tiempo da a la energía una dirección nueva. Así Lomi Lomi no es solo una experiencia física, sino que también facilita la curación espiritual en los niveles mental y emocional. Los hawaianos ven todos los aspectos del cuerpo desde su unidad que el desarrollo físico, mental, emocional y espiritual, es a instancia de ser parte como hijo del "todo", automáticamente cuando la curación se lleva a cabo en un nivel de la humanidad, la de todos los niveles se ve afectada.

Cuando se carece de armonía el efecto es el dolor físico, mental, emocional o espiritual. La enfermedad es un estado de tensión, lo que conduce en la resistencia de los movimientos de bloqueos de energía. Lomi Lomi es una ayuda para liberar esto y por lo tanto facilitar el camino hacia la curación. En el plano físico, es a través de Lomi Lomi que el estrés y la tensión se alivia, la sangre, el flujo linfático y la eliminación de los desechos y toxinas es estimulado.

Entonces, ¿Qué sucede durante el masaje Lomi Lomi? ¿Cómo se realiza? Un Lomi Lomi por lo general comienza con la unión humana en silencio entre el cliente y el profesional, una mano del profesional es a menudo apoyada descansando sobre la espalda del cliente. En este silencio el profesional dirá en voz baja una bendición o una oración para pedir la curación y es todo lo necesario para poder llevar a cabo el masaje. Como alternativa, o además, el cliente puede pedir su intención de establecer cualquier curación que le gustaría recibir. La masajista a continuación, funciona de forma muy intuitiva con el cliente. A este respecto no existe un formato o secuencia fijo para el masaje y no hay dos masajes que sean idénticos.

El masaje en si se da en forma fluida, el movimiento rítmico de los antebrazos, así como de las manos. Algunas personas han descrito esto como la sensación del movimiento de suaves olas sobre el cuerpo. Otra característica es que en diferentes partes contrarias del cuerpo se puede dar el masaje al mismo tiempo, por ejemplo brazo o la mano puede estar trabajando en hombro y puede estar la otra trabajando en la cadera opuesta. Esto ayuda a beneficiar la relajación total, ya que es imposible o al menos muy difícil para que el cerebro se enfoque en dos áreas diferentes a la vez. Al no trabajar en las áreas de forma aislada un profundo sentido del equilibrio y la armonía se logra. Como lo antedicho, "Mientras que la técnica es importante, la prioridad es amar el cuerpo, utilizando la intuición por lo que el masaje es correcto para el cliente". El cliente en la camilla no es visto como alguien que se ve necesitando ayuda, sino que se le devuelve el equilibrio y la armonía. Es importante recordar que el profesional no cura, pero es el facilitador para la curación.

En el masaje de todo el cuerpo también se ayuda a liberar la energía, haciendo que el cuerpo se ablande, fomentando el flujo libre y abundante de energía de la vida en el receptor. De acuerdo a la filosofía Huna, la energía también se bloquea en las articulaciones. Suaves rotaciones de tramos del cuerpo y de las articulaciones, por lo tanto también se incorporan para ayudar a la liberación de tensiones y facilitar el flujo de energía, una vez más, no forzando, pero sintiendo el nivel de la resistencia de los clientes o su comodidad. La masajista también puede zumbear en varios puntos durante el Lomi Lomi, tal como la vibración amplifica la energía en los resultados también ayuda a la liberación de los bloqueos.

Movimientos de danza Hula, combinados con la respiración del profesional también son importantes al integrar los aspectos de Lomi Lomi. La razón de la danza Hula en todo el tiempo que dura el masaje no es sólo porque se ve lindo! Los movimientos son muy importantes para ayudar al flujo de energía tanto en el profesional como en el destinatario y ayuda a mantener la energía en un nivel alto. Esto, combinado con técnicas de respiración por el masajista también es importante para ayudar

al flujo de energía. El reparo en la respiración, la esencia del Creador o energía universal, el nombre que desee darle, es una costumbre antigua de Hawai y se mejora enormemente el flujo de energía una vez más.

Otra gran diferencia con otros masajes es que la persona se acuesta directamente sobre el vinilo de la camilla y no en una toalla, y en lugar de ser completamente cubierta por toallas está cubierto por una sábana o una toalla pequeña dejando la mayor parte del cuerpo expuesto durante el masaje, manteniendo al mismo tiempo los beneficios de la modestia. Esto hace que sean mucho más fácil de realizar en las extremidades bajas del cuerpo los trazos y los de cuerpo completo sin interrumpir el flujo del masaje. Usted puede pensar que debe ser muy frío en pleno invierno, para superar esto y asegurar la comodidad del cliente, los calentadores se pueden utilizar para mantener la temperatura ambiente a un nivel caliente.

Debido a que el masajista funciona de manera intuitiva, un masaje puede ser lento y muy relajante o en algunas ocasiones puede ser un poco más rápido y por tanto más estimulante y animar al cuerpo. A veces, el destinatario puede experimentar una descarga emocional tal como el masaje puede liberar y cambiar las emociones negativas, las creencias negativas y otras "cosas" que han sido almacenadas en las células del cuerpo, con esto los efectos curativos del masaje continúan mucho después de que el masaje ha terminado.

El masaje se puede hacer por una sola persona o por dos o más personas que trabajan juntas. De ser dos personas el masaje tiende a lograr que el destinatario entre en un nivel aún más profundo de relajación como usted realmente puede tener en consideración ya que cuatro manos hacen las cosas diferentes, lo que realmente es una experiencia feliz y bastante alucinante.

Lo dicho al principio de este artículo "Aloha", el Espíritu Aloha se refiere a la actitud de aceptación favorable por la que los pobladores de Hawai se han hecho tan famosos. Aloha significa mucho más que "Hola" o "Adiós" o "El Amor". Su significado más profundo es "el compartir gozoso de la energía vital en el

presente". Esto realmente es uno de los secretos de Lomi Lomi y el amar y cuidar el cuerpo como si fuera el tuyo. Tía Margarita, que es una de las más antiguas y ampliamente reconocida maestra de Lomi Lomi tiene una definición de Lomi Lomi que es "El toque amoroso, una conexión de corazón, las manos y el alma con la fuente de toda la vida!". Los estudiantes de Lomi Lomi aprender a dejar fluir el amor desde el corazón, a través de las manos, para conectar con el alma de la persona que recibe el masaje. La curación es mayor por el amor, el amor recibido y el amor dado. En el diccionario Oxford la definición del amor es cariño, un afecto profundo o apasionado a alguien o algo, pero para los hawaianos es mucho más, también incluye la tolerancia, el perdón, la aceptación, el no juzgar, el aprecio, la compasión, el respeto y tantos otros elementos, y este es el fundamento mismo de un masaje Lomi Lomi.