



MASSAGEM HAVAIANA LOMILOMI
por Tracey Ha'aolakainapali
do texto original "[Hawaiian Lomilomi Massage](#)"

Tradução de Luiz Carlos Jacobucci (Brasil)

Ho'omoe wai kahi ke kao'o

Vamos todos viajar juntos como água fluindo em uma direção

Minha paixão por tudo que é havaiano começou há muito mais tempo do que faço questão de lembrar. As pessoas, o Espírito de Aloha, a recepção calorosa, a cultura e a tradição do povo, a beleza e a energia das ilhas, e assim por diante. Era uma progressão lógica e de repente descobri que minha jornada espiritual envolveria uma grande conexão com o Xamanismo havaiano e com o Trabalho Corporal. Mais tarde pude perceber claramente porque fui atraída tão fortemente para ambos.

Como terapeuta massagista e conselheira eu tinha uma prática intensa, mas ainda havia alguma coisa que estava faltando. Ao observar os outros terapeutas, entendi o que era – o coração. Era uma porção de excelentes "técnicos", embora tratassem todos os "corpos" da mesma maneira, como uma linha de produção, tentando "consertar" as pessoas. Não havia coração, não havia o tratamento do ser integral, física, mental, emocional e espiritualmente. Surge a Lomilomi, o elemento essencial que faltava, a conexão do coração com a alma.

Waiho wale kahiko

Os antigos segredos são agora revelados

Também conhecida como a massagem do "Estilo Templário" e das "Mãos Amorosas", a Lomilomi é uma das formas de massagem mais profundamente curadora. Esta forma única e sagrada de trabalho corporal tem sido transmitida pelos Antigos Mestres Curadores do Havaí por gerações.

Para entender a profundidade e a abrangente capacidade de cura da massagem Lomilomi, será útil conhecer a filosofia havaiana chamada de Huna e como as filosofias do Huna se relacionam com o trabalho corporal e a cura.

Uma hipótese básica do Huna é que tudo busca a harmonia e tudo busca o amor. A característica da Lomilomi é a conectividade amorosa entre o terapeuta e o cliente, de onde surge o nome massagem das "Mãos Amorosas". Enquanto a técnica é uma parte importante da massagem e da cura associada a ela, a maior parte do trabalho é feita por amor, com o foco total do terapeuta sobre o cliente, que usa as mãos amorosas e um coração amoroso. Este fluxo de energia integral, que utiliza movimentos longos, contínuos e fluentes, em combinação com o toque muito amoroso, relaxa o ser integral, ajudando-o a liberar as crenças, padrões e comportamentos antigos que causam limitações e que são armazenados na memória celular do nosso corpo.

Os havaianos observam as coisas em termos de fluxo de energia, seguindo o princípio de que um pensamento ou uma crença, assim como a tensão muscular,

podem bloquear o fluxo de energia. A Lomilomi ajuda a liberar os bloqueios enquanto, ao mesmo tempo, re-direciona a energia. Desta forma, a Lomilomi não é apenas uma experiência física, mas também facilita a cura nos níveis mental, emocional e espiritual. Os Havaianos enxergam todos os aspectos do corpo como uma só coisa e acreditam que o físico, o mental, o emocional e o espiritual são todas partes do Eu "total" – quando a cura ocorre em um nível, ela provoca impacto em todos os níveis. Ao invés de ver o cliente como alguém a "ser consertado", um terapeuta de Lomilomi vê cada pessoa como um Ser a ser auxiliado no retorno ao estado de harmonia e de equilíbrio. É importante lembrar que o terapeuta não cura mas é um facilitador da cura, que cria condições seguras para que a cura ocorra.

Quando falta harmonia, o efeito é a dor física, mental, emocional e espiritual. A doença é um estado de tensão que conduz à resistência que bloqueia o movimento de energia. A Lomilomi ajuda a liberar a energia e, em consequência, facilita o caminho para a cura. No nível físico, há muitos benefícios tais como a liberação do estresse e da tensão, a desobstrução do fluxo sanguíneo e linfático e o estímulo à eliminação dos excrementos e das toxinas.

Uma sessão de Lomilomi normalmente começa com uma quietude do terapeuta e do cliente, em geral com as mãos do terapeuta repousando suavemente sobre as costas do cliente. Nesse período de quietude, o terapeuta pode dizer silenciosamente uma bênção ou uma prece pedindo para que aquilo que necessita ser curado se manifeste durante a massagem. O cliente pode ser solicitado a expressar sua intenção sobre alguma cura que deseja receber. O massagista trabalha bastante intuitivamente com o cliente. Assim sendo, enquanto a técnica é importante, não há uma formatação ou uma seqüência fixa para a massagem e nunca haverá duas massagens idênticas.

Há inúmeras características distintas nos estilos e toques utilizados na Lomilomi. Além da utilização das mãos, a massagem é feita com toques rítmicos e suaves do antebraço em deslocamentos amplos e uniformes, aliviando as tensões. Isto tem sido descrito como uma sensação de ondas suaves se deslocando sobre o corpo. Outra característica é a que diferentes partes do corpo são massageadas ao mesmo tempo, por exemplo, um braço ou uma mão pode estar trabalhando em um ombro e a outra mão pode estar trabalhando no quadril. Isto propicia ao receptor um relaxamento completo pois é extremamente difícil para o cérebro se concentrar em duas áreas distintas ao mesmo tempo. O trabalho no corpo inteiro, ao invés de ser concentrado em áreas isoladas, ajuda a atingir uma sensação profunda de equilíbrio e de harmonia. Enquanto a técnica é importante, a prioridade é amar o corpo, utilizando a intuição de forma que a massagem seja a mais apropriada para cada pessoa.

Toques na parte inferior do corpo e no corpo inteiro também ajudam a liberar a energia e a dar mais suavidade ao corpo, propiciando um fluxo livre e abundante de energia vital do receptor. De acordo com a filosofia Huna, a energia também fica bloqueada nas articulações. Alongamentos moderados do corpo e rotações moderadas das articulações podem também ser acrescentados para auxiliar a liberação de tensões e o fluxo de energia, mas sem a aplicação de esforço, apenas sentindo o nível de resistência ou de conforto do cliente. O massagista também pode cantar suavemente ou fazer um som **hum**⁽¹⁾ em vários momentos da

Lomilomi pois a energia resultante da vibração e da amplificação também ajuda a liberar os bloqueios.

Como o terapeuta trabalha com a intuição, uma massagem pode ser lenta e muito relaxante ou, outras vezes, pode ser um pouco mais rápida, mais vigorosa e agitada para o corpo. É possível que uma liberação emocional seja vivenciada, pois a massagem pode liberar e transformar emoções e crenças negativas que tenham sido armazenadas nas células do corpo, o que faz com que os efeitos benéficos da massagem continuem por muito tempo depois da sua conclusão. A Lomilomi não é apenas terapêutica, ela é amorosa, nutritiva e completa.

Movimentos de **Hula**⁽²⁾, combinados com o trabalho energético e o trabalho respiratório do terapeuta, também são aspectos importantes integrados na Lomilomi. Todos são essenciais para facilitar o fluxo energético tanto do terapeuta quanto do receptor, além de auxiliarem na manutenção da energia em um nível alto. O compartilhamento da respiração, do Mana, da essência da Energia do Criador ou do Universo é um costume Havaiano ancestral que também realça enormemente o fluxo de energia.

Outra característica que distingue a Lomilomi das demais formas de massagem é a de que o cliente repousa diretamente no vinil da mesa e não sobre uma toalha. Também, ao invés de ser completamente coberto por toalhas, o cliente é coberto por um sarongue que deixa exposta a maior parte do corpo durante a massagem, ao mesmo tempo em que mantém a privacidade do cliente e o caráter respeitoso da massagem. Isso permite que os toques na parte inferior do corpo e no corpo inteiro sejam efetuados sem a interrupção do fluxo da massagem.

Tradicionalmente, a Lomilomi pode ser feita por uma pessoa ou por duas pessoas trabalhando em conjunto. Para mim, a Lomilomi "dupla" é a "piece de resistance" da massagem, uma experiência incrivelmente especial.

Quando pensamos no Havaí, normalmente vem à mente a palavra "aloha". Quase sempre pensamos em aloha com o significado de olá ou adeus. Entretanto, seu significado é muito mais profundo – "o compartilhamento harmonioso da energia vital no presente". Este é realmente um dos segredos da Lomilomi. Tia Margareth Machado, uma das mais antigas e mundialmente reconhecidas professoras de Lomilomi, tem a seguinte definição de Lomilomi: "O Toque de Amor – uma conexão do coração, das mãos e da alma com a Fonte de Toda Vida!" Os estudantes de Lomilomi aprendem a fazer fluir o amor do coração através das mãos para se conectar com a alma daquele que está recebendo a massagem. A cura é intensificada pelo amor – o amor recebido e o amor doado. O significado mais profundo de Amor para os Havaianos também inclui tolerância, perdão, aceitação, não-julgamento, apreciação, compaixão, respeito e muitos outros elementos – este é o verdadeiro fundamento da massagem Lomilomi.

'A'ohe pau ka 'ike i ka halau ho'okahi

Todo conhecimento não é ensinado na mesma escola

Como todos os ensinamentos Havaianos antigos, existem diferentes linhagens e professores de Lomilomi. Cada um terá uma técnica ligeiramente diferente. Uma não é melhor do que a outra, são apenas diferentes. O importante é a concentração, a intenção e o amor do terapeuta. As técnicas devem ser sempre

respeitosas e dignas, manter a excelência da massagem e fazer aquilo que é *pono* ou certo para a cultura e para os antigos ensinamentos.

Há alguns meses atrás, uma nova cliente que por anos teve preocupações com suas medidas, chegou em prantos no final da massagem. Ela me disse que pela primeira vez em sua vida estava se sentindo linda. Porque faço o que faço? – é por esse motivo.

Minha paixão pela cura e pelos ensinamentos Havaianos continua a crescer e a se expandir, assim como as temporadas regulares que passo na minha casa da ilha para uma re-conexão com a energia que alimenta minha alma. Meu desejo é o de espalhar o Espírito de Aloha e o de reunir mais energia e conhecimento para criar um pequeno pedaço de paraíso aqui.

Aloha Mai – Venho com amor.

Nota do Tradutor: (1) **HUM** – som vibracional (como o de uma abelha) gerado com os lábios cerrados.

(2) **HULA** - dança Havaiana



© Direitos Reservados da Aloha International
Organização criada pelo Dr. Serge Kahili King ([contato](#))

Visite o site [Hawaiian Huna Village](#) para conhecer mais sobre a filosofia Huna
Procure por outros artigos traduzidos para o português em [Global Hut - portuguese](#)
Tradução para o idioma português (Brasil) feita por Luiz Carlos Jacobucci (lcjacobucci@gmail.com)

No Brasil, foram publicados os seguintes livros do Dr. Serge Kahili King:

Xamã Urbano – esgotado

Imaginação Ativa – Editora Pensamento-Cultrix

Magia e Cura Kahuna – Editora Madras