

La Pancia – ed il Miracolo del Massaggio Maya

Nella NL1/2024 ([https://www.lmh-homeopathy.com/resources/Newsletter1\\_Limone.pdf](https://www.lmh-homeopathy.com/resources/Newsletter1_Limone.pdf))



abbiamo visto che la pancia è il nostro secondo cervello (sono presenti più neuroni in pancia che nel cervello), e tutti i sistemi vitali l'attraversano in modo rilevante: sistema nervoso, arterioso, venoso e linfatico. Per quanto riguarda quest'ultimo, toccandosi lievemente solo attorno all'ombelico, si avverte una serie di palline sotto pelle, i linfonodi. Complessivamente la pancia ne conta circa 300 su un totale corporeo di circa 450.

Ma pensiamo anche al Sistema Energetico. Senza fare specificamente riferimento ai tre Chakra inferiori (Radice, Sacrale e Solare), è intuitivo che la pancia è la sede delle emozioni.

Espressioni come “mi si sta rodendo il fegato”, “ho le farfalle nello stomaco”, “mi si torcono le budella”, “la sento nella pancia” esistono in ogni lingua.

Iniziamo così a percepire la rilevanza di trattare bene la nostra pancia. Il fatto è che una serie incredibile di disturbi possono trovare giovamento attraverso il *Massaggio Maya all'Addome*.

Questa tecnica è arrivata fino a noi grazie alla naprapata<sup>1</sup> americana Rosita Arvigo, la quale ha appreso i segreti di questo antico massaggio lavorando fianco a fianco ai suoi maestri in Belize per oltre un decennio: Don Elijo Ponti, discendente Maya e tra gli ultimi custodi di antiche tradizioni manuali e erboristiche; e Miss Hortence Robinson, levatrice e guaritrice di campagna. (per approfondimenti: <https://rositaarvigo.com/>).

Si possono risolvere, soprattutto se abbinati alla corretta cura omeopatica, diverse problematiche maschili e femminili della sfera uro-genitale, quali cistiti ricorrenti, PMS severo, infertilità, e disturbi nella sfera sessuali di vario genere (ad esempio, eiaculazione precoce e dispareunia); svariate problematiche digestive quali colon irritabile, gonfiore e malassorbimento; ma anche disturbi psichici come umore cangevole.

La coppa che fa da base alla pancia sono le ossa della ciotola pelvica nella quale i vari organi sono “appoggiati” : intestini, colon e retto, stomaco, fegato, cistifellea, pancreas, milza e organi di produzione e dell'apparato urinario sono all'interno della membrana chiamata peritoneo, mentre reni e surrenali sono esterni.

In realtà, più che “appoggiati” gli organi sono 'appesi' o meglio ancora 'sospesi', tramite una complessa rete di legamenti e tendini, alle varie membrane e ossa, principalmente alla ciotola pelvica.

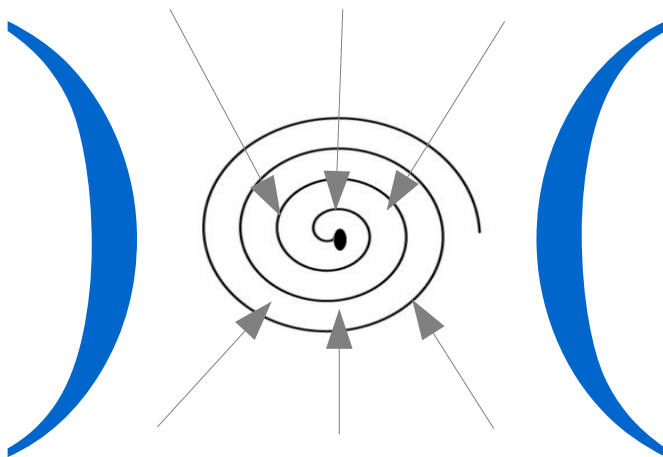
Ed è proprio questo il punto cruciale, perché la sospensione ha una doppia implicazione:

La prima è che così viene permesso agli organi di spostarsi all'occorrenza, sia per potersi accomodare al cambiamento delle posizioni dell'apparato muscolo-scheletrico; sia per dare spazio agli organi che si espandono (vescica, utero, intestino, stomaco).

La seconda è che se ossa, muscoli e tendini assumono posizioni errate, gli organi si trovano costantemente in posizioni "stressanti" e mai in quelli ottimali di relax.

Alcuni esempi classici di posizioni errate che disturbano i nostri organi sono:

- Peso spostato su un fianco quando in piedi (tipico atteggiamento femminile). In questo caso, i tendini che sostengono gli organi sul fianco in estensione si allungano mentre quelli dall'altra parte si accorciano - *in modo permanente* purtroppo se la posizione è abituale. Immaginiamo un povero utero obbligato a stare sempre di sbieco.
- Spalle abbassate in avanti: il diaframma schiaccia gli organi sottostanti.
- Muscoli addominali ipertesi: gli organi non possono muoversi a bisogno - si tratta della situazione infelice di una prostata dietro una "tartaruga" sempre contratta.



Il massaggio Maya all'addome, che si svolge seguendo linee e cerchi in diverse direzioni, secondo una precisa scaletta e numero di ripetizioni, distende, rilassa e riposiziona muscoli e tendini, ridando agli organi lo spazio che si meritano: si sgonfiano i linfonodi il che permette anche un corretto drenaggio dei tessuti. Così facendo, tutto fluisce secondo disegno: ne scaturiscono un benessere generalizzato degli organi e della mente.

Per saperne di più, non esitate a contattarmi.

<sup>1</sup> professione olistica che cura attraverso la manipolazione della colonna vertebrale ed del tessuto connettivo