

Sanar con el Masaje Abdominal

Artículo escrito por Eu Hooi Khaw en Filipinas el 10 de junio de 2008

En el área abdominal están ubicados órganos importantes y el masaje Chi-Nei-Tsang (CNT) te puede ayudar en el camino hacia una mejor salud.

El *Tan Tien*, una zona ubicada dos dedos por debajo del ombligo, es el centro energético más potente en el cuerpo. De aquí se origina la primera célula del cuerpo después de la concepción así que no sorprende que el ombligo y toda la zona alrededor de él sean tan importantes.

El CNT, una arte curativa del Tao, es el masaje de una serie de puntos alrededor de esta área vital del cuerpo para incrementar el flujo de energía hacia órganos específicos. Engloba los principios de medicina china, Tai-Chi-Chuan y Chi-Kung para ayudar la desintoxicación y el fortalecimiento del cuerpo. Es un masaje terapéutico cuyo objetivo final es ayudar la persona a curarse físicamente, mentalmente, emocionalmente y espiritualmente.

Hace dos años, la Dra. Aminah Mohd Amin aprendió el CNT de Andrew Fretwell, instructor senior de Tao Universal, en Chiang-Mai (Tailandia), donde el maestro Mantak Chia ha establecido su centro de enseñanza para el aprendizaje de técnicas de trabajos energéticos sobre los órganos internos. La Dra. Aminah Mohd Amin probó el masaje CNT de Andrew y su dolor crónico de espalda (que ella estuvo padeciendo durante muchos años) desapareció. “Recibí el masaje algunas veces y pude experimentar una sanación muy profunda”. Desde entonces su dolor de espalda no ha vuelto. “Mis emociones se pudieron soltar y liberar en siguientes tratamientos. Andrew ha tratado miles de personas” dijo la Dra. Aminah, que luego participó a los talleres y cursos de Andrew para aprender de él el masaje CNT “Me encontré con traumas antiguos que afloraban a mi conciencia. Cuando no procesamos las emociones, éstas se almacenan en el área abdominal. Masajeado esta área, sentimos donde están los bloqueos emocionales y las tensiones y trabajamos para soltarlas. Nuestro abdomen debería ser como el de un niño: suave y sin tensiones”.

La Dra. Aminah, que es medico, explica que todos los órganos, los sistemas linfático y circulatorio, el intestino grueso y delgado están todos en el abdomen. Con el masaje el sistema linfático se normaliza y el sistema inmunitario se fortalece. “También ayuda a fortalecer el sistema metabólico, nervioso, reproductivo y circulatorio. Los órganos funcionan mas eficientemente”. Masajear los intestinos ayuda la digestión y elimina el estreñimiento. También trabaja en profundidad las vísceras y los músculos, especialmente el músculo psoas, que ayuda a fortalecer la zona lumbar y eliminar el dolor lumbar.

La Dra. Aminah actualmente practica el masaje CNT en el spa *Amanur Skin &*

Spa que ha fundado en Mont Kiara, Kuala Lumpur (Filipinas). “Ahora valoro más la medicina preventiva. Al principio fue difícil a causa del conflicto con mi formación y entrenamiento médico; ahora es mucho más sencillo, sobre todo cuando veo las mejoras en mis clientes y la ayuda que reciben. Somos espíritus en cuerpos físicos”, dijo. “Una vez el bloqueo se elimina, podemos conectar más con nuestra intuición, corazón y mente. También nos ayuda a conocernos mejor, volvernos más auto-concientes. Es normalmente más fácil percibir el dolor físico que el emocional; a veces con el masaje CNT el dolor emocional sale a la superficie y podemos así reaccionar a él con más paciencia y compasión. Una vez la emoción es validada, la podemos soltar”.

Para este proceso de sanación se requieren varios tratamientos. “El objetivo del CNT es responsabilizarnos más de nuestra salud. También le enseñamos al paciente a masajearse él mismo, para que el proceso de sanación pueda ser continuo. El masaje dura de 15 a 60 minutos; es un masaje suave, mayoritariamente en el abdomen; a veces también se trabaja en los hombros”.

La Dra. Aminah, que lleva más de 10 años trabajando como médico también en el hospital Johor Baru, puede ver cuando alguien necesita un tratamiento tradicional o un tratamiento CNT y le aconseja consecuentemente.

La mayoría de las enfermedades vienen de emociones no procesadas. Según la medicina china, almacenamos rabia en el hígado y vesícula biliar. El alcohol afecta al hígado y por eso los alcohólicos pueden volverse muy violentos. El miedo se manifiesta en los riñones, preocupación y ansiedad en la piel y el estómago, tristeza en los pulmones, odio e impaciencia en el corazón.

“Cuando damos un tratamiento CNT, enseñamos al paciente a cambiar lo negativo en positivo. Es muy bueno contra el estrés. Después del tratamiento, el paciente se siente profundamente relajado. Muchos incluso se duermen”.

La Dra. Aminah, demuestra el masaje sobre su asistente. “Antes que nada me conecto con mi paciente. Luego controlo su respiración. Esta muy bloqueada en la respiración” fue su diagnóstico. “Muchos de nosotros no respiran correctamente”. Luego empieza a buscar puntos de tensión o bloqueo. Trabaja sobre el bazo, luego el intestino delgado. “Donde siento la tensión, trabajo sobre el punto. Trabajo debajo del diafragma, sintiendo y masajeadando cada órgano del abdomen. Por ejemplo, si encuentro que el estómago o el bazo está tenso, pido al paciente de sonreír y participar a su propio proceso de sanación. Le pido que se de un masaje el área en los días siguientes y le enseñé a hacer el correspondiente sonido curativo del órgano”.

La doctora usa el pulgar o los otros dedos para suavizar y soltar el área alrededor del ombligo. “Cuando el ombligo está relajado y suave puedes apretarlo hasta llegar a tocar la columna. Eso permite que el Chi vuelva a

circular. La desintoxicación ocurre después del tratamiento y la persona se puede sentir cansada durante uno o dos días. Algunos se sienten muy ligeros”.

Yo probé el masaje de la Dra. Aminah. Puso una música muy relajante y empezó a trabajar muy suavemente en mi abdomen y ombligo. “Tu haces ya mucho trabajo de auto-sanación” me dijo; pues le hablé de los suplementos alimenticios que tomaba y de mis tratamientos semanales de reflexología podal. Ella identificó dos puntos problemáticos y los trabajó. Fue una experiencia muy buena.