

Il massaggio

Il massaggio è sicuramente la più antica e intuitiva modalità attraverso la quale un essere umano ha imparato la sofferenza di un suo simile e rappresenta la forma più ancestrale di comunicazione non verbale. Quando ancora non esisteva il linguaggio l'uomo e la donna primitiva, al riparo delle caverne in cui vivevano, si massaggiavano per riscaldarsi e per vincere la paura dell'ambiente ostile. Con il passare dei tempi, anche per fattori culturali e religiosi, il linguaggio del corpo ha lasciato il posto alla razionalità, all'uso della mente come momento di espressione privilegiato.

Così con la divisione mente-corpo si è perso un modo di espressione vitale e importante per sentirsi e sentire, si è persa la consapevolezza del nostro corpo.

Il massaggio è un atto di intimità e solidarietà, che riporta ogni individuo alla calda, rassicurante relazione corporea con la madre, quella in cui il linguaggio del corpo può comunicare l'ineffabile, ciò che non può essere detto.

L'arte e la scienza del massaggio costituiscono una delle più raffinate e potenti forme di comunicazione tra esseri umani.

Ciò spiega la presenza del massaggio in ogni cultura delle società primitive.

Il massaggio, nella difficoltà della nostra società, rappresenta perciò un potente strumento per rimetterci in contatto con la dimensione più intima e delicata della nostra identità umana.

Il "con-tatto" di coppia

Nella cultura odierna tutta fondata sull'avere e poco attenta all'essere, la coppia ha difficoltà a stare in contatto, a sentirsi.

Rischia di perdere la sua intimità, il suo linguaggio, unico per ogni coppia: quello del sentire il proprio corpo e quello del proprio partner, si rischia di perdere la conoscenza dell'altro, la conoscenza fatta di emozioni, sensazioni.

Nel momento magico in cui i corpi parlano il loro dialogo di riconoscimento e rispetto, solidarietà, sostegno e abbandono, le energie più profonde e sottili dei due partner si uniscono e danzano insieme verso spazi gioiosi e sereni in cui splende, caldo e luminoso, il mistero della vita: il tempo si ferma, l'essere umano ritrova la sua dimensione di crescita verso un significato più alto dell'esistenza.

Toccando la pelle del nostro partner noi in realtà tocchiamo il suo sistema nervoso e, attraverso questo, il suo corpo e i suoi visceri, entriamo in contatto con le sue emozioni e contattiamo le nostre emozioni più profonde generate dall'intimità con la persona amata.

Con questo corso vi proponiamo un percorso esperienziale ed emozionale per recuperare il con-tatto e sviluppare una maggiore conoscenza dell'altro. Imparare un massaggio d'amore, imparando a prendersi cura della persona amata.

Programma del per-corso

E' aperto a tutte le coppie che desiderano sperimentarsi.

Il corso prevede un numero minimo di 4 coppie fino ad un numero massimo di 8. Durante le lezioni verranno insegnate tecniche di massaggio prese da varie discipline:

- shiatsu,
- massaggio dolce,
- massaggio connettivale,
- massaggio antistress,
- massaggio intuitivo

Verrà portata particolare attenzione all'ascolto delle proprie sensazioni e di quelle del partner, verrà proposto un iter esperienziale per migliorare la consapevolezza.

Al termine della serie di incontri verrà regalato un cd con le musiche usate durante tutto il percorso.

Il programma comprende:

- esercizi sulla propria consapevolezza corporea
- esercizi di meditazione in coppia
- momenti di danza e movimento corporeo
- tecniche di massaggio, pressione e contatto sulle varie zone corporee
- esercizi di stretching e rilassamento muscolare
- momenti di condivisione in gruppo sulla esperienza di con-tatto

Sede, date e iscrizioni al Corso

Avrà una durata di 8 incontri e si tiene ogni 15 giorni il martedì sera a Milano, dalle 19,30 alle 22,00 presso la sede del CSTG in Via Mercadante 8, Milano.

Le date saranno:

30 Settembre 2008 - 14 Ottobre 2008
28 Ottobre 2008 - 11 Novembre 2008
25 Novembre 2008 - 9 Dicembre 2008
23 Dicembre 2008 - 13 Gennaio 2009

Il costo è di 200 euro a coppia.
Per iscriversi telefonare al n. **333 6304430**
oppure al **3383873022**.

Conduttori del per-corso

Giovanni Montani

Counselor ad orientamento gestaltico, Operatore e didatta shiatsu, Esperto in tecniche corporee. E' docente per i corsi di Counseling del CSTG. Fa parte dello Staff didattico del CSTG. Ha integrato la sua formazione con Claudio Naranjo nei corsi dal SAT I a SAT IV. Oltre al lavoro sulla consapevolezza corporea lavora sulle problematiche legate alla disoccupazione di lunga durata.

Cristina Tegen

Operatore Shiatsu, Counselor ad orientamento gestaltico. Fa parte dello Staff didattico del CSTG. Fondatrice, con Chiara Fusi, Counselor artistico, dell'associazione culturale emozionARTI (www.emozionarti.com) con lo scopo di far conoscere la professione del counseling, come cultura delle emozioni. Insieme conducono corsi di counseling artistico e ad esperienza corporea per gruppi di diverse fasce di età. Già Laureata in Fisica all'Università Statale di Milano.

CSTG

Centro Studi di Terapia della Gestalt

Membro fondatore della Federazione Italiana Scuole e Istituti di Gestalt (FISIG).

Convenzionato con l'Università degli Studi di Siena, Istituto di Psicologia Generale e Clinica.

- *Corso quadriennale in psicoterapia della Gestalt* (riconosciuto dal MIUR con D.M. del 21/05/01 ex L. 56/98).
- *Corso triennale di counseling ad orientamento gestaltico* riconosciuto dalla S. I. Co. (Società Italiana di Counseling).
- *Seminari esperienziali monotematici.*
- *Gruppi di supervisione per psicoterapeuti.*

Sedi del CSTG

Sede legale: Via Montanini, 54 – 53100 Siena –
Tel./Fax 0577-45379

E-mail: segreteria@cstg.it

Sede didattica: Via Mercadante, 8 – 20124
Milano – Te. 0229408785

Sede attività residenziali: Località Noceto –
53010 Ville di Corsano (Siena)

Sito Internet: www.psicoterapia.it/cstg

Studio Associato Metafora

- Psicoterapia individuale, di gruppo, di coppia e di famiglia
- Workshop teorico-esperienziale a tema
- Corsi di formazione per Scuole e Aziende
- Tirocinio post-laurea per laureati in psicologia per accedere agli esami di Stato
Sede di tirocinio per i laureati in Psicologia provenienti dall'Università Cattolica del sacro Cuore di Milano e dall'Università degli Studi di Padova.
- Corsi di aggiornamento e formazione per Counselor. E' riconosciuto dalla S. I. Co. (Società Italiana di Counseling).

Sede

Via Vitruvio, 4 - 20124 Milano
Tel. 0229522329 - Fax: 0229403496
E-mail: studio.metafora@agora.it



Centro
Studi di
Terapia della
Gestalt



Il “con-tatto” di coppia



**Per-corso per imparare
Il massaggio d'amore di
coppia**