



Polariteitsmassage

Polariteitsmassage is een holistische massage, waarbij zowel fysiek als energetisch wordt gewerkt. De massage stimuleert de doorstroming van levensenergie. De doorstroming van deze energie kan uit balans raken en blokkeren als er een teveel of een te weinig aan spanning in huid-, spier-, orgaanweefsel of in gewrichten is.

Levensenergie in beweging

Het blokkeren van de levensenergie kan verschillende redenen hebben. Om de doorstroming van energie te stimuleren wordt er enerzijds met massagegrepen het gespannen weefsel losgemaakt en anderzijds met polarisaties, verbindingsgrepen, die inwerken op het vrij doorstromen van energie.

Als de geblokkeerde energie vrij begint te stromen kan dat emoties losmaken. Bij een polariteitsmassage wordt er gewerkt aan het bewust worden van gedachtes en gevoelens die het stromen van essentiële energie blokkeren of juist ondersteunen.

Verbinden van verschillende niveaus

Het uitgangspunt van een polariteitsmassage zijn de verschillende niveaus waar je als mens op functioneert; fysiek, emotioneel, mentaal en spiritueel. De massage heeft als doel om deze niveaus met elkaar in verbinding te brengen.

Een klacht, fysiek of emotioneel, is een uiting van een disbalans op meerdere niveaus. De massagegrepen zijn afgestemd om op deze verschillende niveaus in te werken. De ademhaling kan de werking van de massage versterken.

De massage kan zowel direct op het lichaam als over de kleding heen gegeven worden.

<http://www.massages4all.nl/massagetechnieken/polariteitsmassage.html>