

Enrico Corsi - Sukchai Masri

Thai Royal

il Massaggio dei Re

LA POTENTE SEQUENZA TERAPEUTICA
PRATICATA ALLA CORTE THAIANDESE

180 ILLUSTRAZIONI
ORIGINALI



ESTRATTO
GRATUITO



Tecniche
Corporee

PREFAZIONE *di Enrico Corsi*

Dopo avere, per molti anni, praticato, insegnato e scritto libri sul Massaggio Tradizionale Thailandese nello stile del Sud (*Wat Po*), alcuni anni fa ho avuto l'opportunità e la fortuna di conoscere il Metodo *Royal*.

Ho sentito emergere in me una forte vocazione terapeutica fin dall'inizio del mio percorso lavorativo nel mondo dei massaggi. Questa vocazione era stata in qualche modo "favorita" dalla tecnica di massaggio che praticavo. Lo stile di *Wat Po*, infatti, è di per sé una disciplina che dispone di forti connotati curativi. Tuttavia, sebbene la pratica di questo stile, soprattutto con le sue tecniche più avanzate, riuscisse ad apportare apprezzabili risultati ai miei pazienti e a conferirmi inaspettate gratificazioni, sentivo che... mancava qualcosa. Quando trattavo pazienti che avevano disturbi importanti, in essere da molto tempo, mi rendevo conto che il mio intervento era in grado di attenuare temporaneamente i sintomi del malessere e di prevenirne il peggioramento, ma non riusciva a rimuovere definitivamente il problema.

Ho continuato a frequentare la Thailandia periodicamente cercando di ampliare le mie conoscenze delle tecniche terapeutiche dello stile che praticavo. Proprio quando cominciavo ad avere la sensazione che lo stile del Sud non avesse da offrirmi molto più di quanto già conoscessi, ho avuto la fortuna di incontrare il celebre Maestro *Royal* Ajarn Suwan. Ho immediatamente percepito che il *Royal* era proprio ciò che stavo cercando. Da allora ho iniziato il mio percorso con Ajarn Suwan e, successivamente, con il suo allievo Sukchai Masri che è poi divenuto il mio maestro ed è coautore di questo libro.

La sequenza che abbiamo illustrato è il primo di quattro livelli di cui si compone il percorso *Royal*. L'obiettivo di questo livello è il conferimento di benessere, di rilassamento e il miglioramento della circolazione sanguigna. Coloro di voi che praticano o che vogliono iniziare a praticare il massaggio ponendosi unicamente questi obiettivi troveranno in questa sequenza uno strumento straordinario. Essa permette di utilizzare il tempo che viene impiegato per il trattamento nel modo migliore, facendo solo ed esattamente proprio ciò che serve di più. Chi invece, come me, avverte pulsioni terapeutiche, rimarrà sorpreso da quanto è possibile ottenere da questa disciplina una volta che si sono ben assimilate le tecniche. Sono certo che molti di costoro diventeranno interessati a proseguire l'apprendimento dei livelli successivi.

Questo è il primo libro sul Massaggio *Thai Royal* che viene pubblicato al di fuori della Thailandia. Anche altri libri che ho scritto erano primizie, nazionali e internazionali. Essere pionieri non sempre è facile ma è stimolante e gratificante. Ho sempre percepito chiaramente una “forza” più grande spingermi a imparare e a divulgare i tesori della Medicina *Thai*. Non ho idea di che cosa sia questa “forza”, da dove provenga e perché mi spinga, ma sono contento che lo faccia.



ENRICO CORSI

PREFAZIONE *di Sukchai Masri*

La teoria del Massaggio *Thai Royal* fa parte della cultura thailandese. Questo stile di massaggio è stato eseguito dal periodo del Regno di Sukhothai (dal 1238 al 1438), fino ai giorni nostri. Nel periodo di Sukhothai era stato insegnato a un numero limitato di persone, vale a dire a chi lavorava a stretto contatto con i membri della famiglia reale nel palazzo reale, ai membri dell'élite della *Thai boxe* e a chi aveva studiato l'arte marziale Thailandese.

Lo scopo di questo libro è quello di insegnare come eseguire correttamente questo massaggio terapeutico elegante e molto efficace. Io sono un medico tradizionale thailandese che cura i pazienti utilizzando lo stile di massaggio *Royal Thai* e l'erboristeria *thai* a Bangkok, in Thailandia.

Circa un decennio fa avevo osservato con molta sorpresa il mio insegnante, Suwan Tangjitchareon, trattare efficacemente i suoi pazienti che avevano la spalla congelata o il mal di schiena cronico utilizzando il massaggio *Royal*. Dopo due anni di osservazione, alla fine ho deciso di concentrarmi solo su questo. Ho studiato e praticato a lungo sotto la sua supervisione fino a impadronirmi completamente della tecnica. Più tardi sono stato presentato a Enrico nello studio di Suwan. Da allora Enrico è venuto in Thailandia per diversi anni per imparare da me. E continua a tornare per saperne di più di teoria e tecniche di terapia. Infine mi ha chiesto se mi sarebbe piaciuto venire a Milano a tenere un corso nel novembre 2014. Io ed Enrico sapevamo che per gli occidentali imparare questo tipo di massaggio, per il modo in cui dev'essere eseguito, avrebbe rappresentato una sfida enorme.

Mi ci sono voluti anni per potere scrivere questo libro che contiene le informazioni relative alla sicurezza per il massaggiatore, che cosa fare e che cosa non fare. Mi piacerebbe che questo libro potesse diventare il vostro compagno di studio durante le sessioni di pratica.

Dedico un ringraziamento speciale al mio insegnante, Suwan Tangjitchareon, che mi ha introdotto alla Medicina Thailandese.



SUKCHAI MASRI

INDICE

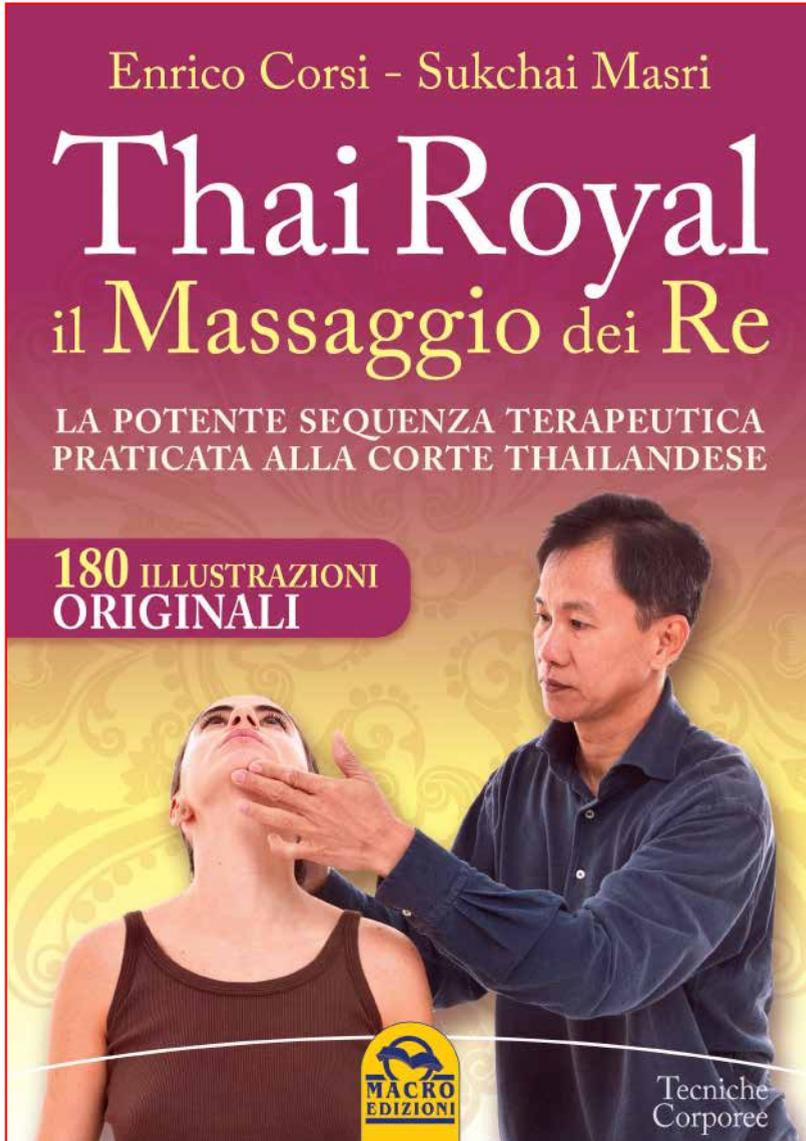
Prefazione <i>di Enrico Corsi</i>	5
Prefazione <i>di Sukchai Masri</i>	7
Capitolo 1 - LA MEDICINA THAI	9
IL MASSAGGIO THAI ROYAL.....	11
Tra Oriente e Occidente.....	11
IL PERCORSO ROYAL	13
Benefici.....	14
Controindicazioni.....	14
Precauzioni	15
Capitolo 2 - LE TECNICHE DI BASE	16
Uso delle mani	17
Come esercitare i pollici	18
Posizione dell'operatore	19
Durata del trattamento.....	20
Pressioni	20
Frequenza	20
Capitolo 3 - I CONTROLLI DI MOBILITÀ	21
Lunghezza delle gambe	23
Sollevamento della gamba	24
Flessione del ginocchio.....	25
Flessione della gamba.....	26
Apertura dell'anca.....	27
Rotazione del bacino	28
Flessione della spalla.....	29
Rotazione della spalla	30
Flessione del collo.....	31
Rotazione del collo	32
Flessione laterale del collo	33
Capitolo 4 - LA SEQUENZA DI MASSAGGIO	34
POSIZIONE SUPINA	36

Raccoglimento	36
Controllo del battito	37
Gambe	38
Piedi	43
Apertura dei canali	44
<u>POSIZIONE LATERALE</u>	<u>45</u>
Anche	46
Esterno delle gambe	49
Interno delle gambe	51
Schiena	54
<u>POSIZIONE SUPINA</u>	<u>56</u>
Interno delle braccia	56
Esterno delle braccia.....	58
<u>POSIZIONE SEDUTA</u>	<u>60</u>
Scapole	60
Spalle	61
Collo.....	63
<u>POSIZIONE SUPINA</u>	<u>64</u>
Addome.....	64
<u>POSIZIONE SEDUTA</u>	<u>67</u>
Schiena	67
Interno delle braccia	69
Esterno delle braccia.....	70
I DIECI SEN	72
Bibliografia	73
Ringraziamenti	73

Tratto da:

THAI ROYAL - IL MASSAGGIO DEI RE

Autori: Enrico Corsi, Sukchai Masri



Acquista il libro completo [cliccando qui](#)