

TEXTOS & ARTIGOS "SHANTALA"

Se você gostaria de ler saber mais sobre algum assunto relacionado com cultura do toque, OnGS, solidariedade, amor ao próximo e tradições terapêuticas, mande um e-mail para institutocar@gmail.com Participe!!!

Através da Shantala, você comemora a vitória da vida que surgiu do amor, com a transmissão do amor intuitivo e primordial contido no toque, na massagem, na troca energética.

É este contato inicial que a massagem vem preservar. É a manutenção, o aconchego, o conforto necessário para que o pequeno novo ser possa sentir-se amado, querido e protegido.

É a forma como a mãe e o pai podem suavizar a percepção que o seu bebê recebe do mundo exterior, é a maneira de estreitar os laços afetivos, deixando o bebê especialmente saudável, afetivamente seguro e sua capacidade de amar mais estimulada. A criança aprende a amar sendo amada. Teremos assim, futuros adultos equilibrados e com auto-estima, mais harmonizados com o mundo e consigo mesmo.

SHANTALA: O mistério do toque saudável e afetivo de acordo com o ritmo do universo, uma sabedoria da tradição Hindu.

No início da década de 70 o doutor Frédérick Leboyer, um obstetra francês, em uma de suas viagens à Índia conheceu uma mãe indiana, parálitica há alguns anos, recolhida por uma instituição de caridade juntamente com seus dois filhos, que se chamava SHANTALA .

Leboyer encantou-se com ela e com a massagem que presenciou, trazendo para o ocidente esta sua experiência ao publicar o livro "SHANTALA- uma arte tradicional-massagem para bebês," editora Ground.

" Foi lá que numa bela manhã, ensolarada, resplandecente, encontrei Shantala sentada no chão a massagear o bebê. E assim, de repente, em plena sordidez, foi-me dado contemplar um espetáculo da mais pura beleza! Fiquei mudo. Parecia um balé, devido a tanta harmonia e ritmo exato, embora com extrema lentidão. E, como o amor, possuía seu tanto de abandono e ternura."

SHANTALA é uma arte milenar passada de geração em geração.
Ela é muito mais do que uma técnica: É UMA ARTE DE TRANSMITIR AMOR ATRAVÉS DAS MÃOS, ATRAVÉS DO TOQUE.

A massagem traz benefícios ao desenvolvimento físico, energético e psicológico; eficaz na prevenção de neuroses; elimina tensões e bloqueios; equilibra o sistema nervoso; reforça o sistema imunológico, atua nas disfunções orgânicas tais como insônias, cólicas, prisão de ventre, gases, problemas digestivos e respiratórios, assim como ativa a circulação sanguínea, auxiliando o desenvolvimento psicomotor, e pode ser aplicada em bebês com

traumas de nascimento, carência afetiva e problemas neurológicos.

Ao fazer a massagem que abrange parte do corpo, estaremos massageando também em um nível mais sutil os canais de energia. Trabalha-se também toda a musculatura, o sistema nervoso, as articulações, proporcionando, assim, desbloqueios energéticos e físicos, enfim, um equilíbrio em todos os níveis.

O toque como massagem engrandece e fortalece o amor. O bebê é um espelho e devolve a você sua imagem de liberdade ou de tensões. As mãos delicadas que tocam são sábias de ensinamentos. As mãos sensíveis são poderosas e você sente quando embalada no toque, quando encantada e inspirada no profundo poder desse momento mágico e único.

Durante a massagem é preciso conversar com a criança não somente com palavras, mas também com o silêncio, com os olhos, mostrando o amor que sente por ela.

A shantala destina-se a recém-nascidos, a partir de um mês de idade aproximadamente, mas não há limites para seu início e continuidade. Pode também ser aplicada em crianças de maior idade, exigindo apenas adaptações da técnica. A massagem pode ser aplicada pela manhã e à noite (antes do sono) em crianças com até 3 anos de idade; acima dessa idade pelo menos uma vez por semana. De preferência fazer a massagem quando a criança estiver de estômago vazio ou quase vazio.

Para que seja mais gostosa, são usados óleos para ajudar a conduzir os movimentos sem causar atritos na pele do bebê. Nos dois primeiros anos usa-se sempre óleos puros, sem química e sem perfume, pois a pele é muito sensível, e possivelmente ele colocará a mão na boca. Por serem absorvidos pela pele, é sempre bom preferir óleos vegetais. Após a massagem, pode-se conduzir a criança a um banho que vai trazer relaxamento, dando ainda continuidade com o toque e deixando-o submerso promovendo a sensação da vida intra-uterina.

A capacidade de tocar, com suas implicações mais amplas é especialmente importante na Índia, onde o conceito e a experiência de tocar o "SER" é tão real.

A MÃO QUE TOCA FAZ NASCER A ESSÊNCIA HUMANA E CONVOCA O SAGRADO NAQUELES QUE SÃO TOCADOS.