

di Simona Lovati, giornalista

RITUALE CORPO KOKJDO

Dalla ricerca, dall'intuizione e dalla dedizione per l'estetica di una grande professionista con una spiccata umanità (dote non scontata) nasce un nuovo rituale che assicura alla cliente un momento di pausa e di riconciliazione con il sé più profondo.

Il massaggio è fatto da persone. Da chi lo riceve, ma soprattutto da chi lo pratica. È questo il concetto alla base del **Rituale Corpo Kokjdo**, messo a punto da **Francesca Teresa Di Terlizzi**, docente di estetica e direttore di **Ecole Vraie Femme** a Brescia, che oggi è pronta a insegnare il metodo a tutte le operatrici che vogliono offrire quel *quid* che fa la differenza alla clientela. Secondo l'esperta, è impossibile eseguire un buon trattamento senza che la professionista che lo effettua si sia preparata a dovere, allontanando *in primis* da se stessa ogni tensione fisica o emotiva. "Il modo migliore per prepararsi a donare un massaggio o rituale è eseguire alcune posizioni yoga, tecniche di meditazione profonda e di respirazione, per liberarsi dalle negatività e fare il pieno di energie positive. Altrimenti, il rischio è di trasmettere ansia alla cliente, senza raggiungere l'effetto desiderato", commenta Francesca.

LA GENESI

Tutto è nato dall'insegnamento del massaggio Kokjdo Viso e Kokjdo Eyes dedicato al contorno occhi. "Sono state proprio le mie allieve a spronarmi a ideare anche un trattamento dedicato al corpo. Così, **ho approfittato dei momenti di stasi e di isolamento della pandemia per dare vita a questo nuovo metodo molto performante**, per il quale ho attinto dalla mia esperienza e dai miei studi in fitoterapia, idroterapia, funzione sensoriale e anatomia del corpo. **L'obiettivo è sfruttare l'azione degli stimoli fisici grazie le terminazioni nervose dell'organismo**, per ottenere un riflesso positivo anche sulla superficie cutanea, che è lo specchio di tutte le nostre sensazioni, fisiche e non", continua.

I BENEFICI

Il Kokjdo corpo dà benessere a chi lo esegue e a chi lo riceve, grazie alle gestualità delicate e agli sfioramenti dell'operatrice, per scaricare le contratture e dire addio allo stress accumulato. Senza dimenticare il suo potere riequilibrante a livello di corpo e psiche. **L'efficacia del massaggio dipende dalla velocità o dalla lentezza delle manovre.** Il Kokjdo non prevede brusche variazioni di velocità: **il suo ritmo si basa sull'armonia, sulla rotondità e sulla fluidità dei gesti. Il corpo della cliente partecipa attivamente al massaggio. Il rituale diventa una danza liberatoria per professionista e cliente.** Il tocco di mani e avambracci deve essere pieno e senza interruzioni, palmo e dita non si devono sollevare dalla pelle per non interrompere la presa di contatto. Le mani scivolano sulle rotondità del corpo della cliente, levigandole e abbracciandole come fa l'acqua di un ruscello quando incontra i sassi sul suo percorso.

CHI BEN COMINCIA...

Dopo avere fatto accomodare la cliente in cabina, **la professionista deve saperla ascoltare e comprenderne i bisogni, anche attraverso l'aspetto della pelle e della muscolatura.** La sua mano (riscaldata in precedenza) accarezza la pelle e deve essere in grado di dare quello di cui la cliente ha bisogno. Il massaggio deve dare il via a una comunicazione silenziosa tra l'operatrice e il corpo della cliente. La dea Kokjdo, durante l'esecuzione del soin, deve indossare un abbigliamento comodo e in fibra naturale, perché **il rituale è una danza che garantisce elasticità ed equilibrio al corpo della cliente, anche attraverso le gestualità dell'estetista.** Il plus è praticare la seduta a piedi nudi.

I QUATTRO PERCORSI INIZIALI

A seconda delle necessità della cliente, **il Kokjdo viene personalizzato e declinato in tre rituali** (che possono essere eseguiti insieme o separatamente) **sempre preceduti da un soin di benvenuto e seguiti dal massaggio Kokjdo Corpo.**

1. La professionista supporta la cliente facendole eseguire esercizi di respirazione e le offre una tisana di benvenuto (camomilla, calendula, lavanda, malva). Si passa poi a un pediluvio caldo, per ottimizzare i risultati del trattamento - in alternativa si possono applicare delle compresse aromatiche - e si compila la scheda cliente. Al soin iniziale possono seguire uno, due o tre percorsi/rituali distinti.
2. Dopo la presa di contatto e la respirazione, si procede con il primo rituale che prevede una lunga spaz-

zolutura del corpo con delle spazzole in legno con setole di agave messicana. Questo metodo permette di rinnovare, rigenerare, tonificare la pelle, migliorare il microcircolo, drenare e regolare la pressione arteriosa. Dopodiché il corpo viene avvolto "a mummia" da due coperte e un lenzuolo, per consentire al calore della spazzolatura di essere trattenuto nel corpo e di conservarne di conseguenza la forza vitale.

3. Il secondo rituale si apre con la cliente accolta da un massaggio di digitopressione sul dorso. In seguito, si applica una compressa aromatica sulla zona che parte dalla cervicale e si scende fino al coccige. Si fa girare la cliente supina e si appoggia sui reni un sacchetto di fiori di fieno di montagna, un sedativo della medicina naturale, riscaldato a vapore o in una *hot cabin* e si procede con l'avvolgimento a mummia.
4. L'ultimo percorso/rituale prevede tecniche di digitopressione sull'addome che, accompagnate dall'applicazione di una compressa calda alla melissa, garantiscono un'azione drenante, rilassante e riducente, indicata per tutte le rigidità, ma anche per difficoltà digestive e disagi psicologici. Si conclude con l'avvolgimento a mummia.

IL CUORE DELLA SEDUTA

A questo punto la cliente è pronta a ricevere il massaggio Kokjdo Corpo della durata di sessanta minuti. "È possibile suddividere il trattamento in più step, in base al tempo e alle necessità della persona interessata", conclude Di Terlizzi.



APPROFONDIMENTI

Il prossimo corso Kokjdo Rituale Corpo si svolgerà il 29-30-31 maggio c/o Ecole Vraie Femme a Padenghe sul Garda (Brescia).

Per informazioni: www.kokjdo.com,
www.ecolevraiefemme.com, 349.84.27.938