



Rabia

La **rabia/ira** es una emoción que surge cuando un deseo se ve frustrado y, si se repite con frecuencia, toma el control de la mente y del cuerpo, somatizándose y haciéndonos enfermar con la consecuente pérdida de la paz interior y felicidad. Esta energía de ira se expresa desde una leve irritación, hasta una verdadera furia, desagradable y destructiva. La ira debe poder expresarse, pero no contra los demás, ni contra nosotros mismos, sino hacia el entorno en el exterior y/o en solitario. Una vez expresada podremos separarnos de ella.

El masaje para trabajar la **rabia** se inicia en el suelo tumbado, en supino, y se hace un repiqueteo con los puños que va desbloqueando la tensión, desde glúteos a piernas, y desde riñones a hombros. Posteriormente, el paciente se tumba en la camilla, boca arriba, y partiendo del ombligo, se van relajando los órganos de fuego, como el hígado y páncreas, así como, los nervios situados en la parte ventral. La mandíbula inferior y superior, así como, las manos son zonas donde se acumula la ira y serán tratadas con especial delicadeza. Si además, durante el masaje, se mezcla el aceite de sésamo orgánico con alguna de las siguientes esencias como ylang ylang, sándalo, geranio, el cliente conseguirá mayor calma y elevará su estado de ánimo y tranquilidad. El masaje finaliza con silencio-meditativo cuando el masajista coloca sus manos en la cabeza del cliente.