

# **INSTITUO HYGIEA**

## **Escuela de masaje antroposófico**

### **Cursos Formación en el Masaje según el Dr. Pressel**

c/ Luis de Toro, 3 Bajo  
Tlf /Fax: 927 418 447  
E-mail: [masaje@institutohygiea.com](mailto:masaje@institutohygiea.com)  
E-10600 Plasencia

#### **EL MASAJE TERAPÉUTICO SEGÚN EL DR. SIMEON PRESSEL**

El Masaje PRESSEL es una medida terapéutica complementaria tanto al tratamiento médico-farmacológico como a otras terapias como la psicoterapia, fisioterapia etc.

El masaje PRESSEL origina un fortalecimiento y activación de las fuerzas curativas propias del organismo; este proceso curativo surge de la musculatura y se extiende al resto de los órganos y sistemas.

Las patologías que hoy predominan, artrosis, infarto, cáncer, diabetes, están relacionadas con endurecimientos, bloqueos funcionales, falta de fluidez y movilidad. También en el ámbito psicológico o anímico los pacientes se encuentran pesados, resignados, bajos de ánimo y con pocas perspectivas para el futuro (depresión, ansiedad). Esta tendencia progresiva al endurecimiento del organismo humano se concretiza especialmente en la musculatura del cuerpo que se endurece e impide el fluir de las corrientes vitales.

Una musculatura caliente, suelta, libre de dolor, elástica y con buen riego sanguíneo es la base para la salud y la sanación de todas las regiones orgánicas y también para la recuperación de una vida anímica saludable (alegría de vivir).

Con el masaje según el Dr. Pressel se va modelando la musculatura, impregnando una actividad al músculo rígido y endurecido que promueve en él de nuevo fluidez y elasticidad activando de esta manera las corrientes vitales estancadas.

Los masajes tienen un efecto profundo y van disolviendo los impedimentos de los flujos vitales; al principio son más bien suaves y sirven a la percepción diagnóstica, más tarde son más enérgicos encontrándose con el dolor, liberando poco a poco las fuerzas congeladas, creando desniveles y flujos. Durante la noche siguiente cuando el organismo está liberado de las influencias del día, se potencia el efecto del masaje.

Como todos los órganos están relacionados entre sí por la circulación sanguínea y el sistema nervioso, la corriente liberada por una serie de masajes alcanza a todos los órganos del metabolismo,

de la región cardíaco-respiratoria y del sistema neuro-sensorial y al final, alcanza a la misma individualidad, al yo del paciente.

Junto con la revivificación de los flujos y la disolución de los bloqueos desaparece el dolor y se sanan las funciones orgánicas. Hace falta perseverancia y paciencia. La voluntad del paciente despierta, a través del trabajo en profundidad con la musculatura y empieza a colaborar en su recuperación. Ya con el primer masaje el paciente se ve movido de forma global. Esto se refleja hasta en su personalidad: su mirada más libre y abierta y la expresión de la cara más positiva y hasta alegre muestran el efecto hasta en su personalidad.

Las indicaciones abarcan un espectro amplísimo:

Enfermedades crónicas del metabolismo (gota, diabetes, colesterol), enfermedades del corazón y del aparato respiratorio, enfermedades nerviosas y psíquicas, alergias, debilidad del sistema inmunológico, enfermedades del sistema motor - todas ellas figuran desde hace más de 50 años entre los objetivos del masaje terapéutico según el Dr. Pressel.

Las pocas contraindicaciones son conocidas por el médico y el masajista.

Como medida preventiva, este masaje, aplicado regularmente, ayuda a llevar la reconciliación y nuevos impulsos a comunidades sociales, terapéuticas y pedagógicas: Se equilibran los contrastes y se vuelve a despertar la tolerancia, la veracidad y el amor a los hombres posibilitando así la solución de problemas y la realización de tareas en común.

¿Y porqué este masaje hace tanto bien a los niños que una y otra vez lo piden? Los niños sienten la armonía y la belleza unidas al amor que penetra en su cuerpo aun receptivo de forma adecuada a su naturaleza infantil. En las ciudades están normalmente expuestos a múltiples agresiones como por ejemplo a la fealdad y brutalidad de la publicidad, a un sin fin de actos desamorosos entre las personas adultas, amenazas y peligros de todo tipo. Si reciben masajes regulares, todos estos daños no se fijan en los tejidos ni en el alma.

Los jóvenes están especialmente necesitados. Están a la merced de la tormenta de nuevas fuerzas, lo que supone un enorme esfuerzo tanto para ellos mismos como para la familia y los educadores. El masaje puede actuar aquí aportando orden, claridad y reconciliación -¡hasta vuelven las ganas de aprender!.

Quien esté dispuesto a soltar lo viejo y a abrirse a nuevos impulsos va a emprender este camino terapéutico con creciente ánimo y alegría.

Como un regalo del destino que responde a la amplia problemática de nuestro tiempo se entregó este masaje terapéutico a través del médico Simeon Pressel (1905-1980) a la corriente de la futura medicina e higiene<sup>1</sup>.

Recomendamos el libro del Dr. Pressel "Movimiento y Terapia", tomo I y II. Ediciones Pau de Damac, Barcelona. Donde se recopilan sus experiencias de médico y masajista.

## **Formación de Masaje Pressel.**

El objetivo de la formación es la adquisición por parte del participante de los conocimientos y capacidades prácticas y

---

<sup>1</sup> Esta descripción se la debemos a la médico Gretl Stritzel (Alemania), colaboradora del Dr. Pressel durante muchos años.

terapéuticas necesarias para ejercer la profesión de masajista Pressel. En los diferentes cursos que comprende la formación se desarrollarán las siguientes áreas:

- *Conocimientos de las fuerzas curativas propias del organismo según la imagen del hombre de la Antroposofía.*
- *Conocimientos científicos suficientes de medicina, psicología y patología orientados desde la medicina antroposófica.*
- *Prácticas con Euritmia higiénica y DIBUJO DE FORMAS.*
- *Talleres prácticos con el masaje.*
- *Indicaciones terapéuticas del Masaje Pressel.*

La formación completa se desarrolla en 3 etapas de un año de duración cada una. El curso “etapa” consta de 3 encuentros al año mas los periodos de estudio propio y prácticas del aspirante en los intervalos entre los encuentros.

**I. Curso de introducción.** Este curso tiene como finalidad que el participante conozca el masaje Pressel tanto en su vertiente conceptual como práctica. Durante este curso de introducción el participante tiene la oportunidad de recibir:

- *Conocimientos de la imagen pluridimensional del hombre según la Antroposofía:*
  - Anabolismo/Catabolismo.*
  - Tipologías constitucionales/ Los 4 Temperamentos.*
  - El organismo muscular. Las 7 cualidades planetarias.*
  - La columna vertebral. Los 12 aspectos zodiacales.*
- *Recibir y practicar el Masaje*
- *Actividad artística con Euritmia.*

En este primer curso podrán participar los profesionales de la terapia y todos los interesados en conocer y experimentar este tipo de masaje.

En los intervalos de tiempo entre los encuentros los participantes tendrán la oportunidad de recibir y practicar el masaje con masajistas ya formados en una forma y frecuencia que se establecerá particularmente. También recibirán las

necesarias referencias bibliográficas para continuar profundizando y ampliando los conocimientos recibidos en los encuentros. En este tiempo el aspirante es requerido en su trabajo propio (tanto de estudio como de práctica).

**II. Curso higiénico o de preparación.** Durante este periodo el aspirante tiene que adquirir la preparación necesaria para ejercitar el masaje de forma higiénica, es decir, en personas que no presenten patologías graves. Los conocimientos que se imparten en este curso giran en torno a los siguientes temas.

- *Los 4 órganos cardinales. El corazón como órgano arquetípico.*
- *Los siete procesos de vida.*
- *Los diferentes periodos de la vida, en septenios: aspectos biológicos, anímicos y espirituales de los diferentes fases del desarrollo.*
- *Predisposiciones patológicas constitucionales: Histeria/Neurastenia.*
- *Recibir y perfeccionar la práctica del masaje en su carácter general de piernas y espaldas.*
- *Actividad artística con euritmia.*

Este segundo curso es accesible a todos los interesados que hayan realizado el primer curso.

En los intervalos de tiempo entre los encuentros los participantes tendrán la oportunidad de recibir y practicar el masaje con masajistas experimentados en una forma y frecuencia que se establecerá particularmente. Además el aspirante en este segundo curso es requerido a dar masajes a personas de su entorno (familia, amigos, conocidos, vecinos,...). En cada encuentro presentará por escrito y ante los docentes un resumen de las observaciones y del trabajo realizado. También recibirá las necesarias referencias bibliográficas para continuar profundizando y ampliando los conocimientos recibidos en los encuentros.

**III. Curso terapéutico.** Los conocimientos y las habilidades logradas con el masaje en los cursos anteriores deben desarrollarse en este curso hasta el punto de que el aspirante adquiera la cualificación profesional necesaria para poder trabajar con pacientes. Consecuentemente se ofrecen en este curso los siguientes conocimientos:

- *Tipos de enfermedades en la medicina antroposófica: Esclerosis/neurastenia, tumor/depresión , alergia/histeria, inflamación/delirio.*
- *Características de las enfermedades crónicas, perfil del enfermo crónico.*
- *Características de las enfermedades psicosomáticas. Perfil del enfermo psicosomático.*
- *Recibir y seguir perfeccionando la práctica del masaje de piernas y espalda.*

En el tercer curso participarán aquellos que ya hayan realizado los dos cursos anteriores. Dada la proyección profesional-terapéutica que otorga este curso se requiere que los participantes tengan alguna formación sanitaria previa, o que estén avalados por algún centro médico, consultorio u hospital preferiblemente de orientación antroposófica.

En los intervalos de tiempo entre los 3 encuentros los participantes tendrán la oportunidad de recibir y practicar el masaje con masajistas ya experimentados en una forma y frecuencia que se establecerá particularmente. Además el aspirante en este tercer curso es requerido a dar masajes a pacientes con supervisión de un médico, preferiblemente de orientación antroposófica, intercambiando sus experiencias con masajistas experimentados. En cada encuentro presentará por

**La escuela de masaje del Instituto Hygiea** ofrece cursos de formación sobre Masaje Pressel.

El objetivo de estos cursos es la formación de profesionales de la terapia en el Masaje Pressel.

escrito y ante los docentes un resumen de las observaciones y del trabajo realizado. También recibirá las necesarias referencias bibliográficas para continuar profundizando y ampliando los conocimientos recibidos en los encuentros.

Al finalizar el 3º año el aspirante presentará una memoria donde reflejará el caso de un paciente tratado y un trabajo teórico cuyo tema haya sido propuesto por los docentes. El aspirante obtendrá un certificado-diploma de su trayectoria una vez realizados los 3 cursos.

**Cursos de perfeccionamiento.** Una vez logradas las capacidades terapéuticas profesionales durante los 3 años de formación se organizarán cursos de perfeccionamiento y formación continuada. Los objetivos de estos cursos son:

- *Ampliación y profundización de ciertos temas relacionados con el masaje Pressel. Entre otros: Los 12 aspectos zodiacales, enfermedad y destino, vida después de la muerte, relación terapeuta-paciente.*
- *Intercambio de casos clínicos, experiencias, sesiones clínicas.*
- *Investigación y preguntas relacionada con el masaje Pressel.*
- *Promover la relación social entre los colegas masajistas. Este aspecto pondrá las bases en el futuro para constituir una Asociación de Masaje Pressel en España que tendrá como tarea la promoción y desarrollo de este impulso terapéutico en España, intentando al mismo tiempo un reconocimiento tanto en el ámbito legal y público como ante la Sección Médica del Goetheanum, sede de la Universidad libre de Ciencia del Espíritu.*

La formación completa comprende 3 cursos, cada uno de un año de duración. Cada año tienen lugar 3 encuentros de 5 a 6 días donde se

practicarán y se recibirán los conocimientos necesarios sobre este masaje. También la euritmia higiénica y el dibujo forma parte de la formación como actividad artística.

En los intervalos de tiempo entre los encuentros los aspirantes tendrán la oportunidad de practicar este masaje con masajistas ya formados.

Cada curso requiere una contribución económica de ¿? Euros por encuentro. La forma de pago puede realizarse mensualmente o trimestralmente.

Al finalizar el 3º año el aspirante obtendrá un certificado-diploma.

- Interés por la imagen del hombre que ofrece la Antroposofía.
- Un estado de salud adecuado a las exigencias de la práctica del masaje.

#### Requisitos para la inscripción:

- Presentación por carta con antecedentes profesionales y motivaciones para aprender este masaje. (Las cartas se enviarán a la dirección del Centro)
- Entrevista con los docentes.

Para más información dirigirse a:

Frauke Elsner

c/ Luis de Toro, 3 Bajo

E-10600 Plasencia

Tlf/Fax: 927 418 447

terapeuta y paciente. Aun hoy día, el mismo hecho de darse la mano al encontrarse dos personas recuerda la importancia de este primer contacto.

En el masaje Pressel los movimientos, fricciones y demás maniobras se integran en una composición plástico - rítmica que se basa en los conocimientos del hombre ampliados por la Antroposofía.

Su objetivo terapéutico principal, más allá del efecto local, es la activación y el fortalecimiento de las funciones del sistema rítmico, fuente primordial de las fuerzas sanadoras del organismo humano. Este objetivo se logra por la alternancia entre el masaje de brazos/espalda (de carácter más fluido y rítmico) y el masaje de piernas/ zona lumbar (de carácter más modelado y preciso).

#### Requisitos Generales:

- Ser mayor de 25 años.
- Formación sanitaria previa (médicos auxiliar de clínica, enfermeras, fisioterapeutas, psicólogos, etc.)
- En su aplicación higiénica pueden participar maestros, pedagogos curativos, u otros interesados.

El masaje es una terapia conocida y practicada desde la antigüedad, es por lo tanto uno de los instrumentos terapéuticos más elementales y conocidos en la medicina de todos los tiempos.

La utilización de las manos en el Masaje revela el gesto terapéutico primordial de toda relación entre