

Алексей Дюдюкин

# Искусство прикосновений

О массаже...



16+

Алексей Дюдюкин

**Искусство прикосновений**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

**Дюдюкин А. В.**

Искусство прикосновений / А. В. Дюдюкин — «ЛитРес:  
Самиздат», 2019

Массаж - это творчество. Прикосновения - это искусство. Книга о том, как через прикосновения передавать свои эмоции, чтобы через одно лишь прикосновение человек мог почувствовать твой внутренний мир.

© Дюдюкин А. В., 2019  
© ЛитРес: Самиздат, 2019

# Содержание

Пролог	5
Творчество	6
Ритм массажа	8
Магия прикосновения	9
Отношение к клиенту	11
Первый клиент	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

## Пролог

Так как люди всегда делятся на два типа, то книгу я разделил тоже на две части. В первой части я просто подробно перевел на бумагу мою устную речь со своих учебных семинаров по массажу, где не рассказывается о технике массажа или о приемах, там говорится о самых базовых и фундаментальных вещах, с которыми нужно подходить к любой профессии, здесь говорится о раскрытии своего творческого потенциала. Ведь, чем бы ты ни занимался, это можно делать творчески.

Первая часть будет полезна не только массажистам, но и всем мастерам beauty– индустрии, да и вообще для любых специальностей, просто маловероятно, что книга попадет в руки не смежных профессий.

Вторая часть написана обычным методичным языком о нескольких наиболее распространенных видах массажа для приверженцев строгих правил, у кого творчество ассоциируется только с музыкой, живописью, писателями и прочими направлениями. Чтобы при прочтении одной главы из первой части, они не пошли сразу растапливать баню моей книгой.

Почему именно эти виды массажей я затронул? Наверное, потому-что нет смысла писать обо всех существующих видах массажа, так можно и на 1500 страниц книгу написать, главное то, что как массаж не назови, а принцип всегда будет одинаков. Есть наивысшая точка результата, а какой техникой ты ее достигнешь – это уже не так важно.

Книга не была подвержена профессиональной верстке и должной правки, дабы соблюсти дух творчества, принцип спонтанности и не приверженности к заданным стандартам.

Спасибо, с уважением ко всем Алексей Васильевич Дюдюкин

## Творчество

Творчество делает тебя особенным. Нельзя быть особенным массажистом, поваром или бизнесменом, если ты не творец. В противном случае ты будешь просто более конкурентоспособным или менее конкурентоспособным.

Тебя не научат творчески делать массаж в медицинском заведении или на массажных курсах, тебя научат делать его технически, и конечно, это правильно, это жизненно необходимо. Без базовых знаний тебе будет трудно, ты не можешь сразу написать музыкальную симфонию, ты сначала идешь и учишь ноты и гаммы, но гаммы никогда не используются в музыке в чистом виде, в котором они существуют. Если ты будешь играть одними гаммами, то ты не станешь композитором, в этом не будет никакого творчества, ты будешь просто тем, кто все это выучил.

Массажные приемы это тоже, что и гаммы в музыке, они нужны лишь на определенном этапе. Если в работе руководствоваться только техникой, постоянно совершенствоваться в ней, то ты не будешь художником, ты будешь просто технически совершенным исполнителем. Когда ты выучил стихотворный размер, выстроил все слова в рифмы, то это не становится автоматически стихом. Это будут рифмованные слова в правильной последовательности.

Массаж – это не последовательность определенных приемов. Массаж – это исцеление через прикосновения, когда мужчина с заботой прикасается к своей женщине – это тоже массаж.

Ты должен выучить технику и забыть о ней, она не должна мешать тебе, она начинает ограничивать тебя, и со временем ты уже перестаешь выходить за ее рамки. Ты не можешь позволить себе быть спонтанным, импровизировать, пренебрегать правилами и техническими аспектами. Ты становишься заложником, ты боишься отклоняться от нее.

Твое любое действие, будь то массаж или приготовление пищи, написание книги, объятия с любимым человеком, уборка дома, может быть творческим. Неважно, что ты делаешь, не дело наполняется творчеством, а тот подход, тот уровень сознания, с которым ты выполняешь любое дело.

### *Жест*

#### **прикосновения**

Это поистине восхитительный способ общения, как музыкант общается со своим слушателем через музыку. Он выражает свои эмоции, и они передаются оппоненту через колебание звуковых волн и мы это чувствуем, мы чувствуем его эмоции, мы понимаем без слов, что испытывал композитор во время написания симфонии 300 лет назад. Поэтому одна песня нас окрыляет, другая вводит в грусть. И для каждого это разная песня, именно та, которая резонирует с нашим внутренним миром.

Прикосновения – это еще более тонкий и точный способ передачи. Через одно только прикосновение можно почувствовать истинное духовное состояние прикасающегося тебя. Говорят, что глаза не обманывают в глазах не утаить всю правду, прикосновение имеет не меньшую силу. И оно будет отличаться, оно не искажено твоим собственным сознанием, которое пытается подстроиться под внешние факторы.

Одно лишь прикосновение вместо тысячи слов. Дотронувшись единожды, можно передать все богатство, всю красоту внутреннего мира, которую ты не сможешь передать словами, ведь они могут выдавать желаемое за действительное и вообще их могут не так понять. Когда ты говоришь, твои мысли преобразуются в слова и доходят до слушателя, а у него эти слова преобразуются в мысли. Получается слишком много искажений на пути, одному нужно правильно выразить смысл своих мыслей в слова, не исказив их, а второму правильно их понять.

Прикосновение не имеют столько барьеров, они передают всего тебя, даже то, чего ты сам о себе не знаешь.

Массаж позволяет раскрыть внутренний мир для тебя самого.

## Ритм массажа

Один из самых ключевых моментов, неважно какой массаж, будь он тайским, испанским лимфодренажным или классическим – это его ритмика. Любой массаж должен быть ритмичным, любые прикосновения должны быть ритмичными. Абсолютно все в мире существует во времени, все имеет свое колебание: я говорю, идет колебание волн, и вы слышите меня. Музыка играет – это колебание волн, если музыка не ритмична, то не надо быть музыкальным критиком, чтобы понять, что играет какая то лажа. Это заметно не вооруженным взглядом. Все имеет пульсацию: дыхание (вдыхаешь – выдыхаешь), морские волны, они накатывают на берег и уходят вновь в море.

Что будет если эту пульсацию нарушать?

Любовью занимаешься, вы оба в определенном ритме, что произойдет, если каждый задаст свой темп? Получится кто в лес кто по дрова. Раньше на весельных кораблях галерах гребцам задавал ритм специальный человек, там это важно было, как никогда, нельзя допустить, чтобы каждый человек работал веслом в своем темпе. Когда ребенка в колыбельке качаешь, он засыпает, убаюкивается. Потому что ритмично, нежно, плавно, если резко толкнуть сильно колыбельку и сбить ритм, неужели он не проснется? Тот же принцип и в массаже, порой смотришь, как люди работают, то тут они растирают, то через секунду уже толкают в одну в другую сторону, клиент делает вдох, грудная клетка поднимается и в это время мастер ему начинает на нее надавливать, сбивая ритм дыхания. Видимо, выражение «мять как тесто» они восприняли буквально и совсем не учитывают ощущения клиента.

Если сбалансировать все движения по принципу синусоиды, где верхняя точка на графике будет сильное прикосновение, а нижняя точка слабым, то мы получим волнообразные прикосновения во время массажа с поочередным сильным и слабым нажатием. В таком случае качество любого массажа возрастет в разы. Но не нужно это превращать в монотонные движения, должны быть скачки, как волны в море, они ритмичны, но их размер всегда разный. Так и прикосновения должны накатывать подобно волнам, стихии, штиль сменяется штормом.

Один из самых страшных комплиментов для меня было бы услышать: «Мне делали массаж лица, хороший массажист был – у него такие жесткие пальцы». Для меня важно наоборот, чтобы пальцы были мягкие, будто щупальца осьминога – без костей.

## Магия прикосновения

Это равноценно относиться, как к мужчинам, так и к женщинам, для удобства пишу с позиции мужчины.

Я очень много общался с мужским полом специально на тему прикосновения. Складывается впечатление, что, чтобы быть крутым альфа – самцом достаточно очень быстро и четко залазить в женские трусики, быть грубым, сильным, властным. Безусловно, это неотъемлемые качества сильного мужчины, но вот нежности мало кто признает.

«Телячьи нежности – не для суровых мужиков», в основном слышал я. Десять лет живут муж и жена, а он не может прикоснуться так, чтобы через прикосновение она почувствовала его заботу. Тем самым появляются незакрытые эмоциональные потребности у женщины. Она может и не знать какая потребность, что вызывает тревогу и смятение у нее душе.

Можно говорить тысячи слов, как все хорошо, как ты ее любишь, дарить подарки, а некая эмоциональная потребность так и остается. И ее уже не закрывает, ни интимная близость, она со временем всегда уходит на второй план, ни еда, ни многое другое, но можно лишь раз обнять, прикоснуться к своей половинке так, что она почувствует всю глубину и теплоту твоей души, происходит какая – то магия, происходит исцеление. Через одно лишь прикосновение она может почувствовать твою заботу и любовь, одно лишь прикосновение может дать понять, что все хорошо, что она под надежной защитой. Надо всего – то задать нужное намерение.

Тогда и не получится что «На словах ты Лев Толстой, а на деле и приобнять не можешь»

### Часть 2.

#### Глубина прикосновения

Закрой глаза, прикоснись слегка к человеку, глубина не зависит от силы, глубоко не значит сильно. Намерение влияет на глубину, механически прикосновения всегда одинаковы, но эмоционально они отличаются.

Можно дотронуться случайно, это вызывает нейтральные эмоции, или при рукопожатии два человека испытывают тоже нейтральные эмоции, но при одном и том же действии ладонки могут и вспотеть, смотря какое намерение один вложит в этот жест.

Прикосновение подобно слову. Одно слово может обидеть человека другое обрадовать его. Одно прикосновение может передать заботу, любовь, сексуальность другое агрессию, неприязнь, небрежность. Опять же, тактильно они все одинаковы, разными их делает твое намерение, которое ты задаешь.

Звуковой хлопок, который мы слышим при ударе кнутом, образуется в кончике хлыста, но энергия волны, которая в результате дает этот хлопок, зарождается в начале самого кнута и идет по всей его длине, реализуясь в итоге в звук. Так и чувство заботы реализуется на кончиках пальцев при прикосновении, но зародиться она (забота) должна внутри тебя и проходить от сердца и до самых кончиков.

#### Намерение

Не забываем про намерение! Человек, который пришел, он же искал вас в интернете, выбирал среди многих, он, иначе говоря, попросил тебя о помощи и это честь, что вообще кто-то обратился к тебе за помощью. Это очень дорогого стоит, его уже за это надо любить.

Как я работаю...

Один из самых важных моментов – проникнуться к человеку искренним теплом и любовью, сочувствием и сопереживанием (если он пришел с проблемой). Если это будет искусственно, то это все передается, поддельные эмоции и лезть всегда чувствуются на подсознательном уровне.

Какое задается намерение у человека, который приходит на массаж?

«Кому бы мне заплатить деньги за массаж?»

Он идет с другим намерением – расслабиться, снять боль в пояснице, похудеть, но никак не заплатить деньги!

Если мастер думает:

«О, ко мне записался новый клиент, и я сейчас заработаю с него денег и куплю себе что-нибудь».

Ваши намерения находятся в разных плоскостях, точек соприкосновения очень мало и результат будет обычный. Один просто выполняет свою работу, другой за это платит.

Примерно, когда мужчина и женщина идут на первое свидание и у мужчины намерение завалить ее в горячей страсти, ну понятно куда – в постель, а у женщины просто бесплатно поесть, то от этого свидания ничего хорошего не жди.

Вот если у него серьезные намерения создать семью и у нее такие же, то все будет складываться для обеих сторон очень и очень круто, ну или у обоих соединиться в порыве страсти.

Тоже и в массаже, если есть у вас одинаковые цели, если получится проникнуться намерениями человека, то результат будет вдвойне.

Она хочет помолодеть, ты тоже должен хотеть, чтобы она помолодела, а не думать, как на вырученные деньги купить 3 бутылочки пивка и полкило креветок.

## Отношение к клиенту

Замечал ли ты за собой, что не всегда получается с одинаковым намерением подойти к человеку, который пришел на дешевый массаж, и к человеку, который заплатил свыше прайса? Не будешь ли ты с большим рвением, желая понравиться, делать массаж более статусному клиенту? Будешь ли ты делать массаж с таким же рвением, зная, что это тебе никак не вознаградится материально?

Желание понравиться создает излишнее волнение, оно сковывает. Можно в лепешку расшибиться, а так и не удастся произвести впечатление. Иногда я чувствую, что я настолько выложился, что это был один из лучших моих массажей, а клиент оценивает его: ну так... вроде нормально... или вообще не понравился, может сказать, кому ни будь, что плохо работал. И нельзя расстраиваться по этому поводу. Конечно, клиенту может не понравиться, это его личные ощущения и надо уважать его мнение и не обижаться. В одном он не прав, сказав, что мастер плохо работал, ведь ты выложился и твоя совесть чиста.

Это мне напоминает одно интервью, когда журналист спрашивает главного тренера по хоккею, почему вратарь плохо сыграл в этом матче? На что тренер отвечает: А ты что специалист по вратарям? Как ты определил, что он плохо играл? Я вот считаю, что он играл хорошо.

Как настроиться на одинаковое чувство заботы и любви при дорогом, дешевом или вообще бесплатном массаже, даже когда клиент настроен изначально к тебе не дружелюбно?

Я точно знаю, что любого человека, который ко мне приходит – направляет Бог. Если я просил Бога дать мне работу, то выполняя ее, я думаю, как угодить Богу, а не человеку. И не думать: А, у него дешевые процедуры, пожамкать чуть чуть и ладно. Многим клиентам я говорил, что во время массажа любил тебя больше, чем кто либо. Некоторые воспринимают это в сексуальном плане. Или я говорю на обучении, проявите заботу, любовь и страсть. Это не является сексуальностью. У меня нет плотской потребности или сексуального влечения, Здесь любовь и забота – это проявление искренности чувств.

Это намерение присутствует на протяжении всего массажа, от первого прикосновения до последнего. И, если этот настрой сохраняется, то все техники массажа всевозможные приемы и подходы – вторичны. Это всего лишь инструмент, которым ты работаешь.

Я работаю с таким подходом, и кто-то это принимает, кто-то недопонимает. У меня тоже не в одночасье это появилось. Мне помогла цитата: « А Я говорю вам: любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящих вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас»

Скажите: Почему я должен любить клиента, когда я так старался во время массажа, а ему не понравилось, да и рассказывает всем, что ты плохой мастер?

Прощение – есть высшая форма исцеления.

## Первый клиент

Продолжая о том, что в массаже техника выполнения приемов, или их разнообразное количество, не является главным инструментом, но без достижения целостности тонких тел, возможно, только они и помогут (разнообразии приемов). Как расположить первичного клиента, чтобы он почувствовал себя в своей тарелке? Ведь многие приходят не только с мышечным, но и с эмоциональным напряжением. И если в начале массажа пренебречь эмоциональным состоянием клиента, то результат может быть намного хуже. У клиента всегда будет присутствовать легкое волнение, он не может просто прийти в новую обстановку, где его встречает незнакомый ему человек и расслабиться в сию же секунду. Контроль ситуации – вот что будет испытывать человек.

Я прикасаюсь слегка к человеку, не начиная сразу массаж, почувствовать его тело, насколько оно позволяет мне это сделать, почувствовать его дыхание. Очень важный момент первого контакта, как говорится, у вас никогда не будет второго шанса произвести первое впечатление. Надо понимать, что температура твоих рук и температура тела клиента разные. Какая будет реакция человека, сунув ногу в холодную воду, не зная и не ожидая, что она холодная? Тем более зона плеч, шеи, декольте, это интимная зона и вторгаться в нее резко не стоит.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.