

LAZTAN ARTEKO LASAIA

Kilimak, laztanak eta ferekak erlaxazio terapia bihurtu dituzte Gasteizen

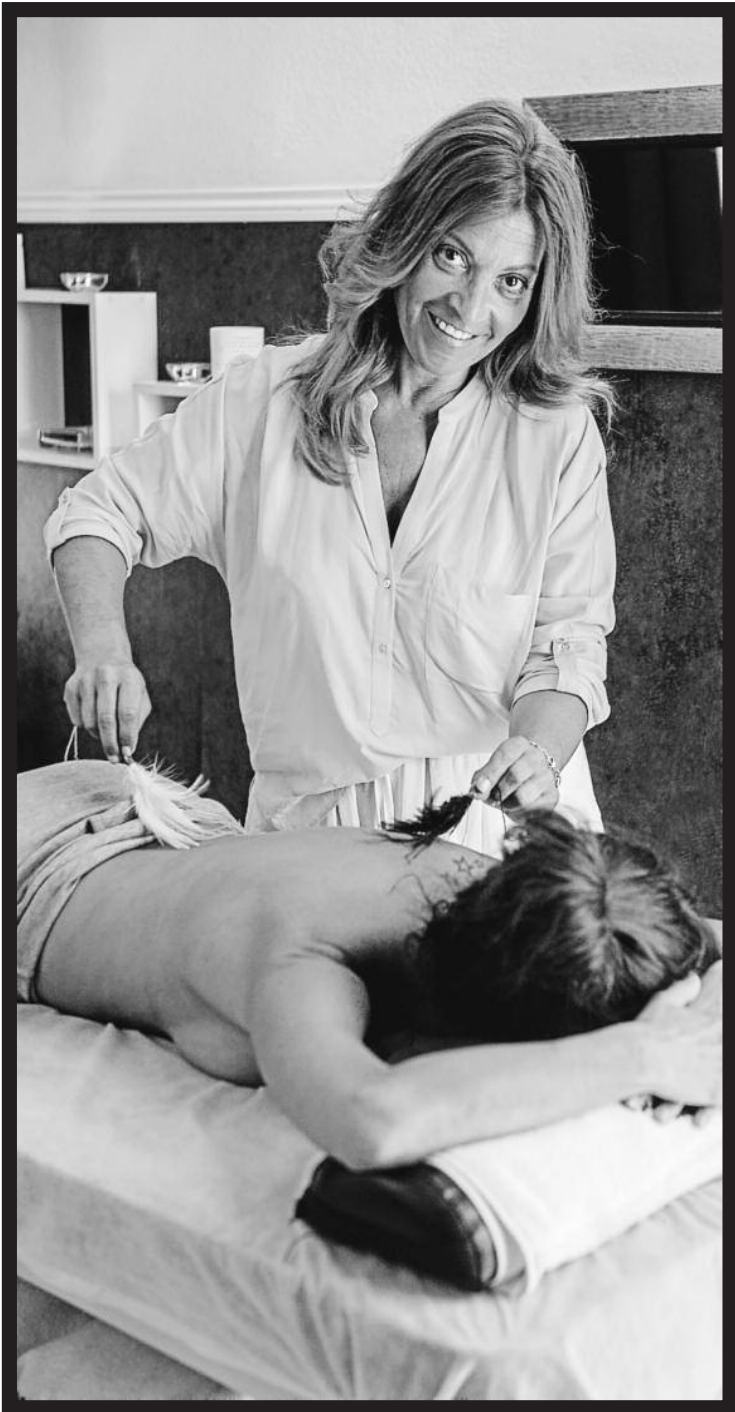
 **JENDARTEA** / Maialen Arratibel Garcia

Duela hiru urte pasatxo ireki ziotuen atea Cosquillearte izeneko terapia zentroak. Gasteizko bihotzean, Florida parkearen magalean egiten du lan Esther Saenz de Argandoña gasteiztarak. «Nork ez ditu kilimak maite?», galdetzen du jostari. Hain zuzen, galdera horren bueltan sortu zen oraindik ere hain ezaguna ez den terapia. «Kilima terapia» deitzen dio berak, baina, azpimarratzen du kilima horiek fereka gisa ulertu behar direla. Ez dira, beraz, bezeroa barrez leherraraziko duten kilimak, baizik eta lasaitasunera bideratutako laztan kateatuak. Munduan ez omen dago antzeko beste lekuri. Saenz de Argandoñaren arabera, kilimetan oinarritutako masajeak ematen dituen «zentro bakarra» da Gasteizkoa. Aurrez, Madrilen irekia zuen beste zentro bat, baina, «arazo pertsonalak» medio, atea itxi behar izan zituen.

Cosquillearte izenak berak ematen ditu pista batzuk. Kilimak emate hori, terapia gisa ulertuta betiere, artetzat du negozioaren jabeak. Saenz de Argandoñak azaltzen duenez, masaje teknika «oso zehatzak» erabiltzen dituzte bezeroak erlaxazio maila altuenera eramatea helburu. Hala, bi atal ezberdin lantzen dituzte laztanen bidez; alderdi fisikoa batetik, eta, bestetik, emozioei lotutakoa. Biak, ordea, aldi berean lantzen dituzte. Finean, gorputz osoko gihar ezberdinetan pilatutako tentsioak askatzen saiatzen da masajista. Berekitasuna, ordea, mina ematen duten puntuak ez ukitzean datza. Nola lortzen da, bada, aipatu tentsioak ezabatzea? Saenz de Argandoña terapeutak dioenez, endorfina izeneko hormona da lasaialdira aldaketa baimentzen duen giltza. Endorfina, haren esanetan, “zoriontasunaren hormona” bezala eza gutzen dute askok.

Eskuak eta besaurreak pertsonaren azalarekin kontaktuan jarritik, burmuina limurtzea lortzen da, honek endorfinak sortitzen. Hala ere, argi utzi du

Eskuak lan tresna eta kilimak lehengai. Horiek besterik ez dituzte behar Cosquillearte izeneko terapia zentroan hurbiltzen denari lasaitasun tarte bat emateko. Gasteizko erdigunean kokatuta, bakarra omen da mundu osoan gisako zerbitzuak eskaintzen. Esther Saenz de Argandoñaren gidaritzapean bete ditu lehen hiru urteak.



Masaje teknika oso zehatzak erabiltzen ditu Esther Saenz de Argandoñak bezeroak erlaxazio maila gorenera irits daitezen. Juanan RUIZ | ARGAZKI PRESS

Cosquillearteko sortzaileak bertan ez dutela norbanakoaren estimulazioa bilatzen, baizik eta erlaxazioa. Horregatik, zin egiten du ez duela oraino inork loak hartu, fereka saioak iraun birtartean. Izan ere, terapiaren xedea ez da bezeroa lo gelditzea, «kontziente dagoela, trantze egoera batean sartzea» baino. «Loaldi kontzientea» deitu dio terapiaren sortzaileak.

Terapia bera eta masajearen teknikak Saenz de Argandoñak sortutakoak dira, beste zenbait masajista eta lagunekin batera. Lau hilabete behar izan zituzten buruan zuten horri forma emateko: «Saioz saio, lortu nahi genuen horretara hurbiltzen joan ginen».

KRISIARI BIZKAR EMAN NAHIAN
«Gogorra». Hala definitu du Esther Saenz de Argandoñak negozioa ireki zuenetik gaur arte egindako bidea. Izan ere, krisi ekonomikoak bete-betean jo zuen garaian otu zitzaion enpresari gasteiztarari Cosquillearte martxan jartzea. Eta dioenez, ez da erraza izan zentroa bizirik mantentzea. Lan horretan, ezinbesteko izan du bere burua ezagutzera eman eta marketin bide ezberdinak jorratzea. Besteak beste, hiriko beste saltoki txiki batzuekin izandako elkarlan saio anitzak nabarmendu ditu. Horiei esker, ohiko bezero ez direnengana iristeko parada izaten duela dio.

Salatu du, ordea, elkarlanean prestatzen dituzten ekitaldiek «sostengu txikia» jaso izan dutela Gasteizko Udalaren aldetik. Nahiko luke espazio publikoak erabiltzea, horretarako «pentsaezinezko» diru kopuruak ordaindu gabe.

«Biziraupena» da etorkizunera begirako erronka nagusia. Horretarako, «orain arteko bideari eustea» besterik ez dagoela onartzen duen arren, Saenz de Argandoñak laguntza handiago eskatzen die udal instituzioei. Antzeko beste zentro bat irekitzea du amets, baina, jakin badaki «diru inbertsio handia» suposatuko liokeela horrek, eta, gaur-gaurkoz, ez du «bideragarririk» ikusten.