



3.

HANDEN ZONDER HAAST

Wat Intuïtieve massage

Waar San Mistral Massage & Beauty-treatments te Amsterdam

Informatie 06-12065307

De computer heeft de mens veel goeds gebracht, maar ook veel fysieke ellende. Mijn rug voelt als een surfplank en mijn schouders en nek alsof ik melkmeisje ben, of havenarbeider, en dat allemaal door wat onschuldige bureau-arbeid. Gesjouw met een dagelijks uitdijende baby (chantagetechniek: til me nú op, anders ga ik huilen), doet de zaak ook geen goed. Ik moet een massage, het liefst zo snel mogelijk. Dus bel ik massagetherapeute San Mistral. Die geeft een 'intuïtieve massage', waarin ze, volgens haar kaartje, naar de plekken in het lichaam gaat die extra aandacht behoeven. "Heb het goed en be happy," besluit San Mistral haar boodschap op de voicemail. Ha, iemand die de ander het beste gunt.

San Mistral houdt praktijk in de Amsterdamse Pijp. En die praktijk is allesbehalve klinisch. Bij binnenkomst geuren aromatische oliën me tegemoet. Het is lekker warm en de massageruimte zelf is verlicht met heel veel kaarsen. Om de massagebank heen staan parafernalia uit verre oorden en tegen de muur een immense, oosters ogende buffetkast met allerhande flesjes van Alquimia, het crème-de-la-

crème-merk voor aromatische oliën.

"Ga lekker liggen, haal diep adem en voel de bank," zegt San bevoedigend. "Je bent nu even geen moeder, vriendin of werknemer, je bent hier alleen voor jezelf." Dat is heel mooi. San dekt me zorgvuldig toe met een enorme, zachte handdoek en begint zachtjes over mijn gezicht te strijken met hemels geurende handen. "Dat is mirre," licht ze toe. "Het maakt je los van de materie en brengt je in de fijnstoffelijke wereld." Precies wat ik nodig heb. Ik zak wat dieper

'JE BENT NU EVEN GEEN MOEDER, VRIENDIN OF WERKNEMER, JE BENT HIER ALLEEN VOOR JEZELF'

weg in de massagebank. Het lijkt wel of mijn rug van de onderkant verwarmd wordt, maar ik lig zo lekker dat ik geen puf heb te vragen hoe dat zit. Ik wist niet dat ik zo moe was...

Dan neemt San mijn schouders en armen onder handen. Dat gaat er af en toe pittig aan toe. Ze duwt met haar vingertoppen diep in mijn schouderkoppes en ademt flink met me mee. "Ben je links-handig?" vraagt ze en passant. "Mmm-mmm," kan ik nog net uitbrengen. Zachtjes bestrijkt ze vervolgens mijn buik, met handen waaruit elke haast verdwenen is. Daarna dekt ze mijn buik weer toe en legt er iets op. Een gong, naar later blijkt. Ze slaat een paar maal op de gong en ik voel de klanken resoneren in mijn buik. Ik weet niet waarvoor het is, maar het voelt heerlijk. San zet de gong nog wat lager en slaat opnieuw – oe, intiem, maar toegegeven, we naderen nu een gebied dat met een baby ook wel wat extra aandacht behoeft.

Mijn voeten komen aan de beurt. Aromatische olie van vetiver moet ervoor zorgen dat ik beter gegrond raak. San voelt wat spanning bij mijn eierstokken, of eigenlijk de reflexzone die met deze jongens correspondeert. Maar, verklaart ze: "Ik ben er niet zo voor om die dingen allemaal te benoemen. Het gaat om het voelen." Ook de massage van mijn benen gaat er stevig aan toe. Aan de buitenkant van mijn dijen hebben zich afvalstoffen opgehoopt (ja, een paar kilo reuzel, denk ik slaperig) en dat is te voelen. Ten slotte is mijn rug aan de beurt. Aan Sans intuïtie mankeert niks, feilloos weet ze mijn pijnlijke onderrug te vinden. Ze drukt, duwt en kneedt en het voelt allemaal even lekker.

Nog dagen na de massage hangt er een soort loomheid om me heen. Mijn rug en schouders zijn veel minder pijnlijk en hard. Ik denk dat ik deze massage tot eerste levensbehoefte bombardeer, want ik wil snel weer terug voor een onderhoudsbeurt. [SK]

