



Qué es *Nuad Boran* o *Nuad Thai*?

El *Nuad Boran*, *Nuad Thai* o Masaje Tradicional Tailandés es una antigua forma de terapia que incorpora entre sus técnicas una mezcla de balanceo rítmico, compresión y estiramientos, los que aplicados en conjunto crean una experiencia única.

En un nivel físico, este trabajo ayuda a reducir las tensiones musculares, estimular la circulación y el metabolismo, mientras que a un nivel energético o espiritual, ayuda a volver a un estado de calma, a recuperar el balance interno y a conseguir una profunda relajación.

La palabra tailandesa *Nuad* significa *tocar con la intención de aliviar o curar*, mientras que *Boran* deriva del vocablo sánscrito *Purana*, el que a su vez puede traducirse como *algo sagrado, antiguo y reverenciado*. En su origen y forma tradicionales, esta forma de tratamiento ha estado ligada estrechamente a la práctica del Budismo como un acto de compasión y a la vez, como una forma de meditación y de celebración de la unidad entre el cuerpo y el espíritu.

Es una técnica terapéutica tradicional muy antigua, que se ha difundido en Occidente solo durante los últimos años a pesar de que se utiliza en el sudeste de Asia a la vez como terapia preventiva, curativa y como complemento para recuperar ese estado natural de sentirse bien desde hace miles de años. Allí forma parte del sistema básico de salud de la población en general y es considerada una modalidad muy satisfactoria de terapia, fácil de aplicar y eficiente tanto en la prevención como en el tratamiento de numerosos estados y afecciones.

Cómo se trabaja en *Nuad Boran*?

En el *Nuad Boran* el terapeuta trabaja de manera acompañada y constante a lo largo de todo el cuerpo del paciente, comenzando por los pies y utilizando alternativamente en distintas zonas presiones de dedos, palmas, codos, antebrazos, pies y rodillas o bien, diversos y variados estiramientos en diferentes posiciones y con distintos grados de intensidad.

Estos estiramientos llevan muchas veces a quien los recibe, a alcanzar posturas similares a las asanas del Yoga, por lo que este tipo de masaje es también conocido como 'Yoga para perezosos'. También la gracia y fluidez de los movimientos del terapeuta hacen que a menudo, esta forma de terapia sea comparada con una especie de danza entre el terapeuta y paciente.

La técnica se ejecuta siempre desde un estado de calma interna y relajación, de manera lenta y acompañada, buscando una conexión profunda y sanadora con el paciente. El trabajo que se realiza con estas presiones, estiramientos y elongaciones produce una gran movilización corporal en quien las recibe, una sensación de energización y bienestar general, liberación de las tensiones, paz mental y armonía interna.



Durante la sesión tanto terapeuta como receptor permanecen vestido con ropas cómodas y naturales. *El Nuad Boran* se realiza en el piso, sobre un colchón grueso o futón, a fin de que el terapeuta pueda ejecutar las diferentes maniobras con comodidad y libertad.

Cuál es el objetivo de la formación que propongo?

La propuesta de Centro Thaizen es brindarte una completa formación profesional basada en la forma tradicional de enseñanza que se utiliza en Tailandia. A lo largo de la formación se estudiarán distintas formas y técnicas de trabajo tradicionales del Masaje Tradicional Tailandés *Nuad Boran*, tanto de los estilos del Norte y como del Sur.

Asimismo la formación incluye toda la información teórica sobre la que se sustenta el trabajo terapéutico del *Nuad Boran*, estudiando los recorridos tradicionales y usos de las diez líneas energéticas *Sen* principales, junto con pautas de diagnóstico tradicional oriental, de lectura corporal e información complementaria sobre la Medicina Tailandesa Tradicional. Todos estos conocimientos capacitarán al estudiante para desempeñarse como profesional al finalizar la carrera.

Durante las clases se describirán con profundidad cada una de las técnicas necesarias, practicando las mismas con sus compañeros en todo momento e intercambiando con ellos y con el instructor sus experiencias, sensaciones y vivencias.

No se requiere experiencia previa para asistir a los cursos. Los mismos están abiertos a toda persona con inquietudes que desee conocer una técnica milenaria muy efectiva y movilizadora que aún hoy se utiliza en los hospitales de Tailandia como parte del sistema de salud.

Programa Detallado

Aquí te detallo el contenido del programa de la formación como Terapeuta de Masaje Tailandés *Nuad Boran*:

Programa - Nivel Básico - 12 módulos (84 horas)

1. Curso Introductorio - 4 módulos (28 horas)

- Introducción al Nuad Boran.
- Orígenes, filosofía y tradición del Nuad Boran.
- Ergonomía, técnicas y posturas básicas de trabajo.
- Sesión completa Boca Arriba / Boca Abajo / Lateral / Sentado



2. Curso Básico - 8 módulos (56 horas)

- Técnicas para trabajo Boca Arriba / Boca Abajo / Lateral / Sentado
- Técnicas para trabajo abdominal.
- Pautas de lectura corporal básica
- Pautas de diagnóstico básica
- Introducción a las Líneas Sen y la teoría de la Medicina Tailandesa
- Reconocimiento de bloqueos y formas de trabajarlos.

Programa - Nivel Intermedio - 6 módulos (42 horas)

- Introducción al sistema de canales tailandeses: las líneas Sen
- Sen Kalathari: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Sumana: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Itha y Pingkhala: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Sahatsarangsi y Thawari: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Ulangka y Lawusang: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Kitchnanna: Recorrido y usos terapéuticos.
- Sen Nanthakrawat: Recorrido y usos terapéuticos.
- Fichas de pacientes y seguimiento de tratamientos.

Programa - Nivel Avanzado - 8 módulos (56 horas)

- Técnicas avanzadas de trabajo con pies.
- Técnicas avanzadas con codos, rodillas y antebrazos.
- Técnicas de desbloqueo articular y paradas de sangre.
- Jap Sen: Digitopuntura Tailandesa
- La medicina Tailandesa: Historia y elementos básicos
- Integración de diagnóstico y trabajo sobre líneas Sen.
- Ética profesional y experiencias de alumnos.
- Exposición e intercambio de ideas sobre casos reales.

Formatos de Cursada y Certificación Profesional

La formación profesional detallada arriba tiene una duración total de 180 horas, divididas en 3 niveles consecutivos correlativos y que se da habitualmente en una cursada de una clase semanal de 2 horas y media.

Alternativamente ofrezco la posibilidad de cursada en formato modular asistiendo a una o dos clases intensivas de 7 horas cada una, una vez al mes. En este opción, la duración total de la



formación profesional variara de acuerdo al formato de dictado y la cantidad de horas mensuales que se desarrollen.

Cada etapa tendra una evaluación teorica y practica parcial. Aquellos estudiantes que hayan cursado la totalidad de las horas requeridas podrán presentarse a un examen teórico y práctico final que les permitirá obtener un Certificado de Curso aprobado.

Los alumnos que hayan hecho una cursada parcial de la propuesta, podran solicitar una contancia que acredite las horas de asistencia acumuladas al moneto de dejar el curso de formación,

No se requiere conocimiento previo para participar de la formación.

La formación incluye la entrega del material de estudio teorico escrito correspondiente a cada una de las jornadas que se dicten.

No estara permitido sacar fotos ni filmaciones de las jornadas. Si se permitira el uso de grabadores para la parte teorica, cuando corresponda.

Los participantes de las clases deben traer ropas comodas y holgada de fibras naturales (no sinteticos ni deportivos). La indumentaria sugeridas es pantalon largo de algodón y remera con mangas del mismo material. Ademas se necesitara una toalla de mano y gel de alcohol o toallitas de limpieza para higiene personal.

Cualquier duda o informacion adicional pueen obtenerla escribiendo a centrothaizen@gmail.com o visitando www.thaizen.com.ar

Por via telefonica, mi telefono de contacto es el +54 11 15 5174 0811