



In oktober jl. ging Cis Everhardt, pitjitmasseur, op reis naar Indonesië om de kunsten van de originele Indonesische Pitjit waar te nemen. Gewapend met een camera en een dagboek ging ze op pad.

Massagezoektocht op Indonesische bodem  
**De ontdekking van de echte**

# *Pitjitmassage*



Tekst: Cis Everhard  
www.pitjit.nl

Het is dinsdag 2 oktober en de transfer van Den Pasar (Bali) naar Ubud levert me een handige gids op: Gus. Hij helpt mij op weg in de zoektocht naar de originele Indonesische massage. De tijd is rijp na 13 jaar praktijk. Camera, film en dagboek zijn mijn bezittingen om verschillende kanten van de traditionele Pitjit (Indonesisch masseren) vast te leggen. De eerste masseur is Pak Agung, een bijzondere man van 45 jaar. Hij woont in Pedjeng, iets boven Ubud in bergachtig gebied. Vanuit zijn Hindoeïstische geloof heelt hij mensen middels rite en massage. Soms is vasten ook aan de orde en ik kan me voorstellen dat een ieder zich laat geruststellen door zijn innemendheid. Hij werkt met drukpunten over het lichaam en masseert de voeten intensief. We rijden naar Negara in west Bali, om daarna over te steken naar Oost Java. Eerst naar de kampong waar Gus woont. De uitnodiging om er te blijven slapen neem ik met beide handen aan.

#### Helende handen

Op Oost Java in Banyuwangi vinden we een Ibu Pitjit (Ibu betekent moeder; een gebruikelijke manier van aanspreken) die goed bekend staat om haar helende handen. Hier wordt veel druk gebruikt en weinig olie. Ibu Komang vraagt niet of er klachten zijn, alleen of je op de buik wil liggen. Even een paar plekjes insmeren met haar home made spierververwarmende minyak (olie). Ze kan zoals alle anderen niet vertellen hoe de heling tot stand komt. De intensieve massage werkwijze van Ibu Komang loopt gelijk met mijn praktische uitvoering, ook het gebruik van keroh (munten) en koppen (vacuümblaasjes) wordt gezien als gadgets en niet als hoofdmoot. Voeten en handen worden maar even gemasseerd.

#### Openheid

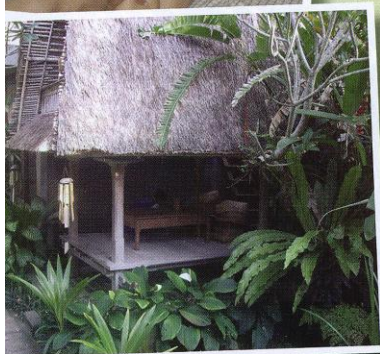
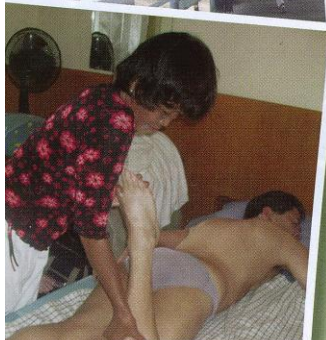
Terug in Denpasar bezoeken we een andere masseuse; Ibu Tris. Het is een hartelijke vrouw met erg veel kracht wat ze met het grootste gemak ten toon spreidt. Het lopen over het lichaam (injak) is een techniek die alleen met kunde gebruikt mag worden. Meegaan met de stroom van gewoontes heeft me veel openheid opgeleverd. Nieuwe methodes die ik mee kan nemen naar mijn workshops. Het voorrecht om als buitenstaander de echte Pitjit van dichtbij te mogen zien is bijzonder. Vooral de uitgebreide buikmassages geven nieuwe inzichten. De armoede maakt echter dat overleven belangrijker wordt dan leven. Dan is het onvermijdelijk dat echte toewijding en delen van dit cultureel erfgoed verloren gaan. Wie houdt zich dan nog bezig met spiritualiteit en de zuiverheid in jezelf?

#### Pittig en hardhandig

Van Denpasar, Ubud, Pedjeng, Negara naar Banyuwangi (Oost Java) en weer terug naar Den Pasar. Op zoek naar Ibu's en Tukang Pitjits (vrij vertaald: 'massageboeren'); de ware masseurs in de kampong. Gus de gids laat zich niet altijd even gewillig lenen als model. Geen wonder. De massages die hij heeft moeten ervaren, zijn behoorlijk pittig tot hardhandig. De behandeling wordt meestal op een oude matras gegeven. Beginnend op de buik. Zonder omhaal wordt de rug met veel kracht 'uitgedrukt'. Geen gebruik van rolletjes onder de voeten. Olie op een klein schotelletje, soms met een stukje sereh (citroengras) erin en Cayuputi voor de hardnekkige blokkades. Gus zijn tenen en vingers worden getrokken en geknakt. De Ibu's schromen niet om de hakken en met volle gewicht boven op de voetzool van Gus te wrikken. Een aantal Ibu's gebruiken een kleine vijzel om de voetzool aan te drukken. De olie en balsem worden zuinig gebruikt, want het is duur.

#### Snel herstel

De Ibu's laten allerlei behandelmethodes zien omtrent verschillende klachten. Ibu Susi woont in de kampong van Sanur. Terwijl Gus op zijn buik ligt, smeert ze wat olie op de schouders. Ze drukt eerst de rug vanuit verschillende hoeken uit en werkt dan met haar duim, zichtbaar diep, langs de ruggraad omhoog. De nek wordt tegelijk meegenomen. De wijsvingers strepen diep van schedelbasis tot ver in de schouders. Ze maakt veel gebruik van duim, handpalm en muis. De armen worden iets opgelicht en van boven naar beneden gemasseerd en de laatste paar streken gaan omhoog. Bijna knijpend werkt ze van kuiten naar bovenbenen. Delen van de handpalm worden stevig gedrukt en halverwege bidt ze tot Allah zodat Gus niet ziek wordt. Dan wordt het hele gebed 'in' de rug geblazen. Bij een flinke verkoudheid, is keroh een goede oplossing. Lekker de rug inbalsemen en dan aan het werk met een oude vooroorlogse munt. Het wordt met veel bezieling gedaan en het bloedrood kleuren van de huid is er getuige van. Gus verklaart elke keer na een behandeling geweldig opgeknappt te zijn om maar vooral niet meer te hoeven liggen. De volgende morgen heeft hij een keelontsteking. Het is niet ongebruikelijk dat na een massage een ziekteproces wordt versneld. Gus herstelt hiervan echter wonderlijk snel.





### *Glaasje jamu*

*Een stoelmassage levert herinneringen uit mijn jeugd op en heel veel herkenning. Ibu Tris komt met een schoteltje olie aan, de kleding moet uit. Andersom op een eetstoel met de armen voor het hoofd gekromd. Het hoofd rust op een guling (rond kussen) tegen de muur. Drie jongetjes lopen nieuwsgierig en gielend om ons heen. Ik vraag ze om iets rustiger te zijn, maar ze doen het zowat in hun broek. De lucht is gevuld van kokosbaksel, rioleringlucht en kreteksigaretten. De massage is pittig en grondig. Rug, schouders en nek worden stevig onder handen genomen. De karig ingesmeerde borst wordt aan beide kanten met veel kracht en lange halen, van binnen naar buiten gemasseerd. Ritmisch wordt de rug als slot geklopt met twee handen in elkaar. Na een glaasje jamu (zelfgemaakte kruidenmix) gedronken te hebben (ik probeer het dapper weg te drinken), omhelzen we elkaar en ik berkati (zegen) haar en het gezin.*

### *Schat aan informatie*

*We rijden kriskras door de kampongs van Den Pasar, elk gat in de weg behoedzaam vermijdend, rakelings langs hoge stoep-randen. We racen de drukke winkelstraten weer in en slaan de weg in naar Sanur. De lucht wordt door vliegers gesierd, harde klanken schallen uit een groot winkelcomplex vermengd met jegog, anklung muziek en discodreun. Als dan ook nog de imam zich laat horen, klinkt het bijna swingend. We komen bij het strand van Sanur, druk bezet met toeristen en handelaars. Ik zie vier massagetafels op rij en zoek een rustig plekje om te kijken. Een toerist wordt door één masseuse gemanicurd terwijl de tweede de gezichtsmassage doet. Onder luid en druk geklets wordt het gezicht met een crème ingesmeerd. Alles wordt maar gedaan om een beetje geld te verdienen. Deze toeristen-pitjit heeft niets van de werkelijke pijn in zich... Gelukkig heb ik de echte vakmensen aan het werk gezien en ga ik naar huis met een schat aan informatie. Indonesië is groot en er valt nog veel meer te ontdekken, de volgende bestemming wordt Sulawesi.*

