



MASAJUL THAILANDEZ

Arta masajului thai consta într-o metodă străveche de echilibrare a corpului ca întreg: trup, minte, spirit. Informațiile exacte și autentice se găsesc și în ziua de azi în templele budiste din Thailanda, inscripționate pe plăci de marmură, în textele străvechi (Tripitaka - Scriptura Budhista), regăsite în memoria celulară a familiilor thai, înțelepciune și înzestrare thai transmisă de-a lungul sutelor de ani din generație în generație.

Modul de viață al thailandezilor, metodele de vindecare au fost întrețesute cu viața spirituală thai, prin budhism. Călugării budiști au dezvoltat o metodă de vindecare prin plante, folosite sub forma de comprese, băi și saune, cu o eficiență extraordinară în detoxifierea trupului și a minții, cu un beneficiu puternic pentru sănătate!

În comunitățile Thai, arta thai menține unitatea familiei, e aplicată de la cel mai mic la cel mai vârstnic. E o dovada de iubire, respect și empatie.

De rașfățul masajului thai se bucură toată familia, de la mici copii, la adulți, vârstnici, inclusiv femeile gravide înainte și după naștere.

Arta masajului și a medicinei thai e o metodă străveche angajată în a combate problemele de sănătate, menține lejeritatea în mișcare și aduce beneficii longevității și calității vieții prin susținerea unui sistem imunitar puternic!

Masajul thai e o armonie între presiunile cu degetele, palmele, coatele, genunchii, ce se fac de-a lungul liniilor energetice ale corpului, îmbinate cu mișcări de stretching. Aceste mișcări stimulează sistemul musculoschetal, ce include articulațiile, oasele, nervi, ligamente.

În tradiția thai pentru vindecarea trup-minte se subliniază teoria blocajelor energetice Sen Sib (calea forței vieții).

Strămoșii spun că blocajele care apar în liniile energetice ale corpului duc spre boli și dezechilibre, recomandată fiind mișcarea fluidă a bioelectricității între creier, sistem nervos și organe.

Blocajele în trup se manifestă sub forma de noduli de tensiune pe mușchi și tendoane, care apar în zona coloanei vertebrale, unde sistemul nervos trimite bioimpulsuri spre trup.

Arta masajului tradițional thai aduce beneficii :

- Sistemului circulator, prin echilibrarea tensiunii crește circulația limfei și reduce inflamațiile
- Sistemului musculoschetal: îmbunătățește reacția musculară, eliberează tensiunea mușchilor și toxinele, susține libertatea de mișcare a articulațiilor
- Sistemului nervos: îmbunătățește activitatea nervilor prin reducerea durerii, crește receptivitatea senzorială și îmbunătățește funcția organelor interne
- Sistemului respirator: crește volumul pulmonar, eliberarea de toxine și susține relaxarea.

Masajul tradițional thai induce o stare de relaxare și de bine generală, detașează corpul de stresul zilnic. Aceste schimbări puternic pozitive pătrund atât în prezent cât și în trecut și susțin eliberarea corpului emoțional de cicatrici vechi!