Наверное, каждый из нас представлял, как симпатичная тайка втирает в тело ароматное масло, а вы при этом лежите среди экзотических цветов и деревьев. Но пора развеять некоторые мифы о тайском массаже. Ведь, как и многие восточные методики, этот вид массажа обладает традиционными корнями.

Наверное, каждый из нас представлял, как симпатичная тайка втирает в тело ароматное масло, а вы при этом лежите среди экзотических цветов и деревьев. Но пора развеять некоторые мифы о тайском массаже. Ведь, как и многие восточные методики, этот вид массажа обладает традиционными корнями.

Тайский массаж подразделяется на королевский и общий в зависимости от используемой техники. Массажисты могут контактировать с телом не только пальцами и ладонями, но также предплечьями, ногами и запястьями. В случае королевского массажа используются лишь руки, и сдержится дистанция. Королевские особы ведь неприкосновенны, не так ли? Вне зависимости от школы массаж начинают с расслабления пациента и снятия напряжения. Затем массажист переходит к основной части. При этом он надавливает, скручивает и растягивает различные участки тела.Техника тайского массажа исключает рывки, резкие движения и тому подобные вещи. Но все равно данная процедура становится стрессом для организма. Ведь в этот процесс вовлекаются суставы, мышцы, кровеносная система и нервные окончания. Чтобы добиться максимального эффекта от массажа, клиент должен находиться в уравновешенном состоянии. Чтобы было удобнее делать массаж, перед процедурой пациенты и мастера одевают свободные одежды, сделанные из хлопчатобумажной ткани. При этом обнажают лишь стопы. Массажисты умеют подобрать ритм дыхания клиента и, благодаря этому делают плавные переходы от одного участка тела к другому.По древней философии тайских массажистов наше тело пронизывается каналами, которые передают жизненные силы. Если управлять данными каналами, то можно управлять нашим самочувствием и состоянием организма. Массаж воздействует на тело так, что разблокирует эти каналы, значительно улучшает подпитку тела энергией. Что касается анатомии процесса, то массажист в процессе работы действует на нервные окончания. Он затрагивает энергетические точки, стимулирует кровоток, воздействует нервную систему, гибкость и подвижность человеческого тела.Кроме экзотики в рамках тайского массажа существует настоящий культ стоп. В Таиланде люди снимают обувь перед тем, как войти в храм или дом. Нельзя выставлять стопу в сторону Будды или своего собеседника. Данная особенность тайцев непосредственно связана с культурой ухода за стопами. Массаж делается с использованием гладкого камня или деревянной палочки. Широко применяются седативные и расслабляющие ароматические масла. Массаж совершенно не изменяет восточной акупунктуре и во многом стимулирует определенные точки. А через низ воздействие идет и на весь организм.