Автор: Whisperrunner
11.09.2010 04:49 -

Происхождение тайского массажа уходит далеко в глубь времен. Тайский массаж относительно молод по сравнению с Туина (китайским) и аюрведическим (индийский) массажами, которые датируются 4000 лет, хотя в его нынешнем виде он практикуется на протяжении почти 1000 лет. Таиланд находится на миграционных путях и торговом перекрестке между Китаем и Индией. Большое количество этнических групп занимали территорию Таиланда на протяжении многих веков, и каждая вносила свои традиции, оказавшие влияние на развитие более поздних культур. В отличие от Туина - китайского массажа, теория и практика которого были полностью подтвержден документально еще 2300 лет назад, тайский массаж передавался от одного поколения к следующему из уст в уста. Первое письменное упоминание, описывающее этот уникальный массаж, было обнаружено сравнительно недавно в буддийском храме Ват Пхо, расположенном в центре Бангкока. Текст был высечен на камне в 1832 году по приказу короля Рамы III.
Тайский традиционный массаж попал под влияние индийских йогических практик, и так же включает в себя китайский массаж, работающий с энергетическими меридианами, хотя это далеко не тот уровень, которым владеют практикующие Туин. По древнему трактату, записанному на языке пали, есть семьдесят две тысячи меридианов или каналов, но современный тайский массаж работает только примерно с десятью из них! Цель тайского массажа - сбалансировать энергию тела, дать ощущение гармонии и умиротворенности, что уже выходит за рамки чисто физического влияния на разум и эмоции. Считается, что идеальный баланс между внутренними энергиями тела приводит к совершенному здоровью. Регулярное получение этого вида массажа приводит к мощному профилактическому воздействию на здоровье, снимая слой за слоем, накопившиеся негативные эмоции. Те, кто получил опыт тайского массажа, могут подтвердить его невероятное воздействие на тело и психику.

До недавнего времени тайский массаж был доступен только практикующим в буддийских храмах монахам, видящих в нем глубокое религиозное и духовное значение. При условии практики в строгом соответствии с установленными религиозными принципами, тайский массаж давал неоценимое влияние, как на учителя, так и на ученика. К сожалению, в наше современное время тайский массаж начал терять духовную составляющую из-за своей коммерциализации.
Технической составляющей массажа есть плавные и ритмичные последовательности неторопливых нажимов и круговых движений, составляющих основу тайского массажа. Их количество и разнообразие удивляет учащихся. На сегодняшний день распространение получили около ста из них! Последовательность действий массажиста наполнена бесконечными нюансами смены темпа и нажатия. Здесь нет никаких резких разрывов или внезапных изменений траекторий - одни движения плавно и гармонично перетекают в другие. Все происходит спокойно и плавно, не нарушая общий поток

массажа.
Тайский массаж является сочетанием методов, одни из которых воздействуют на энергетические каналы, другие на положения тела, часто похожие на асаны, применяемые в йоге. Мануальное воздействие осуществляется с помощью ног, ладоней, пальцев, локтей и колен. Мерным шагом и плавными движениями, которые характерны для тайского массажа, производятся сильное, глубоко проникающее давление на определенные участки тела. Наибольшее воздействие от этого уникального массажа происходит на тех, кто способен расслабиться до степени, при которой они становятся эластичной массой в руках массажиста.
С древних времен практикующий массажист, воздействуя на энергетические каналы, особо много внимания уделяет перемещению энергии в каналах ног, обеспечивающему общий баланс энергий во всем теле. Тем, кто не знаком с теорией тайского массажа, столь продолжительное время такой процедуры может показаться очень долгим и бессмысленным. Но, побывав в руках настоящего мастера, уходят все сомнения в практичности действий массажиста!
Как для подвергающихся массажу, так и для зрителей, самой эффектной частью массажа является растяжка каналов, так напоминающая упражнения йоги. Многие из движений предусматривают тесный, а иногда почти интимный контакт между массажистом и массажируемым. Пред зрителем раскрываются прекрасные формы и симметрия, в последствии испаряющиеся прочь или сливающиеся со следующей последовательностью движений, создавая впечатление хореографической постановки дуэтного танца. Назвать это "дуэтом" не будет преувеличением, так как для получения желаемого эффекта часто необходима точность в совместной работе массажиста и массажируемого.
Все эти невероятные формы и плавные движения, представляющие собой мануальное воздействие, могут быть потенциально опасными и для массажируемого и для массажиста. Чтобы выполнять такой массаж, даже при самом простом уровне, требуется большой опыт, сила и уравновешенность, которые могут быть получены только при длительной и серьезной подготовке под присмотром опытного мастера

.