



Thaise massage

Thaise massage is een van de oudste massage technieken en is al ouder dan 2500 jaar. Er wordt gezegd dat de massage is ontwikkeld door de boeddhistische monniken op het moment dat Gautama Boeddha zelf nog in leven was. Deze monniken gaven alles wat zij wisten over de massage door aan hun studenten, die vertelde het vervolgens aan hun eigen studenten en zo werd het verspreid over het hele oosten.

Spirituele verlichting en harmonie

Thaise massage combineert de filosofieën rond het concept van de Chinese acupunctuur met de rek oefeningen van yoga uit India. Het uiteindelijke doel van de massage is het bereiken van spirituele verlichting en harmonie. Verondersteld wordt dat Thaise massage het lichaam activeert om zichzelf te genezen en bijdraagt aan een betere gezondheid en welzijn.

Herstel van evenwicht

Net als in de meeste oosterse helende praktijken maakt Thaise massage gebruik van drukpunten, wat in Thailand 'sen' wordt genoemd. Beoefenaars van de massage beweren dat er 72.000 'sen' zijn in het lichaam, waarvan 10 met de hoogste prioriteit als het gaat om het doen van Thaise massage. Het toepassen van druk op deze punten zorgt voor een stroom van energie en herstelt het evenwicht in het lichaam.

In termen van de traditionele westerse geneeskunde wordt verondersteld dat de massage voor circulatie van bloed in het lichaam zorgt en van volledige verwijdering van de giftige stoffen die zorgen voor pijn en ziekte aan het lichaam.

Thaise massage wordt gedaan waarbij zowel de gever als de ontvanger van de massage volledig zijn gekleed. De masseur gebruikt geen instrumenten, maar vingers, handen, knieën, benen en voeten. Ze maakt ook gebruik van lichaamsgewicht waarmee er druk wordt uitgeoefend op het lichaam van de ontvanger. De behandeling gebeurt met de ontvanger liggend op de rug op een massage mat.

<http://www.massages4all.nl/massagetechnieken/thaise-massage.html>