

## Китайский массаж

**Точечный массаж** – одно из известных направлений китайской медицины, известных с древних времен. Китайский массаж кардинальным образом отличается от многих других видов массажа, т.к. при этом задействуются не только кожа, связки, суставы и мышцы, но и глубинные энергетические каналы.

Согласно принципам китайской медицины, при «закупорке» этих каналов движение жизненной энергии блокируется, и возникают различные заболевания.

Поэтому основной задачей китайского массажа является воздействие на определенные точки на теле человека, отвечающие за потоки энергии, что позволяет «открыть» каналы и возобновить движение энергии Ци.



### Виды китайского массажа

Существует несколько разновидностей китайского массажа по технике исполнения. Некоторые из них предусматривают надавливание подушечками пальцев, ногтями или ладонями, другие выполняются при помощи специальных приспособлений.

**Скребокковый массаж** (массаж Гуаша) проводится с использованием скребков – небольших пластин различной конфигурации из нефрита, агата, кости, панциря черепахи и других материалов. Воздействие осуществляется ребром пластины. При мягком варианте на кожу предварительно наносится масло, и скребок работает по маслу. Жесткий вариант предусматривает обработку без масла. Движения могут быть медленными или быстрыми, нажим – легким или глубоким,

количество проходов – большее или меньшее. Массаж Гауша применяется практически для всех частей тела – лица, головы, спины, рук, ног.

**Баночный китайский массаж** (вакуумный) предусматривает применение банок для рефлекторного воздействия на кожу, подкожно-жировую клетчатку, нервы, мышцы и биологически активные точки. Банки для массажа представляют собой специальные чаши, изготовленные из бамбука или стекла, для создания вакуума в которых применяется огонь. Данный вид массажа часто сочетается с другими методиками китайской медицины и выполняется на спине, плечах, шее, бедрах, животе.

### **Китайский массаж стоп Дзен**

Согласно трактатам китайской медицины, каждый внутренний орган связан при помощи энергетических каналов с определенными точками на стопах. По состоянию этих зон на ступнях также можно диагностировать некоторые заболевания, – при воздействии на точки, отвечающие за больные органы, появляется боль, жжение, онемение, а также на коже в этих участках могут образовываться уплотнения, трещины и т.д.

При помощи массажа стоп можно избавиться от хронических болей, устранить мышечные спазмы, снять усталость, стрессовое состояние, наладить функционирование пищеварительной системы, печени, нормализовать артериальное давление, избавиться от бессонницы и т.д.

### **Китайский массаж лица Гуаша или ручной**

Массаж лица применяется, в основном, для омоложения и с целью профилактики преждевременного старения кожи. Специальная техника, сочетающая в себе рефлексотерапию и пластический массаж, позволяет не только укрепить лицевые мышцы, улучшить обменные процессы и дыхание кожи, но и активировать глубинные процессы организма, направленные на самоомоложение и самоисцеление. Это способствует выравниванию кожного рельефа, улучшению цвета лица, повышению гладкости и эластичности кожи.

### **Китайский массаж живота**

Массаж живота по технологии китайской медицины при помощи воздействия на биологически активные точки в этой области позволяет:

- восстановить потоки жизненной энергии;
- укрепить мышцы живота;
- нормализовать обменные процессы в организме;
- избавиться от токсинов;
- нормализовать работу органов пищеварения и т.д.

Все это позволяет избавиться от жировых отложений и добиться снижения массы тела, а также оздоровить организм в целом.