

Массаж лица Гуаша

“Ша” – это негативная составляющая, которая согласно древнекитайскому учению, покидает тело пациента после сеанса. Эта энергия выходит наружу, проявляясь на поверхности кожи в виде пятен разной интенсивности окраски. В зависимости от насыщенности цвета оценивают степень необходимости проведения лечения.

“Гуа” – скрести, соскрести. Данная массажная техника подразумевает наличие дополнительных инструментов, используемых в процессе работы. Этим инструментом является скребок Гуаша (по этой причине гуаша также именуют как массаж скребком). В китайских учениях принято считать, что лучше всего нефритовый скребок. Этот минерал, согласно поверьям, лучше остальных справляется с задачей вывода отрицательной энергии. Но, наряду с ним, успешно применяются массажные пластины из таких материалов, как:

- кости крупных животных;
- рога парнокопытных;
- медь;
- оникс;
- сердолик;
- панцирь черепах;
- агат.



Во избежание негативных последствий не следует проводить данную процедуру самостоятельно в домашних условиях. Несмотря на огромное количество фото и видео руководств и инструкций, лучше довериться рукам специалиста.

Существует три метода проведения данного китайского массажа. Различаются они по степени интенсивности и скорости исполнения.

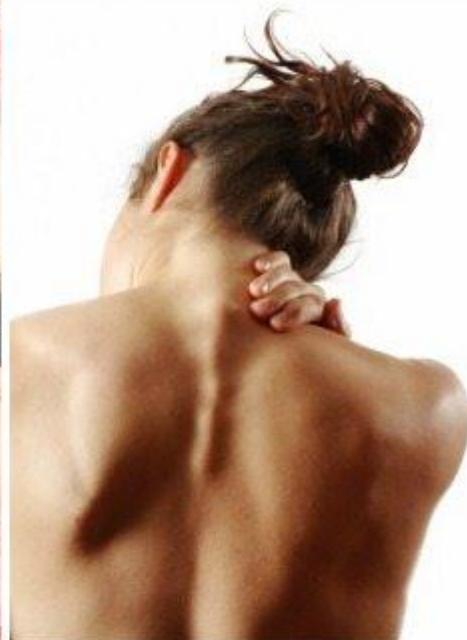
- Се – гуа (высокая скорость, интенсивное проведение).
- Бу – гуа (низкая скорость и наименьшая интенсивность).
- Пинь – бу пинь – се (средняя степень воздействия).

Следует упомянуть о том, что китайский массаж гуаша скребком бывает трех видов:

1. Проводится сугубо в косметологических целях.
2. Проводится с целью профилактики недугов.
3. Проводится как диагностика и непосредственное лечение.

Лицо и шея

Массирование лица протекает с меньшей интенсивностью, при этом скребок гуаша имеет меньший размер. Выполняется как на подготовленную кожу (обработанную специальными маслами или кремами), так и на неподготовленную. Необходимо отметить, что прежде чем делать массаж лица и шеи самой себе, желательно пройти обучение. Это позволит вам добиться желаемых результатов.



Показаниями к проведению этой процедуры на столь чувствительных зонах служат:

- сухая и проблемная кожа;
- наличие акне и угревой сыпи на лице;
- тусклый оттенок лица;
- мигрень и головные боли;
- мимические морщины.

1. Первое, что необходимо сделать, это визуально поделить лоб пополам и сделать 10 движений скребком гуаша от центра к вискам.
2. Такое же количество скребущих движений проводится от пазух носа к вискам. Для удобства и быстроты проведения сеанса, как правило, используется одновременно две массажные пластины.
3. 20 – 25 движений от уголков губ и подбородка до нижней части висков.
4. С наименьшей интенсивностью завершают процедуру движения от кончика носа к верхней губе и от нижней губы к подбородку.

После проведения на лице, массаж скребком продолжают на шее. Он выполняется более интенсивно, но всего в трех направлениях.

1. 30-35 скребущих движений от подбородка до ключиц.
2. 10 – 15 движений по шейным позвонкам (не затрагивая грудной отдел).
3. 25- 30 движений от линии роста волос (сзади) до плеч.

Мочки ушей и крылья носа не следует доверять непрофессиональным массажистам, так как там, согласно китайским учениям, находятся очень важные энергетические точки.

Эффект процедуры гуаша

Улучшение лимфотока и кровообращения, уменьшение отеков и снятие мышечных спазмов, благотворное влияние на центральную нервную систему и улучшение цвета кожи и её состояния – это малая часть того, что происходит с организмом после массажа.



Считается оптимальным ежегодное проведение курса гуаша из 10 процедур. Каждый последующий сеанс проводят после полного исчезновения “пятен Ша”, как правило, это от 3 до 5 дней.

После сеанса массажа необходимо надеть теплую одежду из натуральных тканей и избегать сквозняков. Не принимать душ и ванну в течение 5-6 часов после массажа. Также необходимо не ограничивать потребление жидкостей, так как организм

продолжает свое очищение и ему требуется выводить из организма продукты распада негативной энергии.

Противопоказания к массажу гуаша На российский рынок косметических и массажных услуг, данная процедура вышла не так давно, но всё же успела снискать своих поклонников. Прочитав или услышав положительные отзывы, не спешите испробовать это на себе.

Китайский массаж гуаша, хоть и является отроком народной медицины, но применялся только строго по показаниям. Наряду с этим имеет ряд противопоказаний. Необходимо ознакомиться с этими моментами во избежание неприятных последствий. Проведение сеанса древнекитайского массажа гуаша станет невозможным в случае, если у вас:

- на коже присутствуют раны, крупные ссадины и порезы;
- имеются инфекционные заболевания;
- есть склонность к аллергическим реакциям при воздействии на кожу;
- гипертония и/или аритмия;
- недостаточное количество тромбоцитов в крови (тромбоцитопения);
- беременность на любых сроках и менструация – также повод отказаться от этого массажа.

- В современных странах Азии этот ритуал проводится практически повсеместно в профилактических целях и для поддержания здорового образа жизни. Результат не заставляет себя долго ждать, продолжительность жизни у жителей населяющих эту часть света, значительно выше, чем у европейцев. Относительная простота в исполнении позволяет нам перенимать опыт китайских мастеров и добиваться ощутимых результатов на своей территории.