

# CIEKAWOSTKI O MASAŻU TERAPEUTYCZNYM

Każde pokolenie stworzyło swoje własne rodzaje masażu. Masaż tui-na powstał w Chinach; shiatsu to nowoczesna forma masażu terapeutycznego powstała w XX wieku; indyjskie masaże ajurwedyczne inspirowane były starymi księgami znanymi jako „Wedy”, które stworzono setki lat przed narodzinami Chrystusa.



Z TEGO TEKSTU:

Dowiesz się jakie plemiona korzystały z masażu terapeutycznego

Kiedy masaż terapeutyczny zyskał popularność w USA

Poznasz najciekawsze ciekawostki

## Uzdrowiająca moc starożytnego rytuału

MAŁGORZATA KALBARCZYK-LEONCZUK

Masaż terapeutyczny znany był już w starożytności ze względu na swoje właściwości. W tamtych czasach wierzono, że codzienny rytuał „kładzenia rąk” potrafi uzdrawiać organizm człowieka, bowiem odpowiedni dotyk przynosił ulgę w najgorszym cierpieniu; masaż wpływał na lepsze zdolności umysłowe i przyczyniał się do poprawy ogólnej witalności człowieka.

Niemal automatycznie reagujemy na ból koniecznością natychmiastowego masażu i ucisku obolałego miejsca, a jest to głęboko zakorzenione w naszej psychice. Masowanie i odpowiednie uciskanie miejsca zmienionego chorobowo pozwala na powrót do stanu normalnego oraz ma na celu przekazanie energii za pomocą dotyku, niezbędnej do tego procesu.

Na uwagę zasługuje geneza pochodzenia nazwy masaż, która w języku arabskim oznacza czasownik *mass*, czyli uciskać. Współcześnie istnieje wiele definicji masażu. Niektórzy uważają, że stanowi on naturalną metodę przywrócenia sprawności wybranej części ciała; inni określają go mianem świadomych manipulacji na tkankach miękkich.

“

*Prawdą jest, że pierwsze ludy pierwotne docenili masaż terapeutyczny ponad 5000 lat temu! Korzystali z niego Hindusi, Tajowie, Grecy, Rzymianie, Egipcjanie, Japończycy. Natomiast medyczne zastosowanie masażu terapeutycznego pierwszy raz opisał Hipokrates.*

“

## Masaż terapeutyczny - ciekawostki

- W Sztokholmie w 1813 roku został stworzony Instytut przez Henrika Linga, który promował terapeutyczne zastosowanie masażu, a dokładniej szwedzki masaż i gimnastykę.
- Dwóch braci Charles i George Taylor przyczynili się do upowszechnienia masażu szwedzkiego w Stanach Zjednoczonych.
- W 1894 roku zostało powołane Stowarzyszenie Wykwalifikowanych Masażystek w Wielkiej Brytanii.
- Pierwsze, bardzo zaawansowane techniki masażu terapeutycznego zostały opracowane przez jedną z absolwentek Szkoły Medycznej Uniwersytetu Harvarda – Mary McMillan.
- W latach pięćdziesiątych XX wieku na rynku pojawiły się pierwsze książki o masażu.
- W 1934 roku powstało Amerykańskie Stowarzyszenie Masażystów i Masażystek.
- Na przełomie lat czterdziestych i pięćdziesiątych XX wieku James Cyriax postanowił rozwinąć techniki masażu terapeutycznego i opracował metodę rozcierania poprzecznego.

Masaż terapeutyczny zyskał popularność w Europie i Stanach Zjednoczonych dopiero na początku XIX wieku za sprawą francuskich misjonarzy, którzy bazowali na starożytnych chińskich rękopisach.

