

THAJSKÉ MASÁŽE

Thajská masáž nebyla nikdy pokládána za práci. Masáž byla spirituální praxí úzce spjatou s buddhistickým učením. Ještě donedávna byla vyučována a prováděna pouze v chrámech. Dodnes se nachází v chrámu Wat Pho v Bangkoku jedna z nejvýznamnějších masážních škol v zemi. Provádění masáže bylo v Thajsku po staletí chápáno jako aplikovaná meta, což je v jižním buddhismu běžný pojem pro milující laskavost.

Teoretickým základem thajské masáže je nauka o neviditelných energetických liniích, které procházejí lidským tělem. Vychází z filozofie jógy. Vybrala si deset linií, na nichž leží důležité akupresurní body člověka. Jejich masírováním lze léčit některá onemocnění nebo mírnit bolest.

Thajská masáž se však podstatně liší od švédské neboli klasické masáže, která je u nás nejrozšířenější. Ta se ale omezuje pouze na opracování svalů a měkkých tkání. Při thajské masáži se však uvolňování svalů přikládá až druhotný význam, protože se při ní neopracovává fyzické tělo, ale prostřednictvím energetických linií nebo vyvíjením tlaku je tělo protahováno a natahováno. Přitom se používají cviky, které lze nejlépe opsat pojmem aplikovaná fyzická jóga.

V Thajsku se v současnosti rozlišují dva základní styly "tradiční masáže" známé pod názvy "jižní" a "severní". Obecně řečeno je severní styl mírnější, než jižní. Větší důraz je kladen na opracování nohou a energetických drah, také na rytmus a pomalé, plynulé uvolnění. Jižní styl je více manipulativní, používá rychlejších pohybů.

Jižní styl se vyučuje v již zmíněném chrámu Wat Pho, severní v nemocnici tradiční thajské medicíny nadace Shivago Komarpaj ve městě Chiang Maji.

Thajská masáž se provádí na žíněnce. Masér i klient mají na sobě lehký vzdušný oděv. Délka thajské masáže je jeden až dvě hodiny.