
ВОСТОЧНЫЙ МАССАЖ

Экскурс в историю



Илья Валерьевич Мельников
Восточный массаж.
Экскурс в историю
Серия «Восточный массаж»

Текст предоставлен автором
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3262565

Аннотация

В наше время бурный ритм жизни увеличивает нагрузки на нервную систему. Мышечное бездействие и нервные перегрузки пагубно сказываются на здоровье человека. Повысить физическую активность, снять нервное напряжение помогают занятия физической культурой, спортом, а также массаж. В этой книге вы сможете познакомиться с основными методами восточного массажа, узнать традиционные восточные представления о энергии, а также узнать где применяется восточный массаж.

Содержание

Краткий исторический обзор основных методов восточного массажа	4
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Илья Мельников

Восточный массаж.

Экскурс в историю

Краткий исторический обзор основных методов восточного массажа

Здоровый человек является самой большой ценностью современного общества. Только здоровый человек может полностью раскрыть свои творческие возможности в созидательном труде на благо человечества. Широкая система социально-экономических, гигиенических и лечебно-оздоровительных мероприятий направлена на предупреждение заболеваний и сохранения здоровья населения страны. В числе лечебно-профилактических воздействий на организм здорового человека (диетическое, климатическое, гидротерапевтическое, физиотерапевтическое, медикаментозное и др.) медицина в наше время располагает рефлексотерапией.

Метод рефлексотерапии зародился в глубокой древности около 5 тысяч лет назад на Дальнем Востоке (территории нынешних Китая, Японии, Кореи, Монголии). В процессе по-

знания мира и явлений природы накапливались сведения о полезном и вредном для человека. Древние врачи, наблюдая за работой человеческого организма, отметили определенные системы взаимосвязей.

Открыв и познав существование взаимной зависимости между явлениями природы и их взаимной обусловленности, древние медики предположили, что организм человека живет и действует под влиянием тех же сил, которые господствуют в природе. Человеческий организм рассматривался не как нечто замкнутое в себе и обособленное от окружающего мира, а как сложная система, каждый элемент которой функционально связан со всеми остальными. Они считали, что при каждом заболевании в болезненный процесс вовлекается весь организм и что при изменении функции и деятельности одного органа изменяется функция всех других органов и систем организма.

Древними врачами болезнь рассматривалась как процесс, возникающий в результате нарушения нормальных взаимосвязей и взаимоотношений как в самом организме, так и между организмом и окружающей средой. Считалось, что болезнь является развитием борьбы между силами сопротивления организма и болезнетворной причиной, которая, в свою очередь, может быть внешней (климат, инфекции и др.), внутренней (пища, вода, эмоции и др.) или повреждением (ранения, ожоги). В задачу врача входило помочь организму в этой борьбе.

Со временем были выработаны и сформулированы основные положения, методы и средства лечения древневосточной медицины. Некоторые из них не потеряли своей значимости до наших дней. Так, считалось, что лечение должно быть комплексным и сочетать однонаправленные действия, что лечение не должно быть поспешным, кроме особых случаев, так как необходимо дать природе сделать свое дело, кроме того, лечение должно быть индивидуальным для каждой болезни и для каждого больного.

Для лечения в древней восточной медицине широко применялся массаж. От классического европейского массажа он отличается тем, что используется массажное воздействие на активные точки, а поверхностное, линейное, воздействие осуществляется в зависимости от траектории каналов-меридианов и направления энергии в них. Массаж, который концентрируется на отдельных точках меридианов, называется точечным, массаж вдоль хода меридианов – поверхностным (линейным). Традиционный восточный массаж является комбинацией точечного массажа с приемами поверхностного массажа.

Основу метода восточного точечного массажа, как и иглотерапии составляет учение об активных точках (точках акупунктуры) и энергетических каналах-меридианах. Тысячи лет тому назад медики Востока утверждали, что болезненная энергия внедряется, прежде всего в кожу, через нее – в каналы, затем во внутренние органы, оттуда в виде раз-

личных патологических реакций болезнь вновь «посылает весть» на кожу. Все это осуществляется через активные точки, множество которых расположено на теле человека.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.