

THAI-MASSAGE - „PASSIVES YOGA“

Nach alter Tradition wird das Geben von Thai-Massage als Metta (liebende Güte und Mitgefühl) verstanden. Metta ist wahrscheinlich das wichtigste Element der Thai-Massage. Die Masseurin nimmt dabei eine meditative und konzentrierte Haltung ein, um sich auf die Bedürfnisse der zu behandelnden Person einzufühlen. Thai-Massage findet ihren Ursprung in der indischen Yoga- und Ayurveda-Tradition. Durch die vielen Yoga-Dehnungen wird sie häufig auch als „Passives Yoga“ oder „Thai-Yoga-Massage“ bezeichnet.

Über ein Netzwerk von Energielinien, den Sen-Linien oder Nadis, werden wir mit Prana, (einer vitalen Energie), versorgt. Die Thai-Massage behandelt vorwiegend zehn dieser Linien, um heilsam auf Körper, Seele und Geist zu wirken, Schmerzen zu lindern, Blockaden zu lösen und den Energiefluß zu verbessern. Gezielt werden in der Thai-Massage 108 Marmapunkte (Akupressurpunkte) behandelt. Dazu gehören auch sieben der wichtigsten Chakren (Energiezentren).

Thai-Massage wirkt auf ganzheitlicher Ebene. Verspannungen werden gelöst, Kreislauf, Stoffwechsel und Immunsystem angeregt und die Organfunktionen unterstützt. Stress wird abgebaut und unser Geist kommt zur Ruhe. Harmonie und Gleichgewicht werden spürbar.



THAI-MASSAGE

REIKI - MEDITATION - GEOMANTIE

Claudia Selle

Diplom-Geologin
Traditionelle und spezielle
Thai-Massage
Ayurveda Masseurin (BYVG)

65611 Brechen
(Nähe Limburg / Bad Camberg)
(0 64 38) 92 56 66
info@shanti-sparsh.de
www.shanti-sparsh.de



THAI-MASSAGE

REIKI - MEDITATION - GEOMANTIE



NUAD THAI PAEN BO RARN

Eine komplette Thai-Massage dauert ca. zwei Stunden und umfasst ein weites Feld verschiedener Bereiche:

- Massage von Kopf und Gesicht zur Beruhigung des Geistes und Förderung der Konzentration; sie kann z. B. auch Migräne lindern
- Akupressur der Energie-/Sen-Linien löst Blockaden, fördert den Energiefluss sowie die Durchblutung und den Stoffwechsel
- Gezielte Behandlung von Marma- (Akupressurpunkten) zur Linderung vieler Beschwerden körperlicher oder emotionaler Art
- Dehnung der Muskeln zur Entspannung und Lockerung, hilfreich z. B. bei Rückenschmerzen, Ischias und Hexenschuss
- Streckung der Wirbelsäule und Mobilisierung der Gelenke
- Reflexzonenmassage der Hände und Füße



Die Thai-Massage ist auch während der **Schwangerschaft** aufgrund der vielen Übungen in Seitenlage oder im Sitzen besonders geeignet.

Thai-Massage ist **in jedem Alter** und in jeder körperlichen oder gesundheitlichen Situation möglich. Alle Dehnungen und Anwendungen erfolgen individuell in dem für Sie angenehmen Druck- und Bewegungsbereich.

KLANGMASSAGE



Auf Wunsch kann die Thai-Massage mit einer Klangmassage abgeschlossen werden. Die sanften Vibrationen der Klänge fließen durch die nun geöffneten Energielinien in Ihren Körper.

Alle Methoden ersetzen keine ärztliche, heilpraktische oder psychotherapeutische Behandlung.

AYURVEDISCHE ÖLMASSAGE

Nach Ihrem ayurvedischen Typ (Dosha) werden heilsame Düfte und Öle ausgewählt sowie selbst hergestellte Öle aus heimischen Kräutern ausgewählt und bei der Massage verwendet.

REIKI / LICHTENERGIE

Reiki (= Lebensenergie) wird durch das Auflegen der Hände oder auch mental übertragen. Die Reiki-Anwendung führt zur Tiefenentspannung und aktiviert die Selbstheilungskräfte. Sie wirkt auf körperlicher, emotionaler, geistiger und seelischer Ebene. Der Wirkung dieser Lichtenergie sind keine Grenzen gesetzt.

GRUPPENANGEBOTE

...Gruppentreffen zur **Meditation** und zum spirituellen Austausch

...Visualisierungsübungen zur Auflösung von Ängsten, Blockaden, Süchten und Kontrollbindungen (u.a. nach **Phyllis Krystal**)

...**geomantische** Landschaftserkundungen

