

Рерайт

С давних времен, при болезни, люди пытались облегчить свое состояние при помощи поглаживания и разминания очага боли. Также широко применялось налаживание рук

Целителя. С годами эти техники и навыки изменялись и накапливались, а методы становились

более действенными. Эта система стала называться мануальной терапией и массажем.

Существует мнение, что само слово массаж родилось во Франции и означает «растирать», у

Арабов оно означает «щупать», а евреи перевели его как «ощупывать». Как бы там ни было,

массаж нельзя отнести к какой-либо одной культуре, он был известен повсеместно. В некоторых странах массаж даже считался священным.

На пути к совершенству массажист овладевает личными навыками и методами, которые придают ему свой неповторимый стиль.

Много людей стремятся узнать больше информации о массаже, чтобы потом можно было испытать на себе или подарить близким это полезное для здоровья времяпрепровождение.

Оригинал

Существует большое количество способов лечения, наиболее известным еще с давних времен является воздействие на человека посредством налаживания рук целителя. Более позднее это стало называться мануальной терапией и массажем. С давних времен при недугах люди самостоятельно пользовались разминанием, поглаживанием в области очага боли, чтобы облегчить свои страдания. По мере необходимости стали появляться все новые и новые методы и способы массажа. Опыт становился все больше, появилась определенная система, которая постепенно переходила в качественные методы. Возникали новые взгляды на определенный вид заболевания.

Открытие и разработка массажа не относится к какому-то определенному народу. О нем было известно во всем мире, и везде он носил свой характер исцеления. Есть мнение, что слово массаж появилось во Франции и означает «растирать». У арабов это слово имеет значение, как «щупать», древние евреи переводили это слово как «ощупывать». Как бы там не было, но это является настоящим искусством иногда даже священнодейственным. Массажист во время обучения своему мастерству подбирает для себя приемы и методики, которые ему пришлось по душе – это становится его личным стилем работы, который уже не будет похож на другие. Если человеку удалось овладеть техникой массажа, то он будет стремиться усовершенствовать ее на протяжении всей своей жизни.

Массаж это очень полезное времяпрепровождение, многие люди стремятся узнать о нем как можно больше, а еще лучше испытать это на себе, научиться делать массаж себе и своим близким. Изучая техники и методы можно почерпнуть немало полезной информации даже на профессиональном уровне. Таким образом, можно самостоятельно укрепить свое здоровье, подобрать специальный комплекс упражнений для самого себя, узнать много новых советов от специалистов, что касается ухода за телом. Кроме

ТОГО МОЖНО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ОСНОВАМИ МАССАЖА И
САМОМАССАЖА.