

## Гуаша

Этот скребковый китайский массаж дает великолепный результат. Его название – гуа-ша, переводится, как выскребание плохого. И, действительно, из организма выводятся шлаки, что становится видно уже во время проведения процедуры.

ГуаШа – массаж спины, действие которого появляется практически сразу. Сначала от прилившей крови массируемый участок тела краснее, затем может возникнуть небольшое жжение от растирания. В тех участках тела, где сосредоточен какой-либо патологический процесс, могут появиться, так называемые, пятна «ша». Внешне они напоминают синяки, но на самом деле так проступают на коже результаты процесса выведения из организма токсинов.

По цвету и локализации таких пятен можно сказать, какие зоны в организме нуждаются в особенно внимательном отношении. Именно поэтому китайский массаж спины гуаша называют профилактическим и диагностическим. Основной отличительной особенностью от других видов массажа является техника этого китайского массажа - скребковая.

Важно отметить, что можно делать массаж ГуаШа в домашних условиях самостоятельно. Достаточно базовых навыков и вы сможете оказывать себе локальную помощь.

Пятна «ша» держатся обычно 2-3 дня, после чего бесследно проходят. При выполнении курса массажа ГуаШа спины вы заметите, как раз от раза они появляются всё более бледными и во всё меньшем количестве.

Массаж ГуаШа спины превосходно действует на весь организм

Воздействие сребками и руками на меридианы «цзинло» и акупунктурные точки, расположенные на них способствуют:

- очищению организма и выведению токсинов;
- общему расслаблению;
- улучшению эмоционального состояния;
- нормализации обмена веществ;
- стимуляции функции лёгких;
- улучшению кровоснабжения внутренних органов.

В результате вы заметите, как:

- повысится ваша жизненная энергия и работоспособность;

- насколько лучше вы станете выглядеть;
- как улучшится ваше самочувствие.