

Ájurvéda, tedy "věda o dlouhém životě" je známá již několik tisíc let, jako starý léčebný systém. V některých zemích je Ájurvéda dokonce uznávána jako samostatný medicínský obor. Ve starých textech této vědy, můžeme nalézt záznamy o léčivých rostlinách, konkrétně jaké vlastnosti tyto rostliny mají - tedy jakým způsobem se dají využít pro léčení. Ačkoliv jsou ájurvédské masáže již velmi staré učení, jejich vývoj se nikdy nezastavil a dodnes se rozšiřuje. Jedním z plodů ájurvédkého vývoje je právě masáž Pinda Svéda. Starým léčitelům se podařilo spojit omlazující účinky sezamového oleje, výživné vlastnosti rýže a kouzlo bylin do jedné dokonalé symfonie tahů - masáže Pinda Svéda.

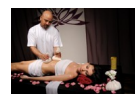


Co se skrývá za pojmem rýžová masáž Pinda Svéda

Hluboce relaxační rýžová masáž je součástí přírodní ájurvédské medicíny a zároveň jednou z nejpoužívanějších omlazujících terapií celého těla. Při rýžové masáži se celé tělo masíruje bylinným olejem a uvařenou rýží, která je zabalená do jemné látky. Vyšší teplota bylinné směsi otevře póry na celém těle a donutí tak tělo k činnosti. Skrz tyto otevřené póry dochází v průběhu celotělové masáže k vylučování jedovatých látek a zplodin látkové výměny. Celkově se dá říct, že používaná speciální bylinná směs dokonale detoxikuje tělo. Živiny z teplé směsi se navíc díky své teplotě dokáží dostat mnohem hlouběji do kůže a svalů, takže masáží odplavíte bolest.

Rýžové překvapení na ájurvédské masáži Pinda Svéda

Při rýžové masáži Pinda Svéda se používají látkové pytlíčky naplněné kvalitní uvařenou rýží, teplým mlékem a bylinkami. Masáž začíná od nohou a pokračuje směrem k srdci, protože masáží končetin se podporuje okysličování krve, která je hodně vzdálená od srdce. Vzhledem k tomu, že se svaly a podkožní tkáň špatně vyrovnávají s nedostatkem kyslíku při nedostatečném prokrvení, pomůže právě rýžová masáž okysličit krev v celém těle a stimulovat tím lymfatický systém. Pro dosažení co nejlepšího ozdravného efektu se teplými váčky přejíždí podél celého těla, zejména pak v místech, která dokáží nejlépe přijímat teplo a energii. Rýžová ájurvédská masáž Pinda Svéda využívá hlavně osvědčenou techniku krouživých pohybů a jemnějšího tlaku na problémových místech. V průběhu masírování se na celém těle tvoří hustá rýžová kaše, která výborně pronikne do kůže a zanechá ji jemnou a vláčnou. Ájurvédská rýžová masáž je zakončena promasírováním zad. Tou dobou je již celé tělo pokryto rýžovým "pudingem", ze kterého se vyprahlá pokožka snaží vstřebat co nejvíce výživných látek. Obdobně jako při medové masáži vaše tělo vstřebává energii a živiny celou pokožkou



Ájurvédská rýžová masáž Pinda Svéda pomáhá k věčnému mládí

Omlazující ájurvédská rýžová masáž Pinda Svéda se provádí bylinnými sáčky namočenými v teplém sezamovém oleji, kterými se pak masíruje celé tělo. Teplý olej pomáhá energii z bylinek a rýže proniknout do kůže a zároveň buňkám zbavit se odpadních látek, čímž také dochází k posilování obranyschopnosti organismu. Ájurvédská rýžová masáž se používá pro povzbuzení činnosti orgánů, pro detoxikaci, při bolestech svalů a kloubů, zlepšuje krevní oběh a zažívání, nádherně zklidní tělo i mysl, zvláčňuje pokožku a omlazuje celé tělo. Aby rýžová masáž Pinda Svéda posílila imunitu celého těla, provádí se minimálně půl hodiny, obvykle však 45-60 minut. Celková délka masáže se vždy liší, neboť každé tělo si vyžaduje jinou péči. Výsledkem příjemného "hloubkového čištění" ájurvédské rýžové masáže Pinda Svéda je sametová, uvolněná a hluboko do pórů vyčištěná pokožka. **Proč se při ájurvédské masáži**

Pinda Svėda masíruje prvė rř?

Rře je znm hlavnė jako jídlo - pro taky ne, kdyř je hlavní potravinou poloviny svėtovė populace. Byla pėstovna v Indii a nė jř pėd více neř 6000 lety, v Evropė se pak objevila kolem roku 1000 nařeho letopočtu. Do Čech se dostala teprve v 16. století ze řpanėlska. Kdyř uř zn lidstvo rř tak dlouho, byl by tėmėř hėřich nezkusit, jak vlastnė působí na nař pokořku z venku. Naře pėedky čekalo velmi milė pėekvapen, kdyř zjistili, ře rře m velmi dobré uinky na nař kři. Díky obsahu minerálních látek (draslík, hořák, zinek) a vitamínů (pėedevřm skupiny B a vitamin E) podporuje rře růst vlasů, nehtů a kře. Výsledek je po rřovė masři Pinda Svėda viditeln prakticky ihned, protoře pokořka se stává pevnėř a elastitėř. Pėi jurvėdskė rřovė masři Pinda Svėda je pouřit istė pėrodnch produktů obzvlřtė dleřitė. Aby se tėlo dokonale uvolnilo a detoxikovalo, nesmí být pėi tomto procesu nijak zatėřovno.

Rřovė masře Pinda Svėda působí jako lėk i prevence

Lėcebne síly jurvėdskė rřovė masře Pinda Svėda **vyuřv napėklad mnoho sportovců**, protoře minerln látky a řiviny z rře proniknou hluboko do svalů. Mnohem rychleji tm ulehčí od bolesti nejen svalů, ale takė kloubů. Masř bývá takė doporučována jako vborn prevence pėed artrózou, protoře lėcebne uinky oleje vyřivuj klouby a chrání je pėed bolestí a ztuhlostí. doporučuje se u svalových kėe, svalových kėe i otocích.

Jurvėdsk rřov masř Pinda Svėda, aneb jak je to s teplotou

Tėlo dokře pėijmout teplo z horkých sek velice rychle, takře po pár minutách masře mřete cítit, jak vstėbvan smėř ztrácí svou teplotu a začíná pėijemnė chladit. Prvė teplo je pėi masři zsadn. Lidem s velmi nzkm tlakem nemusí být ochlazování tėla pėijemnė, proto by mėli vřechny nepėijemnė pocity sdėlit masėrovi, kter pak jurvėdskou rřovou masř Pinda Svėda pėizpsob potėebm jejich tėla. **Jak podpoėit omlazující uinek rřovė**

masře Pinda Svėda

Po jurvėdskė rřovė masři Pinda Svėda se nedoporučuje ihned odcházet, naopak je dobrė si na nėkolik minut odpočnout. Protoře se tėlo prvė zbavilo velkėho mnořstv toxinů, jistė si zaslouř pėijemn relax. Pro tuto pėležitost je pro Vás pėipravena relaxační místnost se skutenė orientln atmosfėrou, lahodnm Tulsi čajem a ovocem, kterou umocnuje pėijemn indick hudba.