

A THAI BÉBI- ÉS GYERMEKMASSZÁZST, mint új lehetőséget, mindenkinek szívből ajánlom! Bárhol és bármikor végezhető, nem kell hozzá semmi. Lehet csinálni ruhában, vagy a nélkül. Ágyon vagy a földön, a szobában tévénézés alatt, a szabadban, vagy akár várakozás közben.

EGYSZÓVAL MINDIG ÉS MINDENKINK HASZNÁLHATÓ SEGÍTSÉG!

Segíti a mozgásfejlődést, minden szervre jótékony hatása van. A test pontjainak masszírozása a belső működés normalizálásában, amely az egész fejlődési folyamatban segít. Ez a szeretetteljes érintés a baba mentális és lelki funkcióit egyaránt segíti.

*„Az érintés hatalmas szókincssel  
bíró nyelv, általa kifejezhető  
mindaz, ami elmondhatatlan,  
hisz az érzés igazi nyelve az érintés.”  
(Ashley Montaque)*

A thai bébi- és gyermekmasszázs, a jó emésztést serkentve hozzájárul a gyorsabb fejlődéshez. Lecsökkenti a stresszt és a nyugtalan állapotot, megnyugtatja a babát. Stimulálja, lenyugtatja a légzőszerveket, csökkenti a köhögést. Felfrissíti a gyermeket, segít megoldani az ágybavizelési problémákat. Megelőzhető a betegségek, vagy ha már kialakultak a problémák, akkor kezelhetjük, azokat e módszer segítségével. Ehhez a TERÁPIA részben, hasznos információkat talál. Több mint masszázs, egy új lehetőség és módszer ahhoz, hogy a gyermekeink jobban fejlődjenek, és alaposabban megismerjük egymást, mélyebb kapcsolatot alakítsunk ki általa.

Baranyi Ágnes



**Az ÁZSIA GYÓGYÍTÓ KINCSEINEK sorozat első könyve**

**A sorozat következő könyve a különleges technikával végzett  
TRADICIONÁLIS THAI LÁBMASSZÁZS lesz**

**BARANYI ÁGNES**

**THAI MASSZÁZS**

**ÁZSIA GYÓGYÍTÓ KINCSEI**

**BÉBI- ÉS**

**GYERMEKMASSZÁZS**



*Bébinaplóval*

BARANYI ÁGNES

**THAI MASSZÁZS**  
**BÉBI- ÉS GYERMEKMASSZÁZS**





Szeretetre vágytam és bajba jutott embereket kaptam, hogy segítsék rajtuk. Erőt kértem, és nehézségeket kaptam, melyeken megedződtem. Bölcsességért fohászokodtam és problémákat kaptam, melyeket megtanultam megoldani. Bátorságot kértem és veszélyeket kaptam, melyeket legyőztem. Sikert óhajtottam, gondolkodó agyat és testi erőt kaptam, hogy dolgozzam. Megtanultam, hogy amikor egy újszülött először szorítja meg parányi öklével az ember ujját, örökre megragadja azt. Semmit nem kaptam, amit kértem, és mindent megkaptam, amire szükségem volt. A gyógyító szeretet ajándékát és energiáját szeretném továbbadni, és megtanítani mindenkinek, a TIBETI LÁMA ÁLDÁSÁVAL! Támogatni ezt, az elemek erejével; hogy legyen mindig VÍZ, hogy ihassunk, legyen mindig LEVEGŐ, hogy lélegezzünk, legyen mindig TŰZ, hogy melegedhessünk, és FÖLD, hogy élhessünk! Legyenek gyermekeink és unokáink, akiket megmasszírozhatunk, és akiknek ezt tovább adhatjuk! Kívánom ezt tiszta szívemből mindenkinek!

Kalsang Lhamo  
ཀལ་སང་ལམ་མོ་

*Baranyi Ágnes*

*Thai masszázs*  
*Bébi- és gyermekmassázs*







## ELŐSZÓ

Amikor első alkalommal jártam Dr. Scheuring Noémi gyermek-gyógyász főorvosnőnél a kórházban, hogy elmondjam neki a tervem, a beszámoló után, mintegy ráérezésképpen az volt az első reakciója, hogy akkor ez a módszer segíthet a bölcsőhalálon és minden szomatikus, lelki eredetű betegségen.

A bölcsőhalál oka máig ismeretlen, nincs semmilyen organikus tünet, az energiaáramlás lezár a szervezetben és a baba örök álamba menekülve elalszik... Akkor megértettem, hogy az életben semmi nem történik véletlenül, mindennek megvan a maga mélyebb oka.

A férjem munkája miatt mentünk Thaiföldre, ahol eleinte nemigen találtam a helyem. Attól kezdve azonban, hogy megismertem és megtanultam a thai masszázstechnikákat, az az életem része lett.

Amikor hazaköltöztünk, kis idő elteltével a thai masszázs itthoni tanítása lett az életem célja. Azt gondolom, Thaiföldre pedig azért vezérelt a sorsom, hogy a kislányunkon megtanulva a thai bébi- és gyermekmasszázszt, ezzel itthon is mindenkit megismertessek.

A tapasztalatok és a visszajelzések arra ösztönöztek, hogy ne csak tanítsam a masszázst, hanem könyv formájában is megírjam, hogy minden szülőhöz és gyermekhez eljuthasson.



## ÖSSZEFOGLALÁS

- 1.** A thai masszázis a teljes emberre hatással van, mély anatómiai és fiziológiai szinten.
- 2.** Általánosságba véve, a thai masszázis a következő testrendszereket aktiválja:
  - A csontváz és izomrendszerünket helyváltoztatáshoz.
  - Az emésztő, légzési, nyirok valamint az ürülék eltávolítási és energia rendszereinket.
  - Az ideg, kiválasztó, endokrin és nemző rendszereinket koordinációhoz, szabályozáshoz és új élethez.
- 3.** A thai masszázis lecsendesíti a testet és az elmét. A hintázó mozgás utánozza a koponyai ritmust, ami visszhangzik minden ízületben és a gerincben. A test kinyújtódik az összehúzódási sémáiból, a test hajlékonysága megnövekszik.
- 4.** A thai masszázis hatással van a perifériás idegrendszerre. Ez a rendszer tartalmazza az érzékelési és mozgató idegeket, koponya és gerinc idegeket.
- 5.** A gerinc idegek a gerincagy kibővítései, amik megkülönböztetik a formákat, és reagálnak enyhe érintésre, fájdalomra és hőmérsékletre. A masszázis ideje alatt az érintés gyógyító jeleket küld ebbe a komplex rendszerbe, kiegyensúlyozva azt.
- 6.** Az energiapontok nyomása javítja a vér- és nyirokkeringést, stimulálja a belső szerveket és serkenti működésüket. Egyensúlyba hozza a test energiarendszerét; a nyújtásokkal kiegészülve pedig oldja az izmok, ízületek merevségét és feszültségét. Növeli a test rugalmasságát, és jótékonyan hat a csontozatra. Masszázs után ruganyosnak érezzük magunkat, könnyebben mozgunk, és megszűnik izmaink merevsége.
- 7.** A feszültségoldó hatás nem csak a testre, de a lélekre is vonatkozik.
- 8.** Ha a gyermek zaklatott, panaszosan sír vagy nyögdécsel, ne akarjuk rögtön megejtetni vagy tisztába tenni, hiszen könnyen megeshet, hogy egészen más baja van. Simogassuk meg, öleljük magadhoz, és ha megnyugodott gyengéden fektessük le és masszírozzuk meg!
- 9.** A felmérések szerint azok a csecsemők, akik szoros testi kontaktusban vannak szüleikkel – azaz gyakran megérintik, szeretgetik, simogatják őket –, jobban és gyorsabb ütemben fejlődnek, mint azon apró társaik, akik csak a legszükségesebb gondoskodást kapják meg környezetüktől.



# TARTALOMJEGYZÉK

Köszönet .....	5
Előszó .....	6
Bemutatkozás .....	7
THAIFÖLD .....	8
WAT PO .....	9
A szertartás .....	11
A lótuszvirág .....	12
A masszázis története .....	13
EURÓPÁBAN .....	13
KELETEN .....	13
A MASSZÁZS NAPJAINKBAN .....	14
Tradicionális thai masszázis .....	15
A THAI MASSZÁZS HAGYOMÁNYA, TÖRTÉNETE .....	15
A THAI MASSZÁZS MŰKÖDÉSMECHANIZMUSA ÉS HATÁSAI .....	18
AZ ENERGIA CSATORNÁK, MERIDIANOK .....	21
Külső tényezők .....	21
Belső tényezők .....	21
A 12 meridián .....	22
Jin és Jang .....	23
Jin meridiánok .....	23
Jang meridiánok .....	23
AZ EMBER ENERGIA RENDSZERE .....	24
Energiatestek .....	24
Csakrák .....	24
Az első csakra (Gyökércsakra) .....	25
A második csakra (Szexcsakra) .....	25
A harmadik csakra (Napfonat csakra) .....	25
A negyedik csakra (Szívcsakra) .....	25
Az ötödik csakra (Torokcsakra) .....	26
A hatodik csakra (Harmadik szem csakra) .....	26
A hetedik csakra (Korona csakra) .....	26





Az energia csatornák thai felfogása: A 10 „Sen”	26
1. Sumana, Nyelvonal (Tongue line)	26
2. Ittha, Bal orrvonal (Left nose line)	26
3. Pingkhala, Jobb orrvonal (Right nose line)	26
4. Kalathari, Kar- és lábvonál (arm and leg line)	27
5. Sahatsarangsi, Bal szemvonál (Left eye line)	27
6. Thawari, Jobbszemvonál (Right eye line)	27
7. Lawusang, Bal fülvonal (Left ear line)	27
8. Ulangka, Jobb fülvonal (Right ear line)	28
9. Nanthakrawat, Kiválasztás vonala (Excretion line)	28
10. Khitchanna, Szexuális energia vonal (Sexual energie line)	28
A THAI MASSZÁZS IRÁNYZATAI	28
A TRADICIONÁLIS THAI MASSZÁZS 6 ALAPELEME	29
1. Meditáció	30
2. Jóga	32
3. Testmozgás	32
4. Reflexológia	32
5. Akupresszúra	33
6. Gyógyító művészet	33
Az öt elem	33
ELLENJAVALLATOK	34
KINEK AJÁNLOTT?	35
THAI MASSZÁZS ISKOLÁK	35
Hol és hogyan lehet tanulni?	35
Hazai oktatás	37
Néhány iskola	38
A thai masszázst végző masszőrrel, szembeni elvárások	38
Testi feltételek	38
Attitűd és pszichés állapot	39
Nyomástechnikák	39
Tanácsok	39
Egy ujjnyomás	39
Páros hüvelykujjnyomás	40
Tenyér	41
Könyök	41
Alkar	41
Talp	41
APÁK ÉS GYERMEKEIK	42
A MASSZÁZS KÜLSŐ KÖRNYEZETE	43
TRADICIONÁLIS THAI MASSZÁZS FAJTÁI	43
Tradicionalis generálmasszázs	43
Olajosmasszázs, aroma olajokkal	43
Aromamasszázs	44
Lábmasszázs	45
Bébi- és gyermekmasszázs	45



Egy kis anatómia .....	47
A GYERMEK TESTE .....	47
A GYERMEK CSONTVÁZA .....	47
A csont szerkezete .....	48
IZMOK .....	49
A NYIROKRENDSZER .....	50
A BELSŐELVÁLASZTÁSÚ RENDSZER .....	50
A VIZELETKIVÁLASZTÓ RENDSZER .....	52
ANATÓMIAI SAJÁTOSSÁGOK FIGYELEMBEVÉTELE A MASSZÍROZÁSKOR ...	52
 Dr. Scheuring Noémi	
A csecsemő- és a gyermekkor sajátosságai .....	53
A FEJLŐDŐ SZERVEZET KÜLSŐ JEGYEINEK VÁLTOZÁSA .....	53
Újszülöttkor (0–4 hetes) .....	53
Csecsemőkor (1 hónap – 1 évig) .....	54
Kisdedkor (1–3 éves) .....	56
Óvodáskor (3–6 éves) .....	56
Iskoláskortól a felnőtté válásig (6–18 éves) .....	57
 A masszírozás művelete .....	59
Instrukciók .....	59
Előírások .....	60
Tipppek .....	60
 Bébi masszázs .....	61
A fej masszírozása .....	62
A fülek masszírozása .....	63
A test masszírozása háton fekvésben .....	63
A nyak masszírozása .....	63
A kar masszírozása .....	64
A kéz masszírozása .....	64
A mellkas masszírozása .....	65
A has masszírozása .....	65
A láb masszírozása .....	66
A talp masszírozása .....	67
A hát masszírozása .....	68



Gyermekmasszázs .....	69
AZ ARC ENERGIA VONALAI .....	69
A fülek masszírozása .....	70
A nyak masszírozása .....	70
A kar masszírozása .....	70
A kéz és az ujjak masszírozása .....	71
MASSZÍROZÁS HÁTON FEKVÉSBEN .....	72
A has masszírozása .....	72
A láb masszírozása .....	73
A lábfej masszírozása .....	74
A talp masszírozása .....	74
MASSZÍROZÁS OLDALT FEKVÉSBEN .....	75
MASSZÍROZÁS HASON FEKVÉSBEN .....	76
A láb masszírozása hason fekvésben .....	76
Olajos bébi- és gyermekmasszázs .....	78
OLAJOK .....	78
A MASSZÍROZÁS MENETE .....	78
Előkészületek .....	78
Az arc és a dekoltázmasszírozás .....	79
A has masszírozása .....	80
A karok masszírozása .....	81
A kéz masszírozása .....	81
A lábfej masszírozása háton fekvésben .....	82
A hát masszírozás .....	84
A láb masszírozása hason fekvésben .....	86
Aromamasszázs vagy herbálmasszázs .....	87
Elkészítése .....	87
Összefoglalás .....	90
Terápia .....	91
TESTTÁJAINK SZIMBOLIKUS ÜZENETEI .....	91
VÉGTAGOK ÉS A TÖRZS FELOSZTÁSA SZERINT .....	91
BETEGSÉGEK ÉS KEZELÉSEK .....	94
A fülek masszírozása .....	94
A kezek masszírozása .....	94
A láb és a talp masszírozása .....	95
Allergia .....	96



Álmatlanság	96
Asztma	97
Ágybavizelés	97
Bőrbetegségek	97
Emésztési problémák	98
Fájdalom sírás	98
Fogzás	98
Fojtó érzés	98
Gyulladás	99
Hányás	99
Hasfájás	100
Hasmenés	100
Hiperaktivitás	101
Köhögés, nátha, hörghurut	101
Köhécselés	101
Kötőhártya-gyulladás	102
Láz	102
Nehéz légzés	102
Székrekedés	102
Orrdugulás	103
Rossz tartás	103
Viszketés	103
Gyermekkori depresszió	103
<b>Tapasztalatok és ajánlások</b>	<b>104</b>
Szabóné Uracs Tímea	104
Saját tapasztalataim a Pető Intézetben	105
Baranyainé, Kati	105
Kőber Bettina	105
Dr. Csomai Zita	106
Komáromi Veronika	106
Lipcsey Magyar Emese	107
Körmendi Andrea	107
Horváth Csilla	108
Balázsne, Kátya	108
Vörös Szilvia	108
Dudásne Csillik Anikó	109
Csáki Aranka	109
Komló Aurél	110
dr. Scheuring Noémi gyermekgyógyász-neonatólógus	110
<b>Bébi könyv</b>	<b>111</b>
<b>Irodalomjegyzék</b>	<b>137</b>

