



Az Ayurvéda több ezer éve hatékony egészségmegelőző és gyógyító filozófiai rendszer. Az Ázsiában honos egyéb gyógyító irányzatok (tibeti, thai, kínai gyógyászat) mind az Ayurvéda elemtanát vették alapul gyógyító rendszerük kidolgozásakor. Nem véletlen, hogy maga a babamasszázs mozdulatai nagyon hasonlítanak minden egyes irányzat esetében, mégis az Ayurvéda mögött meghúzódó filozófia eltér a babaápolás során.

MIBEN REJLIK AZ AYURVÉDIKUS BABAMASSZÁZS EGYEDISÉGE?

Az Ayurvédikus babamasszázs egyénre szabott. Mit jelent ez? Az Ayurvéda tanai szerint az embert és a környezetet is 5 őselem (éter, levegő, tűz, víz, föld) építi fel. Az egyes elemek mindegyike megtalálható minden emberben, így a babákban is, mégis egyik-másik elem dominánsabban is megnyilvánul az ember vérmérsékletében, testalkatában, szervezetének belső működésében. A babamasszázs során megállapítjuk a babában dominánsan működő elemeket, vagy elempárokat és ezekhez mérten választunk a babamasszázshoz olajat. Egy példa: egy zömében levegő-éter típusú kisbaba hiperaktív, izgó-mozgó. Számára lassító hatású olajat választunk. Belátható, hogy egy serkentő hatású olajjal csak olajat öntenénk a tűzre.

Az Ayurvédikus babamasszázs

a hangsúlyt nem a testi masszázusra helyezi

, hanem a baba mentális feltérképezésére. Ezáltal a mama jobban megérti babájának szükségleteit, személyiségét és könnyebben képes megfelelő válaszokat adni babája rezdüléseire.

Fontos a vivőanyag

, a masszázst segítő olajok milyensége. Mindig 100%-os hidegen sajtolt olajokat használunk, melyeket felmelegítve viszünk fel a baba testére. Minden babatípusra más-más olajat használunk, minden babának a testtípusára, mentalitására legmegfelelőbbet. A felmelegített olaj könnyebben leszívárog a baba szöveteibe.

Gyógyító masszázs

azáltal, hogy segít a baba testében ható erőket egyensúlyba hozni. Az egészségi zavarok oka az Ayurvédában az egyes alkotó elemek (5 őselem) túl-, vagy alulműködése a szervezetben, melyek fizikai tünetekhez vezetnek. A megfelelő olaj kiválasztásával jól kezelhetők az így jelentkező egészségügyi zavarok babáknál, pl. felfúvódás, székrekedés, izomgyengeségek, tartásproblémák, bőrküritések, stb.

Testközelség

. Eltérően más babamasszázs irányzatokhoz a babamasszázs az Ayurvédában nem a földön, a mamától elkülönülten történik, hanem a mama combján fektetve. Ennek lényege az, hogy a baba érzi a mama testmelegét, mely a biztonság érzetét kölcsönzi a baba számára.

A babamasszázst kiegészítő ayurvédikus babaápolási nézetek segítik a mamát kialakítani babájának bizalmát, mely a 0-1 éves korig tartó életkori szakasz legnagyobb feladata. Bizalmat nem csak testközelséggel lehet fejleszteni, hanem a babára ható mentális folyamatok megértésével is. A mama központi szerepet játszik a baba nevelésében, így az ő lelki egészsége alappillér babájának kiegyensúlyozott életéhez.

Az ayurvédikus babamasszázs a masszázskezeléseket mindig meleg, úgynevezett lebegtető fürdés

sel zárja. A meleg fürdő vételének több kedvező hatása is van a babára nézve. A lebegtető fürdés a felszabadultság érzetét kelti a babában, a meleg víz teljesen ellazítja a baba izmait, és ami a legfontosabb: a meleg víz hatására kitágulnak a bőr pórusai, így a gyógyhatású olajok azokon keresztül könnyebben leszívárognak a baba testének mélyebb rétegeiben is kifejtik hatásukat.

A babamasszázs így mind a mama, mind a baba számára örömteli foglalkozássá válik. Kettejük bizalmas kapcsolata magával hozza az egész család boldogságát és kiegyensúlyozottságát.

Az Ayurvédikus baba, boldog baba!

Az ayurvédikus babamasszázs egyedisége

Írta: admin

2010. április 13. kedd, 09:22 - Módosítás: 2013. április 06. szombat, 12:56
