



WELLNESS 27. 02. 2017

## Tantrické masáže přináší maximální uvolnění a požitek

**tantrické masáž k uvolnění psychických bloků z vlastního těla Příkladem může být žena po náročném porodu, ze kterého si odnesla jizvy na...**

Klasické masáže jsou známé už přes tisíce let. Umí lidem pomoci od bolesti šíje, zad nebo svalů. Relaxovaného člověka dovedou uvolnit, uklidit a mnohdy také dobít energií. Znáte ale tantrické masáže? Jedná se o smyslné, často až erotické masáže, které vás můžou posunout v chápání vašeho těla, případně vás dokonce zbavit některých komplexů. Jak vlastně tantrické masáže probíhají a co je jejich nezbytnou součástí, se dozvíte v následujícím článku.

Stejně jako klasické masáže jsou i **tantrické masáže** známé tisíce let. Dříve se provozovaly v některých posvátných chrámech nebo k tomu vyhrazených prostorech. O tantrickou masáž se nejčastěji staraly takzvané **bohyně lásky** nebo plodnosti, které jim dodávaly magický rituál. Později se na tantrické masáže v některých kulturách lehce pozapomnělo a na jejich jedinečnost bylo zapomenuto. Díky masovému šíření zapomenutých poznatků a sdělování informací se ale dnes můžeme opět těšit z výjimečných tantrických masáží.

**Tantrická masáž** je kombinací klasických masážních prvků a smyslných doteků, které vycházejí z tantricko- taoistického učení. Jedná se o výměnu energií mezi masírujícím a tím, kdo je masírován. Při tantrické masáži by se člověk měl cítit příjemně a uvědomovat si funkce svého těla. Výsledkem masáže bývá energii nabitý člověk s novou vitalitou, a často také životním elánem.

# K čemu tantrická masáž slouží?

- **tantrické masáž k uvolnění psychických bloků z vlastního těla**

Příkladem může být žena po náročném porodu, ze kterého si odnesla jizvy na těle nebo na duši. Stejně tak může tantrická masáž pomoci ženám, které prožily fyzické či psychické týrání nebo znásilnění. A v neposlední řadě je vhodná pro ženy nebo muže, které nejsou spokojeni se svým tělem a vidí na něm nedostatky.

- **tantrická masáž k absolutnímu uvolnění celého těla**

Při klasické masáži je běžné věnovat se takovým partiím, jako jsou oblasti zad nebo šíje. Dále můžeme narazit na masáže chodidel, nohou nebo celého těla. Žádná masáž se ale nevěnuje ženským a mužským intimním partiím. Tantrická masáž péči o mužské i ženské orgány považuje za normální a při masáži bývá pro tyto doteky vyhrazený prostor.

- **tantrická masáž k získání energie nebo nových vjemů (fyzických i psychických)**

Během tantrické masáže se pracuje s neuvěřitelnou škálou a typy vjemů. Díky tomu masírovaný přestává vnímat čas, stud nebo nejbližší okolí a zaměřuje se pouze na sebe a svoje potřeby. Výsledkem tantrické masáže bývají rozkoše v částech těla, o kterých masírovaní často ani neměli ponětí, že patří mezi jejich erotogenní zóny. Fyzické pocity jdou ale ruku v ruce s příjemnými psychickými pocity, jako je zvyšování sebevědomí, lepší sebedůvěra nebo pocity výjimečnosti a vlastního obdivu.

- **tantrickou masáží člověk získá bližší vztah ke svému tělu a začne ho více vnímat**

Tantrická masáž je velmi vhodná pro všechny, kteří trpí pocity méněcennosti nebo mají snížené sebevědomí. Tantrická masáž dává každému najevo, že je výjimečný a jeho tělo jedinečné a krásné.

O **tantrické masáži** tedy můžeme říct, že je vhodná pro každého. Rozhodně nám nemůže uškodit, naopak jen prospět. Mezi její hlavní výhody patří odplavení stresu a pocity nové síly, radosti a optimismu, které následují bezprostředně po masáži, případně ještě během ní. Další předností je smazání rozdílů mezi masírujícím a masírovaným. Během **tantrické masáže** by se neměly dostavovat žádné pocity studu, viny nebo proudit jakékoliv negativní energie. Masáž také zlepšuje fyzické i psychické zdraví, a to například i v tak vážných případech jako je **léčení deprese**. V neposlední řadě masáž posiluje fyzické i duševní **sebevědomí** a zvyšuje **vyrovnanost**.

## **NÁŠ TIP:**

[Víte, co jsou to trigger points aneb spouštěvé body a jak se jich zbavit?](#)

## Fyzické prožitky z tantrické masáže

Kromě nepopíratelných výhod je **tantrická masáž** známá také pro svůj **sexuální podtext**. Masáž totiž zahrnuje doteky celého těla včetně intimních oblastí, které se v klasické tantrické škole nazývají **joni a lingam**. Pro vysoké erotické kouzlo a sexuální magii se proto tantrické masáže těší u některých lidí velké oblibě. U žen se nejčastěji masíruje oblast vagíny, a to **bod G**, který se stimuluje prsty. U mužů se pak zaměřuje na **masáž mužského pohlavního orgánu a prostaty**. Orgasmus může i nemusí být součástí tantrické masáže, ale rozhodně je vítaným zpestřením nebo zakončením. To, jestli se vyvrcholení dostaví nebo ne, většinou záleží na tom, jak moc se masírovaný cítí uvolněný.

## K tantrické masáži patří svíčky a příjemné vůně

Atmosféra a líbezná smyslná doteky jsou to, co dělá tantrickou masáž tak speciální. Při masáži se střídá několik druhů doteků a tlaků, které mohou být jak jemné, tak i drsnější. Využívá se také objetí, pevné stisky nebo hlazení. Součástí masáže také mohou být nejrůznější použité techniky. Běžné je využití jemných perliček, mokrých osušek a žinek, stejně jako drsnějších kožešinek nebo vzorovaných látek. Během masáže by se masírovaný měl stimulovat jak fyzicky, tak psychicky. Vhodné jsou tedy jak nejrůznější vůně, tak svíčky a orientální hudba, která vhodně dokreslí situaci.

## Na poctivou tantrickou masáž si raději zajděte k profesionálům

Tantrická masáž je velmi specifická. Pokud si tedy zážitek z ní chcete vychutnat naplno, vyrazte k profesionálům. Dnes už po celé České republice najdeme desítky salónů, které se specializují právě na **tantrické masáže**. Masírujícími bývají jak ženy, tak muži a součástí masáží bývá počáteční i finální rozhovor, který zjišťuje očekávání, pocity nebo specifická přání klientů. Salony bývají také běžně vybavené sprchami, takže není problém se před nebo po masáži umýt. Klient si také většinou může zvolit tlumenost osvětlení, typ hudby nebo aromatické vůně. **Tantrické masáže mohou trvat od 2 až do 5 hodin** a je dobré si pro ně vyhradit celý den nebo alespoň jeho část. Dobrým nápadem určitě nebývá přijít na masáž přesně na čas a ve stresu běžet zase zpátky do kanceláře. Tantrickou masáž je potřeba si vychutnat a zážitek umocnit právě časem, který budete mít jen sami pro sebe.

Na závěr už zbývá jen odpovědět na otázku, zda je lepší vyrazit na masáž sám nebo se svým partnerem. Partnerská masáž může do vztahu přinést mnoho nového. Zlepšit může sexuální život, ale také **problémy se sdílenou intimitou** nebo vzájemnými doteky. Na druhou stranu nás ale může ochudit o čistě sobecké pocity, kdy se můžeme věnovat jen sami sobě a nemusíme myslet na druhé. Ať už vyrazíte na tantrickou masáž pro jednu osobu nebo ve dvojici, obě stojí rozhodně za vyzkoušení.