

LE MASSAGE CHINOIS – TUINA -

Le massage **Tui Na** est une spécificité chinoise qui prend en compte les méridiens et les points d'acupuncture du corps, il fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC). Tui Na est un mot signifiant pousser (tui - 推) et saisir (na - 拿), techniques et manœuvres qui, soit dispersent les « blocages énergétiques », tensions et douleurs, soit stimulent ou tonifient l'« énergie ». Il agit sur les zones réflexes pour tonifier et stimuler l'organisme et l'esprit. Son objectif est de faire circuler et rééquilibrer les énergies.

Le TuiNa aurait été créé vers 1300 av. J.-C. au centre de la Chine, dans l'ancienne capitale de Chine, à Luoyang (Henan).

Alain MAURICE

Coach et Praticien en Soins Traditionnels Chinois