

Лечебный массаж против Excel-я

Екатерина Смертина

Прошлая неделя выдалась тяжелой – сплошное планирование и отчетности. Победа над Excel-ем помимо морального удовлетворения оставила после себя тянущую боль в районе загривка, которая появлялась при любой попытке выпрямиться и гордо расправить плечи

Надежда на выходные себя не оправдала. Нет, все прошло, как и было запланировано: я вволю накупалась, наигралась в волейбол... и, похоже, нечаянно доконала свой не привыкший к физическим нагрузкам организм. Теперь уже болят все мышцы!

Мне явно был нужен не просто релаксирующий массаж, а что-то посерьезнее. Посидела, повспоминала и нашла выход – в клинике «Академи» появилась услуга ручного классического массажа. Лично для меня чуткие руки мастера предпочтительнее аппаратных техник, и я решила сначала пройти диагностику и попробовать классический массаж, тем более что диагностика и первые 15 минут массажа – бесплатно.



Массажиста зовут Александр. Почему-то я в первую очередь обращаю внимание не на его руки, а на глаза. Я очень редко такие встречаю – они словно светятся изнутри, излучая доброту, спокойствие и Опыт. Опыт с большой буквы между прочим, более 20 лет.

Я не чувствую смущения или растерянности, я полностью доверяю этому практически незнакомому человеку.

Перед тем как приступить к массажу, нужно определить те места, где меня «защемило-переклинило». Очень аккуратно, сантиметр за сантиметром, Александр исследовал мою поясницу, спину, шею и даже затылок. Удивительно, но мест, в которых я «ойкала», оказалось значительно больше, чем я предполагала.



После диагностики меня посадили в кедровую бочку, чтобы тело прогрелось и расслабилось. Чтобы я не скучала, все 10 минут, пока я парилась, Александр рассказывал мне забавные истории и древние восточные легенды. Не знаю, было ли это специальным пунктом лечебной программы, но я прониклась. Мягкое тепло обволакивает вас со всех сторон, пахнет разогретым кедром, и словно откуда-то издалека доносится спокойный, уверенный мужской голос. Потрясающие ощущения.

Кстати, чуть не забыла: там на стенах штучный кафель с рисунками. Очень забавный.



В конце процедуры Александр показал мне «фокус» – поднес свою ладонь к моей шее, потом к пояснице. Вы не поверите – стало очень тепло, как будто там посветили огоньком от свечки. Наверное, так и бывает, когда веришь в биоэнергетику, а мастер действительно это может. На прощание Александр сказал, что поделился со мной своей энергией. Потом меня укрыли радостно-зеленым махровым полотенцем, и я еще немного полежала.

От себя могу добавить, что лечебный массаж лучше не планировать на утро. Меня предупредили в клинике, что в первый день возможны обострения, так, собственно, со мной и произошло. Целый день просидела на работе, как вареная: ничего не хочется, все болит. Но зато на следующий день чудеса начались с самого утра. Проснулась сама, без будильника, в 6 утра, с четким ощущением, что жизнь прекрасна! Сварила себе настоящий, ароматный кофе вместо привычной быстрорастворимой бурды. Мысли были ясными, светлыми, и все в этот день удавалось мне с какой-то удивительной легкостью.

P.S

Обращаюсь ко всем, кто считает себя здоровым человеком, – лечебный массаж творит чудеса! Лично я уже позвонила в «Академи» и записалась на курс из восьми сеансов.

academīe

Клиника «Академи», ВИЗ, Правобережный квартал, ул. Татищева, 90, тел. 228-14-00, www.TAT90.ru

СТОИМОСТЬ

Диагностика тела и первый сеанс до 15 минут бесплатно. Далее – по вашему желанию. Проблемные зоны от 500 руб. 20–40 минут. Лечебный массаж всего тела 1 500–2 000 руб. 1,5–2 часа. Кедровая бочка входит в процедуру. При оплате курса скидка 15 %.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА