

# Massagem Tântrica na Íntegra, o que é? como se faz? Por Que fazer?

A terapêutica Tântrica é um estilo de massagem que tem como base o Tantra, que é uma filosofia que surgiu em 2.500 a.C., cuja origem nasceu na cultura Drávida, povo que vivia no vale do Rio Indo, onde hoje é conhecido como Paquistão. O Tantra tem como objetivo

despertar a energia Kundalini, que é a energia vital que dá movimento à vida e consequentemente todos os processos energéticos, emocionais, mentais e fisiológicos dos indivíduos. Neotantra é um termo ocidental, usado para se referir a palavra Tantra. O termo refere-se tanto a Nova Era e moderna interpretação ocidental de Tantra Indiano e Budista tradicional.

Esta arte milenar do Oriente é usada para relaxar os órgãos, bem como a mente. Assim que descobrir como desligar a mente nos abrimos para um novo mundo sensual, onde o que sentimos tem precedência sobre a forma como pensamos. Removendo o pensamento lógico permite uma paz celestial para entrar em nosso ser, essa energia pacífica remove o stress negativo de cada parte do corpo. A Massagem Tântrica nos leva em direção à paz, e então libera-nos a um estado de felicidade.

Quando o corpo é alimentado e mimado o espírito também ganha força. Como a Massagem Tântrica transforma a nossa energia sexual em uma força que é positivo, outras áreas de nossas vidas são afetadas de maneira positiva. Quando o corpo for cumprida, a mente faz decisões mais eficientes.

Massagem Tântrica é uma técnica que exerce muita massagem sensual. Quando os receptores do prazer no corpo estão envolvidos, a nossa consciência interior se expande. Nossa satisfação é mais profunda do que antes, compreender e respeitar as necessidades do nosso corpo.

Segundo Mantak Chia, mestre responsável por essa prática esotérica ocidental

a um público moderno, tântrico Massagem envia a mente em hibernação, o espaço criado é o local onde o reparo do corpo e da mente ocorre.

Massagem Tântrica dá poder para o corpo, porque ele entende o ritmo natural que está dentro de cada indivíduo. Nosso self interior e sensualidade atenção anseia. Na primeira temos dificuldade para relaxar e entregar ao prazer, num primeiro momento sentimos que a perda de controle nos tornam fracos. Mas uma profunda força interior emerge quando nós experimentamos a honra e o respeito pela nossa auto stokes Massagem. Interna pode ser feito rapidamente ou lenta, mas em termos de seu efeito, o mais lento, melhor !

A razão para isto é que a resposta natural ao toque do sistema nervoso, é para ver se este é um deleite. Depois de dar tempo para o sistema nervoso para demonstrar que você está em nenhum dano, e em mãos seguras, o verdadeiro relaxamento pode ocorrer.

## Benefícios da massagem Tântrica

A Massagem Tântrica é feita muito lentamente e sensualmente para permitir que você explore os seus sentidos e tornar-se plenamente presente em todo o seu corpo, ele encorpora todos os seus sentidos, de seu senso de audição, olfato, da imaginação, no seu sentido do tato. Um sentimento de êxtase de relaxamento é produzido, o que por sua vez, ajuda a reduzir os efeitos do estresse permitindo a frequência cardíaca e respiração a cair e reduzir a pressão arterial.

O aumento da circulação é outra vantagem da massagem tântrica que permite que mais oxigênio e nutrientes para o corpo todo, bem como estimular a circulação dos fluidos linfáticos, assim, desintoxicar os resíduos do corpo.

Durante a sua Massagem Tântrica outro benefício é que a liberação de

endorfinas é estimulada, o corpo é natural 'feel good' produtos químicos, que permitem uma sensação de bem-estar, alívio da dor e níveis de substâncias químicas estresse como o cortisol e noradrenalina estes são reduzidos, de modo bem como uma satisfação física, a Massagem Tântrica vai deixar a sua mente e o seu espírito rejuvenescido também.