



# Le nuad thai, massage thaïlandais traditionnel

---

## SOIN THAÏLANDE

Le nuad thai, massage thaïlandais traditionnel, est considéré comme faisant partie de l'art, de la science et de la culture des soins thaïlandais traditionnels. En tant que remède non médical et thérapie manuelle, il implique une manipulation corporelle au cours de laquelle le praticien aide à rééquilibrer les énergies, la structure et le corps du patient afin de traiter des maux attribués à l'obstruction des flux énergétiques le long des « sen », lignes qui quadrilleraient le corps humain. Cette manipulation a pour objectif la régulation des quatre éléments corporels : la terre, l'eau, le vent et le feu. Pour ouvrir les voies bloquées, les thérapeutes qui pratiquent le nuad thai réalisent une série de manipulations à l'aide de leurs mains, de leurs coudes, de leurs genoux et de leurs pieds, qu'ils associent à des compresses chaudes à base d'herbes qui réduisent les inflammations. Le nuad thai se classe actuellement en deux catégories principales : le nuad thai thérapeutique et le nuad thai destiné à la promotion de la santé. Le nuad thai tire son origine de soins personnels appliqués par le passé par la société paysanne thaïlandaise. Chaque village disposait alors de masseurs-guérisseurs que les villageois consultaient pour leurs problèmes musculaires, dus au travail dans les champs. Au fil du temps, cette expérience s'est transformée en un système de connaissances formel, et le nuad thai est aujourd'hui une profession génératrice de revenus. En 1985, le projet de redynamisation du massage thaïlandais a été lancé pour redynamiser et améliorer la connaissance du nuad thai et une initiative

a aussi été prise afin de former une alliance des praticiens de nuad thai qui se réunissent chaque année.