

DI DEBORAH PAPISCA

SHAKTI MAT

La sua filosofia ricorda quella del fachim che se ne sta comodamente seduto su un letto di chiodi ma le punte acuminate sono sostituite da tanti piccoli fiori che ridonano equilibrio psicofisico. Stiamo parlando dello Shakti Mat, un tappeto di soffice gomma rivestito in puro cotone indiano biologico, decorato da più di 200 fiorellini in plastica ipoallergenica. Ciascun fiore, caratterizzato da 27 mini-punte lunghe tre millimetri, stimola il sistema circolatorio, quello nervoso e aumenta la produzione di endorfine e di ossitocina, l'ormone della felicità.

Ispirato dall'antica tradizione dei maestri dello yoga vedico che con l'agopressione avevano scoperto il veicolo per raggiungere un perfetto equilibrio interiore, lo Shakti Mat ripropone lo stesso strumento di meditazione di 4.000 anni fa, riuscendo a risolvere dal mal di schiena ai dolori cervicali, dall'insonnia cronica alla tensione muscolare diffusa e molto altro.

Una volta stesi sul tappeto si proverà una leggera sensazione di fastidio (indice di stress), causato dai punti in cui la pelle viene a contatto con i piccoli aghi dei fiori ma dopo un paio di minuti una profonda sensazione di rilassamento farà dimenticare immediatamente il disagio iniziale.

Disponibile nei colori verde (calma e armonia interiore) e arancio (energizzante) lo Shakti Mat è studiato anche per le pelli molto sensibili. Il modello Shakti Mat Light con 8.000 punti di pressione garantisce un effetto leggero ed è adatto anche per chi ha una soglia del dolore molto bassa.

Persino la scienza si è mostrata curiosa verso gli effetti benefici di questo rivoluzionario tappetino e l'istituto PBM di Stoccolma, specializzato in psicofisiologia e medicina comportamentale, sta studiando le sue proprietà curative, stimolato dall'entusiasmo e dal successo che sta dilagando tra centinaia di migliaia di persone che lo hanno provato. /

Per maggiori informazioni visitate il sito www.shakti-mat.it e...buon relax!



nelle immagini: lo Shakti Mat



IL BENESSERE SU UN LETTO DI FIORI