

مقدمة الطبعة الأولى

علم التدليك أحد العلوم الطبيعية الوقائية والعلاجية ومن أغراضه التغلب على التعب والآلام والوقاية الصحية والاسترخاء والاستشفاء.

وقد استمد أصوله من الحضارات الفرعونية والصينية واليابانية، وتطور ليكون أحد العلوم التي تستند على الأصول العلمية باستخدام الوسائل الطبيعية للعلاج والتأهيل اعتماداً على الرباط بين القوى الحيوية بجسم الإنسان وقوى الطبيعة.

ومن العوامل الرئيسية التي أسهمت في الاهتمام بتطوير علم التدليك هو الاتجاه العام نحو الطب الطبيعي للتغلب على تلك الآثار الجانبية التي تصاحب استخدام كل ما هو غير طبيعي في وسائل العلاج المختلفة.

كما شاع مؤخراً استخدام هذه الأساليب لعلم التدليك لمواجهة المشاكل السلبية للمجهود الرياضي وحالات التعب والإجهاد وسرعة الاستشفاء وإعداد الرياضي قبل التدريب أو المنافسة.

وقد تطرق هذا الكتاب إلى الأصول التاريخية لهذا العلم وماهيته وأنواعه وأساليبه وفقاً للغرض منه ووفقاً لمناطق الجسم ووسائله المختلفة متناولاً الأسس الصحية لاستخداماته ومتطلباته وتأثيراته على جسم الإنسان وأجهزته الحيوية، لتقليل التوتر وتحقيق الاسترخاء وتحسين الدورة الدموية واستعادة الحيوية والنشاط، والوسائل المختلفة للوقاية والرعاية الصحية كوسيلة وقائية وعلاجية واستشفائية.

وتطور علم التدليك استناداً على علم المنعكسات والأصول الفسيولوجية للعلاج بها محدداً نقاط وخطوط نشطة بجسم الإنسان، كذا استخدامات التدليك القطعي والنقطي على الجسم بطرقه وأساليبه لتحقيق أغراض هذا العلم إلى جانب الإسهامات المختلفة للعلوم الأخرى المرتبطة بالمجال.

وقد قمنا بإعداد هذا الكتاب حتى يمكن الاستفادة منه في مجال التخصص في الصحة الرياضية في الدراسة الجامعية الأولى والدراسات العليا بكليات التربية الرياضية، كما أعد ليمد الباحثين بطرق وأساليب التدليك الرياضي والتأهيلي وبأهم الأدوات والوسائل

التي يمكن الاستفادة منها في مجال الإصابات الرياضية. وإنه ليسعدنا أن نقدم للدارسين في كليات التربية الرياضية ومعاهد إعداد القادة والمعلمين والمدربين والعاملين في مختلف مجالات التربية البدنية والرياضية هذا الكتاب آمليين أن يحقق الهدف من إعداده.

المؤلفان