

# MASSAGE BALINAIS DU CORPS



Le massage balinais cherche surtout à équilibrer et relaxer le corps et l'esprit, de manière à faire circuler harmonieusement l'énergie, sans que cette dernière ne rencontre d'obstacles. C'est un massage aux multiples origines ! L'Indonésie se trouvant au carrefour de plusieurs pays, C'est un mélange de plusieurs méthodes de massage. Il allie les bienfaits de l'Ayurveda (massage indien), au massage énergétique chinois. C'est ce qui fait la spécificité de ce massage varié et exotique. La part du spirituel tient une grande place : il repose sur les philosophies hindoues et bouddhistes.

C'est un massage profond et complet de l'ensemble du corps qui va chercher à revitaliser le corps en stimulant les points énergétiques. Il va équilibrer l'énergie vitale qui favorise l'optimisme et la bonne humeur. Pour une paix intérieure, il est nécessaire de chasser les mauvaises énergies. Le massage balinais a des vertus thérapeutiques. Il diminue les douleurs dorsales et lombaires, il favorise la circulation sanguine et agit sur le système digestif, nerveux et hormonal. En plus de cela, le massage balinais permet d'évacuer les tensions et la fatigue. Par ailleurs, il favorise la perte de poids par drainage. C'est un massage qui offre également une relaxation profonde : le patient est massé entièrement, avec des huiles essentielles. Ces dernières favorisent la détente et ont une bonne influence sur l'humeur. Les huiles utilisées dans le massage sont : les huiles essentielles de jasmin, de bois de santal et d'ylang-ylang. C'est un véritable voyage des sens, et une expérience unique à tenter. De plus, l'utilisation des huiles essentielles permet de nourrir la peau en profondeur, et la rend plus douce, souple, lisse et brillante.

À la fin du massage, le patient est apaisé et serein. Le stress à l'origine des différentes tensions musculaires est oublié. Le corps est donc ressourcé, et dispose d'une nouvelle énergie. Le massage procure dynamisme et force, et aide à vivre paisiblement.