

Le massage du pied avec **le bol et le ghee** est très connu dans l'ayurvéda. Il atténue **la nervosité, l'angoisse et la colère**.

Ce massage touche les points réflexes du pied, il aide entre autres à améliorer la santé des yeux, il peut éliminer des insomnies, il apporte calme et bien-être.

En INDE, c'est le premier massage que les enfants apprennent : dès l'âge de trois et demi, quatre ans, l'enfant commence à masser ses parents, ou ses grands-parents, avec du ghee et le KANSU, le bol de massage du pied.

Dans ce massage, le masseur représente le plan vertical, il est comme une antenne qui capte les énergies cosmiques, tandis que la personne massée représente le plan horizontal, celui de la connaissance et de la sagesse.

L'équilibre de l'élément feu

Ce massage a la propriété d'équilibrer AGNI (l'élément FEU de l'AYURVEDA), c'est-à-dire qu'il va diminuer l'excès de feu (caractérisé par une plante du pied qui devient parfois noire au cours du massage), ou augmenter l'énergie de cet élément si elle n'est pas assez puissante.

Ainsi le massage du pied au bol KANSU va calmer les personnes colériques, énervées, angoissées mais il sera aussi un puissant réveil pour moteur pour les personnes trop faibles, déprimées, angoissées, en manque d'énergie, qui se sentent paresseuses, **Grâce à ce massage, les pensées positives reviennent, la vitalité renaît.**

Le massage avec le bol est très connu pour les bienfaits qu'il procure sur tout le corps, et particulièrement au niveau du cerveau et du cervelet.

En rééquilibrant l'élément FEU dans l'organisme, il a également une action particulièrement bénéfique pour les yeux et souvent utilisé en YOGA des YEUX . La stimulation des zones réflexes, qui sont en relation directe avec les organes et les fonctions corporelles, régularise la circulation des énergies, relaxe le corps tout entier et réduit les insomnies.

Venez profitez de ce doux moments de relaxation avec Véronique Chaput sur FEURS dans la Loire