




SPÉCIALE POUR THERAAPY DE MARMA

Soin rasayana pour une revitalisation et relaxation Combinaison de massage des tissus profonds et de thérapie Marma 90 minutes 140 $ toutes taxes comprennent

Valable du 20th novembre au 20 décembre 2026
SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT.

CENTRE AYURVÉDIQUE DE TRANSFORMATION TEL 450 671- 8508 ou texte
Courriel : ayurveda.bita@gmail.com ou transformtion.yoga.ayurveda@gmail.com

Information sur abhyanga et marma

L'abhyanga : L'abhyanga est le massage ayurvédique classique pratiqué à l'aide d'une huile, à base d'herbes, soigneusement choisies selon la constitution, les impuretés ou les déséquilibres présents dans le corps de chaque individu. Abhyanga est bénéfique de plusieurs façons puisqu'il pénètre la peau en profondeur, relaxe le corps et l'esprit. Il favorise l'absorption des impuretés en stimulant la circulation artérielle, veineuse et lymphatique. Ce qui résulte en une amélioration du mouvement des nutriments vers les cellules et élimine les déchets stagnants (amas) du corps. De plus, il aide au mouvement des dix vayus, ce qui a pour effet de débloquer le nadis (énergie subtile du corps). Lorsque les voies du nadis sont ouvertes, il devient plus facile de guérir le corps sur les plans physique et spirituel.

Quelques bienfaits traditionnels d'un traitement d'Abhyanga inclus :

-Elimine la fatigue et le stress causés par le travail et la vie en général et aide aussi à régler les problèmes d'insomnie.
-Stimule la production d'anticorps, renforçant ainsi le système immunitaire.
-Prévient et renverse l'effet du vieillissement et augmente la longévité.
-Lors de la friction l'huile pénètre la peau et prévient ainsi la déshydratation et renforce les nerfs.

Marman : Un Marman* est un point d'énergie vital localisé aux sites anatomiques où les muscles, les veines, les ligaments, les tendons, les os et les articulations sont en corrélation. Les points Marman sont vitaux puisqu'ils sont insufflés par le prana, la force de vie et sont profondément influencés par la conscience. Comme le Dr Lad explique '' les marmani servent de pont ou d'ouverture entre le corps (sharira), le mental (manas) et l'âme (atman).
Le mot sanskrit marman est dérivé de la racine sanskrite "mar" qui signifie qu'il y a possibilité de mort ou de dommage sérieux à la santé si ces points sont endommagés, par exemple lorsqu'un marman est relié au cœur, ou testicules ceux-ci sont tellement vitaux, qu'une atteinte à ceux-ci peut entraîner une mort instantanée.

Bienfaits d'une Marman chikitsa ou thérapie

-Par l'utilisation adéquate des marmani, l'ensemble de notre énergie physique et mentale peut être consciemment augmentée ou diminuée ou redirigée de façon à subir une transformation, similaire aux points d'acupression utilisant les doigts ainsi que le massage.
-Aux points magmatiques, les toxines, le stress et les émotions négatives se logent et sont conservés parfois pendant des années. Soulager la douleur, les blocages ou l'enflure aux sites magmatiques est une aide thérapeutique précieuse et une des premières étapes de plusieurs traitements ayurvédiques.