

Le massage crânien ou champissage

Le Champissage Indien est un massage localisé au niveau des épaules, des bras, du cou, du cuir chevelu, du visage, des oreilles et l'équilibrage des énergies. Cette méthode originale est née de l'imagination de Narendra Mehta en 1981, inspirée de la forme traditionnelle de Champi (massage de la tête en hindi). Il a été le pionnier du massage indien de la tête en Occident, notamment au Royaume Uni. La personne reste habillée et l'utilisation d'huile est optionnelle.

Le champissage est le nom moderne de la méthode ayurvédique du massage crânien, qui vise à stimuler la circulation sanguine du crâne et nourrir les racines capillaires. A l'origine, cette technique ne s'occupait que de la tête.

Aujourd'hui, le champissage implique aussi des massages des épaules, des bras, du cou, du visage et des oreilles. Cette technique entend soulager la fatigue oculaire, les maux de tête, les insomnies, le manque de concentration et la léthargie.