

Etat fondamental de Bien Etre et de joie de vivre

Bien Etre et Joie de vivre est un état fondamental parce qu'il est vital. Un nouveau-né rassasié, propre et sécurisé vit cet état. Il en a besoin pour se construire de façon harmonieuse.

Adulte, nous continuons d'avoir ces besoins fondamentaux, vitaux, pour nous ressourcer, retrouver l'énergie pour le corps et l'esprit. Etre touché est un plaisir inscrit dans nos cellules depuis notre plus tendre enfance.

Y accéder peut nécessiter plusieurs séances ou connaître des variations pour plusieurs raisons :

- Accéder à la détente suppose de se sentir en confiance avec la praticienne. Ce n'est pas nécessairement donné d'emblée.
- Le massage est progressivement adapté à vos préférences que vous découvrez au fil des propositions (vous en saurez davantage à ce sujet, en suivant le lien « toucher précis »)
- Nos cellules portent notre histoire et certaines zones touchées (différentes d'une personne à l'autre) peuvent faire émerger des sensations, images, souvenirs, émotions désagréables (peurs, colères...) dans un premier temps. C'est un préalable qui peut être nécessaire. Cela permet d'identifier ce qui est encore actif en nous à notre insu.

Quoi qu'il arrive, nous prenons le temps d'en parler, souvent en faisant une pause au cours du massage. Votre rythme et limites sont toujours respectés.

La séance se termine toujours par un retour sur votre vécu de l'ensemble de la séance et même avec des émotions qui bousculent, c'est toujours libérateur !