

Le Sensitive Gestalt Massage®

Nourrie par l'approche de la Gestalt-thérapie, cette approche psycho-corporelle par le toucher – un toucher juste et habité – permet de faire l'expérience d'un soi harmonisé, en passant par le corps. Ce massage sensitif est un éveil aux sensations, aux sentiments et aux émotions, selon le processus propre à la Gestalt. Dans la pleine conscience de l'ici et maintenant... de la vie à l'œuvre, en soi et autour de soi.

Le bien-être prend ici tout son sens ! Du corps à l'esprit, les mouvements de ce massage sont précis et unifiants. Leur action sur le schéma corporel a un effet structurant sur la personnalité. On y accueille les sensations et les émotions, mises en mots. Car ce qui s'exprime ne s'imprime pas. Un massage qui se termine là où il a commencé, aux pieds, pour se sentir enraciné.

Extrait d'un article paru dans « Bio Info » en 2013.

*"Le corps et l'esprit, ce n'est ni la même chose, ni deux choses séparées: ce sont deux réalités différentes mais très étroitement liées." **Christophe André, " Méditer, jour après jour".***